

Как контролировать свои цели? Часть I - парадигмы.

Интернет переполнен советами и методами, как человеку просто, ясно и не напрягаясь добиться осуществления своих целей. *«Возьмите чистый листочек...»*

Нет. Не так. Эти методы не воспитывают в нас хорошее и доброе. Эти советы не учат новым навыкам, не принимаются вглубь души, не становятся частью личности. Это вторичные факторы эффективности, которые проявляются уже после того, как человек научится самостоятельно решать задачи, которые ставит перед ним жизнь, и самостоятельно достигать своих целей. *«Напишите на нем в любом порядке свои желания...»*

Это подход «снаружи внутрь», это костыли, которые обрекают нас на то, чтобы пользоваться ими всю жизнь, так и не научившись ходить самостоятельно. Или летать. Потому что кто-то рождается и для того, чтобы летать. А между тем – *«вычеркните самое ненужное и невозможное...»*

Парадигма.

Хочется сказать о великом, но не хватает слов. Не хватает, потому что для меня парадигма – это очень емкое и прекрасное понятие. Это основа основ. Это то самое великое, к чему стремится каждый человек, та миссия, которую он считает обязанным выполнить в своей жизни, и та благородная цель, в которую он верит. Я глубоко убежден в том, что у человека должна быть такая цель – иначе его жизнь пуста и бессмысленна. И все телодвижения, вся суeta и метания, пробование нового и ломка старого – лишь попытки заполнить эту пустоту. Ничего более.

Рано или поздно это становится очевидным, когда в жизнь вкрадывается непонятная скука и тоска, когда ни одно дело не «цепляет» так, как раньше, когда рутина засасывает и приобщает к своему размеренному ритму. И именно тогда спасает та самая большая мечта, самая великая задача, в осуществлении которой человек видит смысл жизни. Это можно называть божественным озарением, миссией, стереотипом жизни, архетипом разума, в зависимости от того, кому какое понятие ближе. Я назову это парадигмой.

Впервые современное понятие парадигмы появилось в работах Т. Куна, который описывал его как видение мира, как концепцию понимания объективной действительности. Кун же ввел и понятие «сдвиг парадигмы» – тотальную смену представлений об устройстве мира, разработку новой концепции понимания. Открытие СТО, атомной структуры, фрактальных представлений – все это события, которые заставляют менять парадигму, потому что превышают критический уровень новых данных и не укладываются в рамки принятой концепции, принятого понимания мира.

Такое понимание очень применимо и для человека. Ведь в жизни мы тоже руководствуемся какой-то моделью, которая помогает нам видеть мир и ориентироваться в нем, и руководствуемся главной целью, ради которой, в общем-то, мы и приходим в этот мир. Каждый из нас сам выбирает для себя модель, каждый сам находит цель по душе. И тоже меняет устаревшую модель, когда приходит срок и изменившийся мир перестает ей соответствовать. Так что...

Карта и территория.

Лучший образ для понимания того, что есть парадигма человека – карта. Образ, конечно, давно нлп-стами избитый, но наиболее верный. Парадигма глобальна и отражает всю нашу жизнь, весь ее смысл, все самое важное, что мы считаем необходимым всегда иметь в своей душе и в своем разуме. Для того, чтобы добиться чего-то, для того, чтобы куда-то попасть, нужно в первую очередь иметь при себе правильную карту. Если карта неверна – у нас ничего не будет получаться.

Стивен Кови пишет об этом так:

«Вы можете работать над совершенствованием своего поведения – прилагать больше старания, настойчивости, действовать в два раза быстрее. Но единственным результатом ваших усилий станет то, что вы еще быстрее окажетесь не в том месте.

Вы можете работать над своим отношением, установкой, начать думать более позитивно. Возможно, это вас и не огорчит, но в нужное место вы все равно не попадете.

Суть в том, что в любом случае вы заблудитесь. Сама эта проблема не имеет никакого отношения ни к вашему поведению, ни к вашей установке. Проблема целиком заключается в том, что у вас неверная карта».

Обновление.

Мы живем и накапливаем опыт, и наша карта обростает подробностями. Из каждой ситуации каждый человек делает свои выводы – и получается так, что у всех нас разные карты, совпадающие в большом и различающиеся в мелочах. А когда в какой-то момент насыщенность карты превышает критический уровень

То есть, память заполнена до отказа.

и она уже не вмещает в себя все то, что мы знаем о мире – приходит пора ее менять.

И именно тут сказывается большинство проблем с достижением чего-либо. Когда человек сталкивается с концептуально новой задачей, ему приходится менять свою карту, чтобы найти верное решение и не растерять новый опыт. А как именно ее менять?

1. Ну, самый простой и принимаемый бессознательно вариант – стереть наименее полезные данные и записать на их место новые. Так мы забываем какие-то события многолетней (а бывает, и месячной) давности, так меняем свои взгляды на мир, мнения о разных вещах. Иногда, бывает, меняем на совершенно противоположные. И это нормально. Так умеют действовать все люди.

2. Вариант, встречающийся немного реже – это полностью зарисованная карта, на которую не записываются более никакие данные. Люди такого типа – консерваторы и «стабилисты», практически невосприимчивы к новому опыту.

На подсознательном уровне. Сознательно они могут понять что-то новое. Но вот принять его они уже не смогут.

Все жизненные ситуации они решают с помощью раз и навсегда закрепленных способов. И хорошо, если на их карту нанесены действительно хорошие данные. Чаще получается так, что там больше мусора.

3. Довольно редко люди осмеливаются на то, чтобы завести новую карту, большего масштаба, и иметь несколько карт. Архив. Такие личности, гибкие и адаптивные, легко понимают разные модели мира и других людей, легко входят в образ – потому что этот образ, скорее всего, когда-то уже был ими пережит. Но заведение каждой новой карты и поддержание всего архива требует больших усилий, потому-то эти герои и редки.

4. И уж совсем редко встречаются люди, решившие отказаться от карт вообще и пуститься в свободное плавание. Абсолютно открытые и неопределенные, не просто гибкие – способные принять любую форму, любую точку зрения, приспособленцы плывут по течению реки жизни, наслаждаясь видом. Да, нужна особая смелость, чтобы так довериться судьбе.

Резюме.

Я стараюсь выразить одну простую мысль: для мощного действия и верного выбора нужно иметь крепкий фундамент. Никакие вторичные методы и скороспелые советы не смогут помочь человеку в достижении им целей, если у него нет понимания того, что вообще он делает в этом мире, кем он хочет быть, какой он хочет видеть свою жизнь. Иначе говоря, нельзя проложить верный путь по неверной карте, каким бы умелым картографом вы не были. А если реальность меняется так сильно, что карта перестает ей соответствовать, стоит поменять карту, а не рисовать на ней другие маршруты и желать других целей. Это начало начал и основа основ. Это парадигма.

Вот так. Не разменивайтесь по мелочам. Живите со смыслом, верьте в прекрасное, стремитесь к совершенному. Пусть вы мечтаете о недостижимом – это еще не значит, что нужно опускать руки. Совсем наоборот.

Да и вообще, как уже писал кто-то на этом сайте, *«ставьте перед собой великие цели. Пусть стоят. Зато красиво»*

В следующей части я углублюсь в понимание тех мотивов, которые ведут большинство из нас по жизненному пути. Напишу об аксиомах мира и принципах, руководящих нами. А пока все. Удачи!

Автор - Алексей Глазков

[Источник](#)