

ЭТА КНИГА ПРИНАДЛЕЖИТ

УДК 159.9  
ББК 88.52  
Р93

**Рыбаков, Игорь.**

Р93 Ярд. Персональные стратегии превосходства / И. Рыбаков. —  
Москва: Издательство АСТ, 2025. — 272 с. — (Ориентир).

ISBN 978-5-17-154976-3

В книге «Ярд. Стратегии персонального превосходства» известный российский предприниматель и меценат, автор бестселлеров «Жажда», «ТОК», «Отец», Игорь Рыбаков предлагает новый, практико-ориентированный подход к управлению судьбой — выходящий за рамки традиционных концепций саморазвития. Книга не навязывает готовые решения, а предоставляет арсенал инструментов, овладев которыми каждый читатель сможет создать комплексную стратегию превосходства, исходя из уникальности своей ситуации.

В основе подхода — концепция присвоения времени своей жизни, глубокий реинжиниринг структуры личности и расширение предпринимательского арсенала техник и методов взаимодействия с окружающим миром. Особое внимание уделяется правильному пониманию власти, управлению знаниями и противодействию угрозам, возникающим на пути к процветанию. Эту концепцию с успехом применяют участники программы «Ярд с Игорем Рыбаковым», отмечая, насколько изменилось качество их жизни и выросла эффективность решений в бизнесе. Элементы предлагаемых поведенческих стратегий вшиты как базовые принципы в культовую настольную игру «РЫБАКОВ. Игра на миллиард».

**УДК 159.9**  
**ББК 88.52**

ISBN 978-5-17-154976-3

© Рыбаков Игорь, текст, 2025.  
© ООО «Издательство АСТ», 2025.



**ИГОРЬ  
РЫБАКОВ**

персональные  
стратегии  
превосходства

Издательство АСТ  
Москва  
2025

ОТ АВТОРА

**ЧЕЛОВЕК  
ДЛЯ СЕБЯ**

Каждый хочет быть собой. Мы получаем эту потребность от рождения. «Цель человека — быть самим собой, а условие достижения этой цели — быть человеком для себя», — сказал как отрезал Эрих Фромм.

Но что делать, чтобы быть для себя? Фромм не объяснил.

Книга в твоих руках как раз об этом. Быть для себя — это значит целиком присвоить себе единственный ресурс, которым только и может распоряжаться каждый человек, — время своей собственной жизни.

XX век и начало XXI века были богаты феноменальными открытиями психологов, антропологов, эволюционистов, нейробиологов. Казалось бы, теперь-то человечество и каждый человек в отдельности сможет обрести счастье. Сможет лучше распорядиться своим жизненным временем.

Но по факту мы этого не видим.

Общемировой подушевой ВВП вырос за сто лет в десять раз. Жизнь стала неизмеримо комфортнее, но счастливее люди не стали.

Между уровнем счастья и экономическим благосостоянием вообще нет жесткой связи. Например, в рейтинге «Всемирного доклада о счастье» (2022) Коста-Рика стоит выше ОАЭ, Румыния выше Италии, Мексика выше Хорватии, а Узбекистан выше Японии.

Видно, что и экономика, и климат, и экология не имеют решающего значения для уровня счастья. Более того, страны не просто более богатые, но и с более высоким уровнем образования часто уступают по уровню счастья менее благополучным странам.

Как такое может быть? После всех открытий психологов, антропологов, эволюционистов, нейробиологов и прочих...

Феноменальные открытия, сделанные учеными, не изобилуют практическими подсказками, как именно конкретному человеку воспользоваться полученным знанием к своей выгоде. Существует огромный разрыв между количеством и качеством накопленных знаний о природе и поведении человека — и практическим инструментарием, к которому каждый человек имеет доступ.

Ты не тот, кто ты есть, ты тот, кем ты можешь стать — этому почти нигде не учат и не дают человеку инструментов для проявления скрытого содержания.

Человек живет как хочет — или как умеет? Конечно же, как умеет. Потому что если бы человек жил как хочет, то каждый выбрал бы благополучие и здоровье. Но социум не учит человека использовать свои тело, ум и сердце так, чтобы ему нравилось, что с ним происходит. И человек формирует свой арсенал способов присваивать жизненное время не целенаправленно, а как придется.

Чтобы этого не произошло, необходимо целенаправленно формировать арсенал поведенческих стратегий, и тогда поведенческие паттерны тех, у кого «не получается», просто не будут заимствоваться. Как в саду: чтобы не оставалось места для сорняков — нужно выращивать культурные растения.

Эта книга как раз про инструменты. Она восполняет дефицит практико-ориентированных подходов. Тому, кто хочет воспользоваться всеми преимуществами современных научных подходов, она обеспечивает полный доступ к самым действенным инструментам, как использовать то, что у тебя уже есть. Как использовать игровой интерфейс, чтобы не попасть в тюрьму внешней обусловленности.

Эта книга дает представление о типах и силе игроков, которые хотят присвоить время твоей жизни. Она открывает доступ к знанию о двенадцати поведенческих стратегиях, которые составляют полный

арсенал, позволяющий переинтерпретировать и присвоить к своей выгоде любую ситуацию. Она учит, как использовать метаисторические тренды безопасно и к своей выгоде.

Эта книга — мост между тобой, твоим временем и кладезем феноменальных открытий о человеке. **Но научись ты только тому, что любишь.** Так устроен мир.

Мечта Эриха Фромма о «человеке для себя» перестала быть только мечтой. После прочтения этой книги вдумчивому и настойчивому читателю будет нравиться, что с ним происходит.

**Любить себя в своей актуальности — это и есть быть собой.**

# СОДЕРЖАНИЕ

**ВВЕДЕНИЕ.  
КАК ВЗЯТЬ СВОЮ СУДЬБУ  
ПОД КОНТРОЛЬ**

**ЧАСТЬ ПЕРВАЯ.  
НАСТРОЙКА НА СКРЫТОЕ СОДЕРЖАНИЕ**

Властелин времени. В чем суть игры

- I. ХРАНИТЕЛИ ВРЕМЕНИ
- II. РЕВОЛЮЦИЯ ОЖИДАНИЙ
- III. РАСПОРЯДИТЕЛИ ВРЕМЕНИ
- IV. РЕВОЛЮЦИЯ ВОЗМОЖНОСТЕЙ
- V. ВЛАСТЕЛИНЫ ВРЕМЕНИ

ЧАСТЬ ВТОРАЯ.  
**ПОЧУВСТВУЙ. ВООБРАЗИ.  
СДЕЛАЙ. ПОДЕЛИСЬ**

Оснастка субличностями.  
Твоя энергия для ведения игры

I. ЭГО-САРКОФАГ. ПОЧУВСТВУЙ

II. РЕАНИМАЦИЯ. ВООБРАЗИ

III. ЧЕТЫРЕ ТИПА ПРОЯВЛЕННОСТИ. СДЕЛАЙ

IV. ПРАКТИКА НА МИЛЛИАРД. ПОДЕЛИСЬ

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ.  
**ИГРА ТВОЯ, А НЕ ИГРА ТОБОЙ**

Поведенческие стратегии.  
Твой арсенал для ведения игры

I. ПРИСВАИВАЮ СЕБЕ СЕБЯ

СТРАТЕГИЯ 12 **ВЫБРОС**

Шанс выжить появляется лишь тогда,  
когда ты полностью обессилел

СТРАТЕГИЯ 1 **ИСКАТЕЛЬ**

Ты прокладываешь путь не к цели, но к людям,  
поведенческие паттерны успеха которых ты моделируешь

## II. Я ПРИСВАИВАЮ

### СТРАТЕГИЯ 2 **ДЕЛАТЕЛЬ**

Действие разбивает любую иллюзию  
умозрительности, отделяющую тебя от победы

### СТРАТЕГИЯ 7 **РЕШАТЕЛЬ**

Ты занимаешься невозможным,  
остальное пусть делают другие

## III. ПРИСВАИВАЕМ ВМЕСТЕ

### СТРАТЕГИЯ 3 **ДИПЛОМАТ**

Каждое твоё решение умножает число  
твоих партнеров, и даже недруги  
становятся твоими союзниками

### СТРАТЕГИЯ 8 **ТРЕНЕР**

Победы твоих учеников —  
это проявление изобилия в мире

## IV. ПРИСВАИВАЮ УСТАНОВЛИВАЯ

### СТРАТЕГИЯ 4 **ЭКСПЕРТ**

Управлять знанием —  
наилучший способ действия

### СТРАТЕГИЯ 9 **СТРАТЕГ**

Направляя мышление других людей, ты делаешь  
желаемое более вероятным, чем возможное

## V. ПРИСВАИВАЮ ОСВАИВАЯ

### СТРАТЕГИЯ 5 **ДОСТИГАТОР**

Ты непревзойденный мастер в том,  
чтобы получать максимум из ограниченного ресурса

### СТРАТЕГИЯ 10 **ВЫИГРЫВАТЕЛЬ**

Вызывая проявления многообразия,  
ты извлекаешь выгоду из любых вариантов событий

## VI. ПРИСВАИВАЕТСЯ САМО

### СТРАТЕГИЯ 6 **ИННОВАТОР**

Ты отправляешься в путь  
не за чем-то конкретным, но потому,  
что не можешь не отправиться

### MINDSET X10 **ПРОЯВЛЯТЕЛЬ**

Магическое состояние всесилы возникает не оттого,  
что много сил, а оттого, что много сил не требуется.  
Любить себя в своей актуальности — это и есть быть собой

## **ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ. РАЗМЕТКА ИГРОВОГО ПОЛЯ**

Принципы миллиардера.  
Техника безопасности для участника игры

### I. БЛЕСК И НИЩЕТА ИЕРАРХИЙ

Как настроить свое поле причин,  
чтобы защитить себя от злоупотребления властью,  
манипуляцией и контролем

## II. НЕИЗВЕСТНОЕ ЛУЧШЕ ИЗВЕСТНОГО

Как не отключиться от полноты  
и всенаправленности мира, лишая себя  
актуальности и благополучного будущего

## III. ЖИЗНЬ — ЭТО ПОИСК ВЛАСТИ

Властвовать означает процветать

## IV. МЕНТАЛЬНЫЕ ВИРУСЫ

Как иллюзия знания разрушает актуальность

## V. ТРИ ПОДСКАЗКИ

На что опираться, чтобы не потерять актуальность

## VI. ЛОВУШКА ТРАВМАТИЧЕСКОГО ОПЫТА

Что мешает человеку  
присваивать время своей жизни

## VII. ГЛАВНЫЙ ЗАКОН РЫБАКОВА

Нарушать плохие правила недостаточно

## VIII. ЗАОДНО С ЭВОЛЮЦИЕЙ

Сделай себе вовремя, без износа и травм

## IX. ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННЫЕ СИСТЕМЫ

Экспансия, рождающаяся  
из естественного отбора

## X. ЭКСПАНСИЯ И ЭВОЛЮЦИЯ

Уроки эпохи вертикального роста

## XI. АКТУАЛЬНОСТЬ И ЭВОЛЮЦИОННАЯ РЕВОЛЮЦИЯ

Как не отстать навсегда

БИБЛИОТЕКА ДЛЯ РУССКОДУМАЮЩИХ



**ПЕРСОНАЛЬНЫЕ  
СТРАТЕГИИ  
ПРЕВОСХОДСТВА**