

Выяснив, что Настя с подругой снимают квартиру неподалеку от его дома, Саша взял у девушки номер телефона и вылетел из автобуса как на крыльях.

«Вот это да! Бывает же такое!» — думал он, вприпрыжку двигаясь к офису.

\*\*\*

Несмотря на раннее утро, работа кипела. Саша постоял немного, наслаждаясь своим «возвращением», и пошел к Руслану. Ему хотелось рассказать наставнику о необычном знакомстве, да и о разговоре с мамой, но когда Саша увидел его, то передумал рассказывать.

Руслан сидел за столом, подперев голову руками. Глаза его были закрыты. Казалось, он не слышал ни звука открывающейся двери, ни тихих шагов Саши. Даже шум в офисе будто бы не касался его. Его лицо было расслаблено, не дрожал ни один мускул. Саша постоял немного рядом и развернулся на цыпочках, чтобы уйти.

— Какое твое решение? — вдруг спросил Руслан голосом, лишенным эмоций.

Саша вздрогнул от неожиданности.

— Эм... Привет, Руслан! Не хотел тебя беспокоить. Я на все сто процентов готов. Принял решение еще вчера, во время нашего разговора. А сегодня, ты не представляешь, какой странный у меня день. Я ехал в автобусе...

Руслан движением руки остановил Сашу столь решительно, что его рот так и остался раскрытым на полуслове.

— Как обычно начинается твое утро? — спросил он и открыл глаза.

Саша слегка опешил, а Руслан как ни в чем не бывало достал из сумки кипу документов и принялся перебирать их, внимательно рассматривая каждый листок.

— Не понял, — признался Саша: вопрос показался ему странным.

— Как начинается твоё утро? — все так же спокойно и размеренно повторил Руслан.

Очевидно, он свой вопрос считал самым что ни на есть обычным.

— Да как и у всех, — неловко ухмыльнулся Саша. — Открыл глаза, пошел в ванную, почистил зубы, сварил кофе, оделся, вышел на работу. Позавтракать еще можно. Как оно еще должно начинаться?

Руслан встал, подошел к окну и уставился в него. Саша проследил за его взглядом, но ничего необычного за окном не увидел. Некоторое время они молчали. Саша переминался с ноги на ногу и чувствовал себя полнейшим идиотом: он знал, что ответил неправильно, но не мог сообразить, что такого важного в утре и каким мог бы быть правильный ответ.

Руслан развернулся на пятках и пристально посмотрел Саше в глаза.

— Ты знаешь, что весь твой день зависит от того, как ты начнешь утро? — спросил он резко.

Саша повел плечом: он не знал.

— Все события, которые происходят в течение дня, складываются из твоего внутреннего настроения, — пояснил Руслан. — И этот самый настрой ты в силах создать себе сам. Как часто ты слышал от людей, у которых весь день проходил наперекосяк, что они встали не с той ноги?

— Ну да, бывает такое, — примирительно улыбнулся Саша. — Еще бывает, говорят, что черная кошка дорогу перебежала. Это к неудаче.

— Вот, верно. Я именно об этом. Только на самом деле ни нога, ни кошка здесь ни при чем, это просто оправдания. Мы часто пытаемся списать свои неудачи на внешние обстоятельства, тем самым снимая с себя ответственность. И большинству даже в голову не приходит, — Руслан ткнул пальцем в висок, — что весь настрой, а в дальнейшем и день, который предстоит прожить, только у нас в голове. А из этих самых дней и складывается наша жизнь, и мы сами можем либо разрушить ее, либо построить так, как нужно именно нам. Вот как ты думаешь, что я делал, когда ты вошел в кабинет?

— Сидел с закрытыми глазами, — прямо ответил Саша, снова немного растерявшись от резкой смены темы.

— Нет, Саша, я не просто сидел с закрытыми глазами. Я прокручивал в голове все, что задумал на сегодняшний день. Создавал свой день, настраивал свой мозг на то, что сам себе запланировал.

— Ты хочешь сказать, визуализировал? — начал понимать Саша.

В армии ему довелось прочитать книгу Джона Кехо «Подсознание может все», и в ней как раз говорилось о визуализации планов. Книга произвела на Сашу сильное впечатление, которое, правда, со временем рассеялось. Исполненный энтузиазма, Саша не выполнил потом и половины описанных в книге заданий, о чем сейчас искренне жалел.

— Именно, — кивнул Руслан. — Я визуализирую свои планы на день. И как только понимаю, что что-то идет не так, ну, например, нога с утра подвела, — ухмыльнулся Руслан, становясь, наконец, привычным Саше собеседником, — я останавливаю все дела. И делаю все, чтобы снова настроиться в том направлении, какое мне нужно для реализации планов.

— Это как? — опешил Саша.

Ему показалось, что от избытка непривычной информации мозг потихоньку плавится, стекая на покрытый ковровым полом часами Сальвадора Дали.

— У меня есть друг Гриша. Мы с ним часто встречаемся в спортзале. Как-то в раздевалке я рассказал ему, что прихожу в зал, чтобы на бегу послушать аудиокнигу или музыку. У меня нет настроения стать сильным спортсменом, мне и не нужен такой настрой. Я только хочу научиться изнутри управлять состоянием своего организма. И Гриша согласился со мной, но то, что он при этом сказал, заставило меня посмотреть на вещи под другим углом.

«Я тоже ради этого стал заниматься, — сказал мне Гриша. — Осознал, что, если поник на работе, лучше не мучиться и не насиловать себя, а просто оттуда уйти. Пойти домой или куда-то еще, где ты сможешь исправить настроение, и только исправив, вернуться к работе. Поверь, так дело будет сделано гораздо быстрее, чем если ты будешь пытаться продолжать работать через силу или же делать вид, что упираешься, и тупить в экран».

Руслан помолчал, убедился, что Саша внимательно его слушает, и продолжил.

— Мы с Гришей солидарны, потому что делаем похожие вещи. Если нет настроения, я иду его создавать. Зайду в спортзал, выпью кофе, может, даже схожу в машину и посплю, но я не стану себя насиловать. Понимаешь, я знаю наверняка, и не только на собственном опыте, что если нет желания работать, то ничего дельного не выйдет. Ответственность за работу команды на мне. Я приуныл — команда приуныла. Значит, выход один: взять на себя обязательства и научиться управлять собственным состоянием. Вот тогда и начнется все самое интересное!

— Круто, — выдохнул Саша и наконец присел на стул.

Он никогда не думал о таких вещах. Сейчас то, что говорил Руслан, казалось само собой разумеющимся, как уже открытый Колумбом путь в Америку. Теперь в голове Саши мелькали картинки, то есть визуализированные воспоминания. Вот он, Саша, ноет и жалуется на жизнь, вот суетится, проливая на рубашку кофе, вот пытается через силу продавать, буквально заставляя себя делать звонки...

Руслан немного понаблюдал за ним, улыбаясь, и сказал:

— Так что твое первое задание — придумать себе утренний ритуал и выполнять его каждый день. Подойди к вопросу серьезно, учти, этот ритуал — начало твоего дня, а начало — это всегда самый важный этап!

— Хорошо, — ответил Саша растерянно: он понимал, что получил ответственное задание.

Глаза Руслана блеснули. Он достал из пачки лист бумаги и протянул его Саше со словами:

— Вот твое первое задание. А теперь иди. Зайдешь ко мне через пару часов.

\*\*\*

Саша шел на свое место, и ему казалось, что коллеги провожают его взглядами. Все вокруг изменилось, как будто со вчерашнего дня, когда он сидел за столом, не отрывая взгляда от часов в ожидании увольнения, прошло несколько месяцев.

— Ну-с, — пробормотал Саша, надевая гарнитуру. — Посмотрим, как работает настрой.

Он закрыл глаза и постарался в деталях представить, что говорит клиенту и что клиент отвечает ему, и только после этого кликнул на номер.

Часа не прошло, как Саша успел сделать продажу, чем он был неимоверно доволен. С каждым звонком ему было все проще разговаривать с клиентами. Он умудрялся спокойно выслушивать их отказы и легко находить аргументы, почему им необходимо купить именно то, что он предлагает.

«Я продаю билеты на тренинг Радислава Гандапаса, — думал Саша. — Это мероприятие полезно всем, любого человека можно заинтересовать им. Только аргументы для каждого будут отличаться, пусть даже ненамного: люди разные и интересуют их разные вещи. У этих вещей есть общее, но люди об этом не знают. Каждый из них преследует свою цель, ищет свой смысл. Моя задача показать клиенту, что я продаю то, что нужно именно ему. И только-то! Разве это невыполнимая задача?»

Саша мечтал сделать маме сюрприз и подарить билет на это мероприятие. Мама любит Радислава Гандапаса, значит, ей понравится подарок. Вот что надо делать, когда продаешь товар: стремиться порадовать клиента!

За такими важными мыслями Саша и не заметил, как сделал еще одну продажу. Происходящее было похоже на чудо, но теперь он знал, что это чудо называется «настрой».

— Эй, парень, да ты сегодня в ударе! — хлопнул Сашу по плечу незаметно подошедший Азат. — Сразу видно будущего гуру продаж. Не переборщи только, сразу надрываться не стоит. Перераспределяй нагрузку.

Саша благодарно пожал коллеге руку и на самом деле решил отдохнуть от звонков. Он сходил к кофемашине за кофе и развернул листок с заданием, который дал ему Руслан.

## ЗАДАНИЕ

1. Составьте список из действий, которые вы готовы делать каждое утро. Эти действия — ваши утренние ритуалы. Они должны настраивать вас на продуктивный день, задавать разгон.
2. Опишите ритуалы непосредственно для вашей команды.

Большинство компаний, которые мы изучали, внедрили в работу внеиерархический подход к построению команды. Иерархией целей они заменили иерархию должностей. В таких компаниях, как Apple, Google и Facebook, есть ежедневные ритуалы, которые помогают команде настроиться на продуктивную деятельность. Например, с утра есть смысл разогнаться, начать день с какого-то фана.

В нашей команде мы используем для этого хоккейные кричалки, например: «Надо гол, надо гол, надо-надо-надо гол!» Вместе кричим, играем в «33» (это разновидность баскетбола), играем в «Крокодила», в карате, включаем бодрящую музыку, шутим, смеемся.

После фана делаем минуту тишины, во время которой модератор разгонки просит вспомнить о чем-то хорошем. Ровно минуту под медитативную музыку все сидят и думают о вдохновляющих вещах.

После можно предложить коллегам поделиться друг с другом, рассказать, о чем они вспомнили, что хорошего произошло в их жизни. Сначала несколько человек могут рассказать это для всех, а потом, разбившись по парам, друг другу по очереди.

И только проделав все это, мы непосредственно приступаем к задачам по проекту.

Первым делом Саша решил расписать по пунктам, что будет делать каждое утро, придумать свои утренние ритуалы.

«Первое. Визуализация своего дня. Я буду делать ее, не вставая с кровати. Буду просматривать задачи, которые решу за предстоящий день. Обозначу поставленные цели, продумаю варианты их успешной реализации, выберу наиболее подходящий».

Второе. Зарядка, пятнадцать минут», — написал Саша аккуратным почерком и задумался.

В последний раз он занимался спортом еще в армии. Интересно, почему он так быстро отвык от занятия, без которого не мыслил свою армейскую жизнь?

Саша выпрямил спину и посмотрел на свой слегка нависающий над ремнем живот. Конечно, это пока не критично, живот не такой уж большой, но факт остается фактом: это, вне всяких сомнений, живот. Совершенно лишняя вещь для молодого мужчины, познакомившегося сегодня с самой красивой девушкой в мире. Как там говорил Чехов? «В человеке все должно быть прекрасно: и лицо, и одежда, и душа, и мысли». Вот, классик не мог ошибаться! Саша попытался вспомнить, был ли у Чехова живот, вспомнил сухого, как экспонат гербария, мужчину в пенсне и уверился: никакого живота у классика не было. И у Саши не будет!

Прыснув над своими не слишком интеллектуальными, но зато веселыми размышлениями, Саша продолжил писать.

«Третье. стакан воды, легкий завтрак, чтение книги — тоже пятнадцать минут».

Саша сложил полученные минуты и погрустил немного: чтобы успеть все запланированное, придется вставать раньше. И — не мало ли пятнадцати минут на целых три дела?



«Зато это точно приведет меня к отличным результатам!» — отмел Саша пораженческие мысли.

Прошли отведенные Русланом два часа. Время приближалось к обеду. У Саши заурчало в животе, напоминая, что с тех самых раскритикованных мамой хлопьев он ничего не ел. Он взял свой список и пошел к Руслану.

\*\*\*

— Можно? — спросил Саша, заглядывая в дверь.

— Да, заходи, Саш, — отозвался Руслан. — Написал? Молодец.

Руслан не отрывал взгляда от монитора ноутбука, и Саша удивился: как он умудрился увидеть листок в его руке?

— Ага, — ответил Саша и гордо положил листок на стол перед наставником.

Руслан бегло прочитал написанное и одобрительно покачал головой.

— Ты быстро справился. Но у меня один вопрос: ты думаешь, пятнадцатиминутной зарядки достаточно, чтобы разогнаться и целый день чувствовать себя на подъеме?

— Ну... почему нет, — ответил Саша и пожал плечами.

Вообще-то, на самом деле он был согласен с замечанием Руслана: пятнадцать минут — это так, не зарядка даже. Легкая разминка. Но утро же не резиновое! Как растянуть его, чтобы поместилось все необходимое, не начиная утро, так сказать, с вечера?

— В течение дня мы испытываем много разных эмоций, — отмел возражения Руслан. — В том числе негативных, а иногда и преимущественно негативных. Наше тело пропускает через себя много разной информа-