

ОТ АВТОРА БЕСТСЕЛЛЕРА

**«МАНИФЕСТ ВЕЛИКОГО ТРЕНЕРА.
КАК СТАТЬ ИЗ ХОРОШЕГО СПОРТСМЕНА
ВЕЛИКИМ ЧЕМПИОНОМ»**

ТИМ ГРОВЕР

БЫ!ТЬ



ПОБЕДИТЕЛЕМ

УДК 796.323.2(73)
ББК 75.556
Г86

Tim S. Grover
WINNING The Unforgiving Race to Greatness by T

Гровер, Тим.
Г86 Быть победителем / Тим Гровер ; [перевод с английского П. И. Михеева]. — Москва : Эксмо, 2024. — 256 с. — (Спорт. Лучший мировой опыт).

ISBN 978-5-04-166849-5

Перед вами книга американского баскетбольного тренера Тима Гровера, который прославился благодаря работе с такими легендами NBA, как Майкл Джордан, Коби Брайант и Дуэйн Уэйд.

Эта книга о трудностях, о выносливости, о жертвах, которые приносят во славу пьедесталу.

Тим Гровер поможет вам задать вектор своей новой победы, а вы будете делать все возможное, чтобы добраться до пункта назначения.

Главный посыл данной книги: «Не будьте как остальные» — бейте рекорды, ломайте шаблоны, выигрывайте свой личный бой, и тогда успех будет преследовать вас по жизни!

УДК 796.323.2(73)
ББК 75.556

© 2021 by Relentless Publishing, LLC | Scribner,
a Division of Simon & Schuster, Inc. is the original
publisher.

© Михеев П.И., перевод на русский язык, 2017

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

ISBN 978-5-04-166849-5

*Посвящается Шари Венк,
моему соавтору и соратнику,
которая понимала меня*

Погоня

ЗА НЕДЕЛЮ до того, как мой друг и клиент Коби Брайант погиб в крушении вертолета, мы с ним поговорили по телефону в последний раз.

Мы давно не разговаривали, и ни один из нас не извинился перед другим за то, что не выходит на связь чаще. Мы посылали друг другу текстовые сообщения время от времени, просто чтобы удостовериться, что все в порядке. Он был занят. Я был занят. Все нормально.

Скоро у нас будет много времени, чтобы пересечься.

С момента завершения своей баскетбольной карьеры в 2016 году Коби стал даже более занятым, чем был, пока играл. Может, он уже и не отрабатывал броски в спортзале в 4 часа утра, как делал это на протяжении многих лет, в течение которых мы работали вместе, но в эти темные одинокие часы, которые не дают покоя каждому истинному состязателю, он по-прежнему работал над новыми начинаниями и пристрастиями. Он уже выиграл «Оскар», выпустил серию детских книжек, ставших бестселлерами, создал несколько телевизионных проектов и летел тренировать баскетбольную команду своей дочери Джанны, когда вертолет, в котором они находились, разбился, и они оба трагически погибли вместе с еще семерыми пассажирами.

Он нисколько не замедлился; он по-прежнему был заряжен достигать большего и большего.

«Отдых в конце, — говаривал он, — а не в середине».

По ходу финальной серии NBA 2009 года репортер спросил у него, почему он выглядит недовольным, хотя его «Лейкерс» повели в серии против «Орlando Мэдджик» 2:0. Коби одарил его фирменным немигающим взглядом Мамбы и сказал:

«Работа не окончена».

Три слова, которые резюмировали его полностью.

Во время того, последнего, телефонного звонка мы немного поговорили и договорились встретиться на предстоящем Матче всех звезд в Чикаго. Той встрече не суждено было состояться.

Наш разговор закончился так:

«Ты в порядке?» — спросил я.

«Ага, в порядке. Всегда гонюсь за победой. Никогда не прекращаю».

Я слышу эти слова в голове снова и снова.

Всегда гонюсь за победой.

Никогда не прекращаю.

Жизнь Коби была чередой побед, топливом для которых была его неутолимая жажда успеха. Чем чаще вы твердили ему, что что-то невозможно, тем сильнее он хотел это сделать. Ему нужно было знать почему, когда, сколько, как долго... для него была важна каждая деталь. Он не мог просто поехать кататься на велосипеде, ему нужно было обязательно делать это в пустыне, в самый знойный час, просто чтобы доказать себе, что он может. Он никогда не просматривал записи просто так, он разбирал их покадрово, анализируя каждое движение, каждую вариацию. В Матче всех звезд он играл с сотрясением мозга (о чем никто, кроме него, не знал), просто чтобы понять, каково это будет. Он не просто звонил

своему другу и кумиру Майклу Джордану, чтобы спросить, как дела, он звонил ему среди ночи, задавал вопросы и искал способы стать на 0,0001% лучше. В основе всего, что он делал, в баскетболе и в жизни, лежало его желание побеждать. Как спортсмен, отец, творец, мечтатель, представляющий, что же сделать дальше, он снова и снова заглядывал в глаза Победе и требовал больше. Больше успеха, больше побед, больше наград, больше времени с семьей.

Больше времени на гонку за величием.

Но сколько бы раз Победа ни говорила Коби «да», 26 января 2020 года она наконец сказала «нет».

Я знаю, это звучит сурово. Я просто не могу смотреть на это иначе.

Победа не извиняется и не объясняет. Она закатывает вечеринку в вашу честь, отказывается сообщать вам время и место проведения, а потом выставляет вам счет. Она разливает шампанское и переворачивает бокал со стола.

Вы протягиваетесь к ней, чтобы пожать ее руку, а она понятия не имеет, кто вы такой.

Победа выводит вас на самую большую сцену. И вырубает все освещение.

За мои тридцать с лишним лет работы с величайшими состязателями нашего времени, от Майкла Джордана и Коби, Дуэйна Уэйда и Чарльза Баркли до бесчисленного множества других, с генеральными директорами и людьми, преуспевающими во всех сферах жизни, я видел Победу во всей ее восхитительной щедрости и во всей ее мучительной жестокости. В один день она приходит в нимбе. На следующий день у нее рога.

Вам не суждено решать, какой она будет.

Вы можете лишь гнаться за ней, а если готовы заплатить за это высокую цену, возможно, вам даже удастся поймать ее. Ненадолго.

Способность побеждать есть во всех нас. Для некоторых это первое чемпионство. Первый миллион. Новый бизнес. Новый дом. Для других это закончить тренировку или доучиться в школе. Отправить ребенка в колледж. Купить свою первую машину. Продержаться день без курения. Покончить с плохими отношениями. Попросить о прибавке. Увидеть последнее незанятое место на парковке и занять его раньше, чем это успеет сделать другой парень. Совершить на дороге разворот на 180 градусов и остаться безнаказанным.

Подниматься с постели каждый день и ставить ноги на пол.

Победа везде. Каждую минуту вы потенциально можете обнаружить возможность, подтолкнуть себя к большему, отпустить сомнения и страх, перестать слушать то, что говорят вам другие, и решить овладеть настоящим мгновением. И не только одним этим мгновением, но и следующим и следующим за ним. И не успеете оглянуться, как овладеете и часом, и днем, и месяцем. И так снова. И снова.

Вот так и одерживаются победы.

Все происходит не сразу. Для моих спортсменов победа начинается с первой тренировкой межсезонья, строится до последней секунды решающего матча за чемпионство... и продолжается первой тренировкой следующего межсезонья. Для моих клиентов-бизнесменов (которые играют в условиях куда более жесткого графика, чем у любого спортсмена) она начинается с непредсказуемого набора оппонентов, без межсезонья, без тактических шпаргалок и без секундомера, который прерывает действие, но с неофициальными судьями-секретарями и рефери, которые постоянно меняют правила. Для всех и каждого существует бесконечное множество препятствий на пути, неудач, трудных вызовов, разочарований и проблем, которые вынуждают большинство людей сняться с гонки.

НО СКОЛЬКО БЫ РАЗ
ПОБЕДА НИ ГОВОРИЛА КОБИ
«ДА», 26 ЯНВАРЯ 2020 ГОДА
ОНА НАКОНЕЦ СКАЗАЛА «НЕТ».

Но если вы сможете остаться в ней, если сможете выжить на поле битвы своего разума, если сможете вынести страх, сомнения и одиночество... Тогда Победа захочет обмолвиться с вами парой слов.

Победа — это самая большая ставка на самого себя. Разница между тем, чтобы мечтать о том, что могло бы произойти, и тем, чтобы прожить это на самом деле.

Победа двигает вас вперед. С каждым продвижением вперед можно услышать лязг опускающихся за вами металлических решеток; они настоящие, и они заработанные. Теперь назад идти нельзя, только вперед. Невозможно разучиться тому, что вы постигли. Невозможно расчувствовать то, что чувствовали.

Победа никогда не лжет, но всегда прячет правду. Она говорит вам, что до всего, чего вы хотите, рукой подать, а потом, смеясь, резко захлопывает дверь у вас перед лицом. Она говорит вам, что все ваши цели и мечты недостижимы, а потом дразнит вас, подначивает продолжать. Еще шаг. Еще один шаг. Еще один шаг на пути к неясному пункту назначения, которого даже может не быть.

Победа — это сумасшествие. Она не спит и не понимает, зачем спите вы.

Она отказывается делиться временем или пространством с другими вещами в вашей жизни, как ревнивая любовница, требующая вас всего без остатка и получающая требуемое. Это движущая одержимость, которая кажется иррациональной другим и идеальной вам.

Победа не прощает. Если вы облажаетесь, если сбросите карты, если покажете слабость, вам крышка.

Она показывает вам лучшее, что в вас есть, и худшее тоже.

Победа не выпускает рук из карманов, чтобы случайно не указать на кого-то недостойного.

Она поднимает вас к солнцу. И смотрит, как вы сгораете под ним.

Если вы сможете добраться до вершины, победа будет ждать вас там с распростертыми объятиями. Перед тем как столкнуть вас с края, чтобы освободить пространство для кого-то еще.

Она — самая главная ваша проверка реальностью, обжигающее напоминание о том, кто вы есть на самом деле и кем притворяетесь, вынуждающее вас состыковать одно с другим. Победа — это любовница, которая всю ночь водит вас по райским кущам и исчезает перед наступлением утра. Это сон, который невозможно вспомнить проснувшись.

Победа бессовестна. Вас можно заменить. Вы *будете* заменены.

Я знаю, что в подобных книгах часто встречаются «эксперты», которые дают вам «шаги». *Пять Легких Шагов! Десять Секретных Шагов! Двадцать Шагов, Которые Я Выдумал для Этой Книги!*

Серьезно?

Невозможно купить карту маршрута к вершине. Если бы можно было, все были бы там.

Но их там нет.

Шаги к победе бесконечны и постоянно меняются. В одну минуту вы видите перед собой ступеньку, а в следующую перед вами уже зыбучие пески.

Большинство людей не увидит исчезновение этой ступеньки, пока не станет слишком поздно. Их засасывает в зыбучие пески, и они сдаются.

Победе наплевать, способны ли вы пройти по ступенькам, — *любой* способен на это. Она хочет знать, что случится, когда вы промахнетесь, когда перестанете видеть или ощущать то, что находится перед вами. Когда нужно будет доверять себе и верить чувствам, а не глазам.

Иногда вы будете проходить одну ступеньку за раз, иногда две. Иногда будете чувствовать себя так хорошо, что захотите побежать спринт, в другие дни будете ползти на четвереньках, лоя ртом воздух и мечтая о том, чтобы никогда даже не начинать эту гонку. Вы будете поскользнуться, падать и терять все, что только обрели.

А когда вы наконец, добьетесь прогресса... вас будет ждать еще больше ступенек. У вас в ботинке застрял камушек, а на каждом пальце ноги выросла мозоль. Ваши легкие готовы лопнуть. И так каждый день. Каждый чертов день.

Десять шагов?

Ну разве не здорово было бы?

«Десять шагов» — удобный способ упростить и продать успех, но он едва ли эффективен.

В 2013 году я написал книгу под названием *Relentless: From Good to Great to Unstoppable* о психологическом доминировании и чертах характеров элитных триумфаторов жизни, о том, как они думают, действуют и планируют стратегически. Я называю таких личностей *cleaner'ами*, и если вы читали ту книгу, вы знаете, что существует множество качеств, которые определяют cleaner'а. Но есть одна вещь, которая объединяет всех cleaner'ов: способность добиваться конечной цели снова и снова. Они не просто проводят выдающуюся игру или круто играют месяц; они делают знаковые карьеры, которые задают уровень для всех остальных. Они тащат свои команды из плей-офф в финалы, а оттуда к чемпионству, они выводят бизнесы из подвальных помещений к семизначным доходам, а потом и восьмизначным с тремя запятыми. Им не нужно рассказывать, как этого добиться. Они сами разбираются и исполняют. Многократно.

Масштаб поддержки, которую получила *Relentless*, тронул и осчастливил меня — ее выражали спортсмены и гендиректора компаний, родители и предприниматели, люди из мира

развлечений, доктора и президенты и вообще всевозможные состязатели, каждый из которых участвует в собственной гонке к величию. Самое распространенное сообщение?

«Я думал, я один такой. Спасибо, что объяснили, что я не сумасшедший».

Вы не сумасшедшие. Нас таких много.

Но также меня интриговала критика, появлявшаяся время от времени: «Эта книга не рассказывает, что нужно делать!»

Так и есть.

Зачем вам, черт возьми, кто-то, кто будет говорить вам, что вам делать?

Я не говорю своим клиентам: «Будьте неутомимы!» или «У вас все получится!» Они чувствуют это и так, они знают. Великие падают, спотыкаются и ловят ртом воздух точно так же, как вы. Но они продолжают идти. Они уже знают, что в какой-то момент почва у них под ногами задвигается и откроет им путь. Они к этому готовы; они верят, что будет еще одна ступенька, даже когда не могут ее разглядеть. Они не думают о боли и жертвах; они видят лишь конечный результат — Победу. Они не сходят с трассы и продолжают гнаться за величием.

Вспоминая все эти годы, понимаю, что все мои клиенты за чем-то гнались. За рекордом. За чеком на круглую сумму. За наследием. За призраком.

МЯ гнался за бессмертием и догнал его. Он будет жить вечно.

Коби тоже будет жить вечно. Он тоже гнался за бессмертием. Но прежде, чем он смог догнать его, бессмертие само настигло его.

За чем гонитесь вы?

Что гонится за вами?

Потому что если вы готовы жертвовать, готовы к давлению, критике и боли, если вы способны научиться сосредото-