

Дивись уперед. Надійний шлях до омріяного життя

Майкл Гаят

ОЗНАЙОМЧИЙ ФРАГМЕНТ

Переклад — Оксана Кацанівська

© Видавництво «Наш Формат». Усі права застережено.

Фрагмент надано для ознайомлення. Повна книжка — nashaknyga.com.ua

Вступ. Додаток для вашого життя

Перший крок на шляху до мети — вирішити, що ви не стоятимете на місці.

Джон Пірпонт Морган

Був чудовий липневий ранок і я (Майкл) прогулювався Скелястими горами в Колорадо. Стежка звивалася вздовж жвавого струмка. Усе навколо буяло й квітло, у повітрі вирувала суміш солодких ароматів сосен, тополь і землі. Температура повітря — градусів вісімнадцять — була ідеальною для тривалої прогулянки. Діставшись першого орієнтиру, знайомого місточка через струмок, я зупинився, щоб увібрати в себе всю цю навколишню красу, і загубився у відчуттях.

Невдовзі я перейшов другий місток і попростував стежкою, що вела мене від потічка. Ще десять хвилин стрімкого підйому — і я вийшов до русла, яке тікало вгору по крутому схилу. Трохи заморившись, я вирішив, що зайшов уже достатньо далеко, ковтнув води й почав спускатися. Знову перейшовши другий місток, я рушив униз тією самою стежиною, якою перед цим піднімався, принаймні так мені здавалося. На диво, я більше не чув дзюрчання струмка. Ліс тепер був темнішим і густішим. Через якусь мить все стало зрозуміло — я загубився не лише у відчуттях. Я заблукав! Десь повернув у неправильний бік і опинився на зовсім іншій стежці.

На щастя, на моєму айфоні стояв спортивний додаток, який відстежував маршрут. Я молився, щоб телефон зловив сигнал. Так! П'ять поділок! Маршрут було видно на карті, тож я міг побачити його початок і кожен пройдений мною поворот, зокрема й неправильний. За якихось десять хвилин я знову був на правильному шляху.

Додаток для вашого життя

Прогулянка в горах — одне, а от буденне життя — зовсім інше. Ви ж не зможете просто скористатися GPS-додатком, якщо зійдете з правильного життєвого шляху? Правда ж?

Коли б ми не вживали поняття «планування життя», люди його розуміють. Де б ми про нього не згадували: у доповіді, на тренінгу, у блозі або й у звичайній розмові, майже всі усвідомлюють його значення, навіть якщо ніколи всерйоз його не обмірковували. Чому ж так?

- Можливо, тому, що вони бачать довкола багато нещасних людей, які й гадки не мають, як докотилися до такого життя.

- Можливо, тому, що глибоко в душі усвідомлюють, що пливуть за течією, не маючи чітких життєвих цілей.

- Можливо, тому, що життєвий шлях виявився складнішим, ніж очікувалося, і тепер вони розуміють, що потребують плану.

- Можливо, тому, що життя не складається так, як вони сподівалися, і вони нарешті вирішили взяти його в свої руки.

- Можливо, тому що їм зараз 40, 50 чи 60 і вони просто не можуть повірити в те, як швидко промайнули роки.

- Можливо, попри те, що зараз їхній життєвий шлях складається досить добре, вони усвідомлюють усю швидкоплинність часу й хочуть зробити його ще кращим.

Якщо в цих словах ви впізнали себе, у ваших руках правильна книжка. Життєвий план — це додаток, що не дозволить вам зійти зі шляху до омріяного життя. Без плану ви маєте всі шанси опинитися зовсім не там, куди прямували — на руїнах власного шлюбу, кар'єри чи здоров'я.

Здебільшого люди розуміють усю мудрість планування. Ми плануємо майбутню відпустку, освіту дітей, вихід на пенсію. Але чомусь ніколи не плануємо свого життя. Так було й з нами обома. Проте потім ми усвідомили, чого нам бракувало.

Тривожний сигнал

У 20 я (Деніел) розпочав кар'єру в галузі іпотечного кредитування. У 23 мене призначили менеджером. За наступні кілька років наша компанія розширила мережу філіалів з 8-ми до 17-ти. Важко працюючи, я зумів створити чудову команду, яка зовсім скоро зробила наш відділ найбільш результативним.

У 28 мене підвищили до віце-президента, відповідального за роботу всіх філіалів. Я контролював діяльність 200 первинних кредиторів і керівників у Каліфорнії, Орегоні, Вашингтоні й Неваді. От тоді все й стало значно складнішим.

Генеральний директор компанії був моїм наставником і другом. Він чітко дав зрозуміти, що вбачає в мені свого наступника. За рік до того компанія стала публічним акціонерним товариством, тож майбутнє здавалося цілком безхмарним. Я перевиконував усі фінансові завдання й не міг навіть уявити успішнішого розвитку своєї кар'єри.

Але глибоко в душі я відчував: щось пішло не так. Мої колеги-однолітки були, поза сумнівом, людьми заможними, проте більшості довелося заплатити за успіх високу ціну. Хтось розлучився або нарікав на нещасливий шлюб. Інші не могли знайти спільну мову з дітьми-підлітками, які постійно втрапляли в халепу. Хтось не міг прожити дня без допінгу — алкоголю чи наркотиків. Мало хто піклувався про своє фізичне й духовне здоров'я. У багатьох прогресивних галузях картина була так само невтішна.

На цьому етапі (одружений, батько трьох маленьких дітей) я усвідомлював, що моє життя рухається в неправильному напрямку. Усі ті люди були дуже успішними в одній сфері — фінансовій, але повними банкрутами в інших — значно важливіших. Я нікого не засуджував, та мені зовсім не подобалося те, що я бачив. Для того щоб моя життєва історія склалася інакше, були потрібні зміни — це я знав напевне. Я довго й серйозно обдумував свій життєвий шлях.

Після повного переосмислення цінностей змінилося й моє розуміння успіху. Те, що раніше мотивувало мене, раптом утратило всі принади. Мене більше не цікавили прибуток, майно чи статус. Мені хотілося чогось більшого — от лише я не знав, чого саме. Отож, я звільнився. Комусь це здавалося безглуздом, мені ж — абсолютно логічним кроком.

Я вирішив узяти річну відпустку й присвятити її аналізу кар'єри. Врешті-решт, я зупинився на такому варіанті: заснувати компанію з бізнес-коучингу (пізніше я назвав її «Білдінг чемпіонз, Інк.»). Тоді ж мене вперше ознайомили з поняттям «планування життя». Я заприятелював із Тодом Дунканом, письменником і тренером з продажів. Важко переоцінити, як сильно він допоміг мені в запуску нового бізнесу; у навчанні він застосовував методику «Планування життя».

У відпустці я написав свій перший життєвий план, а незабаром створив практичний інструмент, що став основою цієї книжки. Ми переконані: щоб навчитися керувати командою, треба спершу навчитися керувати собою, — тому пропонуємо нашим клієнтам розпочати з планування життя, а вже потім переходити до розвитку бізнесу й лідерських якостей. Упродовж років планування життя допомогло тисячам людей.

Врятувало воно й мене. Минуло понад 20 років відтоді, як я вперше відкрив цю методику для себе та випробував її в дії. Це допомогло мені не лише уникнути долі окремих колег, а й зосередитися на найважливіших цінностях.

Історія Майкла доволі схожа.

Ціна успіху

У липні 2000 року голова «Нельсон букс», одного з видавництв компанії «Томас Нельсон паблішерс», раптово пішов у відставку. Мені (Майклу) запропонували обійняти його посаду. Я знав, що справи цього відділу кепські, та уявлення не мав, наскільки.

З'ясувалося, що видавництво «Нельсон букс» було найменш прибутковим з усіх чотирнадцяти.

Упродовж наступних 18 місяців я тільки те й робив, що відчайдушно намагався все змінити. Я постійно їздив у відрядження, ми з командою не раз засиджувалися в офісі допізна. Разом ми зробили наш відділ найприбутковішим. Я знову пішов на підвищення, а заодно отримав і нові обов'язки.

Незабаром далися взнаки й негативні наслідки успіху. Обсяг робочих навантажень зростав, а от фізичних — зменшувався. Я їв дедалі більше шкідливої їжі й почав набирати вагу. Я постійно нервувався, аж поки не опинився в лікарні із серцевим нападом (принаймні так мені здавалося). На щастя, я помилявся — то був просто сильний напад кислотного рефлюксу ¹. Проте він мене налякав і змусив замислитися. Я усвідомив, що спланував свою кар'єру, та аж ніяк не життя. Якби так тривало й далі, я підірвав би, а може, і зовсім зруйнував своє здоров'я. Могло статися й щось значно гірше...

За порадою друга я найняв тренера з особистісного розвитку — Деніела. «Життя не має бути таким — його можна зробити збалансованим і змістовним», — казав він. Щоб показати, як саме, Деніел допоміг мені написати життєвий план. Тоді я вперше ґрунтовно обміркував, чого мені хотілося б досягти не на роботі, а в інших, не менш важливих, сферах життя. Тоді ж у мене вперше за багато місяців з'явилася надія.

«Це не убезпечить тебе від нещасть і несподіванок, — попередив Деніел, — зате допоможе активно жити й свідомо формувати своє майбутнє». Він мав рацію. Написання життєвого плану, його регулярний перегляд і оновлення змінило нас обох. У той час, як розширювалися наші родинні й дружні кола, розвивалися кар'єри та розросталися інтереси, життєвий план не давав нам зійти з правильного шляху, допомагав залишатися

вірними найціннішому.

Ми переконалися в силі життєвого плану на власному досвіді. Тепер хочемо подарувати таку нагоду і вам. До речі, у нас добра новина: планування життя допомагає не лише перевиснаженим управлінцям середнього віку. Зовсім навпаки — що раніше почнете, то більше матимете шансів перетворити своє життя на мрію — у сенсі фінансів, стосунків, здоров'я й духовного розвитку. Нікому не завадить взятися за штурвал корабля під назвою «Життя» й повести його правильним курсом.

Наша обіцянка

Усі ми іноді губимося. Навіть знаючи правильний шлях, ми сходимо з нього. Буває, ми не розуміємо, як повернутися. А буває й так, що нам просто не подобається те, куди ми прямуємо.

Ми хочемо, щоб ця книжка подарувала вам ясність думок, необхідну для формування бачення всього вашого життя та створення плану, що вкаже правильний шлях. Уся річ в адекватній оцінці реалій приватного та професійного світів і, як наслідок, ухваленні найкращих рішень і перетворенні вашого життя на історію успіху.

«Дивись уперед» допоможе вам повірити у свої сили. Якщо ви відчуваєте певний дисбаланс і розумієте, що не можете більше витримувати такий темп життя; якщо маєте неабиякі професійні здобутки, проте не бажаєте нехтувати іншими пріоритетами; якщо хочете зосередитися на досягненні фінансового успіху; якщо нещодавно пережили трагедію і раптом збагнули, що життя скороминуче... Якщо це про вас — ви обрали правильну книжку.

«Дивись уперед» навчить ухвалювати найдоречніші рішення у будь-якій сфері життя. Позитив полягає в тому, що більшість із нас навіть не уявляють, як багато всього можуть контролювати. Кожен день — це тисячі нагод змінити свою історію. Ми хочемо допомогти вам навчитися ухвалювати якомога ініціативніші, виваженіші та

вигідніші рішення.

І нарешті, «Дивись уперед» дасть вам змогу зробити вагомий внесок у розвиток світу загалом і вашого оточення зокрема.

Без активних дій не буває позитивних результатів. Наша мета — дати вам поштовх, необхідний для омріяних змін. У цій книжці ми постійно закликатимемо вас до дій. Ми допомогли багатьом людям із найрізноманітнішими життєвими обставинами й стали свідками їхніх разючих перетворень. Значення має лише одне, і це надзвичайно важливо, — ваша готовність до змін на краще. Джон Морган мав рацію, коли сказав: «Перший крок на шляху до мети — вирішити, що ви не стоятимете на місці».

Отже, рухаймося вперед.

Огляд книжки

«Дивись уперед» складається з десяти розділів. Прочитавши їх, ви усвідомите необхідність життєвого плану, зрозумієте процес його створення й отримаєте підтримку в його втіленні. Наша головна мета — навчити вас щодня ухвалювати рішення, завдяки яким ваше життя стане ініціативнішим і обміркованішим. Якщо ви дослухаєтеся до наших порад, то здобудете знання та навички, що допоможуть прожити життя дивлячись уперед, а не в дзеркало заднього огляду. Ось карта доріг «Дивись уперед».

Розділ 1. Визнайте, що пливете за течією. Ми з'ясуємо, чому так мало людей планують свої життя та що відбувається з тими, хто цього не робить. Як правило, усе зводиться до так званого «плину за течією» — метафори, що пояснює, як ми опинилися зовсім не там, куди прямували. Якщо в нашій історії і є «негативний герой», то це плін за течією.

Розділ 2. Зрозумійте місію. Ми дамо чітке визначення життєвого плану, пояснимо, чим він є, а чим — ні. А також поставимо три важливі запитання, які допоможуть упорядкувати не тільки ваш план, а й усе ваше життя.

Розділ 3. Цінуйте переваги. Ми докладно розглянемо 6 основних переваг створення життєвого плану. Щоб усі ваші зусилля не виявилися даремними, необхідно чітко зрозуміти, чому саме ви зважилися написати план і привести його в дію.

Розділ 4. Створіть спадщину. Ми пропонуємо вам уявити останні хвилини свого життя й спробувати відповісти на одне запитання: «Що скажуть про мене мої родичі, друзі й колеги, коли мене не стане?». Ця вправа може здатися занадто песимістичною, проте її роль важко переоцінити. Адже після вашої смерті значення матимуть тільки спогади, які ви залишите після себе. То яким ви хотіли б запам'ятатися? Можливість впливати на формування цих спогадів може стати потужним каталізатором змін на краще.

Розділ 5. Визначте пріоритети. З нашою допомогою ви зможете відкрити окремі «рахунки» для кожної з основних дев'яти сфер життя. Ми також пропонуємо скористатися онлайн-ресурсом «Тест для оцінювання життя», створеним для з'ясування вашого балансу на кожному з них.

Розділ 6. Прокладіть маршрут. Визначивши пріоритети, можемо переходити до написання плану дій для кожного окремого рахунку. Спочатку потрібно з'ясувати, де ви є, і вирішити, де натомість хотіли би бути. Ми допоможемо вам сформулювати свої цілі, описати омріяне майбутнє й реальну дійсність і скласти конкретні зобов'язання.

Розділ 7. Пожертвуйте одним днем. Читаючи цей розділ, ви вже матимете всі знання, необхідні для створення життєвого плану. Отже, саме час узятися до роботи. Ми пояснимо, чому так важливо виділити на його написання увесь день, як до цього підготуватися й зуміти довести почате до кінця.

Розділ 8. Почніть втілювати план. Ось він, момент переходу від теорії до практики. Планування має на меті допомогти вам потрапити на шлях до життя, про яке ви завжди мріяли. Секрет

простий — отримати додатковий час та енергію, яких так часто не вистачає для застосування нових методів і досягнення нових результатів. Ми поділимося трьома способами створити цей резерв — необхідну передумову вашого майбутнього успіху.

Розділ 9. Не закидайте його на полицю. Ефективним життєвий план робить його регулярний аналіз. Ми радимо здійснювати щотижневі, щоквартальні й щорічні перегляди, а також надаємо всі потрібні ресурси. Спираючись на багатий досвід тренувань тисяч наших клієнтів і відвідувачів семінарів, запевняємо: систематичний аналіз та оновлення життєвого плану відіграють вирішальну роль у його реалізації.

Розділ 10. Станьте частиною революції. Далекоглядні керівники заохочують своїх підлеглих складати життєві плани. Ми пояснимо, чому у вашій компанії варто запровадити планування життя і розповімо, як саме це можна зробити, навіть якщо ви — не генеральний директор. Винагородою будуть продуктивніші й зацікавленіші співробітники, а також створення такої корпоративної культури, яка стане вашою стратегічною перевагою в сучасних конкурентних умовах. Окрім цих розділів, ми пропонуємо ознайомитися з чотирма зразками планів, написаних людьми з різними життєвими обставинами. Книжка й кілька простих у використанні ресурсів, які можна знайти на сайті LivingForwardBook.com, допоможуть зрозуміти, як усе це об'єднується в одному-єдиному документі.

Подорож починається

...

Далі — у повній книжці «Дивись уперед. Надійний шлях до омріяного життя».
nashaknyga.com.ua