

был придуман не для того, чтобы обычный сотрудник мог построить свой замок, а для того, чтобы он все время был занят созданием рвов. Пенсионная программа, принятая в корпоративном мире, базируется на стандартах тайм-менеджмента и нацелена на то, чтобы люди уходили на пенсию лишь после 40 лет труда. А чтобы поддерживать эту систему, существуют государственные налоговые льготы и штрафы за неуплату налогов. Однако с каждым днем эта практика, организованная по принципу кнута и пряника, все менее популярна.

Благодаря развитию технологий и новым возможностям вы и я в состоянии уделять основное внимание нашим замкам, т. е. мечтам, а после этого выкапывать рвы, которые помогут укрепить, поддержать и защитить наши мечты. То, как мы работаем, — вопрос нашего выбора, а если хочется больше независимости, то нужно внести изменения в перечень приоритетов. Слишком многие люди, принимаясь копать ров, на этом этапе застревают, хотя могли бы этого избежать. Начинайте с замка и только потом копайте ров, ведь именно так вы сможете освободить время и сберечь его.

## Сжимаем время

В романе американской писательницы Мадлен Л'Энгл «Излом времени»<sup>13</sup> необычные персонажи Миссис Кто и Миссис Что объясняют процесс путешествия во времени на примере двух концов веревки, по которой собирается проползти муравей. Для него это долгий путь, но, когда Миссис Кто смыкает руки, один из концов веревки сразу вплотную приближается

к муравью. Переворачивание времени работает примерно так же.

**Если вы знаете, к чему стремитесь, сначала нужно сделать тот шаг, который, как вам кажется, должен был стать финальным.** Таким образом, вы сжимаете время и приближаете будущее — свою конечную причину — к текущему моменту, причем так, что это можно ощутить физически. Соедините два конца временной шкалы, сыграв финальную сцену уже в первом акте.

**Метод переворачивания времени требует от вас сначала выбрать образ жизни, который вы для себя считаете идеальным.** Где вы хотите жить? Как проводить день? С кем? Эти вопросы задайте себе в первую очередь. Вместо того чтобы искать любую работу, просто чтобы получать деньги, подумайте прежде всего о желаемом образе жизни и создайте или найдите источник дохода (в сфере предпринимательства или в рамках определенной карьеры), который удовлетворяет ваши запросы. Обычно люди находят работу, а потом подстраивают под нее всю свою жизнь. Переворачивание времени помогает сделать все наоборот: начните жить идеальной в вашем представлении жизнью и выстройте вокруг этого факторы, относящиеся к работе.

---

**Переворачивая время, вы помещаете свои главные устремления в центр жизни. В результате вокруг них можно расположить все составляющие вашей работы, чтобы они, как ров вокруг замка, служили опорой и защитой главных устремлений.**

---

Люди могут заявлять, что хотят жить в замке (имея в виду свои основные цели), но начинают с выкапывания рва (поддаются отвлекающим факторам, которые называют работой) и в итоге к строительству замка так никогда и не приступают. Замок должен быть на первом месте, а на втором — ров, который сыграет роль *непробиваемого защитного барьера*, охраняющего ваши приоритеты.

Люди, умеющие переворачивать время, создают стратегические и экономические рвы, чтобы защитить свои мечты и идти к желаемым результатам без промедления. Когда Уоррен Баффет хочет вложить деньги, он ищет компании, экономический замок которых защищен экономическими рвами. Баффет писал: «За последние несколько лет Coke и Gillette увеличили свою долю на мировом рынке. Их огромное преимущество заключается в широкой известности их брендов, особенностях продуктов и эффективности систем сбыта. Все это защитный ров, окружающий экономический замок компаний Coke и Gillette. Если посмотреть на заурядные организации, у них такой защиты нет, именно поэтому они сражаются за право существовать каждый день»<sup>14</sup>.

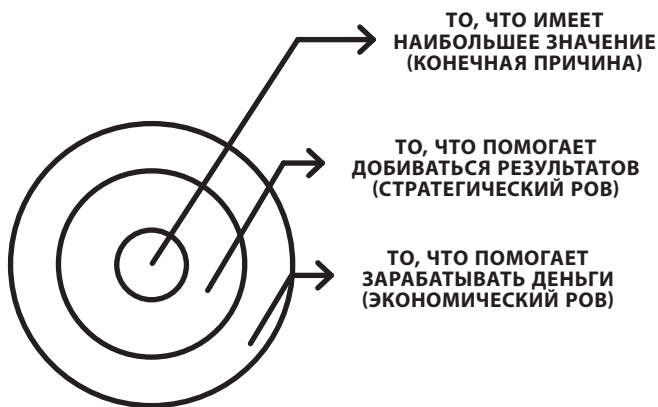
---

**Есть ли у вашей жизни защита,  
благодаря которой вы можете  
избежать ежедневной борьбы  
за свободное время?**

---

*Создавайте рвы, чтобы защитить ими время, которое вы выделили на работу в рамках выбранных приоритетов.*

## Переворачивание времени: замок и ров



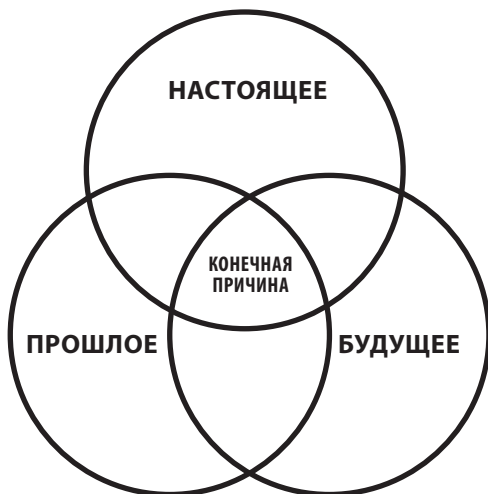
Люди, умеющие переворачивать время, защищают его, целенаправленно создавая *стратегические рвы* (под этим я понимаю то, как человек работает) и *экономические рвы* (то, как человеку платят) вокруг центра (конечной причины, намерений, образа жизни, самовыражения, ценностей, мечты).

*Способность свободно распоряжаться временем — уровень, до которого стоит подняться ради того, чтобы при возникновении проблем вам всегда хватало гибкости для их решения, предотвращения аналогичных трудностей и перестраивания своей деятельности ради желаемого развития событий.*

## Ваше восприятие прошлого и будущего влияет на ваше настоящее

**Подумайте о замках и рвах, которые вы уже когда-то создали.** На минуту отбросьте мысль о том, что временная шкала вашей жизни состоит из прошлого, настоящего и будущего. Представьте, как именно прошлое становится причиной

настоящего, а настоящее влияет на будущее. И постарайтесь понять, как ваше видение будущего уже повлияло на настоящее. В месте, где сходятся прошлое, настоящее и будущее, как раз и располагается конечная причина. Именно в этом пространстве вы можете добиться радикальных перемен, касающихся вашей независимости, согласованности действий и объема свободного времени.



*Сегодня вы уже испытываете на себе последствия конечной причины, которая была вами выбрана вчера (в прошлом). Ваша сегодняшняя жизнь обусловлена некогда присутствовавшими в ней обстоятельствами и принятыми вами решениями (как правильными, так и неправильными). И то, что происходит с вами сегодня, приведет к другому, следующему варианту развития событий. Почему бы не действовать так, чтобы это выгодным для вас образом изменило дальнейшую траекторию жизни? Наша повседневная*

реальность — это постоянная реконструкция. Мы все время меняемся. И вы можете влиять на то, в каком направлении пойдет ваша жизнь, сколько времени сможете сэкономить и каким будет объем свободы выбора.

**Прошлое.** Вспомните, какой была ваша жизнь 10 лет назад. Какими вы были? Где жили? Сколько вам было лет? Какие цели вы перед собой ставили? Сколько денег зарабатывали? Как любили развлекаться? Кто из людей был вам дорог больше всего? В чем заключалась ваша работа? Какими проектами вы занимались? Как обстояли дела со здоровьем? И так далее.

**Настоящее.** Если вы похожи на большинство людей, то сейчас разительно отличаетесь от того, кем были 10 лет назад. Может даже показаться, что в те годы это были вообще не вы. Но, разумеется, это не так. Тем не менее ваши решения, опыт, жизнь и обстоятельства, в которые вы попадаете сейчас, наверняка не похожи на тогдашние. Возможно, что-то изменилось в лучшую сторону, что-то — в худшую. Сегодня вы живете в других условиях. На основе прошлого формируется настоящее, и вы начинаете планировать дальнейшее развитие событий. Согласуется ли ваша сегодняшняя жизнь с тем, как вы представляли будущее 10 лет назад?

**Будущее.** Если ваше настоящее отличается от прошлого, насколько эффективно, на ваш взгляд, было бы начать планировать следующие 10 лет своей жизни и *ожидать*? Если бы поставленные вами цели или похожие на них по смыслу вы смогли бы воплотить в реальность в ближайшие год или два, то насколько будущее через 10 лет станет соответствовать вашему идеальному представлению о нем? Что, если мыслить, планировать и действовать немного иначе, избегая ненужных шагов, которые казались вам полезными, но из-за

которых ваше развитие замедлилось? Если вы считали, что главные мечты можно воплотить в жизнь в течение года или двух, почему бы не попробовать сделать это в ближайшие шесть месяцев, шесть дней или даже прямо сейчас?

---

### Сроки — это вопрос выбора.

---

*Осознайте, в каких обстоятельствах вы оказались со временем, подумайте, как вы хотите распоряжаться им в будущем, и приступайте к делу. Так вы создадите условия для увеличения количества свободного времени.*

## Исключение, делегирование и аутсорсинг (ИДА)

Рашель Джарвис работает в сфере, в которой люди ведут бурную деятельность и живут по принципу «не спи и вкальвай с утра до ночи». Она отказалась от общения с единомышленниками, с которыми не была знакома или которые не вдохновляли ее. Рашель отключилась от ненужного фонового шума. Она стремилась проводить время продуктивнее, перестать отвлекаться и создать модель бизнеса, которая позволит ей и ее семье стать более свободными и гибкими.

Подготовив длинный список идей для работы со своими клиентами, инвестирующими в недвижимость, Рашель обратилась за помощью ко мне. Она хотела сосредоточиться на том, что приносило наибольшую выгоду. Я сказал, что лучший способ узнать, чего хотят клиенты, — просто спросить у них. Затем научил ее исключать, делегировать и передавать на аутсорсинг все то, чем она сама заниматься не желала,

*и сфокусировать внимание на том, над чем она действительно хотела работать.* Это позволило бы Рашель свободно распорядиться своим временем и выстроить рабочий процесс так, чтобы во главу угла были поставлены ее приоритеты.

Я выяснила, что нужно моим клиентам. Далее я начала действовать по принципу ИДА, начав исключать, делегировать и передавать на аутсорсинг. В процессе осознала, что необходимо внести коррективы в сотрудничество с партнерами, чтобы и дальше добиваться успехов, не утрачивая видение желаемого будущего. Я начала с нуля, но *горела желанием* совершить необходимые перемены. Я знала, что вокруг такой ценности, как моя семья, смогу создать атмосферу любви и веры в то, что я заслуживаю желанного успеха. На данный момент я выстроила необходимый для моего бизнеса рабочий процесс и сделала возможным то, чего хотели мои клиенты. Это помогает мне получать выгоду. Я повысила цены за свои услуги, и платят мне теперь авансом.

Мне стало ясно, что клиенты готовы отдавать свои деньги, когда понимают, что им предлагают нечто действительно ценное. Я наняла талантливых, хорошо обученных людей на должности бухгалтера и СЕО. Я управляю своим бизнесом, но необходимости каждый день разрываться между множеством задач у меня нет. Свободного времени становится все больше. Я люблю разговаривать с аудиторией, общаться с людьми лично, обучая их взаимосвязи, основанной на человечности. В следующем году мою команду ждут прекрасные перемены: доля нашего бизнеса на рынке увеличится втрое. В сфере инвестиций



в недвижимость мы обречем внушительный вес уже на уровне страны! Меньше чем через год после того, как я преобразовала нашу бизнес-модель, моей семье удалось переехать из аризонской пустыни туда, куда мы мечтали, а именно на побережье океана в Южной Калифорнии. Мы решили, что жить надо, не откладывая на потом!

Не существует такой модели торговли, в рамках которой вы, спросив людей, чего они хотят, даете им это, поскольку оно полностью соответствует их желаниям. *Человек должен знать, что то, чего он хочет, доступно, и иметь возможность за это заплатить.* Выяснив, каковы желания тех клиентов, которые были для Рашель самыми подходящими, и определив, чего она сама в идеале ждала от своего бизнеса, женщина создала лучшие условия из возможных, от которых выгоду получили и она, и клиенты. Важно понимать, что, если бы Рашель не поставила на первое место строительство «замка», который она для себя выбрала, даже в случае создания нового бизнеса она попала бы во временную ловушку.

Вы можете структурировать свою жизнь так, чтобы семья была в ее центре, а вокруг, в качестве защиты, находилось все то, что связано с вашей работой. Такой вариант прямо противоположен тому, при котором работа помещена в центр, а дом и семья — на периферию. Из-за децентрализации вся жизнь может внезапно распасться на части.

## **Инвентаризация жизни**

Когда человек верит, что работа меняет его жизнь и жизнь других к лучшему, как он предпочтет проводить свое время?

Увы, многие из тех, кто начинает строить новую карьеру, основывать компанию или налаживать партнерские отношения, в итоге возвращаются к классической модели, которая заставляет *быть занятыми*, но тратить время впустую. Если раз за разом применять одну и ту же тактику, не руководствуясь никакой стратегией, это оборачивается нестабильностью.

---

**Не повторяйте то, что делали в прошлом,  
если хотите создать новое будущее.**

---

Если брать пример с людей, чей образ жизни не похож на желанный для вас, это не поможет вам достичь цели. Я не имею в виду, что обстоятельства, в которых вы находитесь, и ваши приоритеты должны быть такими же, как у всех. Речь о том, что вы сознательно выбираете того, кому хотите подражать.

Гибкость, проявляемая в ходе переворачивания времени, заключается в том, что, если вы помещаете что-то в центр своей жизни, оно становится вашим инструментом для управления всеми остальными ее слагаемыми. Вы можете поставить во главу угла свои услуги, бизнес, спорт, стартапы, инвестирование, образование, искусство, духовность, фитнес, семью, путешествия, жертвования, игры и т. д. В любом случае принцип гибкости, обусловленной переворачиванием времени, обеспечивает «перекрестное опыление» между разными сторонами вашей жизни, что позволяет сознательно посвящать больше времени любой задаче, которую вы выберете в данный момент.

Зáмок — это та жизнь, которой вы живете или хотите жить. А роль рва выполняет все то, что защищает ваши приоритеты от неожиданных опасностей, чтобы вы были в состоянии обдумать происходящее, определенным образом отреагировать и почувствовать облегчение.

*Проявляя гибкость при распределении времени, ставьте цель усилить контроль над своей жизнью и создать условия для быстрого решения проблем.*

## **Решение любой проблемы создает новую проблему**

Люди, умеющие переворачивать время, способны заранее справляться с будущими проблемами, которые неизбежно возникнут как результат будущих решений. Такой подход поможет вам создать условия и объем времени, которые можно использовать сейчас для расширения вашего будущего.

### **Что вы уже сделали**

**Намерения → Приоритеты → Проекты → Мышление, основанное на намерениях.**

Вы:

- определили, что для вас значит слово «успех» с точки зрения конечной причины (выбрали четыре намерения);
- решили, на какие действия, помогающие наполнить этим успехом свою жизнь, собираетесь тратить время (выбрали четыре приоритета);

- решили, как будете переходить от отвлеченности к действию и реализовывать свои приоритеты (выбрали четыре проекта);
- осознали, как важно поместить свою цель на первое место, а приоритеты, служащие для нее опорой, — на второе (сначала замок, потом ров), *ни в коем случае не наоборот.*

Теперь определимся со стратегией и тактикой, которые помогут вам навести порядок в личной жизни и работе, чтобы создать больше свободного пространства для строительства замка — *места, где ваша личная жизнь и работа поддерживают друг друга, развиваясь по принципу восходящей спирали.*

## **Освобождайте время с помощью техники ИДА**

*Исключение. Делегирование. Аутсорсинг*

ИДА — инструмент, используемый в рамках анти-тайм-менеджмента для решения проблем, связанных с совмещением работы и личной жизни. Он позволяет человеку создать атмосферу доверия и продуктивности, помогающую придерживаться приоритетов путем сосредоточения на том, как выполняется работа сейчас и что можно изменить для более эффективной реализации намерений.

Сотрудничая с людьми и используя имеющиеся ресурсы, чтобы решать задачи по-новому, будьте внимательны и не берите на себя новые заботы, которые вам не по душе. Вам не удастся добиться ни одной из своих желаемых целей, если вы просто поменяете одну плохую работу на другую или одного

не нравящегося вам руководителя на другого. Когда Кови говорил: «Вставая на намеченный путь, сразу вообразите, каким будет его окончание», он не имел в виду, что сначала нужно думать о средствах достижения цели<sup>15</sup>.

Два приведенных ниже принципа, если отнестись к ним серьезно, дадут вам возможность сэкономить уйму времени и денег, а также избежать головной боли, когда вы начинаете заниматься новыми важными делами и проектами.

- Начинайте с конца, а не со средств.
- Делегируйте результаты, а не методы.

Подумайте о желаемых результатах, а затем мысленно предложите к ним путь. Например, если не хотите превратиться в слишком придирчивого менеджера, то, прося других помочь вам, не начинайте при этом вмешиваться в мельчайшие детали их работы.

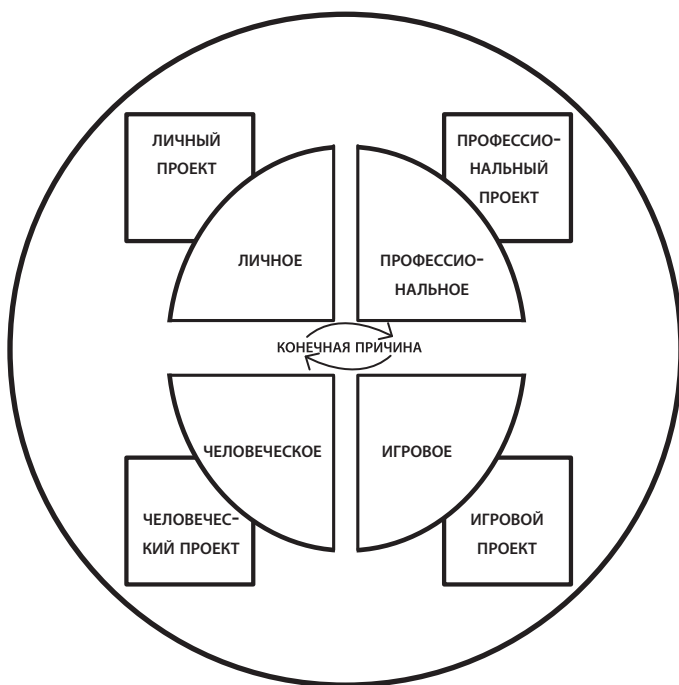
**Цели или средства.** Люди, умеющие переворачивать время, существенно влияют на других и процветают, потому что видят различия между целями и средствами. Настоящее волшебство происходит, когда вы, преуспевая в области, в которой можете влиять на людей, и помогая им быть такими же успешными в их сферах влияния, *не путаете средства с целями или с началом намеченного пути к цели.*

*Люди, применяющие метод переворачивания времени, усиливают стимул, или «ограничивающее обстоятельство, под воздействием которого меняется поведение», и принимают решение в соответствии со своими намерениями, чтобы расширить спектр возможностей ради более перспективного будущего (построить замок) и создать барьеры от неправильных решений (выкопать ров).*

## ВЫИГРЫВАЙТЕ ВРЕМЯ И СОЗДАВАЙТЕ АТМОСФЕРУ СВОБОДЫ С ПОМОЩЬЮ ИДА

Техника ИДА поможет вам привести свою жизнь в порядок и свободно распоряжаться временем.

### ПОСТРОЙТЕ ЗАМОК



ИДА начинается с выяснения того, как вы действуете в повседневной реальности на данный момент. Затем нужно определить, как вы хотели бы действовать в будущем, и далее понять, какими путями можно прийти к намеченному результату. Цель ИДА — формировать побуждающий фактор, позволяющий вам легко придерживаться выбранных намерений.

Возьмите лист бумаги и согните его пополам вдоль длинной стороны. (Можете также воспользоваться приведенными здесь пустыми полями для заполнения или специальной рабочей таблицей.)

1. **Левая половина.** Запишите абсолютно все, что вы делаете каждый день с момента пробуждения до отхода ко сну. Записывайте не в процессе выполнения, а в специально выбранные для этого минуты. Вы всегда можете вспомнить, чем занимаетесь ежедневно. Сделайте беглые записи буквально обо всем — что выносите мусор, меняете подгузники ребенку или отвозите его в школу, посвящаете время своим хобби, занимаетесь спортом, участвуете в различных проектах и т. д. Напишите обо всех действиях, которые вы выполняете, — и на работе, и ради развлечения — на протяжении обычного дня. Закончив, посмотрите на левую половину листа: вся ваша жизнь теперь прямо перед вами. Это все те действия, из которых состоит **ваше поведение в повседневной реальности**. Нашу судьбу мы формируем своим прошлым и тем, о чем мечтаем, однако то, что мы делаем сейчас, — это и есть то, как мы обозначаем себя в настоящем времени.

---

---

---

2. **Следующий шаг.** В получившемся списке обведите несколько действий, которые вам **нравится** и **хочется** совершать. На вас лежит ответственность за многое, но есть дела, которые вам по душе, такие, которые вас вдохновляют, заряжают энергией.

3. **Правая половина.** Те действия, которые вы обвели, запишите в правой половине листа сверху. **Укажите выполняемые**

**вами в течение дня задачи, за которые вам нравится и хочется браться.**

---

---

---

### **Таблица «Баланс между работой и остальными сторонами жизни»**

Сопоставление того, что вам нравится и хочется делать, с тем, что вы действительно делаете.

**4. Проведите инвентаризацию баланса между работой и остальными сферами жизни.** Допустим, вы считаете, будто все то, что вы написали в левой половине листа, — и те действия, которые вам не нравятся, и те, которые по душе, — это задачи, которые выполнять способны только вы. Эта половина листа перевешивает правую, в которой записано все, что вы любите делать. Ваша жизнь наполнена действиями, которые вам не по душе. Если календарь перегружен делами и лишен малейшего намека на свободное время, в повседневной реальности начинается беспорядок.

Я неспроста попросил вас указать, что вам *нравится и хочется* делать, а не то, что вы *вынуждены делать* или что у вас *хорошо получается*. Между этими типами действий есть большая разница, и она существенно влияет на то, как вы расходуете свое время.

Если бы вы не считали, будто вынуждены делать то, что вам не по душе, то, скорее всего, отказались бы от этого. Когда думаешь, что какие-то конкретные действия тебе совершать необходимо, на них иногда начинаешь тратить слишком много времени и появляется чувство, будто ты застрял (если пока не придуман какой-нибудь другой способ выполнения этих задач).



Ваши сильные стороны — то, что у вас хорошо получается, — важны, но нужно помнить, что среди них не обязательно бывает то, что вам делать нравится. Выявление преимуществ или тестирование на особенности личности позволяют работать эффективнее или лучше понимать себя, но они же могут замедлить ваше развитие, если подталкивают к действиям, которые вы уже научились выполнять, но не мотивируют стремиться к творческому подходу, естественности и переменам.

Например, если у каменщицы хорошо получается класть кирпич, не надо говорить ей, что она никогда не сможет стать архитектором только потому, что работа с цементом — ее сильная сторона, определяющая ее личность. Суть классического тайм-менеджмента в том, чтобы обучить вас более эффективной и быстрой кирпичной кладке, но не помочь вам стать архитектором. Если каменщица умеет мастерски класть кирпич, но не хочет этого делать, этот навык может вообще никак не повлиять на ее будущее — она вольна делать то, что пожелает.

*Вас определяет не прошлое, а, скорее, то, что вы думаете о своем будущем.*

5. **Сбалансируйте жизнь.** Представьте, будто появилась возможность выполнять не нравящиеся вам действия так, чтобы не вовлекаться в этот процесс лично, но результат был безупречным. Проведите мысленный эксперимент: что было бы, если бы все задачи, которые вам решать не хочется, но которые вы считаете необходимыми, удавалось решать без вашего личного участия? В теории, если все дела, которые вас не вдохновляют, так или иначе выполнялись бы, то действия, нравящиеся вам и записанные в левой половине листа, совпали бы со всем, что записано в правой. Так в вашей жизни установилось бы равновесие.

Может показаться, что это нечто из области фантастики, но на самом деле это не так. Не все желаемое случится сразу, но всегда есть возможность начать развитие навыков, заключающихся

в умении мыслить и действовать по-новому. Что же для этого понадобится?

*Освободить время можно с помощью всего того, что вы способны исключить из своей жизни, делегировать или передать на аутсорсинг.*

Вспомните принцип Парето<sup>16</sup> и определите, действительно ли ваш день на **20% состоит из того, что вам нравится**, и на **80% из того, чего вы делать не любите**. Если да, начните вдумчиво **исключать, делегировать и передавать на аутсорсинг** все, чем вам заниматься не хочется, и тогда **удастся вернуть себе утраченные 80% времени** (вместе с ощущением ментальной свободы).

*Именно так и работает переворачивание времени.*

**6. Разбалансируйте жизнь в том направлении, какое вам необходимо.** Как бы вы себя чувствовали, если бы 80% времени было свободным, а 20% уходило на занятия, которые вам нравятся? Оставили бы все как есть? Или заполнили бы свободное время делами, которые вам по душе? Или употребили бы эти 80% времени на осуществление новых идей, проектов и желаний?

Вероятно, подобный процесс увеличения объема свободного времени кажется вам странным — и, разумеется, в различных ситуациях бывают разные возможности для адаптации к происходящему, — однако именно такой процесс используют люди в ходе переворачивания времени, чтобы навести в жизни порядок и освободить часы для работы над достижением личных и профессиональных целей.

*Теперь ваш черед.*

*Разделите задачи на группы.*

**7. Исключайте.** Посмотрите на то, что вы написали в левой половине листа, и спросите себя: **«Какие из этих дел я могу вычеркнуть, исключить из своей жизни?»** Напротив

каждого такого дела напишите букву «И». Далее подумайте: **если отказаться от них, к каким последствиям это приведет? Если это ни на кого не повлияет отрицательно, вычеркните эти действия из своего списка.** Их может оказаться не очень много, но все-таки больше, чем вы думаете.

**Запишите, что именно вы исключили.**

---

---

---

8. **Делегируйте.** Теперь еще раз посмотрите на список и спросите себя: **«Какие из этих дел можно делегировать?»** Поставьте напротив каждого такого дела букву «Д» — «делегировать». Не обязательно сразу понимать, кому или как вы собираетесь передать эти задачи. Это сделаете позже, а сейчас вы их просто объединяете в группу. **Делегировать в данном случае не означает предложить людям выполнить выбранные вами задачи за деньги.** Вы можете перепоручить эти дела, что-то изменить в них либо поменяться ролями с кем-нибудь дома или на службе. Подумайте: возможно, есть те, кому понравится и захочется взяться за задачи, которые вы решать не хотели бы?

**Запишите дела, которые вы хотите делегировать.**

---

---

---

9. **Аутсорсинг.** Посмотрите на лист и подумайте: **«Какие из этих дел я мог бы передать на аутсорсинг?»** Около каждого из них напишите букву «А». **Эти задачи для вас выполнят другие люди, и вы будете им за это платить.** Например, вы, может быть, хотите попросить другого человека подстригать газон возле вашего дома, или отдадите одежду в химчистку, или

наймете дипломированного бухгалтера, или заплатите кому-нибудь за разработку вашего сайта, или начнете сотрудничать для реализации какого-либо проекта и т. д.

**Запишите, что вы решили передать на аутсорсинг.**

---

---

---

Предположим, вам пришлось бы применить технику ИДА ко всем делам, которые записаны в левой половине листа, кроме тех, которые вам хочется выполнять. В результате возник бы идеальный баланс между двумя половинами листа, т. е. между тем, что вам необходимо выполнять, и тем, что вам делать нравится. Говорят, если делать то, чего не хочется, это помогает формировать характер. Иногда занятиями, к которым вас тянет, оказываются те, которые требуют немалых усилий. Не забывайте: начинать надо с высокоприоритетных задач.

**Теперь у вас есть лист с «балансовым отчетом» вашей жизни.** На бумаге это выглядит лучше, чем дисбаланс с тем уклоном, который вам невыгоден. Посмотрите на лист и представьте, будто нарушаете равновесие, начиная двигаться в том направлении жизни, которое вам по душе. «О, теперь объем времени у меня увеличился на 80%. Что с ним можно сделать?»

**Как применять ИДА.** Цель техники ИДА — выстроить вашу жизнь так, чтобы она согласовывалась с вашими приоритетами. Когда появляется новая работа, задача или проект, вы можете спросить себя, нравится ли вам это и хотите ли вы за это взяться. Если да, то нужно подумать, приближает ли вас новое дело к реализации ваших четырех слагаемых продуктивности или к чему-то еще более важному. Далее, если вам хочется или необходимо двигаться в этом направлении, подумайте, желаете ли вы взяться за дело сами либо лучше исключить его, или делегировать, или нанять для его выполнения кого-то со стороны.

*Замок нужно строить на основе действий, которые вам нравится и хочется совершать. Именно они согласуются с вашими намерениями и интересами. А ров вокруг замка следует создавать с помощью ИДА.*

Когда мыслительный процесс, строящийся на принципах ИДА, воплощается в реальность, меняется абсолютно все. Если вы когда-нибудь хотели понять, как упорядочить свои задачи и освободить много времени, то теперь вы знаете ответы.

Совершая конкретные шаги в ходе принятия решений, основанных на стремлении защитить ваш замок, вы сможете экономить время, вносить изменения в свой рабочий процесс и повышать качество жизни.

*Представьте, будто проводите дни, занимаясь только тем, чем хочется, и в вашем распоряжении при этом огромный объем времени, позволяющий делать все, что вам по душе. А все необходимые задачи так или иначе выполняются.*

Вы можете сформировать будущее, отличное от настоящего, если у вас есть такое желание. Независимо от вашего намерения жизнь изменится, начав движение вперед. Строить будущее можно, находясь в своем метафорическом замке, в котором вам хотелось бы жить.

*Какой была бы ваша реальность, если бы вы создали условия для того, чтобы проявлять изобретательность и стремиться к новому, в том числе работе над новыми проектами, которыми вам нравится заниматься? Свой замок можно начать строить на основе дел, которые вам действительно хочется выполнять и которые соответствуют вашим главным интересам. Если строительство замка поставить на первое место, это поможет вам понять собственные намерения и обрести гибкость.*

# ИДА

ИСКЛЮЧЕНИЕ | ДЕЛЕГИРОВАНИЕ | АУТСОРСИНГ

ВСЕ, ЧТО Я ДЕЛАЮ  
КАЖДЫЙ ДЕНЬ

ВСЕ, ЧТО Я ХОЧУ  
ДЕЛАТЬ

[Почитать описание, отзывы и купить на сайте МИФа](#)

## Часть II

# Деятельность

*От отвлекающих факторов  
к действиям*



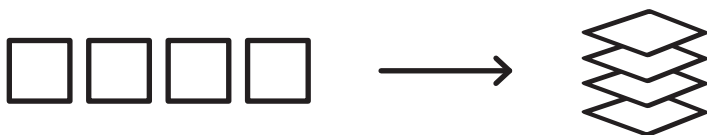
[Почитать описание, отзывы и купить на сайте МИФа](#)



**ОТ ОТВЛЕКАЮЩИХ ФАКТОРОВ К ДЕЙСТВИЯМ**

[Почитать описание, отзывы и купить на сайте МИФа](#)





## СОВМЕЩЕНИЕ ПРОЕКТОВ

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

## Глава 4

# Совмещайте проекты

### *Как заставить время работать на вас*

*Представьте, будто ваш жизненный путь подошел к концу; теперь начните проводить отпущенный вам остаток жизни в согласии с природой.*

Марк Аврелий, римский император  
и философ-стоик<sup>17</sup>

Приехав в Америку в качестве иммигранта, Бен Уилсон мечтал о свободной жизни. Он стал предпринимателем, и по мере развития каждого из его предприятий росла сфера его ответственности. Дошло до того, что Бену приходилось работать по 18 часов в сутки.

Вот что он мне рассказал: «Поначалу я не воспринимал свою деятельность как работу, но вскоре все изменилось. Появлялось все больше клиентов и, как следствие, задач. Я чувствовал переутомление, а потом началась депрессия,

погрузившая меня в самые мрачные времена за всю мою жизнь. Предпринимательством больше заниматься не хотелось. Было желание уволиться с работы, которую я сам же для себя организовал. Я просто позволил ей постепенно уйти из моей жизни».

Изучив метод переворачивания времени, Бен осознал его приятные преимущества и отказался от модели поведения, которая сформировалась в прошлом. «Я хотел стать счастливым, — рассказывал мне он. — Хотел чувствовать, что помогаю другим предпринимателям и сам один из лучших в этой сфере. Я научился иначе смотреть на то, как расходую время на предпринимательскую деятельность. Понял, как находить то, что помогает сдвинуть дело с мертвой точки, как избегать действий, заставляющих тратить время впустую. Как только изменилось мое мировоззрение, я почувствовал себя счастливее. Теперь я могу тренироваться, вести дневник, играть с собакой, совершать долгие прогулки и прекрасно проводить время с женой».

Бен научился совмещению проектов. Дела, связанные со своими основными намерениями, он стал сочетать так, чтобы решение задачи в каком-то одном из них создавало ряд желаемых результатов в других делах и сферах жизни.

Бен рассказал об этом подробнее: «Вместо 18 часов в сутки я теперь трачу на работу не более шести-семи. При этом продуктивность увеличилась в 5–10 раз. Мне хватает времени проанализировать имеющиеся проблемы, и я четко понимаю, чего хочу в жизни добиться. Раньше я всегда думал, что для воплощения той или иной мечты в реальность нужно ждать лет десять».



[Почитать описание, рецензии  
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

