

A man with short dark hair, wearing a black t-shirt, light grey jeans, and black sneakers with white soles, is sitting on a wide concrete ledge. He is looking directly at the camera with a serious expression. The background is a dark, textured wall made of large concrete panels.

**Андрей
Вульф**

ПЕРЕИЗОБРЕТЕНИЕ

**Как победить время и обстоятельства,
стать счастливым и не зависеть от идиотов**

Бизнес-эксперт (АСТ)

Андрей Вульф

**ПереИзобретение. Как победить
время и обстоятельства,
стать счастливым и не
зависеть от идиотов**

«Издательство АСТ»

2023

УДК 159.923.2
ББК 88.52

Вульф А. Ю.

ПереИзобретение. Как победить время и обстоятельства,
стать счастливым и не зависеть от идиотов / А. Ю. Вульф —
«Издательство АСТ», 2023 — (Бизнес-эксперт (АСТ))

ISBN 978-5-17-154985-5

Андрей Вульф – известный российский публицист, журналист, корпоративный консультант, мотивационный спикер и общественный деятель, автор первого в России мотивационного шоу «ПереИзобретение». В прошлом – культовый теле- и радиоведущий, депутат Госдумы, чиновник Правительства РФ, топ-менеджер ведущих корпораций, вице-президент Оргкомитета Олимпийских Игр Сочи-2014. В своей книге Андрей Вульф предлагает читателю комплексный подход к полной «пересборке» себя в условиях кризисов и неопределенности на трех уровнях: голова (сознание), сердце (подсознание) и тело (энергия). Методика Андрея Вульфа позволяет получить «всё и сразу»: здоровье, свободу, успех и счастье, при этом оставаясь свободным от рамок и не изменяя своим принципам. Многолетний личный успешный опыт автора сочетается в книге с самыми передовыми исследованиями ведущих бизнес-мыслителей, футурологов, консультантов, духовных гуру и публицистов 21 века. В формате PDF А4 сохранён издательский дизайн.

УДК 159.923.2
ББК 88.52

ISBN 978-5-17-154985-5

© Вульф А. Ю., 2023

© Издательство АСТ, 2023

Содержание

Вступление. Жизнь как портфолио	7
Благодарности	10
Блок 1. Осознание реальности	11
1 – Как изменился мир?	12
2 – Конец эры корпораций	16
3 – История наших побед и поражений	18
4 – Пирог жизни, или Моя встреча с богом	20
5 – Время – невосполнимая валюта	25
6 – Как и во что инвестировать время?	29
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Андрей Вульф
ПереИзобретение
Как победить время и обстоятельства,
стать счастливым и не зависеть от идиотов

© Вульф А.Ю., текст, 2023

© ООО «Издательство АСТ», 2023

Автор фото Андрея Вульфа на обложке фотограф Александр Парюгин

В книге упоминается телеканал «Дождь», внесенный Минюстом РФ в реестр иноагентов

* * *

Вступление. Жизнь как портфолио



Я начинал писать эту книгу пять лет назад, в благословенном 2018 году. В том году мне исполнилось 50, я выпустил автобиографическую «Исповедь дивергента», в Москве шумно прошла премьера моего иммерсивно-мотивационного шоу «ПереИзобретение», а в России состоялся чемпионат мира по футболу. Мы все были полны надежд, идей, наполеоновских планов, впереди открывался новый интереснейший этап в жизни, работе и творчестве.

Футурологи, бизнес-философы и публицисты с новой силой заговорили тогда о наступлении VUCA¹-мира, такого нестабильного, загадочного, сложного и непредсказуемого, который то ли уже наступил, то ли вот-вот наступит, придя на смену старому миру, и тогда уж точно «мир никогда не будет прежним». Но, как это часто и бывает, своих желаний стоит бояться. И вот этот самый VUCA-мир явил себя, войдя в нашу жизнь уверенно и без стука, да не с той стороны, с которой его ждали.

За эти пять лет произошло если не все, то многое из того, что невозможно было предположить, тихо философствуя и теоретизируя в 2018-м. Всемирная пандемия, запершая сотни миллионов людей по своим домам на多月месячные локдауны, мировой экономический и геополитический кризисы, кровопролитные войны, разрушение годами создаваемых бизнесов и экономических связей, все это, помноженное на абсолютную тотальную непредсказуемость внешнего мира, затрудняющую какое бы то ни было планирование даже в горизонте нескольких месяцев. Если бы кто-то сказал мне в 2018 году, что такое возможно, я бы, без сомнения, покрутил пальцем у виска, посчитав такого человека, как минимум, отчаянным фантазером, а, как максимум, городским сумасшедшим.

При этом все самые смелые фантазии уже сбылись в нашей реальности и пугающе продолжают сбываться. И те, о которых писал футурист-пророк Нассим Талеб в «Черном лебеде», «Антихрупкости» и «Рискуя собственной шкурой», и те самые фантазмагорические картины, которые описывали современные российские классики Пелевин, Сорокин и Глуховский. Все это со страниц утопических книг стало нашей сегодняшней реальностью, сложной, тревожной и еще более непредсказуемой, чем казалось вчера. Можно ли планировать карьеру, бизнес, отношения, да даже просто поездку куда-то, когда не знаешь, в каком из миров ты проснешься завтра и проснешься ли?

¹ Это акроним английских слов volatility (нестабильность), uncertainty (неопределенность), complexity (сложность) и ambiguity (неоднозначность), а по сути – крик отчаяния: «Мир сошел с ума!».

И вот уже футурологи и бизнес-мыслители пишут о том, что VUCA-мир закончился, исчерпал себя, и на смену ему пришел BANI²-мир (brittle, anxious, non-linear, incomprehensible), этакий VUCA в квадрате, еще более тревожный, хрупкий и нелинейный, и требующий повышенной адаптивности, интуиции и устойчивости. Турбулентность стала новым трендом и новым брендом – все что угодно теперь продается с приставкой «в эпоху турбулентности».

Лидеры бизнеса, политики и общественного мнения в массе своей, как мне кажется, оказались не совсем готовы к такому уровню антихрупкости, при котором практически не осталось парадигм, на которые можно было бы опереться. Конечно, человек привыкает ко всему, и к хорошему, и к плохому, достаточно быстро, однако все же основные человеческие реакции на кризис – тревожность, эмоциональная нестабильность, страх неопределенности провоцируют нас на такие состояния, как анабиоз, истерика и депрессия, и лидеры – такие же люди, и их также не минула чаша сия. Так что нам уж точно не стоит себя корить и казнить, ведь сами по себе эти состояния нормальны в кризисных обстоятельствах, если не позволить себе в них зависнуть и провалиться. Собственно, это и является характеристикой устойчивости лидеров в эпоху турбулентности – умение быстро собрать себя и, подобно барону Мюнхгаузену, самому себя вытащить из засасывающего болота собственных эмоциональных состояний и поведенческих реакций.

Что делает нас устойчивыми ко всем жизненным катаклизмам? Чему нам следует в первую очередь научиться, чтобы быть во всеоружии ко всем кризисам? В этом контексте то, что описано в настоящей книге, может быть прекрасным инструментарием для полной пересборки нашей машины, для нашего ПереИзобретения в новых обстоятельствах, ведь у нас больше нет выбора – продолжать жить по-старому или попытаться все изменить. Жизнь сама сделала за нас этот выбор, забрав у нас старый предсказуемый мир и предложив попробовать заново изобрести себя в новом.

Именно поэтому, заново перечитывая уже законченную и готовую к печати книгу, которая писалась пять лет, я мужественно решил ничего кардинально в ней не менять, не заниматься самоцензурой и подгонкой задним числом вопросов под уже известный сегодня ответ, я лишь кое-где привел факты в соответствие с актуальной информацией, не меняя при этом своих оценок и рекомендаций. Просматривая текст главу за главой, я вижу, как сам тоже менялся вместе с изменением жизни, и, конечно, есть вопросы и темы, на которые я из сегодняшнего дня, возможно, посмотрел бы уже иначе, и иначе сформулировал, но... Книга – как ремонт, ее нельзя завершить, а можно только закончить волевым усилием. Так что поставлю точку здесь. Пусть будет так.

Мы вступили в сложный, тревожный и непредсказуемый период нашей истории, который характеризуется огромным количеством больших и малых внутренних конфликтов, политических, экономических, военных, религиозных, культурных, информационных и идеологических. При этом основное поле глобальных битв располагается сегодня, как мне видится, между сторонниками модернизма, жаждущими развития и перемен, и приверженцами традиционализма, пытающимися сохранить статус-кво и консервативные институты. В этом глобальном конфликте мир все более радикализируется, все более становится в наших глазах черно-белым, заставляя каждого ежедневно делать свой выбор между попыткой пересобрать что-то новое и попыткой не дать сломать что-то существующее. Нам всем важно быть подготовленными к жизни в этих новых обстоятельствах, ведь возврата в безмятежное прошлое уже точно не будет. А для этого всем нам нужно научиться быть гибкими, устойчивыми и уметь адаптироваться к изменениям внешней среды, не теряя при этом своей совести, своих ценностей и своей идентичности, научиться жить своей собственной новой жизнью и быть в ней успешными и

² Это акроним английских слов brittle (хрупкий), anxious (тревожный), non-linear (нелинейный) и incomprehensible (непостижимый).

счастливыми, несмотря ни на что, а зачастую и вопреки. Это наш вызов, и принять его нам поможет ПереИзобретение.

Желаю всем вам удачи, здоровья, счастья и мирного неба над головой.

Благодарности

Хочу выразить особую благодарность тем, без кого эта книга не появилась бы на свет:

- прежде всего Максиму Иванченко, который помог мне собрать воедино все мысли и может с полным правом называться методологом, архитектором и соавтором книги;
- Дмитрию Савицкому и радиостанции «Серебряный дождь», на которой выходила моя авторская программа «Вне зависимости с Андреем Вульфом», некоторые вопросы слушателей которой вошли в книгу;
- Сергею Сиротенко, подарившему идею бренда «ПереИзобретение»;
- Сергею Шиврину, подарившему идею книги «ПереИзобретение»;
- Александру Баранникову, моему соавтору и соведущему по иммерсивно-мотивационному шоу «ПереИзобретение»;
- Марине Починок, моему шерпе в мире коучинга и партнеру по программе «Жизнь после Олимпа»;
- Марине Михайленко, моему партнеру по корпоративным программам BLD;
- Наталии Долиной, моему коучу и партнеру по программе «Жизнь после Олимпа»;
- Игорю Столярову, моему партнеру по программе «Жизнь после Олимпа»;
- Ирине Хакамаде, Владимиру Яковлеву, моим учителям и ролевым моделям;
- Тони Роббинсу, Экхарту Толле, Садхгуру, Нассиму Талебу, Маршаллу Голдсмиту, встречи с которыми послужили для меня источником новых знаний и вдохновения;
- а также всем-всем моим учителям, клиентам и ученикам.

Блок 1. Осознание реальности

- 1** – Как изменился мир?
- 2** – Конец эры корпораций
- 3** – История наших побед и поражений
- 4** – «Пирог жизни», или Моя встреча с богом
- 5** – Время – невосполнимая валюта
- 6** – Как и во что инвестировать время?
- 7** – Что такое ПереИзобретение и для чего оно нужно?

1 – Как изменился мир?

Осознание реальности

Осознание реальности – это главное, с чего нужно начать. Это та отправная точка, с которой мы начинаем путешествие к себе – новому и настоящему.

Почему вообще появилась эта необходимость, когда и как она возникла?

Изначально та модель мира, в которой мы существуем сегодня, – быстро меняющаяся, мобильная, технологичная, – предполагает очень высокую степень умения приспосабливаться к ней. Вспомним, что всего каких-то 20–30 лет назад наши родители жили при совершенно других обстоятельствах. Например, мои папа и мама всю жизнь проработали на одной работе, мама – преподавателем в колледже, папа – инженером на заводе, при этом вся их карьера развивалась в одной организации и по одной специальности. В то время это была образцовая карьера, и именно так выглядела в глазах общества и людей некая универсальная модель успешности и самореализации. Сегодня такая модель уже абсолютно не применима и выглядит раритетом и даже анахронизмом. Мир уже изменился, продолжает меняться и будет меняться еще больше и быстрее.

Поэтому, когда я кардинально менял свою жизнь (а это со мной происходило трижды – в 1990-е журналистика, телевидение, собственный рекламный и шоу-бизнес, в начале – середине 2000-х Госдума, работа в правительстве, затем топ-менеджером в крупных корпорациях, в 2008 уход в спортивную отрасль и олимпийское движение, Оргкомитет Сочи-2014, «Команда России», «Спорт для всех», в 2015 – очередной неожиданный переход от роли управленца и топ-менеджера к роли эксперта, консалтингу, коучингу, преподавательской деятельности, занятию обучающими и мотивационными программами), у родителей все это не укладывалось в голову: как человек во взрослом возрасте, успешный и состоявшийся, постоянно пытается себя переизобретать заново? Зачем? А для меня это был просто способ обмануть и победить время, оставаясь при этом молодым, счастливым и конкурентоспособным.

Современный турбулентный мир, о котором так любят рассказывать футурологи, бизнес-тренеры и консультанты, означает очень высокую скорость изменений. Сейчас практически невозможно сделать один раз в жизни какой-то выбор, пройти один раз какую-то, пусть самую прекрасную, обучающую программу, получить диплом самого престижного вуза и за счет этого обеспечить себе понятную, комфортную и благополучную карьеру на всю жизнь.

Ты можешь в совершенстве освоить какую-то профессию, а эта профессия через пять лет станет невостребованной, поскольку ее заменит искусственный интеллект. Ты можешь обучиться какому-то ремеслу или специальности, а через два-три года технологии поменяются, и тебе нужно будет практически учиться заново. В этой связи главным и самым востребованным навыком XXI века становится навык постоянно обучаться, открывать новые знания, новые эмоции, новые компетенции в себе самом и в окружающем мире. К сожалению, это именно то, к чему мы не привыкли и что мы умеем хуже всего – учиться всю жизнь, развиваться, совершенствоваться, постоянно двигаться вперед. Ведь для того чтобы учиться, надо прежде всего признаться себе и окружающим в том, что ты многого не знаешь, не умеешь и вообще несовершенен. Увы, психологические паттерны большинства людей таковы, что нам тяжело признаться в том, что мы не знаем и не умеем, мы слишком боимся показаться уязвимыми, слабыми, мы слишком в себе не уверены и поэтому зависим от оценки нас со стороны окружающих.

Изначально практически в каждом человеке уже есть все для того, чтобы добиться успеха. Однако за всю нашу жизнь мы реализуем дай бог несколько процентов от того, что

заложено в нас вселенским разумом и матушкой-природой. Причина этому – наши страхи, ограничивающие убеждения, существующие в сознании и подсознании модели поведения, общественные ожидания, исторические, национальные и социальные традиции, бытовые и психологические привычки... Мы не пытаемся прийти к своему призванию, к своему максимуму, к своему идеалу, мы чаще всего просто довольствуемся тем, что имеем.

Синица в руках – этодохлый птеродактиль

Мы разучились мечтать, мы боимся меняться, и поэтому в большинстве случаев мы выбираем синицу в руках, а не журавля в небе! В принципе, это можно понять и даже простить, когда мы, боясь будущего полета и связанной с ним неопределенности, пытаемся все-таки выбрать синицу пожирнее и посимпатичнее. Но, позвольте, выбирать чудовищного уродливого дохляка, как делают многие люди – это надо сильно себя не любить. Присмотритесь получше: это уже даже не синица, а какой-то птеродактиль. Это птица, которая в принципе не живет в современном мире, но мы ее выбираем, потому что ее выбирали наши родители и их родители. Но сегодня-то эта птичка уже неактуальна, да и «запчастей» к ней давно не выпускают. Ты можешь купить себе замечательный ностальгический автомобиль 1946 года выпуска, и он даже может стоять не так дорого, но, если вдруг что-то внутри со временем придет в негодность, а придет наверняка, ты там ничего не починишь – таких запчастей уже просто не существует в природе.

То же самое касается и нашей модели поведения. Мы подсознательно выбираем привычные устаревшие модели, сформированные нашим предыдущим опытом и опытом наших родителей. И это тот случай, когда опыт тянет нас назад, снова и снова закидывая в наше прошлое и не давая нам стать чем-то большим, чем то, кто мы есть на сегодняшний день. Ровно поэтому я всегда являюсь сторонником модернистского пути и противником традиционалистского. Невозможно создать новое будущее, постоянно оглядываясь в прошлое и пытаясь найти там идеи, примеры, модели поведения и причины для гордости. Это путь в исторический, психологический и экзистенциальный тупик, и, к сожалению, мы зачастую на этом пути.

Три главных качества современного успешного человека

Если бы меня попросили обозначить основные качества, которые востребованы сегодня и, очевидно, будут востребованы завтра, то я назвал бы три основные вещи:

- Умение коммуницировать и находить общий язык с разными людьми
- Способность креативно и нелинейно мыслить
- Навык управлять своими чувствами и эмоциональными состояниями

Если мы изучим биографии наиболее успешных людей нашего времени: президентов, мультимиллиардеров, руководителей-визионеров, выдающихся общественных деятелей, ученых и деятелей культуры, глобальных звезд – это в подавляющем большинстве случаев окажутся люди с очень средним уровнем IQ, а иногда даже ниже среднего. Зачастую о них известно, что они посредственно учились в школе или, как минимум, ничем в детстве и ранней юности не выделялись среди сверстников и одноклассников. Но всех их без исключения сегодня отличает удивительное чутье ко всему новому и очень высокие навыки общения и коммуникации. Это люди, которые, прежде всего, умеют убеждать других людей, вдохновлять их своими идеями и мотивировать их что-либо сделать. Это и есть самое главное качество – водораздел не только между великими и не великими, но и вообще между в широком смысле успешными и не успешными людьми. Успешный человек прежде всего умеет убеждать других людей, не успешный – лишен этого качества.

Бизнес-ландшафт в мире действительно очень сильно меняется. Если взять сегодня список Forbes 10-летней давности, то мы увидим, что из 500 компаний, которые занимали в нем ведущие места, половина не просто вылетела из топа, а вообще прекратила свое существование, не вписавшись за эти всего лишь 10 лет в новую жизнь, в новые технологии, в новую информационную повестку. Они оказались недостаточно гибкими, мобильными и креативными, не сумели убедить людей, что в меняющемся мире они предлагают актуальные, нужные и полезные идеи, товары и услуги.

То же самое происходит и с каждым человеком в отдельности. Умение управлять своими чувствами и эмоциями помогает нам распознавать эти эмоции и причины их возникновения не только у себя, но и у других людей, что, в свою очередь, дает успешным людям прекрасный инструмент для того, чтобы управлять чужими эмоциями, и именно в этом состоит главный секрет их успеха. Совокупность всех этих знаний и навыков называется эмоциональным интеллектом, и мы подробно поговорим об этом в одной из следующих глав.

Комментарии участников программы «Вне зависимости»

Вопрос: *С годами зона комфорта становится сильнее, и начать что-то новое совсем тяжело. Чтобы выйти из этого состояния, мне пришлось пойти учиться в институт в 36 лет. Было тяжело, но через год я начал получать удовольствие. До сих пор знакомые спрашивают меня, зачем я это сделал. Но я же не один такой? (Игорь, Ростов-на-Дону)*

Ответ: Я поздравляю вас! Могу сказать, что последний раз у меня было похожее состояние в 47 лет, и я тоже пошел учиться. Я учусь до сих пор, получаю от этого удовольствие, не стесняюсь этого, и за последние пять лет я узнал и прочувствовал всего больше, чем за предыдущие 30 лет жизни и карьеры. Сейчас в жизни происходит такое количество перемен, что схема, при которой ты один раз обучился, а потом всю жизнь пользуешься этим, уже не работает. Да, конечно, есть узкоотраслевые специалисты, но можно представить себе, что через 5–7 лет та специальность, которой вы учились и посвятили половину жизни, окажется невостребованной, и потребуется что-то другое. Люди иначе сейчас воспринимают востребованность – сейчас нужно быть мобильным, не бояться менять себя в любом возрасте, в любом состоянии, более того – это абсолютно необходимо, поэтому, если вы пошли в 36 лет учиться, вы огромный молодец, я вас с этим поздравляю и всячески поддерживаю.



Упражнения

1. Прочитайте в Интернете 10 новостей о новых технологиях.
2. Выпишите те области, в которых технологии могут вытеснить вашу работу.
3. Подумайте и напишите, что вы можете с этим сделать.



2 – Конец эры корпораций

Глобальный корпоративный мир, который правил бал в бизнесе и общественной жизни во второй половине XX века и начале 2000-х, постепенно прощается с нами и сходит на нет. Конечно, эта корпоративная система довольно сильна, она еще пободается, и на наш век ее точно хватит, но в среднесрочной перспективе ей будет все сложнее и сложнее доминировать, ибо главная особенность нового мира – это быстрота изменений, а чем больше структура, тем сложнее ей быстро меняться в погоне за новыми технологиями, новыми идеями и новыми предпочтениями будущих сотрудников.

Впрочем, это становится заметным уже сегодня. Пару лет назад консалтинговая компания Ernst&Young провела опрос карьерных предпочтений студентов старших курсов и обнаружила, что, по сравнению с аналогичным опросом пятилетней давности, почти вдвое сократилось число молодых людей, мечтающих связать свою профессиональную жизнь с работой в крупных корпорациях; аналогичную отрицательную динамику предпочтений показала и госслужба. Зато пропорционально возросло количество молодежи, ориентированной на создание стартапов, запуск собственного бизнеса, работу в формате фриланса, без привязки к офису и корпоративной культуре, при этом в крупных городах число молодежи, желающей работать на себя, без рамок и ограничений, растет просто по экспоненте год от года. А ведь всего пять лет назад подавляющее число молодых россиян видело вершиной своей карьеры работу в условном «Газпроме», «Мерседесе» или на теплой государевой службе. Значит ли это, что в «Газпроме» иссяк ручеек желающих поработать? Конечно, нет. Однако качество этих соискателей несколько снизилось. Пять-десять лет назад делать карьеру в крупные коммерческие и госкорпорации шли самые мобильные, энергичные, активные и талантливые. Сегодня большинство из них хотят успеха и денег, но не хотят жестких рамок и обязательств, то есть готовы рискнуть и попробовать что-то свое, только чтобы не высиживать годами в офисе, медленно и постепенно карабкаясь по ступенькам корпоративной лестницы. Изменилась и базовая мотивация тех, кто все-таки ориентирован на карьеру в крупных компаниях – эта молодежь чаще выбирает скорее стабильность, предсказуемость, возможность влияния и неформальной власти и обогащения, нежели персональное и профессиональное развитие и абстрактный успех.

Еще один аспект связан с технологической революцией. Очевидно, что с развитием искусственного интеллекта весь рабочий функционал, который раньше выполняли люди, но могут выполнять машины, будет им передан. Это проще, практичнее и дешевле. Я предполагаю, что в ближайшие десять лет до 70 % корпоративных менеджеров будут уволены – или перемещены с тех позиций, на которых они находятся в компаниях сейчас. И на этом месте вполне можете оказаться вы! Если вы не будете думать об этом уже сегодня, вполне возможно, что вы столкнетесь с этим в будущем в очень болезненной форме. Если у вас нет альтернативных вариантов развития и продолжения карьеры, то вы можете быть просто выброшены на улицу. Это могут быть в том числе и высококвалифицированные в своей области специалисты, но если их область применения проще и дешевле передать машинам, то рано или поздно это произойдет. Поэтому так важно обезопасить себя уже сегодня, инвестируя время, деньги и иные ресурсы в проработку и подготовку плана Б.

Мы можем сегодня сколько угодно переживать, что образованные и высококвалифицированные люди зачастую не находят себе работу по специальности, но это объективный фактор нашего времени. Если кто-то предпочитает не задумываться об этом, игнорировать актуальные тенденции и позволяет обстоятельствам управлять собственной жизнью и судьбой, то его, вполне вероятно, ждет печальное будущее – кричать в 50-летнем возрасте: «Свободная касса!». Очевидно, что уже сегодня необходимо инвестировать время, силы, деньги, эмоции, чтобы подготовиться к этим изменениям. Чем больше у вас будет различных компетенций,

навыков, знаний и умений, тем более вариативен будет в дальнейшем выбор вашей судьбы, социальной жизни и карьеры. Если вы сейчас специализируетесь в очень узком профессиональном направлении, то вы в определенной степени в зоне риска, ибо всегда есть вероятность того, что именно это направление технологически устареет или изменится до неузнаваемости, и на рынке будут востребованы совсем другие качества, знания и умения, нежели те, которыми вы обладаете.

Именно поэтому гибкость, мобильность, умение меняться и готовность учиться в любом возрасте становится основным качеством, благодаря которому современный человек сможет развиваться и не просто удерживаться на плаву, но и находить новые варианты и направления развития, то есть иметь возможность выбора. А возможность выбора – это главное, что отличает свободного человека от несвободного. Всегда лучше иметь возможность выбрать, нежели быть вынужденным сделать то, чему нет альтернативы.

Комментарии участников программы «Вне зависимости»

Вопрос: Андрей, спасибо за такую тему! Мне 27 лет, я не знаю, чем хочу заниматься, меняю отрасль за отраслью, сейчас в процессе самоанализа, понимаю, что хочу, но на базовом уровне – хочу общаться, проводить переговоры, хочу на второе высшее, полагаю, что с помощью обучения открою для себя новые горизонты. (Паша, Москва)

Ответ: Да, Паша, наверняка откроете, при этом надо понимать, во что, в какую сферу образования вы инвестируете, какой набор знаний вам необходим. Вам очень важно для этого лучше познакомиться с собой. Мы боимся иногда смотреть в зеркало. Только когда мы раскладываем себя по атомам – кто мы, чего мы хотим, во что верим, какие у нас основные цели, ценности, приоритеты – только после этого можно переходить к следующему этапу – осознанному принятию решения, чем и как заниматься. Когда мы знаем, кто мы, уже не стоит вопрос «что делать?».



3 – История наших побед и поражений

Как мы говорили выше, у каждого человека изначально уже на старте есть все, чтобы прожить именно ту жизнь, которую ему хочется прожить и которой он достоин. Еще один из основоположников мировой психотерапии Милтон Эриксон изрекал нечто подобное в середине XX века. И в этом плане ничего с тех пор не изменилось.

Для того чтобы планировать дальнейшую жизнь и будущие изменения, очень важно провести анализ своего прошлого опыта – того, что уже было с нами раньше.

В жизни каждого из нас было большое количество побед и поражений, начиная с самого детства. Если мы вспомним свою жизнь, задумаемся и выпишем важные события на листке бумаги в хронологическом порядке, то поймем, что для каждого возраста есть ключевые моменты в личной, общественной, профессиональной сфере. При этом среди них были как достижения, так и то, что вряд ли можно записать нам в актив.

Если мы проанализируем все эти события, то сможем определить, какая наша компетенция, черта характера или персональное качество за ними стоит, поймем, из-за чего мы достигли той или иной победы или, напротив, потерпели то или иное поражение. Это может быть смелость, наивность, жадность, упорство, доброта, трусость – все что угодно.

Я предлагаю вам зафиксировать те качества, которые помогли вам достичь успеха на разных этапах жизни, и тогда вы поймете, что вы УЖЕ обладаете целым набором важных компетенций для достижения успеха. Если вы будете развивать эти компетенции дальше, если вы будете работать над ними, холить и лелеять, упаковывать и продавать их окружающим, сделав основой своего личного бренда, то за счет этого ресурса вы гарантированно сможете достигать успеха и в дальнейшем.

Этот же анализ даст вам понимание и ваших слабых сторон – тех качеств, которые нуждаются в корректировке и развитии, тех особенностей характера, которые на разных этапах жизни вас подводили. Очень важно сделать эту работу как можно быстрее, тогда вы сможете не переносить предыдущие неудачные сценарии в свою настоящую и будущую жизнь и перестанете постоянно попадать в ситуации, в которых вы бы не хотели оказаться. Вот здесь вы трусили, здесь не были достаточно решительны, а тут, наоборот, вели себя слишком рискованно, тут были жадны, там доверчивы, а тут недостаточно организованы.

Помните, что ваше будущее не равно вашему прошлому – вы можете развернуть его в любую сторону, сделав выводы из тех жизненных уроков, которые вам удалось получить (как со знаком «плюс», так и со знаком «минус»).

Мой личный жизненный опыт показывает, что, как ни парадоксально, зачастую и в том, и в другом списке могут оказаться фактически одни и те же качества. Любая ваша слабость – это ваша концентрированная сила, это определенный «перегиб», и наоборот – каждое ваше положительное качество, будучи доведенным до абсолюта, почти всегда обращается в свою противоположность. Например, вы можете быть очень системны, и это огромный плюс, но в своем максимуме, доходя до предела, это может уже переходить в дотошность, как, например, в моем случае. Или вы можете обладать таким прекрасным качеством, как быстрое принятие решений, но при «переборе» стать склонным к совершению непросчитанных и опрометчивых поступков, о которых потом приходится долго жалеть.

Когда вы изобразите на бумаге полную и объективную картину собственных прошлых побед и поражений, а также стоящих за ними личностных качеств и черт характера, то у вас в руках окажется ваша «амбулаторная карта», которую можно будет использовать и как карту дорожную, то есть благодаря ей вам станет понятно, куда и как развиваться дальше.

Упражнения

1. Выпишите ваши ключевые, наиболее яркие моменты в жизни – как достижения, так и неудачи (нарисуйте график своей жизни, с момента вашего рождения до настоящего времени), ранжируя успехи и неудачи по 10-балльной шкале значимости.

2. Выпишите рядом, напротив каждого события, те ваши качества, которые помогли достичь успеха (положительные) или привели к неудачам (отрицательные).

3. Напишите рядом, как вы можете:

использовать положительные качества для получения преимуществ;

работать над отрицательными качествами, чтобы не допустить повторения ошибок в дальнейшем.



4 – Пирог жизни, или Моя встреча с богом

Исповедь с элементами проповеди

Как-то раз, дело было в конце 2015 года, на дне рождения одного товарища, ко мне подошел бог. Выглядел он неподобающе богу, я его даже сразу не узнал. Он совсем не был похож на Моргана Фримана, а скорее даже на Алексея Панина, но без излишеств, впрочем, это неважно, так как был это точно не он. На вид ему было что-то около 40, одет он был в какой-то smart casual и пил красное вино. Я тоже тогда еще пил красное вино, и вот на этом-то не богоугодном либо богоугодном (ненужное вычеркните) занятии наши пути-дорожки и пересеклись, таким исторически знаменательным для меня образом.

Он как-то совсем не по-божески простецки подсел ко мне за столик и спросил, сколько мне лет и чем я занимаюсь. Надо сказать, что люди разучились сейчас вот так запросто знакомиться, подобный интерес к незнакомым людям на вечеринке кажется нам подчас каким-то неуместно экзотическим, если это не прелюдия в свингер-клубе или сессия новомодного нетворкинга, однако в данном конкретном случае у меня не возникло и тени смущения или неудобства – настолько естественно, дружелюбно и искреннезаинтересованно выглядел и вел себя мой собеседник. В общем, атмосфера ли располагала, пара бокалов выпитого красного, или у меня просто не было вариантов (все-таки бог же), но я почему то сразу проникся к нему доверием и рассказал ему за полчаса всю свою историю: и что я Андрей, и что мне 47 лет, и про футбол, и про армию, и про МГУ, и про телевидение с шоу-бизнесом, и про депутатство с правительством, и про корпорации, и про Олимпиаду в Сочи, и про ту пустоту, которая образовалась после и не отпускала, и про демотивацию, и про все, в чем даже самому себе до этого признаться мне было страшно и стыдно. Бог слушал внимательно, изредка что-то уточняя и переспрашивая. Затем он попросил у официантки бумагу и ручку и нарисовал большой круг.

– Слышал про «пирог жизни»? – спросил он. Я не слышал. Тогда он рассказал мне про жуткий медицинский термин «период дожития», взглянул на меня пристально, оценил мое физическое состояние (в целом неплохое) и согласился мне продлить его до 75 лет на активную жизнь, что оптимистичнее официальной минздравовской статистики лет на 10, после чего радостно оттяпал от круга гораздо больше половины на уже прожитые мною 47 лет. Потом поинтересовался, сколько я сплю (в среднем 7 часов в день), и безжалостно отрезал треть от оставшегося. Дальше в ход пошло время на еду, транспорт, какие-то регулярные обязательные процедуры типа умывания и одевания, похода за продуктами и т. д. В общем, в итоге не закрашенным остался совсем крошечный сегментик, который в абсолютном выражении составил жалкие 9 лет. Девять лет!!! На все: на любовь и победы, карьерные вершины и заработанные миллионы, на родителей и детей, на то, чтобы сделать что-то важное и значимое, и на то, чтобы получать впечатления и удовольствия, на путешествия и секс, кино и музыку, книги и футбол. Девять гребаных лет!!!

Надо сказать, что время для своего посещения и моего посвящения бог выбрал удачное – не то чтобы у меня все валилось из рук, а как бы уже вывалилось. Позади осталась работа в Оргкомитете «Сочи-2014» с ее сверхзадачами, сверхвызовами и сверхмотивацией, прошла и сама Олимпиада, а с ней и последние увядающие цветки медведевской оттепели. Крым стал наш, а жизнь – жестче, люди восторженнее, но злее, мир враждебней и небезопасней, доллар дороже, а нефть дешевле, хамон с пармезаном стали валютой и «запрещенкой», а еще убили Немцова. Это снаружи. А внутри не лучше. Мой первый, после 15 лет наемной топ-менеджерской работы, бизнес-проект, разумеется, прогорел, причем не просто, а так вполне себе с треском, утащив в пучину, вслед за рухнувшим банком, не только все сгоревшие там

деньги, нажитые непосильным менеджерским трудом, но и амбиции, самооценку, уверенность в том, что мы, прошедшие сочинское горнило, золотой кадровый резерв и прочее бла-бла-бла, будем тут теперь выбирать из сотен заманчивых предложений. Но сотен не было, были единицы, у кого-то десятки и не так чтобы сильно заманчивые. Избалованные, привыкшие к менеджменту на высшем уровне, безупречной организации процесса, высоким зарплатам и идеальным условиям, а еще к масштабу задач, людей вокруг и сотрудничеству во имя большой идеи, мы задыхались как выброшенные на сушу большие рыбыны. Идеи закончились, закончились и люди, и сотрудничество, и условия. Подобно американским ветеранам Вьетнама, мы возвращались в мирную жизнь, которая пугала нас своей повседневностью, обыденностью, серостью и несовершенством. Душа еще оставалась там, в олимпийских окопах, а вокруг уже были мирные трудовые будни с неидеальным менеджментом, смешными в сравнении дедлайнами и нашими завышенными ожиданиями. Все 5 крутых хантерских агентств, радостно взявших меня трудоустраивать и организовавших по 3–4 собеседования каждое, заканчивавшихся обычно дипломатичной формулировкой *overqualified*, а по факту отсылающих в далекое пешее, виновато пожимали плечами. Здесь мало денег, здесь ты слишком инициативен, тут менеджмент неидеален, а там начинайте, но ничего не надо менять, пожалуйста. В общем, свой бизнес, быстро прогоревший вместе с деньгами в банке, был на том этапе, скорее, не осознанным выбором карьерной развилки, а единственным остававшимся вариантом хода ферзя, замурованного порядками соперника.

И вот промежуточный финал. 47 лет. Работы нет, денег нет, радости нет, мотивации нет и нет понимания, а что, собственно, дальше. Так что та встреча с богом, конечно, была очень вовремя. Я часто вспоминаю разговор с Хакамадой в то кризисное, переломное для меня время, которое я называю теперь красиво *transition period*, а по сути, это был переход из жопы в не-жопу. Так вот, Хакамада, выслушав меня, спросила, где я сейчас, по моему собственному ощущению, нахожусь. Если в полной Ж, то я выберусь оттуда быстрее, так как сама жизнь заставит меня делать что-то и что-то менять. А если в неполной, то на выход из нее времени и ресурсов потребуется в разы больше, так как мы умудряемся находить зону комфорта даже в собственном дискомфорте: ну, примеряем там роль жертвы, все нас жалеют, помогают и т. д. Я, очевидно, был в неполной: жрать было что, квартира-дом-машина, даже какие-то сервисные функции в лице помощника, секретаря, бухгалтера и водителя еще оставались от прежней роскоши. А вы говорите – жопа, да просто «ваша Гала балована». Так что путь мне предстоял неблизкий и божественная навигация была бы очень кстати.

На вопрос «Чем я занимаюсь?» мне оказалось неожиданно сложно ответить, а еще сложнее – на вопрос «Зачем?». Следующий вопрос, «На что уходит мое время?», заставил меня задуматься и дать очень неприятный снобистский ответ: «На общение с подонками и идиотами». Третий вопрос прозвучал, как контрольный выстрел: «А зачем?» На этот вопрос ответа у меня уже не было, почти не было. Я пытался что-то мямлить про зарабатывание денег, на что бог просто сминал мои оборонительные редуты уточнениями типа «Много?», «А по-другому никак не заработать?». Я был загнан в угол, озадачен, ошарашен, выведен из себя и своего привычного состояния уставшего и все повидавшего лаки-мэна. И чем? Простыми вопросами (потом я узнал, что эти вопросы были «коучинговыми» и, возможно, бог был коучем, а может быть, и не был), над которыми я почему-то никогда не задумывался раньше и которые никогда перед собой не ставил в суете сиюминутных забот.

Кто я? Чего я хочу от жизни? Почему я занимаюсь именно тем, чем занимаюсь, и это ли именно то, о чем я мечтал всю жизнь? И если нет, то почему я еще до сих пор тут? Кто все эти люди вокруг меня, в моей «лодке»? Единомышленники? Друзья? Случайные попутчики? И если я считаю часть из них идиотами (что, кстати, не доказывает мою правоту – они наверняка так же говорят обо мне), то какого лешего я вместе с ними делаю? И еще много-много других, таких простых и таких важных, ответы на которые мы бесконечно откладываем на потом,

потому что боимся на них отвечать, потому что не хотим, потому что считаем их дурацкими, несрочными и откладываем на завтра-послезавтра, на никогда. Мы все делаем миллион дел, у нас прокрастинация, мы просто боимся остановиться, потому что думаем, что если мы остановимся, то жизнь проедет мимо нас. Мы считаем, что надо бежать в два раза быстрее, просто чтобы не отстать от жизни. Мы боимся выключить смартфон, берем его с собой в спортзал, в кино, на футбол и на секс, и, даже заходя в самолет, выключаем его только при взлете и включаем сразу после приземления, как будто бы от этого зависит наша и еще чья-то жизнь. Этот синдром ошпаренного менеджера, несущегося с сумасшедшей скоростью с глазами срущей собаки и никогда ничего не успевающего, делающего тысячу срочных дел и ни одного важного. Принесите зеркало! Мы вечно заняты, мы везде опаздываем хотя бы на 15 минут, а, как точно описал президент «Сколково» Андрей Шаронов, синдром менеджерской вечной занятости – это синдром человеческой трусости. Трусости признаться себе в том, что не умеешь расставлять приоритеты, что делаешь срочные дела и не делаешь важные, что занимаешься херней и надуванием щек, а потом тебе почти нечего сказать не только в резюме в главе «реализованные проекты», но и на встрече с богом, когда он задаст тебе вопрос «А что ты делал на Земле?». И, так же, как и я тогда, вы будете мямлить и не найдете, что ему ответить.

Когда много лет назад Стиву Джобсу впервые поставили онкологический диагноз и отвели максимум два месяца жизни, то каждый день, выходя из дома, он смотрел в зеркало и говорил себе: «Возможно, сегодня последний день в твоей жизни. Ты точно собираешься делать то, что для тебя важнее всего, Стив?» Тот диагноз оказался ошибочным, и Джобс прожил еще больше 15 лет, прежде чем рак все-таки догнал его, но каждый день, выходя из дома, он по-прежнему смотрел на себя в зеркало и задавал себе тот же вопрос про последний день и важные дела. Позднее он вспоминал, что если три утра подряд отвечал себе на этот вопрос отрицательно, то кардинально менял все в своей жизни и работе. Возможно, именно поэтому появился айфон и сегодня мы считаем Джобса бизнес-иконой и визионером, изменившим жизнь миллионов людей.

Отличать срочные дела от важных, делать важные всегда в первую очередь, жить своей собственной жизнью, а не той, которую придумали для нас наши родители, друзья, коллеги, общество, социум, идти не от «должен», а от «хочу», взять за слоган, аксиому и жизненное кредо гениальную фразу Андрея Сергеевича Аршавина «Ваши ожидания – это ваши проблемы!», и вот твоя жизнь уже начинает меняться на глазах, ты больше не чувствуешь этого многолетнего неподъемного груза, тебя больше не засасывает в эту воронку бесконечной серой рутинной повседневности, всего этого говна, неизбежность которого ты объяснял себе чувством долга, ответственностью, финансовыми обязательствами, стремлением к стабильности и безопасности. Фишка в том, что как только ты перестаешь за все это держаться и бесконечно фокусироваться на проблемах сегодняшних и начинаешь моделировать и визуализировать свое будущее, все как-то не сразу, но со временем устаканивается и выкруливается, по крайней мере, у меня было ровно так.

Самое сложное во всей этой конфигурации – это сойти с карусели. То есть ты-то думаешь, что всегда сможешь, но мы помним, что, как говорят триатлонисты, до старта дойти сложнее, чем до финиша, и, продолжая крутиться на карусели, мы пытаемся планировать, рисовать дорожные карты перемен и увидеть будущее. Но почему-то не видим ничего, кроме плохо покрашенной жопы деревянной лошади, которая едет впереди тебя на карусели, и это ровно та картинка, которая будет преследовать нас всю нашу жизнь, пока мы с этой карусельки не слезем, хотя бы на минуту. Хотим посмотреть перспективу, хотим увидеть небо – слезаем с карусели, хотим всю жизнь видеть жопу лошади – остаемся, все жестко и все просто.

Дальше для таких, как мы, познавших взлеты и падения, успехи и неудачи, покоривших уже свои Олимпы и мечтающих о следующих, начинается самое интересное – знакомство с собой. То есть так-то мы себя, кажется, все знаем, но вот легко ответить на пацанский

вопрос «Кто ты по жизни?», можем не всегда. Периодически мы себе этот вопрос задаем, но отвечаем всегда по-разному, в зависимости от обстоятельств. Я вот Андрей, мне 54 года, россиянин по первому паспорту, израильтянин по второму гражданству, москвич по основному месту жительства, при этом много времени проживающий в Барселоне, пополам украинец и еврей по национальности, по семейному положению – разведен, по факту – счастливо живущий много лет в гражданском браке, христианин по вероисповеданию, либерал по политическим взглядам, беспартийный, историк по первому образованию и юрист по второму, эксперт в области PR и GR, рекламы, маркетинга, культуры, образования, спорта, массовых коммуникаций, поведенческих изменений и мотивации, футболист, московский динамовец по клубным пристрастиям, любитель европейского кино, поклонник «Наутилус Помпилиус» и группы Queen по музыкальным вкусам, по своему профессиональному бэкграунду – журналист, теле- и радиоведущий, шоу-бизнесмен, депутат, чиновник, корпоративный топ-менеджер, олимпийский управленец, консультант, публицист, общественный деятель, мотивационный спикер...

Какой из этих многочисленных ярлыков мне прикрепить к себе так, чтобы я смог бы полностью самоидентифицироваться или идентифицировать себя для людей вокруг? Нет такого одного и даже нескольких, более того, меняя работы, пристрастия, области применения и социальный статус, мы меняем и эти обертки, как фантики от конфет. Так это тот Вульф, который был депутатом, или тот, который за «Динамо» топил? Как только мы счищаем с себя все эти многочисленные шкурки и остаемся наедине с собой и богом, нам становится труднее себя понять и еще труднее себя объяснить окружающим. Кто мы? Для чего мы? Чего мы хотим от жизни? Вот если отбросить все эти бесконечные карьерные тараканы бега, забыть про шашечки и выбрать ехать?

Как только мы осознаем, что мы не равны нашей работе, нашей должности, нашему социальному и имущественному статусу, сразу так явственно становится для нас массовое заблуждение на эту тему, делающее людей в основе своей несчастными. Россия, кстати, по соцопросам занимает аж 49-е место в мире по уровню счастья, как его оценивают сами отвечающие, что, в общем, еще вполне себе. Сколько раз в жизни мне приходилось видеть людей, масштаб личности которых в собственных глазах и во внешних проявлениях увеличивался в разы, как только человек оказывался «при должности», в крупной компании, мегапроекте, рядом с государством, большим брендом или корпорацией. Я это называю синдромом кролика и морковки. Как часто в большом кабинете мы встречаем маленьких кроликов, допущенных грызть большие морковки и прямо-таки раздувающихся от собственной важности и значимости. Каждый суслик-агроном, каждый замзавотделом в условной «Роснефти» полагает себя Сечиным. Но, удивительное дело, как только такого кролика отлучают от большой морковки, он сразу сдувается прямо у нас на глазах, становясь тем, кто он и есть на самом деле, – жалким маленьким кроликом. Как сейчас вспоминаю не избравшихся в новый созыв Госдумы в 2003 году депутатов, тенями бродящих по длинным коридорам на Охотном Ряду с видом побитых собак и следами провожающих лишение их атрибутов мнимой принадлежности к власти – вечно молчавших телефонов правительственной связи АТС-2, прокуренных служебных «Волг» и маленьких неудобных кабинетов без приемной. Казалось, что вместе с отрезанными телефонами спецсвязи у них отнимают последнее, что связывает их с жизнью и дает энергию – это осознание принадлежности к чему-то большему, чем ты являешься на самом деле, к Большой Морковке. Понимание того, что размер кролика не зависит от размера морковки, что масштаб и Олимп находятся внутри нас, а не в «виньетках ложной сути», конечно, не означает достижение дзена, но вполне может сделать нас счастливыми, поменяв поведенческую парадигму с гонки за бесконечными внешними подтверждениями нашей успешности и состоятельности, подчас превращающие нашу жизнь в какой-то симулякр жизни, на право и возможность просто жить своей собственной настоящей жизнью, с победами и поражениями, с достижениями и правом

на ошибку и эксперименты, подтверждаемыми мощным внутренним ощущением «Я – красавчик!»

Бога я больше никогда не встречал. Я даже сразу после той первой и единственной встречи попытался найти его, уточнив у общих знакомых, на дне рождения которых я его встретил, но, удивительное дело, никто его не знал, не запомнил и, как выясняется, не звал. Но ведь я еще не сошел с ума, я точно помню, я с ним разговаривал и даже пил с ним красное вино. Мне так много надо еще у него спросить, а самое главное – сказать спасибо. За ПереИзобретение.

Упражнения

1. Посчитайте собственный «пирог жизни»: сколько вам лет, сколько лет вы рассчитываете еще активно жить и трудиться, сколько времени в день у вас есть на все.
2. Посмотрите, как и на что вы сейчас расходуете этот пирог.
3. Спросите себя: «Если бы этот день был последним в моей жизни, это было бы то, чем я хотел бы заниматься?»

5 – Время – невосполнимая валюта

В этой главе мы поговорим про расстановку приоритетов, про умение выделять в жизни и работе главное и не растратить себя на текучку.

Самое плохое, что мы можем для себя придумать, – это плыть по течению жизни, подчинившись ее обстоятельствам.

Почему? Потому что по течению плывет только говно.

Если у человека есть желание отличаться от этой субстанции, то ему стоит поменять модель поведения и сделать выбор: либо ты управляешь своей жизнью и ее обстоятельствами, либо обстоятельства управляют тобой. К сожалению, мы все в разные периоды нашей жизни плывем по течению, однако никогда не поздно перестать это делать.

Самое большое преступление человека перед самим собой и перед Богом – это прожить чужую жизнь и не реализовать ту миссию, которая была заложена в тебя с рождения. Увы, это очень часто происходит из-за того, что ты следуешь тем поведенческим паттернам и моделям, которые определили и придумали для тебя другие люди. В этом случае ты неосознанно делаешь то, что совершенно не соответствует твоему внутреннему представлению о прекрасном, и этим медленно уничтожаешь себя, губишь на корню. Никогда нельзя забывать, что это твоя жизнь, она дана именно тебе и она у тебя одна. И главная твоя задача в жизни – это реализовать себя. Если ты сможешь реализовать себя в жизни, сделать счастливым прежде всего себя, то тогда ты сможешь замахнуться и на то, чтобы сделать счастливыми своих близких, друзей, коллег и таким образом осчастливить людей вокруг и изменить мир к лучшему. Но если ты сам себя не смог реализовать и сделать счастливым, то зачем тогда твоя жизнь? Ты не сможешь сделать счастливыми других людей, даже свою семью и детей, не будучи сам счастливым человеком. Это – сермяжная правда жизни. В огромной степени проблема политиков и их неэффективность, неспособность сделать жизнь людей лучше и счастливее как раз и состоит в их собственной личной несчастливой жизни, и это свое персональное несчастье они переносят на своих граждан как смертоносный вирус. Поэтому угрюмых и невеселых политиков на вечно «сурьезных щах» людям стоит бояться как огня, и лучше гнать их подальше от власти ссанymi тряпками. Поэтому, когда я вижу по телевизору в новостях или ток-шоу очередного грустного напыщенного индюка в галстуке, рассуждающего о народном счастье, я всегда спешу быстрее переключить канал, ибо знаю, что несчастье заразно.

Вспомните известные исследования о самых распространенных сожалениях пациентов хосписа:

- жалеют о том, что им не хватало смелости жить так, как им бы хотелось жить, а не так, как этого ожидали от них другие;
- жалеют о том, что работали на нелюбимой работе, а не на той, о которой мечтали;
- жалеют о том, что не реализовали свои детские мечты – куда-то путешествовать, что-то попробовать, совершить сумасшедший поступок;
- жалеют о том, что слишком много сил и времени отдавали работе и слишком мало – хобби, путешествиям и новым впечатлениям;
- жалеют о том, что наплевательски относились к своему телу, образу жизни и здоровью;
- жалеют о том, что недостаточно времени уделяли общению с родными, близкими и друзьями.

Как видите, в этом списке ни разу не упоминается про деньги, бизнес, должности, социальный статус и атрибуты успеха, зато много раз упоминается об очень простых вещах, которые не стоят бешеных усилий, нужно только захотеть. Следует понимать, что время – главная, единственная и невосполнимая наша валюта. Пока люди смертны, можно с уверенностью гово-

рять, что эта валюта самая ценная. Мы с радостью тратим эту валюту, меняем ее на деньги, удовольствия, амбиции, гордыню и чаще всего это очень невыгодный обмен. Мы до сих пор наивно полагаем, что главные инвестиции в нашей жизни – это финансы, а это не так. Главные наши инвестиции, самые рискованные и самые ответственные – это инвестиции нашего времени. Любая инвестиционная ошибка на этой бирже стоит нам гораздо дороже, чем потеря денег, и главное, она фатальна, ведь вернуть назад потерянное время невозможно.

Так как же им тогда правильно распорядиться, на что потратить так, чтобы, как говорил советский классик, не было «мучительно больно за бесцельно прожитые годы»? Валюту – время – не нужно тратить. Его нужно именно инвестировать. Гораздо важнее понимать, как ты будешь инвестировать время, нежели деньги. Тогда ты сможешь продлить свою жизнь, повысить ее качество. Главная борьба, которая происходит в нашей жизни с момента рождения и до самой смерти, – это борьба со временем. Время – наш главный враг, ведь именно оно делает нас старыми, некрасивыми, больными и в конечном счете мертвыми. Во всех сказках и фантастических фильмах все сверхлюди пытаются обмануть время, от Кошечки Бессмертного до Дориана Грея.

Все мы в чем-то Дорианы Грей, ибо мы хотим, чтобы течение времени нас не касалось, но при этом мы ничего не делаем, чтобы его остановить или хотя бы перестать его безрассудно тратить на то, о чем точно не вспомним, оказавшись у последней черты.

«За сколько можно съесть тарелку дерьма?»

Однажды, много-много лет назад, когда мы обсуждали в шумной компании друзей некий неприятный компромисс, один мой близкий и очень небедный товарищ в шутку обратился ко мне с предложением: «За сколько ты готов съесть тарелку дерьма?» Мы посмеялись, но он продолжал настаивать: «Я даю тебе прямо сейчас тысячу долларов».

Он тут же был мной громко послан, но не сдавался: «Десять тысяч!». Я на секунду задумался. Конечно, сумма-то довольно приличная, но вот есть дерьмо, даже на спор, совсем не хотелось, и представив эту неприятную картину, я все же уверенно отказался. Следующая озвученная сумма (сто тысяч долларов) уже заставила трепетать – это были очень большие для меня, да и вообще, деньги, на которые можно было решить много нужных и важных для меня вопросов, а вот неприятный процесс поедания дерьма уложился бы в 5–10 минут максимум. Стоили ли эти сто тысяч десяти минут неприятных ощущений? Однозначно стоили. Единственное, что меня останавливало, – это публичность ситуации, ибо одно дело – тихо и быстро съесть дерьмо и получить за это огромные деньги, а совсем другое – сделать это публично при своих друзьях, заработав репутацию, пардон, продажного говноеда. Эти мои размышления были прерваны следующим предложением: «Один миллион». Стоит ли говорить, что в комнате тут же образовалась очередь из приличных, умных и успешных людей, готовых съесть тарелку дерьма.

В этой истории нет морали, но есть вывод, который напрямую касается взаимоотношения между временем и деньгами. Жизнь есть жизнь, она не всегда в розовом цвете, и у каждой тарелки дерьма есть своя цена. Однако ключевым фактором в моей истории были те 5–10 минут, которые надо было потратить на неприятное занятие, и та компенсация в денежном эквиваленте, которая за это полагалась. Всегда взвешивайте эти две цифры, и только потом принимайте решение о компромиссе. Если вы, например, продаете себя на нелюбимую работу, то это должно быть в идеале дорого и не очень долго, по крайней мере, с четко обозначенным временным горизонтом – полгода, год, два, максимум до пяти, и то если вы еще молоды. Никогда не стоит браться за то, что вам неинтересно, и тем более за то, что вам неприятно, если сроки окончания этой неприятности не обозначены и не оговорены на старте. В противном случае вы рискуете есть эту тарелку дерьма всю свою жизнь.

Комментарии участников программы «Вне зависимости»

Вопрос: Андрей, это прекрасная тема, думаю, в том или ином контексте близкая всем. Я постоянно чувствую, что не на своем месте, но изменить что-то боюсь: а вдруг будет хуже. Как быть, как понять, что ты хочешь? (Екатерина, Москва)

Ответ: Не надо бояться того, что будет хуже – надо быть готовым к тому, что будет определенный период нестабильности и без этого периода не получится перейти в будущее. Не верьте тем, кто говорит, что все пройдет очень быстро и легко – условно говоря, сегодня ты в полном ауте, а завтра – король мира. Такое бывает только в сказках про Ивана-дурака. Кстати, обратите внимание на некоторые ментальные национальные различия. Традиционная американская мечта – это когда совсем юная девушка приходит на каникулах подработать в ближайшую к школе закусочную официанткой, работает хорошо, оканчивает школу, становится менеджером, потом управляющей этой закусочной, через какое-то время выкупает ее, еще через какое-то – масштабирует бизнес и основывает сеть закусочных, покрывает этой сетью всю Америку, затем весь мир и наконец к 50 годам становится миллиардером. Вот классическая модель американской мечты. Наша российская мечта немного другая, она родом из сказок про Ивана-дурака и скатерть-самобранку – пришел в программу «Поле чудес» к Леониду Якубовичу, выиграл автомобиль, радостный на этом автомобиле уехал, а, может, и не уехал, а продал и деньги пропил, и через полгода опять пошел играть к Якубовичу. Это уже совсем другая, непохожая на американскую, концепция, и нам нужно учитывать наши национальные особенности: надежду на авось, веру в удачу, счастливый случай и скатерть-самобранку. Возможно, вам, Екатерина, будет на первых порах очень трудно, и, конечно, хорошо, если у вас есть какой-то запас – финансовая подушка безопасности или твердая уверенность, что на следующем этапе вы быстро сумеете наверстать то, что потеряли. Я сам несколько раз в жизни уходил с работы абсолютно в никуда, просто ощущая, что полностью потерял мотивацию, мне скучно, неинтересно, и чтобы увидеть и найти что-то новое, какие-то иные варианты, я уходил с текущей работы – просто потому что иначе не получалось, я застревал в текучке и не видел никакого горизонта.



Упражнения

1. Запишите, на что вы сейчас тратите свое время в течение дня/недели.
2. Запишите свои ключевые цели: как бы вы хотели выглядеть, действовать, чего добиться через 10 лет?
3. Соответствует ли то, как вы используете свое время, вашим ключевым целям? Вы просто тратите время или инвестируете его?

4. Подумайте, за сколько вы готовы съесть вашу «тарелку дерьма» и какой максимальный срок заниматься неприятной вам работой.



6 – Как и во что инвестировать время?

Матрица Эйзенхауэра для чиновников и «корпоратов»

Каждый человек ежедневно и ежеминутно осуществляет тысячи маленьких выборов, которые в совокупности и в конечном счете определяют его будущее на годы и десятилетия вперед. Главное в этой череде – выбрать для себя то, что ты делаешь и чего ты не делаешь, то есть понять, как и во что ты инвестируешь свое время. Классическое пособие этого жанра для всех желающих стать успешными инвесторами своего времени – книга Стивена Кови «Семь навыков высокоэффективных людей». В этой книге, ставшей одним из главных мировых бестселлеров, помимо прочего, легендарный философ и практик личностного роста подробно расписывает знаменитую матрицу Эйзенхауэра, в которой все наши дела поделены на четыре сегмента:

- Важное и срочное
- Важное и не срочное
- Срочное и не важное
- Не срочное и не важное

И, в зависимости от того, в каком из сегментов вы ежедневно проводите больше времени, можно определить, насколько вы эффективны и гармоничны в средне- и долгосрочной перспективе.

Интересное наблюдение состоит в том, что большинство чиновников, руководителей, топ-менеджеров, то есть как раз тех, кого принято считать людьми успешными, тратят больше 80 % своего времени в течение дня на дела, которые находятся в категории «важное и срочное». И это **показатель их невысокой осознанности, несчастья и в конечном счете недостаточно высокой персональной эффективности**. Потому что чем больше времени и сил вы тратите в этом сегменте, чем больше вы «тушите пожары», закрываете авралы и спасаете дедлайны, тем меньше времени вы сможете думать о стратегических планах и о развитии. К сожалению, понимание этого чаще всего приходит к «топам» слишком поздно: либо когда за вереницей текущих задач теряется чувство времени и упускается тот момент, когда необходимо предпринять корректировку, а то и разворот курса, либо когда эмоциональный стресс и выгорание приводят к серьезным проблемам со здоровьем руководителя, выбивая его из обоймы и давая таким образом понять, что пора поменять приоритеты.

Много раз, консультируя чиновников и топ-менеджеров, особенно на первых порах работы, я сталкивался с таким отношением к подготовке стратегий, анализу рынка, исследованиям, обучению и прочим задачам из сегмента «важное – не срочное»: «Да, это, конечно, все важно, но сейчас у меня на это нет времени, мне нужно работать, выполнять поручения, добиваться реализации плана» и так далее.

Особенно такая ситуация характерна для чиновников, эффективность которых оценивается по формальным признакам не решения задач, а выполнения (на чиновничьем языке еще печальнее – «закрытия») поручения вышестоящего начальника. Иными словами, если тебе поступило поручение («входящее»), то его необходимо либо расписать нижестоящему, либо ответить самому («исходящее»). Если твой письменный ответ-отписка наверх принят (а в 95 % случаев, при обилии документооборота и поручений, никто в этом детально разбираться не станет ввиду отсутствия времени и мотивации), то, считай, поручение «закрыто». А мы после этого сетуем на низкую эффективность госуправления. Так откуда же ей взяться высокой при подобной системе оценки эффективности?

Знаю об этом не понаслышке, четыре года проработав директором Департамента внешних связей одного из федеральных министерств. 80 % моего рабочего времени занимала переписка, «закрытие» поручений, протокольные мероприятия, разрезания ленточек, сидение в президиумах различных конференций, конгрессов и юбилеев, составление и озвучание поздравительных адресов и т. д. При этом рабочий день был перегружен встречами и мероприятиями, стол ломился от бумаг, которые приходилось брать в ночи домой, а времени на стратегически важные проекты всегда не хватало. Когда 9 лет назад я впервые за много лет составлял свое резюме для потенциальных работодателей, то с удивлением обнаружил, что в разделе «Реализованные проекты» на фоне нескольких десятков крупных и значимых проектов за все годы моей работы в собственном бизнесе, корпорациях и руководстве различных коммерческих и некоммерческих организаций, я с огромным трудом вспомнил и записал 5 проектов за 7 лет своего нахождения на госслужбе (Госдума плюс исполнительная власть). И это при том, что, будучи госслужащим, постоянно находился в жутких стрессах, перегрузке, работая зачастую по ночам, выходным и почти без отпусков. Отсюда делаю вывод о том, что эффективность моей работы была в долгосрочной перспективе, увы, невысока. И это тот же самый человек (я), который показывал высокую эффективность на всех других направлениях своей деятельности. Значит ли это, что система в принципе такова, что мешает людям проявлять их лучшие качества? И может ли вообще человек, находясь на руководящей должности во власти или в корпоративном мире, быть более эффективным и при этом более гармоничным только за счет правильной приоритизации дел в матрице Эйзенхауэра, или система будет сама выталкивать его в сегмент «важное – срочное»? Об этом поговорим ниже.

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.