

Человек не любит неопределенность — она является дополнительным источником стресса. Я считаю, что истинное счастье заключается в постоянном движении в соответствии со своими жизненными установками. Если добавить к этому выражение Юнга «Я — это то, чем я решил стать», получается, что счастье зависит исключительно от наших установок.

Главное — ответить на вопрос «Зачем я живу?». Не понимать этого — все равно что очень быстро ехать на автомобиле по незнакомой местности без карты и навигатора. Картинка слегка размыта, пустынные трассы сменяются оживленными городскими улицами, мимо проносятся люди и пейзажи. Иногда захватывает дух. Иногда расслабленно рулишь одной рукой, развалившись в кресле. Иногда попадаешь в ДТП с последствиями разной тяжести.

Человеку свойственно жить на автопилоте. Человек рождается, познает мир, учится чему-то, работает, потому что нужно обеспечивать себя и семью, стареет и умирает. Грустно. Но это базовая траектория жизни — от рождения до смерти, а установка более сложного маршрута требует планирования и осознанности.

Именно установки позволяют выстроить систему координат и найти в ней себя — того человека, которым вы

хотели бы стать. Они определяют вектор движения от текущего положения к желаемому. Карта нужна, чтобы наше сознание и, что не менее важно, бессознательное выстроило наиболее эффективные жизненные маршруты.

Установки помогают оставить след на земле, о котором мы мечтаем. Если после моей смерти скажут: «Сергея хороший был парень!» — приятно, конечно, но не более того. «Говорят, что мой прадед был хорошим парнем» — не самая лестная память о предке. А вот если скажут: «Сергей Бирюков был визионером своего времени, он основал бизнес-империю, которая и сейчас является признанным ориентиром человекоцентричности и развития инноваций на страховом рынке» — звучит! Мне такой след больше нравится.

Давайте формировать ваши установки.

Мечта

Мечта — прообраз идеального результата жизненного пути.

Человеку дана способность мечтать — и не только «о небесных пирожках». Человек может мечтать о чем-то конкретном, достижимом в его глазах, даже если другие думают, что это невозможно. Сильнее всего этот навык у нас развит в детстве, когда кровать может легко превратиться в автомобиль, а квартира — в джунгли. Мы представляем себя космонавтами, президентами, актерами. Взрослому человеку совсем не просто фантазировать, а тем более найти свою истинную мечту.

Мечты могут быть совершенно различными:

- ✓ *стать миллиардером;*
- ✓ *дожить до рождения правнуков;*
- ✓ *купить красный «феррари»;*
- ✓ *остановить глобальное потепление;*
- ✓ *доказать, что глобального потепления нет.*

Главное в мечтах — быть искренним с самим собой. Для меня мечтать — это представлять идеальную жизнь. Кто вы, где вы, с кем вы, как себя чувствуете, чего достигли. Представьте несколько вариантов. Почувствуйте их. Выберите один, наиболее запавший вам в душу, и попробуйте его

развить в своих фантазиях. Приятно помечтать о жизни того человека, которым вы можете стать. А теперь представьте, что это не осуществится. Будет ваша жизнь без этого полной? Если нет — поздравляю! Вы нашли свою мечту!

А теперь попробуйте сформулировать ее словами, чтобы было легче возвращаться к этой картинке и ощущениям снова и снова. Это вам пригодится. Ниже приведен пример моей мечты, записанной несколько лет назад.

Это был не самый простой период, но я не жалею, что выделил время, чтобы спокойно посидеть и подумать, как я вижу свою дальнейшую жизнь.

В тот момент я проводил на работе по 12 часов ежедневно, засыпал и просыпался с ноутбуком. Удовольствия от этого не получал. Отношения с женой трещали по швам, мы совсем не общались, так как я погряз в работе, а она была полностью занята маленькими детьми. Денег было впритык, отпуска копились в виде будущих отгулов. Я не изучал ничего нового уже несколько лет, спорта в моей жизни не было совсем, а здоровье в 35 лет сильно пошатнулось. Периодически приходилось вызывать скорую и проходить обследования.

Прежде чем сесть и сформировать мечту, я часто глубоко проваливался в раздумья на тему «как было бы, если бы», обвинял в каких-то прошлых решениях себя или близких. В общем, тратил время, энергию, а иногда и нервы совершенно бесполезно.

В один прекрасный момент (замечательно помню то ощущение по сей день) я осознал, что, сложись моя жизнь по-иному, я потерял бы самое главное, что у меня есть, — мою семью. В тот же миг переполнявшие меня сожаления сменились благодарностью за тот путь, который

привел меня в этот момент, обволакивающим искренним ощущением счастья.

После осознания мечты я возвращался к ней снова и снова, чтобы прочувствовать, каково будет жить в этой реальности, что я буду при этом ощущать, как выглядеть. Сначала меня смутило, что моя мечта эгоистична, но я придерживался правила не врать себе и специально не стал ее править. Я решил, что если достигну желаемого, то сделаю жизнь многих других людей лучше.

Главное, чтобы мечта толкала к свершениям! Если ваша мечта помогать детям в Африке — идите к ней! Если кататься по Патрикам на красной «феррари» — идите к ней! Мечта должна быть настолько желанна, чтобы вы от нее не отказались даже под угрозой получить по морде от Майка Тайсона.

Это правило актуально и для бизнеса. Как-то раз мы разрабатывали стратегию одной компании, заказали исследование рынка, анализ конкурентов. Пригласили консультанта, который изучил весь материал и выдал вердикт: «Хорошего контента много, но при простом вопросе “Зачем?” все разваливается». Все потому, что за стратегией не было мечты, которая могла бы увлечь людей, работающих над ее реализацией.

Мечтать никогда не поздно. Моя текущая мечта сформировалась в 35 лет, но я верю, что и в 80 можно открыть для себя жизненный ориентир. Я видел людей, которые уже собирались умирать, но в их жизни случались какие-то события, которые меняли парадигму на «я еще поживу». Это может быть рождение внуков, участие в марафоне, свадьбе, выборах. Это может быть что угодно, чего человек действительно сильно хочет.

Мы с Викой любим друг друга. Сопровождаем друг друга в деловых поездках и наслаждаемся временем вдвоем. Наши бизнесы не объединены, но мы делимся друг с другом мыслями по развитию компаний друг друга.

Марк и Герман увлеченно учатся. Пару раз в месяц мы устраиваем им «день семьи», когда уезжаем куда-нибудь вчетвером и проводим там весь день или дни. Мальчики дружат и очень любят друг друга.

Мы богаты. Наши активы превышают в денежном эквиваленте восьмизначную сумму, но большая часть работает в виде акций, облигаций, долей владения компаний. Летние каникулы мы проводим в собственном доме у моря, куда приглашаем бабушек, дедушек и близких друзей. Мы путешествуем четыре раза в год по паре недель. Два раза побыть вчетвером, два раза побродить с Викой, пока дети учат языки.

Я являюсь признанным лидером на страховом рынке. Меня приглашают консультантом в различные проекты, в советы директоров и просто посоветоваться. Я развиваю свои проекты и проекты других людей, интересные партнерства расширяются. Для себя, руководства моих компаний и ближайших друзей и советников я периодически организую обучение в различных бизнес-школах, в которых также периодически веду лекции сам.

Я здоров. Прохожу чек-ап раз в год. Здоровье улучшается из года в год. Вес стабильно держится в границах от 75 до 80 килограммов. Я бегаю не менее 50 километров в месяц, плаваю в бассейне и на открытой воде. Периодически занимаюсь бегом, плаванием и в тренажерном зале с тренерами, но чаще — самостоятельно.

Документ создан в воскресенье, 11 октября 2020 г., в 08:56

Мне кажется неверным связывать главную жизненную цель с образом наследия, оставленного после смерти. Получается, что мечта человека — умереть, пусть и оставив красивый след. Мысли о смерти меня не мотивируют. *Мечта — это то, от чего мурашки бегают по телу.* Мечта заставляет наше бессознательное работать над ее воплощением. Мечта должна быть живая, именно путь к ней дает ощущение счастья.

Когда-то я мечтал поработать за рубежом. Мне было интересно узнать другие страховые рынки, посмотреть, как они работают, изучить лучшие практики. Я тогда работал менеджером в липецком филиале одной из страховых компаний. Мечта казалась несбыточной, но я усердно изучал английский, особенности европейского и американского страхования. В один прекрасный день узнал, что в международный холдинг требуется человек по управлению страхованием западных активов, живущий в Липецке. Так я получил возможность выхода на зарубежный рынок со стороны клиента и практически безлимитный бюджет на командировки. Позже меня приглашали и в другие зарубежные компании, но у меня была уже иная мечта.

Мечтать трудно, когда в жизни все хорошо. Истинная трансформация происходит в тот момент, когда человек находится на пределе, на грани выживания или банкротства, когда ему уже нечего терять. Мечта дает понимание, что может быть и лучше, что искренне хочется другого. Мечта включает мотивацию на полную катушку.



Почитать описание и заказать
в МИФе

Смотреть книгу

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

Взрослые книги:

