

ЗМІСТ



ВІД АВТОРА	3
ПОДЯКИ	4
ВСТУП	5

ЧАСТИНА 1.

МОТИВАЦІЙНА ПРОЗА [МІСТКОПРОВАЖЛИВЕ]

№ 1 Три сутності	10
№ 2 Покинута	11
№ 3 Рефлекс мети	13
№ 4 Карма	14
№ 5 Рятівний бульйон	16
№ 6 Покликання	18
№ 7 Черевики	21
№ 8 Перфекціоніст	23
№ 9 Замкнене коло (уринок у 6-ти діях)	25
№ 10 Переміна на краще	26
№ 11 458-а модель	28
№ 12 Гаряче бажання	30
№ 13 Ланцюг креативу	32
№ 14 Машинки з дитинства	33
№ 15 Кіт і яйця	35
№ 16 Важке завдання	36

№ 17 Батьки-засновники	37
№ 18 Постапокаліптична історія	38
№ 19 Робінзон	40
№ 20 DerMetso	42
№ 21 Органайзер Геркулеса	43
№ 22 Золоте теля	45
№ 23 Важливі запитання	47
№ 24 Право вибору	48
№ 25 Жіночий слід	49
№ 26 Нагода	52
№ 27 Перші кроки	53
№ 28 Чудове резюме	54
№ 29 Атрибути	56
№ 30 Раритетний велосипед	58
№ 31 Корисний вірус	60
№ 32 Утримання мрії	61
№ 33 Елеватор	63
№ 34 Міра	65
№ 35 «Непотоплюваний»	66
№ 36 Всесвітній пінг-понг	68
№ 37 Друзі-товариші	70
№ 38 Остання спроба	71
№ 39 Ініціативний вантажник	73
№ 40 Фабричний експеримент	74
№ 41 Хазяїн	76
№ 42 «Крок до мрії»	77
№ 43 Ерудит	78
№ 44 Зона комфорту	80
№ 45 Зв'язані одним.....	81

№ 46 Улюблена ковбаска	82
№ 47 Неприємне почуття	84
№ 48 Любов до людей	86
№ 49 Переложив	87
№ 50 Хто винуватий?	88
№ 52 Дивне заняття	91
№ 53 Вистава «Витіснення»	93
№ 54 Зайві кілограми.	94
№ 55 Важлива людина.	95
№ 56 Постійно відкрита вакансія	97
№ 57 Причиново-наслідковий зв'язок	98
№ 58 Конкретний заклик.	100
№ 59 З поверненням!	102
№ 60 Цінна робота	103
№ 61 Відома мазь.	105
№ 62 «Яскравий» PR	106
№ 63 Геніальна продуктивність	107
№ 64 Шкідлива звичка	108
№ 65 Під балконом	110
№ 66 Завойовник	111
№ 67 Чарівне перетворення	112
№ 68 Чорний Ш	113
№ 69 Акт доброї волі	114
№ 70 Страх.	116
№ 71 Школа ефективності	118
№ 72 Авто під колір	119
№ 73 Влучний постріл	120
№ 74 Ефективний пошуковик.	122
№ 75 Гра	123

№ 76 Сила активної дії	125
№ 77 Правильне бажання	126
№ 78 Вельми серйозний звіт	128
№ 79 Біг з перешкодами	129
№ 80 Професіонал	131

ЧАСТИНА 2.

ПРИНЦИП ДОМІНО [ЗАКРИТІ ГЕШТАЛТИ]

Провідник	134
Одна з інтерпретацій	142
Життя Степана	144
Стара та дівчинка	152
Останній дзвінок	155
Сердечні справи	157
Затримався	157
Тітка Клавдія	158
Протистояння	160
Хазяїн життя	162
Останні слова	165
Таємне знання	165
Довгоочікувана зустріч	168
Втома	170
Фаворит	172
Погляд зі сторони	173
Катування	175
Цікаве кіно	176

ВІД АВТОРА

Дякую вам за те, що зупинили свій вибір на цій книзі. Гадаю, що зібрані в ній ідеї і замітки допоможуть вам так само, як вони допомогли мені. Ба більше, я сподіваюсь, що ця книга змінить ваше життя на краще.

Галілео Галілей говорив: **«Ви не можете навчити людину того, чого вона б уже не знала. Ви лише можете довести те, що вона знає, до її свідомості».**

У цій книзі я намагався донести певні, як мені вбачається, закономірності життєвого буття, що ґрунтуються на особистих спостереженнях і досвіді.

Щоразу, коли мені траплялась цікава ідея чи життєва ситуація, я намагався спершу сам досягнути її смислу і виділити головну закономірність, а вже потім поділитися нею з іншими.

Я впевнений, що більшість висновків, викладених тут, можуть здаватися вам знайомими. Книга покликана привести до їх усвідомлення та глибокого осмислення.

Якщо у людини є мета, якщо вона прагне успіху, то все, що викладене в представлений книзі, їй стане в нагоді і буде корисним.

Я сподіваюсь, що ви реалізуєте свій потенціал в усіх сферах свого життя: в покликанні, коханні, спілкуванні і фінансах.

Дякую, що стали одним із моїх читачів.

**Антон Івахнов,
2025 рік**

ВСТУП

*Той, хто чекає на можливості зробити відразу багато гарного,
ніколи нічого не зробить. Життя складається з дрібниць.
Вкрай рідко трапляється можливість зробити відразу багато чого.
Справжня велич полягає в тому, щоб бути великим у дрібницях.*

Семюель Джонсон

Людина часто тримається за свої колишні досягнення, комфорт і стабільність. Страх щось втратити стримує її на шляху особистісного розвитку й процвітання. Доводиться балансувати між бажаннями забезпечити свою зону комфорту та бажанням пізнати щось нове.

«Мотиваційна проза [місткопроважливе]» покликана допомогти знайти баланс і спонукати людину до певних дій на шляху свого саморозвитку. Друге видання книги перероблене й доповнене новими історіями.

Ця книга пояснює деякі життєві закономірності за допомогою художньої інтерпретації. Це результат суто особистих життєвих спостережень, досвіду і, звичайно ж, уявлення як ключового параметру будь-якого творчого акту. Як сказала якась велика людина: **«Уявлення – це найголовніше. Воно є відображенням того, що ми притягуємо у своє життя».**

Книга побудована так: формується сенс і проблемність якогось явища, наводяться приклади, випадки з життя, історії, які ілюструють головний мотиваційний посил. Кожна замітка має свою оригінальну назву, супровідний малюнок, порядковий номер, так, як вони приходили в моє життя, і прикінцеву смислову фразу, так би мовити, мотиваційну **сіть**.

Потроху солі насипано на кожній сторінці, щоб вона збуджувала вашу активність, стимулювала зростання і внутрішню мотивацію.

Нотатки, викладені в книзі, містять механізм соціальної поведінки, що допомагають інтегрувати конкретну ситуацію чи проблему в широкий контекст. Такі закономірності можна знайти в історіях із нашого власного життя чи з життя інших людей.

Відомо, що процес розширення контексту є одним із механізмів навчання. Так влаштована робота головного мозку, який шукає закономірності в усьому.

Наприклад, основна функція кори – сприймати будь-яку інформацію і формувати з неї певну осмислену картину, яка допомагає сприймати навколишній світ. Саме кора головного мозку відіграє провідну роль у процесі розвитку та навчання. Коли ми пізнаємо щось, вона встановлює зв'язки між новою інформацією й уже відомою закономірністю. Або створює новий механізм, що зберігається в підсвідомості і може бути в будь-який момент застосований.

Наявність контексту допомагає виявити зв'язки з тим, що важливо для людини. І якщо ми сприймаємо випадковості та життєві ситуації як виявлення певної закономірності, то будемо цінувати епізоди, що створюють цю закономірність.

Ілюстрування таких механізмів за допомогою прози зі спонукальним закликом дозволить побачити більш широкий контекст, зробити сприйняття тієї чи іншої ситуації більш повним, допоможе запам'ятати і буде заохочувати до самостійного мислення.

Погодьтеся, що ми швидше знаходимо сенс у власному житті, коли сприймаємо його як частину загальної картини, а не як низку випадкових подій. Це допомагає використовувати нові знання в майбутньому.

Арістотель говорив, що гарна історія обов'язково розповідає **«про успішний перехід від одного стану речей до іншого, до емоційного задоволення»**.

До кожної замітки є своя картинка. Поряд з полотнами (репродукції картин) відомих художників можна

побачити мої ескізи, ілюстрації штучного інтелекту та малюнки майбутніх відомих художників – моїх доньок, Поліни і Валерії, які всіляко мені допомагали і настійливо нагадували про строки, оскільки дуже хотіли зробити свій внесок у створення книги.

Усі замітки, що увійшли до книги, я збирав протягом декількох років. Історія книги доволі цікава і завжди розвивалася за своєю власною траєкторією. Через якийсь час створив блог і поділився цими спостереженнями з іншими, потім вирішив об'єднати зібраний матеріал у книгу. Вперше книга побачила світ у 2016 році. Двічі перевидавалася. В 2025 році відроджується рідною мовою, доповнена новими історіями та перероблена.

Вільяма Зінссера, автора бестселера «Як писати гарно», якось спитали: «Як воно – бути письменником?» Він відповів, що писати зовсім нелегко і це не завжди задоволення. Це важка і самотня праця, і слова нечасто ллються рікою.

Щоправда, для мене це стало відкриттям, оскільки писав я протягом всієї підготовки книги на власну втіху, ловив кожну миттєвість і насолоджувався процесом. Можливо, це дилетантський підхід, на думку відомого фахівця, але так воно і було.

Навіщо перетворювати процес, що приносить задоволення, на випробування долі й боротьбу із собою. Це ж, за своєю суттю, суперечить основним «досягаторським» принципам, про які писали в «Книзі досягатора» її автори – Тимур Гагін та Олексій Кельїн. Вони говорять, що робити щось нудно і довго – це неправильно. Є легші способи. Тому треба **шукати легкі способи, знаходити їх і отримувати задоволення від процесу.**

Оновлене видання книги суттєво розширилось та доповнилось. У другій частині **«Принцип Доміно [закритігешталти]»** додано нові експериментальні історії з акцентом на пошук причиново-наслідкових зв'язків, що полягає у розкритті подій і аналізі закономірних факторів.

Деякі з представлених новел вийшли друком в антологіях сучасної прози та номіновані на літературні премії.

Хотів би наприкінці поділитися притчею про хлопчика, який кидав мушлі в море, щоб акцентувати увагу на головному завданні книги.

Подорожній ішов берегом і раптом побачив хлопчика, який піднімав щось з піску і кидав у море. Подорожній підійшов ближче і побачив, що хлопчик піднімає з піску морські зірки. Вони були довкруг нього навсібіч. Здавалось, на піску – мільйони морських зірок, берег був просто засіяний ними на багато кілометрів довкола.

– Навіщо ти кидаєш ці морські зірки у воду? – запитав подорожній, наблизившись.

– Якщо вони залишаться на березі до завтрашнього ранку, коли почнеться відплив, то загинуть, – відповів хлопчик, не припиняючи свого заняття.

– Але це ж безглуздо! – закричав подорожній. – Озирнись! Тут мільйони морських зірок, берег просто засіяний ними. Твої спроби нічого не змінять!

Хлопчик підняв ще одну морську зірку, на мить задумався, кинув її в море і сказав:

– Ні, але мої спроби змінять чимало... Для цієї зірки.

**Ми не можемо врятувати увесь світ,
але можемо допомогти комусь одному!**

Давайте пізнавати себе, людей, які нас оточують, і те, як вони поведуться один з одним.

Сподіваюсь, що читання буде приємним, що ж до корисності, то нехай це стане особистою справою кожного. Буду безмежно щасливий, якщо ця книга чимось допоможе вам у житті й змінить вас на краще.

Будь-яку подібність до реальних людей прошу вважати випадковою.

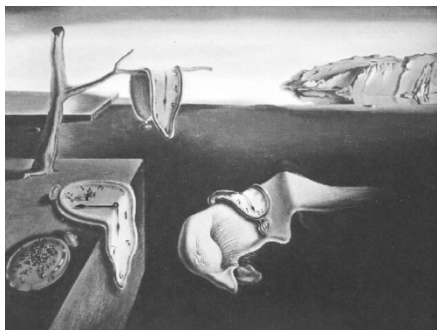
ЧАСТИНА 1



МОТИВАЦІЙНА ПРОЗА

[МІСКОПРОВАЖЛИВЕ]

№ 1 Три сутності



На фото:
репродукція картини
Сальвадора Далі
«Постійність пам'яті»

Вирішив Час провести гарно дозвілля й влаштувати собі розвантажувальний день. Запросив своїх підлеглих до себе розважитися. Цілком випадково на цій вечірці зустрілися старі знайомі – три сутності. Трохи випили, випалили по цигарці, слово за слово, почали з'ясовувати, яка з них важливіша.

– Я важливіша, почала перша сутність, – я тримаю в собі все, що відбулося. Що може бути кращим за спогади про минулі події. Між іншим, мої кращі друзі Досвід і Пам'ять, а без них, взагалі-то нікуди і...

– Що б ти там не казала, я все ж таки важливіша, – друга сутність на дала закінчити свою промову першій, – оскільки я – здійснення всіх бажань. Я товаришую з Уявою, а з нею, як відомо, жарти небезпечні. Можна здуру такого науявляти, аж мало не здається.

Так, на підвищених тонах і надмірно емоційно вони продовжували сперечатися між собою, відстоюючи свої позиції, жестикулюючи й перебиваючи одна одну, поки не втрутилась третя сутність.

– Дівчата, не сваріться, – почала було вона.

– А ти взагалі мовчи. Не зрозуміло, навіщо ти потрібна така, – нахабно відрізала перша, звертаючись до третьої, – адже через тебе лише розчарування, метушня, проблеми й безрозсудність.

Третя сутність нічого не відповіла, вона була скромнішою за дві перші.

Почувши суперечку, причинець торжества Час, підійшов ближче.

– Та, кого ти звинуватила, – звернувся він суворо до першої, – не метушня, не розчарування і не проблеми, якщо не зважати на вас двох. Насправді – це найпрекрасніша частина мене. Тож ви, рідні мої, ніхто без неї.

Не так важливо, ким був ти в минулому і що станеться з тобою в майбутньому, важливо, хто ти є тут і зараз.

№ 2 Покинута



На фото:
репродукція картини
Сандро Ботічеллі
«Покинута»

Мій сон був тривожним. Я довго не міг заснути. Спершу крутився і метався в ліжку, вишукуючи більш прохолодне місце. Потім мене почала дратувати подушка, яка невдовзі

перекочувала на підлогу. Слідом за нею там же опинилось і покривало. Було якесь занепокоєння, яке важко пояснити словами. Ну, це таке відчуття, коли щось давить всередині, не дає спокою й породжує тривожні думки.

За якийсь час я все ж таки знайшов в собі сили й почав потроху засинати. М'яка пелена та легка туманність у голові створювали приємне почуття розслаблення.

У легкій напівдрімоті почулося, що рипнула дощечка на паркетній підлозі біля дверей спальної кімнати, але мені не хотілося розплющувати очі. Тим паче, що Морфей почав брати своє.

– Пам'ятаєш, коли я вперше прийшла до тебе, – почувся шепіт із темряви. – Ти спочатку радів, а потім, прямо-таки, через якийсь короткий проміжок, забув про моє існування. Ти просто відверто мене знехтував. І як мені після цього жити?! Ти думаєш легко, коли тебе ігнорують? Ти не розумієш, мабуть, що наступного разу я можу не прийти, як роблять інші.

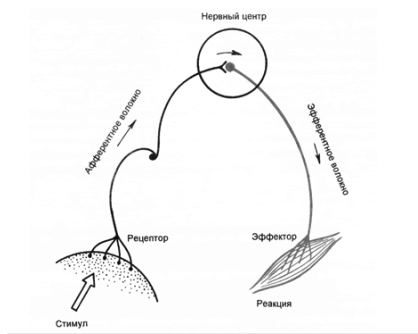
Я остаточно не розумів, сон це чи яв. Розплющив очі, потім, відкрив рот, але не зміг зронити ні слова. Так і лежав заціпенілий. Голос із темряви тим часом вів далі, переходячи на повчальні нотки:

– Лишень вчора я приходила до тебе кілька разів за день, але і тут ти примудрився відзначитися. Спочатку все йшло добре, ти навіть записав нашу з тобою розмову. Але, як потім виявилось, наприкінці дня викинув важливу записку в смітник разом із паперовим непотребом. Я скоро піду, але запам'ятай таке: твоє нехтування мною ніколи ні до чого доброго не призводило і навряд чи призведе в майбутньому. Я буду нагадувати про своє існування постійно, доки ти не припиниш мене ігнорувати, запам'ятай це!

Я кинувся, сів на ліжку і увімкнув світильник. Серце шалено калатало. Кімната була порожня.

Реалізуйте ідеї, щоб не турбували вас у майбутньому!

№ 3 Рефлекс мети



На фото:
приклад рефлекторної дуги

Я сам **вирішую**, коли почати.

Ось так! Все просто! Я рішуче наважусь і роблю **перший крок**.

Я інтуїтивно відчуваю, що мені треба рухатися **вперед**. Вперед і ні кроку назад. Інстинктивно прямую до своєї мети, до тієї заповітної мети, яка для мене зараз перетворилась на **сенса життя**. Я ні про що більше не думаю. Лише іду до неї, усвідомлюючи своє **покликання**. І хоча мені фізично і морально важко, я все-таки прямую до бажаної мети.

Мені треба, розумієте! Мені треба, будь-що-будь! Мені потрібно, попри все!

Напружуюсь усім тілом. Напружуюсь душевно. Таке враження, що мене зажали зусібіч і тиснуть чимдуж. Але мене це не лякає, оскільки моє бажання досягти – сильніше за всі обмеження. І я стараюсь щосили – прямую до тієї єдиної і світлої мети, тому що знаю, що в ній сенс мого життя. У скронях пульсує лише одна фраза: **«Іди до своєї мети!»**

Я простую повільно, крок за кроком, усім своїм тілом і душею намагаюсь досягти бажаного. Я максимально зосе-