

David Allen

READY FOR ANYTHING

52 principes voor een productiever leven



Voorwoord

De wereld van werk is ingrijpend aan het veranderen, en dat is maar goed ook. Langzaam maar zeker wordt de belofte van ICT ingelost en kunnen we daadwerkelijk bergen werk verzetten doordat samenwerken en kennisdelen elk jaar eenvoudiger en goedkoper wordt. Deze nieuwe mogelijkheden doen wel een steeds groter beroep op de eigen verantwoordelijkheid van de 21^e-eeuwse kenniswerker. Met alle vreemde gevolgen van dien.

De werkdag is bijvoorbeeld lang niet altijd meer klaar om vijf uur: steeds meer mensen kunnen altijd en overal werken en doen dat ook. Toch kiezen we er nog steeds voor om 's ochtends en masse in de file te staan. Het zal nog wel even duren voordat we dat soort paradoxen voorbij zijn.

Kenniswerkers werken met hun hoofd, maar zorgen tegelijkertijd slecht voor dat hoofd en hun brein. Wij durven zelfs te stellen dat de meeste hr-managers geen flauw benul hebben van wat een kenniswerker aan omgeving en vaardigheden nodig heeft om te kunnen excelleren en zo veel mogelijk waarde toe te voegen aan zijn organisatie. Dat geeft ook niet. De wereld draait gewoon door. Steeds meer enthousiaste professionals zijn met veel plezier allerlei nieuwe mogelijkheden in de wereld van werk en zelfontplooiing aan het ontdekken. Door *trial and error* ontdekken ze wat wel werkt en wat niet. Ondertussen delen ze simultaan hun inspiratie met de rest van de wereld via Twitter en via blogs, en niet te vergeten aan de koffietafel op al die plekken waar gratis Wifi is. Voor deze groep mensen zal dit boek niet per se heel veel nieuwe inzichten geven. Maar het grootste deel van kantoorwerkend Nederland heeft nog een inhaalslag te maken als het gaat om het kennisnemen van

nieuwe inzichten op het gebied van werk en privéleven. We zijn zo veel onnodig, dubbel werk aan het doen, terwijl de simpele inzichten van mensen als David Allen een flinke productiviteitswinst kunnen opleveren, naast rust in je hoofd, wat uiteindelijk leidt tot minder stress.

David Allens eerste boek *Getting things done* is al een enorm succes, juist ook in Nederland. De GTD-methode geeft een goed en praktisch antwoord op de behoefte van vooral kenniswerkers om meer grip te krijgen op de steeds toenemende stroom informatie. Natuurlijk waren allerlei ideeën over timemanagement allang bekend, maar ons inziens sloten ze vaak niet voldoende aan bij de explosie aan informatie die nu eenmaal ontstaat in de moderne netwerk- en informatiesamenleving. De ideeën van David hebben veel mensen geholpen om daar soepeler en tegelijkertijd juist strakker mee om te gaan.

In *Ready for anything* deelt David zijn achterliggende ideeën over de wereld van werk. Het is daarom geen opvolger van zijn eerste boek, eerder een *prequel* met thema's als focus, concentratie, creativiteit en bewustzijn. Want zoals we weten: elke grote verandering begint bij hernieuwd bewustzijn. Dit boek draagt bij aan een beter bewust-zijn over de wereld van werk, en de rol van je brein daarin.

Wij gunnen iedereen die dagelijks meer dan een paar uur achter een bureau zit de rust in hun hoofd waar dit boek een mooie bijdrage aan kan leveren.

Martijn Aslander

mede-oprichter Lifehacking.nl en deskundige op het gebied van de netwerk- en informatiesamenleving

Taco Oosterkamp

GTD-trainer en auteur van diverse boeken over slimmer werken

augustus 2009

Dankwoord van de auteur

Heel veel dank aan Stephen Singular, een freelancedacteur en medeschrijver, die we hebben gevraagd om de laatste zes jaar van mijn schrijven te beoordelen, daar thema's uit te distilleren en een eerste ordening aan te brengen. Zijn energieke, nuttige inspanningen en feedback hebben gezorgd voor een kritische 'staak in de grond' waarop ik me kon richten om de context vorm te geven en echt aan de slag te gaan met dit boek.

Veel materiaal dat in dit boek is verwerkt, is eerder op mijn website gepubliceerd en later in mijn e-nieuwsbrieven, en zou niet zo gemakkelijk tot stand zijn gekomen zonder de technische expertise van Greg Fisk en Eric Mack, noch zonder de niet-aflatende ondersteuning van onze kantoormedewerkers, met name Jodi Womack. En ik ben zo blij dat Steve Shull me al vroeg heeft geïnspireerd om een nieuwsbrief te gebruiken als belangrijk platform om mijn ideeën te delen.

Dank (keurig, nu, 'als gewoonlijk') aan mijn redacteur bij Viking, Janet Goldstein, wier aanmoediging, inzichten en bedrijvigheid als katalysator werkten. En aan mijn agent, Doe Coover, die dit project leidde.

Mijn vrouw, Kathryn, is de ruggengraat van het bedrijf dat het mij mogelijk heeft gemaakt om dit boek tot stand te brengen. Ze heeft me niet alleen haar liefde gegeven, maar die ook laten zien in de benodigde vitale ondersteuning en gezonde aansporingen op de momenten dat ik die het hardst nodig had.

Inhoud

Inleiding	Rustig aan doen gemakkelijk maken	15
Deel I	Maak plaats voor creativiteit in uw hoofd of zorgen dat de losse eindjes u met rust laten	23
1	Opruimen creëert nieuwe richtingen <i>Vorbereid op het onbekende?</i>	25
2	U kunt zich alleen goed voelen over wat u niet doet als u weet wat u niet doet <i>Waarom 'georganiseerd raken' vaak niet werkt</i>	28
3	Als u uw verplichtingen kent, kunt u beter kiezen welke nieuwe u aangaat <i>Als het centrum de rand is</i>	31
4	Om te komen waar u wilt zijn, moet u weten waar u bent <i>Vergeet de toekomst – ga aan de slag</i>	34
5	Oneindige kansen worden door eindige mogelijkheden gebruikt <i>De Eén-Minut-Werkstroommanager</i>	38
6	Twee verplichtingen in uw hoofd hebben mondt uit in stress en falen <i>Getting things done: reactief of responsief?</i>	41
7	Prioriteiten werken alleen op bewust niveau <i>Het gevaar van 'niet zulke belangrijke' projecten</i>	44
8	Losse eindjes afwerken maakt energie vrij <i>Het magische alledaagse</i>	47
9	Als het in uw hoofd zit, wordt het vermoedelijk niet gedaan <i>De ABC's van het mentale RAM</i>	50

- 10 Creativiteit duikt op als er ruimte is
Is dat alles? 53
- 11 Hoe dieper het kanaal, hoe sterker de stroming
Bent u echt op meer voorbereid? 56
- 12 Bezorgdheid is verspilling
Denken uit uw gedachten krijgen 59
- 13 U bent niet uw werk
Het grote geheim van mijn lijsten 62

Deel II Richt uw aandacht productief of wat is het nut van een gezichtspunt? 65

- 14 Kijk voor meer helderheid vanaf een hoger punt
Het spel van de dag 67
- 15 U ziet niet hoe u het moet doen tot u zich voorstelt dat u het doet
Van wakker worden tot het opnieuw verzinnen 70
- 16 Hard genoeg werken is onmogelijk
Is het de hele tijd verlengingstijd? 73
- 17 Energie volgt op denken
Wat zet u voor uw deur? 76
- 18 Hoe duidelijker uw doel, hoe meer wegen om het te bereiken
Woont u in uw woonkamer? 79
- 19 Best is veel beter dan goed
Onoverwinnelijk zijn 82
- 20 Een verschuiving in aandacht is gelijk aan een verandering in resultaat
Hoe paraat bent u voor 'paraat'? 85
- 21 Perspectief is het kostbaarste goed op aarde
Uzelf insnoeren tot beter 88
- 22 U moet meer over uw losse eindjes nadenken dan u denkt
Productiviteit vindt niet uit zichzelf plaats 91
- 23 U hoeft niet zo veel over uw losse eindjes na te denken als u vreest
Uw onvolledigheden compleet hebben 94
- 24 Als u weet wat u doet, is efficiënte de enige kans op verbetering
Stressoverstijgend 97
- 25 Slechts één ding in uw hoofd is 'in the zone'
Hoe belangrijk is iets anders dan het allerbelangrijkste? 100
- 26 De waarde van toekomstige doelen is de verandering die ze nu voeden
Doen of zijn? Is dat de vraag wel? 103

Deel III Creëer structuren die werken of het is lastig om op het goede spoor te blijven zonder rails	107
27 Stabiliteit op het ene niveau ontsluit creativiteit op een ander niveau <i>Organisatie en creativiteit: vrienden of vijanden?</i>	109
28 Vorm en functie moeten aansluiten voor maximale productiviteit <i>De Visionair en de Doener: een persoonlijke arbeidsverdeling</i>	112
29 Als u wilt dat uw verstand dingen loslaat, moet uw systeem beter zijn dan uw geheugen <i>Kan uw verstand zijn nieuwe baan houden?</i>	114
30 Reactievermogen verbetert de uitvoerbaarheid <i>De wanordeverslaving</i>	117
31 Uw systeem is slechts zo goed als de zwakste schakel <i>Hoe goed werkt uw bedrading?</i>	120
32 De effectiviteit van uw systeem is omgekeerd evenredig aan uw bewustzijn ervan <i>Het succes van een systeem: soepel lopen</i>	123
33 Functie volgt vorm <i>In welke delen van uw pan moet er geroerd worden?</i>	126
34 Een spel dat u niet hebt gedefinieerd, kunt u niet winnen <i>Het enge moerasland tussen denken en doen</i>	129
35 Als er twee of meer verantwoordelijk zijn voor iets, is meestal niemand het <i>Het interne comité</i>	132
36 Maak uw principes vooraf bekend en bewaak uw beleid niet als een politieagent <i>U bent op uw best als ...</i>	135
37 Gebruik uw verstand om over uw werk te denken en niet eraan <i>Is vorm vormloos?</i>	138
38 U denkt waardevoller dan u wellicht denkt <i>Vrijheid en vormpret</i>	140
39 De noodzaak tot plannen en organiseren is omgekeerd evenredig aan uw waargenomen middelen <i>Waarom het menselijk ras zo lang nodig heeft om te evolueren</i>	143
Deel IV Ontspan en kom in beweging of daar zijn waar de actie plaatsvindt	147
40 U bent de enige die uw spel speelt <i>De nieuwe grondslagen</i>	149

41	Te gecontroleerd betekent controleverlies <i>Bent u een 'organisatiegroepie'?</i>	152
42	Hoe beter u wordt, hoe beter u maar beter kunt worden <i>Spring!</i>	155
43	Om uw actiekeuze te kunnen vertrouwen, moet u uzelf managen op verschillende niveaus <i>Het is 9.45 uur, wat moet ik doen?</i>	158
44	Uw macht is evenredig aan uw vermogen om te ontspannen <i>De vrijheid-productiviteitsvergelijking</i>	161
45	Verwachte verrassingen zijn geen verrassing <i>Productief de afgrond in uren</i>	164
46	Hoe wijds er uw horizon, hoe vloeiender uw bewegingen <i>Het ritme van dingen</i>	167
47	U versnelt door te vertragen <i>Moet de pan sudderen?</i>	170
48	U hebt geen tijd om een project te doen <i>De subtiele sirenes van de 'lange termijn'</i>	173
49	Kleine dingen hebben een grote impact als u ze consistent doet <i>De kritieke twintig procent</i>	176
50	U moet iets doen om iets te weten <i>Wie is er echt in productiviteit geïnteresseerd? (Ik bedoel: echt?)</i>	179
51	Vooruitkomen gaat gemakkelijker als u in beweging bent <i>Wordt het u te veel? Grijp het roer</i>	182
52	De grootste successen komen voort uit de grootste mislukkingen <i>Het jaar van betere keuzes</i>	184

Deel V

Herinner uzelf aan de basis

	<i>of gezond verstand is niet zo gewoon</i>	187
	De vijf fasen van werkstroombeheersing	189
	Werkstroomverwerking en -organisatie	192
	Natuurlijk planningsmodel	193
	Het wekelijks onderhoud	195
	Nawoord	197

Inleiding

Rustig aan doen gemakkelijker maken

Maximale productiviteit betekent dat u zorgt dat er iets tot stand komt – meubilair, snelwegen of plezier – met zo min mogelijk inspanning. Het feit dat we bereid zijn ‘inspanning’ te leveren, houdt echter in dat we op tegenstand en belemmeringen stuiten als we iets voor elkaar willen krijgen. Productiviteit verbeteren heeft veel te maken met beter omgaan met de belemmeringen, barrières en afleidingen die we tegenkomen, met alles wat onze beweging voorwaarts tegenwerkt of afzwakt. In een volkomen frictieloze wereld zou alles onmiddellijk verschijnen zodra iemand het zich voorstelt. Dan zou er weinig behoefte zijn om flexibeler te worden en zich te concentreren, of om betere systemen en benaderingen in te voeren. In de wereld die u en ik echter bewonen, zullen we – om echt zo effectief mogelijk te bereiken wat we willen – op alles voorbereid moeten zijn. En er zijn dingen die we allemaal kunnen doen, op elk moment, die het gemakkelijker maken om van alles tussen de bedrijven door mee te pikken en op koers te blijven.

Meer dan twee decennia lang heb ik de beste methoden onderzocht om een manier van leven en het werk te bereiken die ontspannen, positief en goed vol te houden is. Als managementconsultant en productiviteitscoach heb ik duizenden professionals geholpen om de manier in te voeren waarvan ik heb ontdekt dat die de beste is om productiever te werken *en* meer vreugde te beleven aan wat je doet. Als mensen een manier vinden om dat soort evenwicht te vinden bij hun dagelijkse activiteiten, ongeacht wat die zijn, kunnen ze hun intuïtie en creativiteit gemakkelijker aanboren. Ze worden beter in het verwerken van informatie, kunnen hun gedachten en

gevoelens beter beheersen en zich richten op resultaten, en vertrouwen hun eigen oordeel over wat de volgende stap is. Ze hebben een *systematische benadering* ontwikkeld om met henzelf en hun werk om te gaan, wat veel nuttiger is dan steeds weer ad hoc te reageren op de druk en crises die zich voordoen. Als mensen weten dat ze een proces ter beschikking hebben om met elke situatie om te gaan, voelen ze zich meer ontspannen. Als ze ontspannen zijn, gaat alles beter. Er komt meer uit hun handen, met minder inspanning en er duiken allerlei prachtige neveneffecten op die bijdragen aan de uitkomsten van hun inspanningen en de kwaliteit van hun leven.

De methoden waarin ik lesgeef, vloeien voort uit het gedrag en de systemen waarvan ik heb ontdekt dat die het best werken om ons *op ons best* te houden. Sinds het begin van de jaren tachtig van de vorige eeuw zijn ze getoetst en is bewezen dat ze zeer effectief zijn, absoluut, zowel voor individuen als voor organisaties. De stappen waarin ik tot deze ontdekking en dit proces ben gekomen, zijn beschreven in *Getting Things Done: Prettig en efficiënt werken zonder stress*. Het wereldwijde succes daarvan geeft aan dat mensen over een breed spectrum van culturen en carrières klaar waren voor die informatie en graag verandering wilden. Ze waren het beu om zich overweldigd te voelen door hun baan en het gedoe van het leven. Ze wilden weer creatief kunnen denken en spelen. Ze zochten naar een nieuwe benadering, een *systeem* waarop ze konden vertrouwen, ongeacht de taak die voor hen lag of de dag die ze hadden. Ze wilden een structuur, maar dan wel een natuurlijke, eentje die paste bij hun ingewikkelde levensstijl en die uitmondde in meer vrijheid, niet in meer beperkingen.

Terwijl ik de details uitwerkte van het *wat*, *wanneer* en *hoe*, die de kern van mijn programma's vormen, ging ik iets anders doen: ik begon het *waarom* achter die stappen op te schrijven. Waarom werkten ze zo goed? Waarom zorgden ze keer op keer dat mensen met meer capaciteit konden functioneren en zich beter voelden? Ging er iets diepgaanders achter schuil? Waarop was dat succes gebaseerd? Er leken onderliggende principes te zijn die zich met en door de methodologie vervlochten, factoren die waar waren, ongeacht wanneer, waar of door wie ze werden toegepast.

Iemand kan een uitstekend autocoureur zijn zonder ook maar het flauwste benul van zwaartekracht te hebben, hoewel zwaartekracht de achterliggende factor is die alles beïnvloedt wat hij achter

het stuur doet. Om races te winnen, hoeft de coureur alleen het sturen te beheersen, naast de snelheid op het rechte eind en een goede bochtentechniek. En hij moet te allen tijde de wagen onder controle houden. Als hij zijn werk doet, doet de zwaartekracht wel wat *die* moet doen. Beheers jezelf en de auto komt er heelhuids doorheen. Maar wat als snel rijden na een tijdje niet meer genoeg is? Wat als je meer wilt weten over de redenen waarom je vaardigheden zo goed werken en hoe je voorkomt dat je auto uit de bocht giert en in brand vliegt? En wat als inzicht in die geheimen leidt naar meer instrumenten voor productiviteit en nog grootsere prestaties?

In 1997 begon ik die vragen te onderzoeken door een aantal principes bij elkaar te brengen die aan de basis van productief gedrag leken te liggen en schreef ik ongedwongen essays over de implicaties en toepassingen van die waarheden in het dagelijks leven. Mijn kernaanname, dat iemands vermogen om productief te zijn evenredig was aan zijn vermogen om te ontspannen, begon ik uit te breiden. Ik verdiepte me verder in vier hoofdgebieden van productief gedrag:

1. Alle interne en externe 'losse eindjes' bijeenbrengen en vastleggen, om weer helderheid en energie te krijgen.
2. Bewust onze aandacht sturen binnen de verschillende niveaus van resultaten en verplichtingen waarop we ons hebben vastgelegd.
3. Betrouwbare structuren creëren en die consequent gebruiken, om ervoor te zorgen dat we ons op de juiste zaken richten, en waar dat nodig is geheugensteuntjes aanbrengen.
4. Dat alles verankeren met een flexibele, voorwaartse beweging op het niveau van fysieke actie.

Ik kwam erachter dat mensen niet zozeer behoefte hebben aan meer discipline op zich, het ontbrak hun gewoon aan een gedisciplineerde benadering. Ze hoefden niet harder te werken, maar moesten hun werk beter definiëren op verschillende niveaus van detail en op al die niveaus tegelijk gericht blijven.

Achter dit alles gaat het idee van 'een geest als water' schuil, een beeld waarmee ik jaren geleden kennis maakte toen ik karate leerde. Als je een steen in een vijver gooit, wat doet het water dan? Het reageert met volstrekte juistheid op de kracht en massa van de steen. Het doet niets meer en niets minder. Het reageert niet

te veel of te weinig. Het reageert in zijn geheel niet. Er doet zich gewoon een wisselwerking voor als er iets op het water afkomt, waarna het terugkeert naar zijn natuurlijke toestand. Dat is de aard van water. Een mens kan slechts op deze manier handelen als hij een bewust systeem heeft ingevoerd en als dat systeem gebaseerd is op principes die chaos en stress kunnen weerstaan. Die principes moeten in lijn zijn met iets diepers in ons wezen.

Twee jaar nadat ik begon met essays schrijven, besloot ik een nieuwsbrief te maken en die te verspreiden onder mensen die aan de slag waren gegaan met mijn methodes. Ik hoopte daarmee een netwerk van beoefenaars in leven te roepen en een gemeenschap van mensen op te bouwen die graag goed werk verrichtten, hun best practices delen en het leven vieren. Elke nieuwsbrief was gericht op bekrachtiging en uitbreiding van de ideeën achter ontspannen controle en uitstekende prestaties. Ik vroeg me af of mensen zouden reageren.

Het antwoord overtrof al snel mijn verwachtingen. Binnen twee jaar was onze lezerskring vertienvoudigd, van tweeduizend naar twintigduizend abonnees. Een jaar later zaten we op dertigduizend en groeide het aantal nog steeds. Mensen stuurden de nieuwsbrieven door via hun eigen onlinenetwerken. Ze werden in de Verenigde Staten en over de hele wereld gemaïld. Andere mensen drukten exemplaren af en nietten en verzamelden die om ze te verspreiden onder hun vrienden en collega's. Weer anderen plakten ze in de lift op het werk. Overall doken ze op. Sommige essays neigden meer naar praktisch advies, andere doken de diepte in. Allemaal ontwikkelden ze mijn begrip van het waarom, deden dat groeien, en allemaal voegden ze waarde toe aan wat er al was.

De feedback was overweldigend positief; mensen leken te snakken naar bekrachtiging van de basisideeën, verkenning van de subtiliteiten en het avontuur van de verrassingen die zich voordeden dankzij een paar van de eenvoudigste technieken en instrumenten en dankzij bewustzijn. En de mensen die reageerden op de nieuwsbrieven, hadden heus geen bijles nodig in hoe ze hun leven moesten inrichten: een aantal van de beste en slimste mensen op deze aardbol hebben me verteld dat ze ontzettend veel baat hebben gehad bij het gebruik van mijn materiaal. En dat terwijl velen van hen – volgens ieders normen – al tot de allerproductiefsten behoorden.

Het werd tijd dat dat materiaal werd samengebracht in een apart boek.

De hier opgenomen principes, commentaren en essays vormen gezamenlijk een gedachtegoed dat volgens mij meer biedt dan alleen maar wat tips of trucs. Of mensen nu wel of niet de volledige methode van best practices hebben ingevoerd die ik in *Getting things done* heb geschetst, er blijven altijd dingen die ze nog consistentener kunnen doen, altijd weer, die hun productiviteit en welzijn zouden vergroten. Dat zijn de elementen waarvan u zult merken dat ze in deze principes en essays worden gevalideerd en bekrachtigd.

De ideeën zijn gegroepeerd in de vier hoofddomeinen van productief gedrag die ze ondersteunen: voltooiing, gerichte aandacht, structuur en actie. De principes en essays die zo zijn gegroepeerd, beperken zich echter niet tot de onderwerpen van die kopjes, noch is het de bedoeling dat ze die onderwerpen uitputtend beschrijven. Ze zijn eerder bedoeld om u te stimuleren zelf na te denken en te bevestigen dat er betere manieren zijn om met dingen om te gaan.

Er zijn momenten waarop het voor individuen (en groepen) vooral rendabel is om oude dingen af te handelen en zich op te maken voor de strijd (Deel I). Op andere momenten is concentratie op het juiste aandachtspunt het voornaamst (Deel II). Weer andere situaties zullen vragen om structuren en systemen als belangrijkste voorwaarde voor groei (Deel III). En op weer andere momenten is het nodig dat u het idee loslaat dat u het perfect krijgt en gewoon aan de gang gaat (Deel IV). Al die aspecten zijn belangrijk, maar vaak zal eentje er juist voor zorgen dat u door kunt breken naar een volgend niveau van productiviteit. In Deel V zijn checklists opgenomen als naslagwerk en als geheugensteuntje voor de belangrijkste manieren om de flow in de hand te houden.

U zult merken dat de essays geen precieze uiteenzettingen zijn van de principes die ze behandelen, maar eerder stof tot nadenken geven over die onderwerpen.* En de afrondende 'Trouwens ...'-vragen dienen vooral als katalysator voor uw eigen reflectie over mogelijke toepassingen in de praktijk. Menselijk gedrag en bewustzijn kunnen tegelijkertijd erg eenvoudig, heel ingewikkeld en oneindig onderzoekbaar zijn, en ik heb ernaar gestreefd om niet alles nauwkeurig te beschrijven. Maar u zult op zijn minst globale aanwijzingen

* Die principes worden opeenvolgend genummerd in dit boek, niet zoals ze zijn genummerd in de nieuwsbrieven (de aanvankelijke nummering was ook arbitrair). Verder zijn sommige essays gekoppeld aan andere principes dan die waaraan ze oorspronkelijk waren gekoppeld.

gen krijgen over hoe functies op hogere niveaus werken, hoe wij functioneren en hoe de wereld functioneert. Als u deze principes in u opneemt en in de praktijk toepast, is de kans groot dat u meer aan uw werk en uw leven als geheel zult bijdragen. Door de essays te lezen zullen er vermoedelijk subtiele veranderingen in uw waarneming plaatsvinden, die leiden tot gedragsveranderingen. Een verandering in gedrag leidt tot een verandering in acties en resultaten. De dingen dijen in steeds grotere cirkels uit. Er treedt verandering op en er vindt een positieve verschuiving plaats. Vaak zijn het de kleine dingen, die consistent op strategische plekken plaatsvinden, die de grootste invloed hebben.

Ik heb al aangegeven dat u niet harder hoeft te werken. Wellicht hebt u ook het gevoel dat u geen stap-voor-stapsysteem hoeft in te voeren waarin alle onderdelen en processen van *Getting things done* zijn verwerkt. Maar op zijn tijd kan het zijn dat het nog steeds nodig is dat u losse eindjes beter beheerst, creatiever en grootsere bent, meer gericht denkt, uw intuïtie kunt gebruiken, betere structuren hebt, flexibeler en meer ontspannen bent, of gewoon met de volgende stappen aan de gang wilt. Al die punten maken u productiever. Dit boek biedt belangrijke inzichten op al die terreinen en geeft u wellicht net die impuls om lonende nieuwe niveaus van expressie te bereiken.

Vermoedelijk zullen sommige punten uit dit boek u bekend voorkomen. Niet doordat u ze ergens anders al hebt gelezen, maar doordat u zaken herkent die u intuïtief al weet. Om waarde uit de inhoud te putten hoeft u geen nieuwe vaardigheden of een ingewikkelde hoeveelheid nieuwe informatie te leren. Dit boek zal vermoedelijk veel bevestigen waarvan u al weet dat het werkt en wat u ook al doet. Maar het zal u ook uitdagen om dat bewustzijn veel bewuster en consistentere toe te passen. En daar schuilt de werkelijke kracht in. Dit is een bundeling van effectieve perspectieven en gedragingen, die overal en op elk moment toepasbaar zijn. Hoewel elk punt merites op zich heeft, biedt het geheel een rijke contextgebonden ervaring die groter is dan de som der delen. Of u de informatie nu ad hoc benadert of het boek van voor naar achteren leest, – ik nodig u uit om met het omslaan van elke bladzijde het grotere geheel van een dynamische, positieve bereidheid tegenover het leven op u in te laten werken.

Steeds weer word ik verrast door het schijnbaar oneindige aantal manieren waarop de principes van persoonlijke effectiviteit kun-

nen worden onderzocht en ervaren. Onze reizen komen altijd weer neer op dezelfde basiswaarheden, maar onze onderzoeken leiden ons terug naar dat bewustzijn op nieuwe en ingrijpender manieren. Het denken dat is vastgelegd in dit boek, zal zonder twijfel meer deuren openen en tot verdere ontdekkingen leiden. De ene betekenislaag zal plaatsmaken voor een andere en een volgende en nog een volgende. De spiraal zal steeds groter worden. Ik vind het net zo interessant en inspirerend om na te denken over wat nog niet in het boek staat als over wat er wel in staat. Ik hoop dan ook dat u het, net als ik, beschouwt als een nieuwe deur in plaats van een laatste handeling.

De 'alerte toestand' in de vechtkunsten is niet passief, reactief of eindig, maar volledig dynamisch, levend, creatief en uitbreidbaar. Hij ontstaat echter niet spontaan, maar wordt pas bereikt door een steeds grotere ervaring met het leven en het werk en een steeds betere training in hoe u daarmee omgaat. Ik hoop dat deze principes als verkeersborden en wegwijzers op uw pad kunnen functioneren.

DEEL I

Maak plaats voor creativiteit in uw hoofd
of zorgen dat de losse eindjes u met rust laten

Het is dwaas: we hebben geen tijd om ons werk af te krijgen vanwege al het werk dat we moeten doen. En we zouden zoveel beter op de details kunnen letten als we er niets mee aan hoefden. Muggen kunnen de jacht op groot wild verpesten. Er is licht aan het eind van de tunnel, maar je moet er wel eerst doorheen. Om productieve energie te krijgen, is het soms het best om spinnenwebben weg te halen, oude zaken af te handelen en u op de aanval voor te bereiden: het puin opruimen dat de voorwaartse beweging belemmert.

52

1

Opruimen creëert nieuwe richtingen

Losse eindjes afwerken, of het nu belangrijke projecten zijn of dozen met oude dingen die we nog steeds moeten opruimen en organiseren, maakt de weg vrij voor meer opgeruimde, heldere en complete energie voor alles wat er ook op ons pad komt. Als u even niet weet wat u het best kunt aanpakken, ruim dan iets op of maak iets af, iets wat voor de hand ligt, recht voor uw neus, en wel direct. Daardoor krijgt u snel de energie en helderheid om te weten wat de volgende stap is en kunt u op alle fronten effectiever reageren. Verwerk uw inbakje, schoon uw e-mail op, of ruim uw middelste bureaulade op. Dat moet u toch ooit doen.

Voorbereid op het onbekende?

Er is iets op komst – vermoedelijk binnen een paar dagen – wat uw wereld gaat veranderen. U ziet het nog niet. U weet niet waarover het gaat. Maar het is er, het komt onvermijdelijk dichterbij en het zal iets van u vergen waar u niet op voorbereid bent. Vroeg of laat zal het zich voordoen. Geloof me maar.

Schrijf op exact vier weken van vandaag de volgende woorden in uw agenda: 'Een maand geleden zei David Allen dat er iets op komst was wat ik niet kon voorzien en wat een grote invloed op me zou hebben.' Bewijs me maar dat het niet zo is.

Bent u klaar? Zal die onverwachte gebeurtenis of input de huidige situatie verergeren door u nog meer het gevoel te geven dat u de controle kwijt bent? Of zult u het beschouwen als de volgende creatieve kans die u naar een nieuw niveau van expressie en deel-

name brengt? Hoe goed bent u voorbereid op de verrassingen die die nieuwe ervaring onvermijdelijk voor u betekenen?

Ik denk dat er grofweg twee niveaus zijn om met onvoorziene kansen om te gaan:

1. Het spirituele. Als God alles is en u maakt daar deel van uit, ontspan dan gewoon.
2. Al het andere. En daarvoor moet u uw zaakjes op orde hebben, zodat u in een andere versnelling kunt overgaan als dat nodig is.

Een oude Aziatische wijsheid zegt: 'Hoe meer je zweet ten tijde van vrede, hoe minder je bloedt ten tijde van oorlog.' Het militaire model is zo slecht nog niet. Iemand bij de strijdkrachten die niet hoeft te vechten, is aan het oefenen. De meeste mensen bereiden zich een paar dagen voor een lange vakantie voor op verandering, of als ze scheiden of als ze alles verkopen wat ze bezitten en verhuizen, of als een andere belangrijke levensgebeurtenis hen ertoe aanzet alles eens te overdenken en enige helderheid te scheppen in hun verplichtingen en hun 'losse eindjes'. Ze ruimen op, sluiten af en heronderhandelen over al hun afspraken met zichzelf en anderen.

Ik stel voor dat u dat wekelijks doet. En zorg ervoor dat u zo georganiseerd raakt dat als een bespreking te laat begint, u uw inbakje verwerkt of uw stapel 'ter info' reduceert. Of dat u een persoonlijk telefoontje kunt plegen terwijl u op uw partner wacht die zich klaarmaakt. Ik ken maar heel weinig mensen die hun tijd en wat ze doen zo waardevol vinden, elke minuut weer, dat ze dat soort gelegenheden maximaal benutten. Als u niet op die manier profijt trekt van uw tijd, vraag ik u: waarom niet?

Wanneer hebt u voor het laatst uw projectenlijst geactualiseerd (de dingen die meer dan één actie vereisen om af te ronden) en helemaal bijgewerkt, met volgende acties voor elk ervan in uw systeem? De mate waarin u dat niet hebt gedaan is de mate waarin u onnodig stress ervaart.

Als u nog geen lijst hebt, pak dan een alomtegenwoordig instrument om ideeën vast te leggen. Iets om dingen op te schrijven of op te nemen zodra ze bij u opkomen. U hebt iets nodig dat u altijd bij u hebt, op het strand, in de sportclub, achter uw bureau, in een restaurant. Het is heel handig als u het in uw portemonnee of tas kunt stoppen, omdat u die altijd wel bij u hebt. Hoe ouder, wijzer en geperfectioneerder u wordt, persoonlijk en professioneel gezien,

hoe vaker uw beste ideeën over iets opkomen op een plek waar ze op dat moment niet uit te voeren zijn.

Rationeel begrijpt u misschien wel dat u alles uit uw hoofd kwijt moet dat in de toekomst van waarde kan zijn, of dat potentiële afspraken met uzelf en anderen vertegenwoordigt. Maar dat moet u in praktijk brengen door het op te schrijven als het zich voordoet. Als u iets ‘te doen’ oppikt uit dit boek, hoe legt u dat dan vast? Notitieblokjes, witte kaartjes, pocketmemo’s ... wat dan ook.

Zorg ervoor dat het een gewoonte wordt om dat instrument bij u te hebben en te gebruiken. Ergens heen gaan zonder het bij u te hebben, zou net zo raar moeten aanvoelen als zonder schoenen de deur uitgaan. Die gewoonte zal u naar een heel nieuw niveau van denken en doen brengen.

Trouwens ...

- > Op welke terreinen zou u wel eens grote schoonmaak mogen houden?
- > Wat is het eerstvolgende om aan te pakken als u niet zeker weet wat u anders moet doen?
- > Wat kunt u vandaag vergeven?

«*Alle intellectuele verbetering ontstaat uit ontspanning.*

– SAMUEL JOHNSON

«*Vergeving is de enige manier om creatief over de toekomst te kunnen nadenken.*

– DESMOND WILSON

«*Als je alles weet, ben je als een donkere lucht. Soms flitst er licht door de donkere lucht. Als dat voorbij is, vergeet je het en resteert er niets anders dan de donkere lucht. Waar het om gaat, is om nooit verbaasd te zijn als de donder er opeens doorheen breekt. En als de bliksem oplicht, valt er misschien iets prachtigs te zien. Als we leegheid hebben, zijn we er altijd op voorbereid om het weerlichten te zien.*

– SHUNRYU SUZUKI