

Оглавление

Введение. Действовать легче, чтобы легче жить8

**Часть первая. Освободите мозг для творчества,
или Завершение незавершенного,
чтобы оно оставило вас в покое.....17**

1. Завершение начатого — старт нового18

2. Не переживают о несделанном, когда знают, что именно
не сделано 22

3. Оценивайте свои возможности исходя из имеющихся
обязательств..... 26

4. Чтобы попасть в намеченное место, нужно понять,
где находишься 30

5. Неограниченные возможности реализуются
ограниченными средствами35

6. Больше одного обязательства в голове — причина стресса
и неудач39

7. Приоритеты работают только на сознательном уровне..... 44

8. Завершение незавершенного высвобождает энергию 48

9. Если дело занимает ваши мысли, вероятно, с ним не все
в порядке.....52

10. Креативность проявляется тогда, когда для нее есть место 56

11. Чем глубже русло, тем мощнее поток 60

12. Беспокойство — ненужная трата сил..... 65

13. Ваша работа — это не вы..... 69

**Часть вторая. Фокусируйтесь продуктивно,
или Насколько важна точка зрения?.....73**

14. Чтобы видеть дальше, заберитесь повыше74

15. Чтобы сделать что-то, вначале представьте, как вы это делаете78

16. Невозможно работать «достаточно усердно» 82

17. Энергия следует за мыслями..... 85

18. Чем яснее ваша цель, тем больше способов ее достичь	89
19. Лучшее намного лучше хорошего	93
20. Изменение фокуса равнозначно изменению результата	97
21. Перспектива — самый ценный товар на планете	101
22. Вам нужно думать о своих делах больше, чем сейчас	105
23. Не думайте о своих делах больше, чем нужно	109
24. Когда вы понимаете, что делаете, остается только повышать эффективность	113
25. Ваш ум может удерживать «в зоне ожидания» только одно дело	118
26. Будущая цель изменяет настоящее — и в этом ее ценность	122
Часть третья. Создавайте работающую систему, или Поезду трудно двигаться без рельсов	127
27. Стабильность на одном уровне означает креативность на другом	128
28. Соответствие формы и функции — залог максимальной продуктивности	132
29. Чтобы освободить ваш ум, система должна его превосходить	135
30. Хорошая реакция повышает жизнеспособность	139
31. Ваша система хороша настолько, насколько хорошо ее слабое звено	143
32. Эффективность вашей системы обратно пропорциональна вашему вниманию к ней	147
33. Форма — фундамент функции	151
34. Вы не победите в игре, правил которой не понимаете	154
35. Если за что-то отвечают два человека и больше — не отвечает никто	158
36. Применяйте принципы. Не полируйте политики	162
37. Используйте ум для работы, а не для мыслей о работе	166
38. Лучше думается тогда, когда вы в состоянии думать	169
39. Необходимость планировать и предпринимать обратно пропорциональна имеющимся у вас ресурсам	173
Часть четвертая. Расслабьтесь и начинайте движение, или Как быть там, где действие	177
40. В вашей игре вы — единственный игрок	178
41. Кого слишком контролируют, тот вне контроля	182

42. Чем лучше вы делаете, тем легче делать лучше.....	186
43. Доверие к выбору действия требует управления собой на различных уровнях	189
44. Ваша сила пропорциональна вашей способности расслабляться	193
45. Ожидаемый сюрприз — не сюрприз	197
46. Чем шире ваш горизонт, тем более плавным будет движение	201
47. Замедляясь, вы ускоряетесь	206
48. У вас нет времени ни на один проект.....	210
49. Мелочи, если делать их постоянно, дают огромный эффект	214
50. Не узнаешь, пока не сделаешь	217
51. Легче двигаться, когда вы уже в движении.....	222
52. Величайший успех обычно приходит в результате крупной неудачи	225
Напоминание о главном,	
или Здравый смысл не все считают здравым	229
Пять уровней мастерского управления потоками работ	230
Схема обработки и организации потока работ	235
Модель естественного планирования.....	236
Еженедельная ревизия	239
Послесловие	242