Студенческие годы в медицинском вузе были наполнены учебой: лекции, атласы, семинары. Но даже в этом ритме находилось место для чтения и изучения физиогномики: мне было интересно наблюдать связь внешности, характера и жизненного пути человека.
Позже, став руководителем, я погрузилась в изучение менеджмента и бизнес-процессов. Высокая ответственность и постоянное напряжение со временем привели к эмоциональному истощению. В тот период важной для меня стала книга Джона Кехо «Подсознание может все». Я не просто читала ее, а конспектировала и старалась применять идеи в жизни. Эта книга помогла мне по-новому посмотреть на внутреннюю опору и отношение к трудностям. До сих пор иногда возвращаюсь к ней в моменты, когда хочется восстановить силы и обрести спокойствие.


FIZIKA

Совладелец Fizika Development Александр Кравцов

Для меня одна из значимых книг — «Бегущий в потоке. Как получать удовольствие от спорта и улучшать результаты» Михая Чиксентмихаи, Филипа Латтера и Кристин Вайнкауфф Дюрансо. Мне эта книга близка, так как я всю жизнь занимаюсь спортом, самыми разными дисциплинами. При этом спорт здесь скорее необходимое условие для погружения в состояние потока, чем просто фон. Книга полностью посвящена тому особому ощущению, когда человек полностью включен в процесс, действует с максимальной концентрацией и при этом получает настоящее удовольствие от того, что делает. Мне близка сама идея, что высокие результаты рождаются не только из дисциплины и усилий, но и из умения находить внутренний баланс, интерес и осознанность в своем деле.
В девелопменте это особенно важно: большие проекты требуют не только стратегии и расчета, но и способности долго сохранять вовлеченность, не теряя энергии и смысла. Да, местами книга довольно «достигаторская», местами чувствуется перебор «инфоцыганства», но, если убрать внешнюю оболочку, внутри остается очень полезная мысль: настоящее качество жизни и работы появляется тогда, когда ты умеешь быть в процессе, а не только в ожидании результата. Именно к этому я сам стараюсь возвращаться и в бизнесе, и в повседневной жизни.


ФК «ЗЕНИТ»

Директор футбольного клуба по ВИП- и розничным продажам Илья Шадхан

«Книга — великая вещь, пока человек умеет ею пользоваться»,— писал Александр Блок. Вопрос про любимую книгу всегда очень сложный потому, что, как мне кажется, у читающего человека одной любимой книги быть не может: невозможно не назвать российскую и мировую классику, не сказать про профессиональную литературу… Но если вопрос поставлен именно так, то я назову роман Айн Рэнд «Атлант расправил плечи», который я прочитал несколько лет назад. Эта книга оказала на меня большое влияние и заставила по-другому взглянуть на многие вещи, ведь в ней затрагиваются такие важные и фундаментальные темы, как самореализация, принесение пользы обществу, личная ответственность, роль руководителя и принятие непростых решений, отношение к богатству и роль капитализма в современной жизни и, конечно, личное счастье.
В качестве любимой цитаты из романа я бы хотел привести эти слова: «Каждый волен подниматься так высоко, как хочет или может, но только уровень его мышления определяет ту ступень, на которую он перейдет».


«Круч»

Идеолог и шеф-кондитер кафе «Круч» Марина Круч

Есть книги, которые читаешь — и понимаешь, что внутри что-то необратимо изменилось. «Дюна» Фрэнка Герберта — одна из таких. Это не просто фантастика о далекой пустынной планете. Это многоуровневый роман о власти, экологии, вере и цене лидерства. Герберт показывает: тот, кто приходит как мессия, несет с собой не только спасение, но и разрушение. Эта мысль не отпускает. В мире, где культ личности по-прежнему определяет историю, «Дюна» читается как предупреждение и как учебник одновременно.
Лермонтов — совсем другое. «Герой нашего времени» я перечитывала несколько раз, и каждый раз Печорин оказывался другим: то невыносимым, то пронзительно узнаваемым. Лермонтов написал портрет человека, который все понимает про себя — и именно поэтому не может измениться. Это очень современная история о рефлексии как ловушке.
Из Тургенева — «Отцы и дети». Базаров когда-то казался мне героем. Потом — трагической фигурой. Тургенев умеет показать, как убеждения, доведенные до абсолюта, разрушают живое. И как между поколениями — при всем несходстве — больше общего, чем кажется в моменте конфликта.
Все три книги — о людях, которые не вписываются в свое время. Может быть, именно поэтому они так точно описывают наше.


OVOBUREAU

Основатель и руководитель архитектурной и дизайн-студии OVOBUREAU Наре Наринян

Книга, которая навсегда изменила меня, — «Цветы для Элджернона» Дэниела Киза. Я прочитала ее в десятом классе буквально на одном дыхании. Помню, как меня даже выгнали с урока, потому что я не могла оторваться и дочитывала последние страницы.
Для меня эта книга всегда была не только про интеллект или эксперимент над человеком. В первую очередь — про одиночество и про то, насколько человеку важно быть понятым и нужным. Главный герой проходит путь от человека, который почти ничего не понимает о себе и мире вокруг, до гения, который начинает видеть и чувствовать слишком многое. Но ни одно из этих состояний так и не делает его по-настоящему счастливым.
Наверное, именно после этой книги я начала внимательнее смотреть по сторонам и замечать то, мимо чего многие проходят в спешке: чужую боль, страх или просьбу о помощи. Она научила меня понимать, что жизнь редко про статус, интеллект или достижения. Скорее — про способность чувствовать, любить людей рядом и радоваться даже очень маленьким вещам.
Еще одна книга, к которой я периодически возвращаюсь, — «Письма Баламута» Клайва Льюиса. Она помогла мне глубже понять человеческую природу: внутренние слабости, страхи, самообман и мотивы, которые часто управляют людьми незаметно для них самих. И наверное, чуть лучше понять не только окружающих, но и саму себя.


MON CHOUCHOU

Бренд-шеф и сооснователь ресторана MON CHOUCHOU и винного бара ZAZAZU Дмитрий Решетников

Для меня книги стали важной частью жизненной философии. Одной из первых сильное впечатление произвела книга Робина Шармы «Монах, который продал свой “Феррари”». Прочитал ее еще в студенческие годы, и она повлияла на мое отношение ко времени, дисциплине и саморазвитию. Позже это впечатление закрепила книга «Клуб “5 часов утра”» — идея ранних подъемов и насыщенного дня оказалась мне особенно близка.
Особое место занимает «Шантарам» Грегори Дэвида Робертса — история о свободе, путешествиях и поиске себя. Роман совпал с моим личным опытом: я несколько месяцев жил в Индии и путешествовал по ней, поэтому атмосфера книги оказалась для меня очень узнаваемой и близкой.
Среди книг, повлиявших на мои взгляды, также «Финансист» Теодора Драйзера — история о характере, амбициях и цене успеха. Из русской классики я особенно выделяю Достоевского, Пушкина и Чехова. В этих авторах мне близки глубина человеческих переживаний, точность наблюдений и тонкое понимание людей. Именно такие книги, я уверен, помогают лучше чувствовать жизнь и людей вокруг.

Записала Галина Столярова