

«Эта книга поможет понять, что действительно важно в вашей жизни и как определить приоритеты при планировании своего времени».

Маршалл Голдсмит, бизнес-эксперт, один из самых влиятельных бизнес-мыслителей Thinkers50

ANTI TIME МЕНЕДЖМЕНТ

Система для тех, кто хочет
строить работу вокруг жизни,
а не наоборот

ПРОКАЧАЙ СОФТ-СКИЛЛ:
УПРАВЛЕНИЕ ВРЕМЕНЕМ

РИЧИ НОРТОН

Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа
перевод Павла Шевцова

МИФ

Оглавление

Предисловие. Сегодня — это все, что мне нужно	9
Введение. Почему анти-тайм-менеджмент?	45

ЧАСТЬ I. НАМЕРЕНИЯ

Глава 1. Сделайте конечную причину первичной	63
Глава 2. Стремитесь к гибкости, а не к балансу	99
Глава 3. Сначала замок, потом ров	127

ЧАСТЬ II. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Глава 4. Совмещайте проекты	155
Глава 5. Синхронизируйте задачи	183
Глава 6. Обращайтесь за помощью к экспертам	215

ЧАСТЬ III. ОПЛАТА

Глава 7. Измените то, как вы получаете деньги, — и изменится вся ваша жизнь	247
Глава 8. Цените время и не ограничивайте им свои ценности	289

ЧАСТЬ IV. РЕЗУЛЬТАТЫ

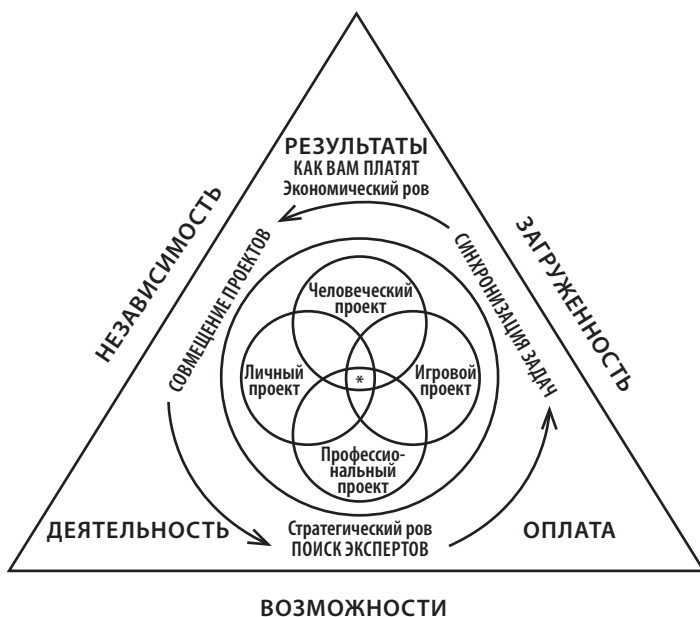
Глава 9. Станьте продуктивным, действуя по принципу призмы	317
Глава 10. Задавайте правильные вопросы и получайте нужные ответы	343
Эпилог. Будьте не идеальным, а продуктивным	365
Благодарности	368
Примечания	377

Посвящается Грифу

*Пробуждаясь по утрам, я разрываюсь между
стремлением улучшить (или спасти) мир
и желанием насладиться им. Именно
поэтому мне трудно планировать день.*

Элвин Брукс Уайт,
американский писатель

АНТИ-ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ: КОНЦЕПЦИЯ ПЕРЕВОРАЧИВАНИЯ ВРЕМЕНИ



* КОНЕЧНАЯ ПРИЧИНА

ВРЕМЯ



СЕГОДНЯ — это все, что мне нужно

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

Предисловие

Сегодня — это все, что мне нужно

*Закон Гэвина:
живите и мечтайте;
действуйте,
чтобы воплотить
мечты в жизнь*

УГРОЗА НАНЕСЕНИЯ УДАРА БАЛЛИСТИЧЕСКИМИ РАКЕТАМИ ПО ШТАТУ ГАВАЙИ

Вероятность обстрела штата Гавайи баллистическими ракетами.

Немедленно направляйтесь в убежище и ожидайте дальнейшей информации¹.

Это сообщение высветилось у меня в телефоне, когда я стоял в гостиной в доме друга за тысячи километров от Гавайев, где живет моя семья.

Я позвонил жене.

Она не брала трубку.

Позвонил троим сыновьям.

Ни тот, ни другой, ни третий не взяли трубку.

ЭТО НЕ УЧЕНИЯ. Напишите ответное сообщение «ДА», чтобы подтвердить получение информации.

Позвонил еще раз, и трубку взял мой 13-летний сын Кардон. Заикаясь, в панике и слезах, он начал прощаться со мной, поскольку был уверен, что через несколько секунд погибнет.

«Папа, я тебя очень люблю».

Я сел прямо там, где стоял, и усталился в пространство.

Мой сын только что попрощался со мной.

У меня не было сил даже успокоить своих детей. Меня наполнило ощущение беды и беспомощности, которое я чувствовал уже не в первый раз. Вновь, будто провернувшееся колесо, мой мир приближался к катастрофе.

В сознании вспыхивали короткие воспоминания, перенося меня от одной трагедии к другой, затем к еще одной, еще одной, еще... Это была длинная цепь событий, которая привела меня и мою семью туда, где мы оказались сейчас.

Помню каждый наш с Натали шаг, когда мы выходили из больницы и я держал ее за плечи. Это было спустя 76 дней после рождения в этой же больнице нашего четвертого сына, а теперь мы покидали ее в совсем другом состоянии, опустошенные и без ребенка, потому что наш прекрасный малыш Гэвин умер, заразившись коклюшем.

Потом я вспомнил троих приемных детей, которых у нас отняли из-за ошибок в процедуре усыновления. После этого мы с болью думали: как они теперь живут вдали от нас? Порой такое расставание с близкими перенести еще тяжелее,

чем их смерть, потому что появляется чувство незавершенности. Все ли с ними сейчас в порядке? Понимают ли они, что мы все еще любим их?

Затем в памяти всплыло множество других событий, произошедших недавно. Я вспомнил о моей любимой Натали. После того как мы узнали, что придется расстаться с приемными детьми, у Натали по дороге в аэропорт случился приступ. Она потеряла память, начала говорить что-то невнятное и никак не могла назвать наши имена. До сих пор в памяти всплывает тот ужас, который охватил меня, пока я вел машину и пытался понять, что происходит. Мой старший сын Роли, которому тогда было 12 лет, успокаивал маму, хотя она все никак не могла произнести его имя. Я лихорадочно озираясь вокруг, пытаюсь найти ближайшую больницу, а как только нашел, поехал в ее сторону, свернув с автострады.

Помню, как, уже зайдя в больницу и ожидая, пока проверят наши документы, я старался взять себя в руки, но все равно чувствовал страх. Я был будто парализован и одновременно надеялся, что происходящее нас не сломает. Потом нас переводили из одной больницы в другую, врачи сделали все необходимые обследования, но в итоге, как ни странно, не нашли ничего. Сказали только, что случился инсульт или микроинсульт, но чудесным образом ни к каким повреждениям в мозге он не привел. Через пару дней к Натали вернулись и ясное сознание, и память. Остались лишь периодически проявлявшиеся побочные эффекты.

Каким был прогноз врачей?

«Это может случиться еще раз. Вероятность довольно высокая».

Что ей прописали?

«Просто продолжайте жить как жили. Тут ничего поделывать нельзя».

Я предложил Натали очевидный вариант — закончить нашу поездку и вернуться домой. Ей стоило бы соблюдать постельный режим.

— Ни за что, — ответила она.

Натали к тому моменту прошла через многое — потеряла брата, затем нашего ребенка и еще троих приемных детей. Она призналась, что если после всех этих испытаний ляжет в постель, то больше никогда не встанет. Ей хотелось доказать и себе, и нам, ее родным, что она способна действовать иначе. Учитывая, что никаких назначений врач нам не дал, мы подумали: «Почему не проявить храбрость?»

Натали решила встретиться со страхом лицом к лицу, и мы сели в самолет.

Восхищаясь смелостью, которую она проявила после того приступа в машине, я представлял, насколько отважна она сейчас, когда появилась угроза ракетного удара. А затем я вспомнил еще одну беду, когда-то случившуюся со мной.

Я уехал с Гавайев, планируя поучаствовать в одном мероприятии в качестве спикера и затем отправиться в Китай, где нужно было встретиться с новыми поставщиками моей компании. Уже находясь на материке, поздним вечером я обнаружил, что мне звонил один из моих гавайских друзей. Звонил дважды. Потом прислал сообщение.

Оказалось, моего 11-летнего сына Линкольна сбила машина. Он переходил дорогу, а ехавший на большой скорости водитель его не заметил. Травмы Линкольн получил настолько тяжелые, что, по словам его друга, очевидца происшествия,

моего сына трудно было узнать. Отменив свое выступление и поездку в Китай, я незамедлительно вернулся на Оаху*.

И вот, в очередной раз придя в больницу, снова увидел одного из своих сыновей лежащим в палате. Линкольна ввели в искусственную кому. У него диагностировали пневмоторакс и необратимое повреждение части печени при ударе. Мальчику многое пришлось пережить. Список травм и хирургических вмешательств, включая операцию по восстановлению части лица, был бесконечен. Когда сын наконец пришел в сознание, его первые слова были такими:

— *Мы ведь еще съездим на дайвинг с акулами?*

На его день рождения мы это и запланировали. В больнице ему исполнилось 12 лет.

Помню, я думал, что после происшествия Линкольн будет бояться вести активный образ жизни; однако, как и его мама, он по сей день смелый. День за днем он делает то, что ему по душе: серфит на семиметровых волнах, ходит под парусом, ездит на горном велосипеде и вообще проявляет себя как хороший парень, всегда готовый помочь другим. Он знает, каково попасть в беду, и благодаря этому не лишен эмпатии.

Почему же в минуты, когда моей семье угрожал ракетный удар, я вспоминал о том, как:

- один из моих сыновей умер от коклюша;
- мой шурин безвременно скончался, когда ему был 21 год;
- мы попрощались с приемными детьми после двух лет нашей с ними совместной жизни;

* Оаху — один из Гавайских островов. Здесь и далее примечания переводчика, если не указано иное.

- у моей жены случился инсульт, когда ей было 35 лет;
- одного из моих сыновей сбила машина, после чего он едва выжил?

Перечитав первое сообщение о возможном ракетном ударе по штату Гавайи, я, несмотря на боль и страх, подумал: *«По крайней мере, мы жили, ни о чем не жалея»*. Многочисленные беды научили нас всегда быть полностью сосредоточенными на том, что для нас *важнее всего*, и *высоко ценить время*. Мы не ждем, что когда-нибудь наступит подходящий день для воплощения мечты в реальность. Не *надеемся*, что в определенный час у нас наконец появятся деньги и возможности достичь желаемого. Мы просто живем так, как хочется, прямо сейчас. Для нас очевидны скоротечность жизни и высочайшая ценность ресурса под названием «время». Оно не бесконечно, но из того, что есть, мы извлекаем максимум пользы. И так мы поступаем *всегда*.

Пока люди на Гавайях прятались в ваннах, шкафах, вскрывали люки, чтобы найти убежище в канализационных коллекторах, я был в более чем 6000 км от своего дома. Мне ничто не угрожало, но я чувствовал беспомощность. Последовавшие затем 38 минут были самыми долгими в моей жизни. Прозвучало сообщение об отмене воздушной тревоги, и мы узнали, что ситуация возникла из-за какого-то нарушения — ошибки, вызванной, судя по всему, человеческим фактором, — но не из-за нападения Северной Кореи, как нам было объявлено властями и местными новостными службами. Уровень адреналина в моем организме начал понижаться, уступая место чувству невыразимого облегчения, и я с благодарностью подумал о важности того самого правила: надо жить так, чтобы ни о чем не жалеть.



Почитать описание и заказать
в МИФе

Смотреть книгу

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

Взрослые книги:



Проза:



Детские книги:

