

АЛЕКСЕЙ МАРКОВ

ХУЛЕНДАРЬ 2.0

**КАПИТАЛЬНЫЕ
ПЕРЕМЕНЫ**

Москва
Издательство АСТ

ЧТО ЭТО?

Внезапно выяснилось, что люди недовольны ежедневниками. Покупают пачку бумаги в красивой обложке, а хотят счастья. Заполняют список дел, а хотят прокачать самоконтроль. Всем нужна дисциплина, а не план захвата мира. Всем нужна логика заполнения, а не набор пустых страниц. Всем нужна свобода, а не календарь, который каждый год новый. К тому же календарь есть в телефоне, а пятницу в любом случае не пропустишь.

Самая страшная проблема любого ежедневника: люди перестают им пользоваться примерно через 3 недели после внесения туда планов на год. Забывают открывать, забывают ручку, перестают заполнять — и магия пропадает. Не забывайте ручку! Я ношу по две в каждом кармане. Кроме передних.

Все одновременно хотят невпихуемого: крутого дизайна, огромной функциональности и при этом всё в аккуратном стиле, желательно в минимализме. Производители делают монструозные схемы проработки привычек, расписывают каждый день по часам, а в начало вставляют никому не нужные сведения синими буквами. Типа, вдруг пригодится. А вдруг не пригодится?

Всё это как-то не очень славно. Но теперь у вас появился ХУЛЕНДАРЬ.

Это мой первый опыт создания антипода GTD, и впереди, я надеюсь, нас ждут улучшения, исправление багов и реализация новых прикольных идей и шаблонов. По большому счёту я даже не знаю, как вы будете пользоваться этим ежедневником: вполне возможно, что даже продуктивнее, чем я задумывал. Поэтому все ваши отзывы буду рад получить на почту book@alexeymarkov.ru — проверим, обсудим, испра-

вим и улучшим. Многие просили внедрить массу полезных (и не очень) фиш: износостойкую кожаную обложку, перфорацию, колечко для ручки, карманы на обложке и блестящую дорогую бумагу. Но, во-первых, содержание (которое будете делать вы, а не мы) намного важнее. Во-вторых, я хочу улучшить жизнь максимального количества людей, а не горстки избранных, поэтому цена имеет значение. А в-третьих, кто сказал, что мы этого всего не сделаем? Вот, например, закладки тут целых две! Одна для недель, вторая для месяцев.

Самое главное: не забывайте, что даже самый лучший в мире ежедневник не будет делать дела за вас. Да, это неприятный сюрприз. Ежедневник не синхронизируется с телефоном — только с вашим мозгом, да и то лишь когда вы его открываете. Он не умеет звенеть и делать напоминания. Это вы должны напоминать ему о себе. Если вы что-то написали, бэкспейса нет, стереть нельзя — только зачеркнуть. Всё ради того, чтобы вы сначала думали, а потом делали. Думать полезно.

Это не планировщик. Я вообще против планов. Лучший план — подготовиться к тому, что всё пойдёт не по плану. И я категорически не приветствую начинать новую жизнь с понедельника или того хуже — с Нового года. Жизнь нужно начинать прямо сейчас.

Тут вы будете фиксировать лишь то, чего в этой жизни добились (плюс то, что с вами произошло). Чтобы потом без сожаления смотреть на прошлого себя и с новой высоты удивляться тому, что когда-то казалось важным.

Тут нет справочников и шкал: чтобы узнать, сколько миллиметров в дюйме, никто не уже не станет открывать книгу. И уж тем более, чтобы узнать, сколько квадратов умещается в "ар" или какой телефонный код у Антарктиды. Мы сделали Хулендарь не для того, чтобы его читать. Он нужен, чтобы писать.

Летопись своей жизни.

КАК ЭТИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ

Во-первых, не мне вас учить. Пользуйтесь как хотите. Потом расскажете.

Во-вторых, почему бы и не поучить? Я же тут для этого.



Самое главное: мы записываем не задачи или планы, а события и свершения. Задачи и планы не имеют никакого значения, если вы их не осуществляете. А вот сделать дело — это крутая штука. Крутую штуку можно и записать. Даже нужно.



Каждый день вы будете писать то, что произошло, что изменило вашу жизнь и что продвинуло вас в светлое будущее. Хоть немного. Проверить емейл — это не дело. Принять доставку — тоже не очень. Зайти в соцсеть и поругаться в коментах — ну, такое. Это записывать не стоит. А вот позвонить маме — это тема. Написать заметку. Повесить полку. Сочинить песню. Прополоть редиску. Поиграть с детьми в кровавых упырей ада.

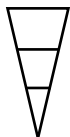
НЕДЕЛЯ № ____

ПН _____

<input type="checkbox"/>	 +
<input type="checkbox"/>	 -
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

Ещё тут есть графа с деньгами . Кому-то удобно будет записывать расходы, а кому-то — доходы. Их потом можно сложить и внести в конец недели. А из недель перенести цифру в месяцы. То же самое с шагами . Шагать полезно, это точно, я узнавал. Я каждый день записываю, сколько прошёл шагов. И в хорошем месяце шагов обычно бывает больше, чем в плохом. Совпадение? Не думаю.

Каждый день можно отметить как хороший или плохой — череп  или звезду  можно обвести, закрасить или зачеркнуть. Или ничего не делать — значит, день был ни то ни сё. У меня, кстати, таких "обычных" дней большинство — это не значит, что они бесполезные, просто в эти дни я не чувствовал себя особенно счастливым (или несчастным, такое тоже случается). Настроение за неделю отмечается пирамидкой — там нужно закрашивать наполненность (или пустоту, кому как нравится), а страницы потом можно быстро перелистывать и смотреть, как ваше настроение менялось по временам года. Лето лучше чем зима.



Итоги недель складываются в итоги месяцев. За месяц человек всё же обычно сделает что-то полезное. Ну если не помните, что, то оно наверняка найдётся в итогах недели.

Итоги месяца _____

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

В конце есть раздел с пустыми страницами. Там разная линовка — даже гексами — для майндмэпов, оргчартов, брейнштормов и прочей непереводимой чепухи. Но я бы на вашем месте отвёл несколько страниц под анализ важных решений. Таких обычно бывает всего несколько в год — менять ли работу (или жену), переезжать ли в другой город, инвестировать ли в Lego и открывать ли третью бутылку.

А чтобы вам было интереснее открывать новые страницы, мы постарались внедрить сюда интересные мысли. Возможно, они придутся кстати. Ну, или нет.

Но главный смысл этого ежедневника заключается в том, что наконец-то вы начнёте осознавать, чем занимаетесь в каждый конкретный момент: если ничем, то и в результаты вписывать будет нечего. Это весьма рискованно.

Ведь теперь я за вами слежу.

Элитный чат
для владельцев Хулендаря



МЕСЯЦ _____

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс

МЕСЯЦ _____

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс

МЕСЯЦ _____

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс

МЕСЯЦ _____

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс