

## Глава 1

# ЧЬЮ ЖИЗНЬ ВЫ ПРОЖИВАЕТЕ?

Для меня каждый человек — это проект, который длится с момента рождения и до смерти.

*Антонио Менегетти. Проект «Человек»*

### **Проживая чужую жизнь**

Если вы открыли эту книгу, значит, уже спрашивали себя: «А своей ли жизнью я живу?», «Своим ли делом занимаюсь?» Не думайте, что это вопросы для неудачников. Вы можете быть не на своем месте, даже если стали владельцем бизнеса с миллионным оборотом. В переводе на деловой язык это вопросы о том, нет ли сложностей с личной стратегией вашего жизненного проекта. Вы уже думали об этом? Отлично! Осознать проблему — первый шаг в верном направлении. Ведь можно прожить чужую жизнь до конца и не понять этого.

Нас постоянно атакуют повседневные задачи: бизнес, семья, отдых... В круговороте дел некогда подумать о себе. Но если вы живете не своей жизнью, то похожи на «Сапсан», соскочивший с рельсов. Мчитесь на огромной

скорости неизвестно куда, не зная конечной станции. А что, если поезд разобьется?

В детстве, когда внутри нас огромные запасы энергии и любопытства, нам не до философии. Некогда. Зубрим школьную программу, влюбляемся, делаем глупости. Знаете, как большинство «выбирают» личную стратегию? Как двоечники — списывают у родителей, родственников, кумиров. Не понимая, что выбирают жить чужой жизнью.

*Так было и со мной: в детстве я очень любил и уважал бабушку и внимательно слушал, что она говорила. Это касалось всего: что покупать, куда ходить, где учиться, как себя вести. Незаметно для себя я начал, как кальку, накладывать ее опыт на всю свою жизнь.*

Бабушка искренне меня любила, желала только добра и передала много полезного. Но также она бессознательно делилась со мной своими страхами, комплексами и убеждениями. Скопировав ее «программу», на любых перекрестках жизни я всегда выбирал ее путь, думая, что он мой собственный. Наступал на чужие грабли, вместо того чтобы искать свои.

Вопросы появились уже потом — когда я вырос и стал мастером спорта по борьбе с жизненными принципами собственной бабушки. Тогда же я понял: **не получается**. Мало того что я терплю поражение за поражением, **мне не нравится сам процесс борьбы**. Главное — не отсутствие результата, а то, что, гоняясь за ним, я страдаю. «Сажая алюминиевые огурцы на брезентовом поле».

Именно это неудовольствие, страдание без особых причин должны заставить вас задуматься. Своей ли жизнью вы живете? Это ваша стратегия или навязанная окружением и обстоятельствами? Здесь главный критерий — собствен-

ные внутреннее состояние и энергия. Послушайте себя, обратите внимание на свое физическое и психоэмоциональное здоровье. Если чувствуете «что-то не то» — вы явно живете чужой жизнью.

**Важно!** Речь не о вашей финансовой или иной успешности. Проживая чужую жизнь, можно добиться высоких результатов. Зарабатывать миллионы или стать олимпийским чемпионом. Но **чужая стратегия — это когда успехи не приносят удовлетворения.** Постоянно точит червячок: что-то не так, все должно быть по-другому. А со временем перестанет радовать даже то, что раньше нравилось.

Предприниматель:

«Меня не удовлетворяли результаты в бизнесе. Я хотел большего. То есть результаты были, и даже нормальные, но я постоянно думал, что есть люди, которые за то же время успевают намного больше, чем я, круче зарабатывают. Захотелось понять, как они этого достигли, за счет каких инструментов».

## Насколько далеко от себя вы ушли?

Прежде чем строить личную стратегию, нужно понять, на каком фундаменте вы будете это делать. Какие установки вели вас последние 20 лет? Насколько ваше сегодняшнее состояние соответствует внутреннему запросу? В идеале — проследить весь путь в сознательном возрасте. Эти 20, 30, 40 лет вы не стояли на месте, формировались ваши убеждения и навыки. Обернитесь: что за путь привел вас в эту точку? Все эти годы вы могли заниматься своим проектом или же бесконечно от него отходить. **Как определить, где вы сейчас? По личным**

**ощущениям.** Если вы внутри своего проекта, двигаться вперед легко, сомнений нет. Вам понятно, что и как нужно делать, где применять свои навыки. Вы чувствуете спокойствие и уверенность.

Ваша жизнь — это тонкий музыкальный инструмент. Главная задача для построения личной стратегии — понять, какой именно. Например, изначально вы пианино. Но всегда считали, что родились контрабасом! И годами вы лупите смычком по клавишам с криком: «Вот моя личная стратегия — я контрабас! Надо только немного потренироваться. Я вам докажу!» Но клавиши нельзя превратить в струны. **Это ключевое: не пытайтесь быть контрабасом, когда по своей сути вы пианино!**

Выбор личной стратегии — это не просто постановка целей. Ведь если в прошлом вы постоянно шли против себя, то цель будет ошибочной. Нужно понять, кем вы являетесь прямо сейчас, насколько соответствуете истинному личному проекту: уже начали к нему возвращаться или остаетесь так же далеко, как и раньше?

Если ромашка всю жизнь думала, что она роза, и готовилась распускать нежные лепестки, сразу личную стратегию ей не построить. Годы самообмана даром не проходят. Получится стратегия для розы, созданная ромашкой. Это может принести деньги, но не радость. И ромашка будет страдать: «Как же так, почему у меня не вышло стать розой?» Внутреннее несоответствие чревато огромным разочарованием.

Предприниматель:

«Я всегда думал, что мне нужно контролировать все производственные циклы. И я действительно могу быть классным администратором, но это

отнимает слишком много сил. А еще я хороший переговорщик, и это меня драйвит. Потому что я очень быстрый, импульсивный, эмоциональный, не люблю монотонные действия, мне нужен скорый результат. Когда я это осознал, мы договорились с командой, что я останусь в должности генерального директора, но теперь моя роль — главный переговорщик.

Я отдал управленческие функции, которые мне не нравились, другим членам команды. И стал фокусироваться на самом важном. Если сегодня самое важное — организовать людей и сделать так, чтобы они функционировали как одно целое, я должен этим заняться. Если сейчас необходимо привлечь капитал — это мое. А все прочие задачи делегировал, избавив себя на 90 % от того, что делал раньше».

## **Почему мы отказываемся от личного проекта**

Одну причину уже назвали — подражание, выбор в детстве чужой жизни. Но на «чужую колею» можно съехать и под давлением обстоятельств. Так, во время войн, болезней, кризисов не до личной стратегии: нужно выживать и поддерживать семью. Правда, обстоятельства меняются к лучшему, а люди так и продолжают идти по «надежной» дорожке.

Приведу пример. Человек был талантливым инженером, но в девяностые не смог зарабатывать любимым делом и ушел в коммерцию. Возможно, он добился там успеха, неплохо заработал. И теперь искренне считает, что его личная стратегия строится вокруг бизнеса. Но стоит с ним

поговорить, заглянуть вглубь — и окажется, что его тянет обратно! В инженерию и творчество. А человек остается в коммерции, потому что боится бедности. И страх потерять деньги разрушает его изнутри.

Это касается не только бизнеса. Неверная личная стратегия влияет на все сферы жизни: на отношения с семьей, общение с друзьями и коллегами, хобби. С ложными целями мы во всем идем против себя. Например, вам не нравится город, в котором живете, но вы принуждаете себя оставаться. Или давно пора сменить окружение и общаться с другими людьми, но вы ничего для этого не предпринимаете.

Как поступить? Нужно возвращаться к своим истинным целям — например, через хобби. Что вам нравилось до того, как вы начали зарабатывать? Внесите в свою личную стратегию это занятие — и откроется второе дыхание. Чужие цели забирают энергию, а свои — заряжают. Если «отпустите» себя, вернетесь к любимому делу, получите гораздо больше. Возможно, перейдете от уровня «я творю в свое удовольствие» к серьезным международным проектам. Знаю такие примеры. **Нужно лишь разрешить себе заниматься кайфовым делом.**

Как вернуться к себе?

Помните: **личная стратегия — не самоцель, а инструмент для сбалансированной жизни.** Собственная стратегия автоматически не сделает вас счастливым, но задаст правильное направление движения. Это своеобразная разметка, которая позволяет добраться до нужной точки. А если вы едете по Рязанской области, используя карту автомобильных дорог Ирландии, — итог очевиден.

Поиск истинной личной стратегии начинается с глубокого исследования автобиографии. Чтобы понять, кто вы сей-

час и как к этому пришли, нужно пройти долгий путь из небольших шагов. Изучать свою жизнь придется с раннего возраста: именно тогда закладываются многие установки. Но часто мы мало что помним и еще меньше осознаем, поэтому, чтобы добыть нужные воспоминания и переживания, требуется помощь специалиста-наставника.

Самостоятельно «достать» воспоминания сложно — нужен внешний наблюдатель. Он раскрутит вашу историю и задаст необходимые вопросы: с чего все начиналось, в какой среде вы росли, у кого учились? А главное, поможет определить критические моменты, когда вы выбрали чужие цели вместо своих, истинных. Эта подмена как маленькая ошибка в огромном уравнении, где один неправильный знак ломает всю систему. Вам нужно найти этот минус — и исправить на плюс.

Второй этап работы с наставником — поиск идентичности, настройка собственного сознания. Что вам на самом деле нравится? Может, стоит попробовать что-то новое, к чему давно тянуло? Не только в работе — во всех областях жизни. **Здесь основное — наметить ориентиры. То, что может быть интересно.**

Третий этап — формирование личной стратегии **с помощью своей ключевой компетенции**. О ней поговорим ниже, главное — в этой точке мы объединим предыдущий опыт с новыми ориентирами, чтобы понять, куда вам двигаться дальше, где вы сможете реализовать себя без конфликтов с внутренним стремлением.

В итоге мы должны прийти к целостной персональной стратегии, которая не зависит от внешних обстоятельств. У кого-то на это уходит несколько месяцев; у тех, кто хочет копать глубоко, — год и больше.

Для меня это тоже было долгой работой. Много раз я возвращался к детству и юности: пытался понять, где закладывались основы моего проекта, а где я заимствовал чужие идеи и цели. Это происходит незаметно: вместо того чтобы быть самим собой, ты начинаешь бороться за внимание и одобрение родителей, друзей, окружения. И жизнь превращается в психологический ад. Когда цель любого действия — не получить результат, а добиться участия и принятия.

Большинство живет не в личном проекте, а в проекции своих детско-родительских отношений. Это своеобразная игра «Полюби меня». И вот вам уже 40, друзья, семья, дети. А вы застряли в схеме «мне нужно внимание». В таких условиях нельзя реализовать никакой потенциал. Можно сменить окружение или работу — и все равно будете бегать внутри «колеса одобрения». Не пора ли выскочить наружу?

## **«Многие страдальцы хотят, чтобы шли по их головам», или Какая у вас формула выживания**

Выживает наиболее приспособленный.

*Чарльз Дарвин. Происхождение видов*

Бессознательная реализация себя

Представьте себе нападение грабителя. Как на это отреагируют люди? По-разному. Один закричит, чтобы привлечь внимание прохожих. Другой наорет на злоумышленника, попытается его напугать. Третий рванет к ближайшему магазину и попросит помощи у охранника.