

PAMATOVAT SI VŠE,
DOSÁHNOUT ČEHOKOLI

Pořid'te si druhý

mozek

Uspořádejte si digitální život
a uvolněte místo pro svůj
tvůrčí potenciál

**TIAGO
FORTE**

Volně šiřitelná ukázka z knihy Pořídte si druhý mozek. Uspořádejte si digitální život a uvolněte místo pro svůj tvůrčí potenciál

Poříd'te si druhý mozek

Uspořádejte si digitální život
a uvolněte místo pro svůj
tvůrčí potenciál

TIAGO FORTE

Tiago Forte

POŘÍDTE SI DRUHÝ MOZEK

Uspořádejte si digitální život a uvolněte místo pro svůj tvůrčí potenciál

Copyright © 2022 by Tiago Forte. All rights reserved, including the right to reproduce this book or portions thereof in any form whatsoever.

For information, address Atria Books Subsidiary Rights Department, 1230 Avenue of the Americas, New York, NY 10020.

Podle anglického originálu Building a Second Brain: A Proven Method to Organize Your Digital Life and Unlock Your Creative Potential vydalo v edici Žádná velká věda nakladatelství Jan Melvil Publishing v Brně roku 2023. Žádná část této knihy nesmí být nijak použita či reprodukována bez písemného svolení, s výjimkou případů krátkých citací jako součásti kritických článků a recenzí.

Překlad Libuše Mohelská

Odpovědná redaktorka Zuzana Kačerová

Jazyková redaktorka Martina Rybičková

Šéfredaktor Marek Vlha

Redakční spolupráce Jitka Vlha Stříšková, Eliška Šestáková a Tomáš Baránek

Grafická úprava a sazba Stará škola

Obálka Timothy Shaner (NightandDayDesign.biz)

Ilustrace a diagramy Maya P. Lim

Jazyková korektura Vilém Kmuníček

Tisk a vazba PBTisk, a. s., Příbram

Vydání první

Jan Melvil Publishing, 2023

Všechny naše knihy najdete na

www.melvil.cz.



Chyby a připomínky: melvil.cz/chyby

Recenze a pochvaly: melvil.cz/kniha-druhy-mozek, libisemi@melvil.cz

Knihy vychází také elektronicky a jako audiokniha.

ISBN 978-80-7555-189-4

Volně šiřitelná ukázka z knihy Pořídte si druhý mozek. Uspořádejte si digitální život a uvolněte místo pro svůj tvůrčí potenciál

*Pro Lauren, moji partnerku,
moji múzu a největší inspiraci
ve všem, co dělám*

Volně šiřitelná ukázka z knihy Pořídte si druhý mozek. Uspořádejte si digitální život a uvolněte místo pro svůj tvůrčí potenciál

OBSAH

.....

Úvod: Příslib druhého mozku / 9

1. část: Základy. Co všechno je možné / 15

1. Kde to všechno začalo / 17
2. Co je druhý mozek? / 25
3. Jak druhý mozek funguje / 39

2. část: Jak na to. Čtyři kroky metody CODE / 57

4. Zaznamenávání: Uložte si, co vás oslovuje / 59
5. Uspořádávání: Ukládejte si s ohledem na využitelnost k akci / 84
6. Zhušťování: Hledejte podstatu / 115
7. Vyjadřování: Ukažte svou práci / 145

3. část: Posun. Uskutečňování / 171

8. Umění kreativní realizace / 173
9. Základní návyky digitálních organizátorů / 194
10. Cesta k sebevyjádření / 218

Bonusová kapitola:

Jak si vytvořit fungující systém tagování / 237

Poznámky / 243

Rejstřík / 248

Volně šiřitelná ukázka z knihy Pořídte si druhý mozek. Uspořádejte si digitální život a uvolněte místo pro svůj tvůrčí potenciál

ÚVOD

Příslib druhého mozku

Kolikrát se vám stalo, že jste si zkoušeli vzpomenout na něco důležitého a cítili, jak vám to v myšlenkách uniká?

Možná jste si s někým povídali a nemohli si vybavit fakt, který by váš pohled na věc přesvědčivě podepřel. Možná vás při řízení nebo někde venku napadlo něco skvělého, ale než jste dorazili do cíle, někam se to zkrátka vypařilo. Kolikrát jste s námahou lovili v hlavě aspoň jediný užitečný poznatek z knihy nebo článku, které jste kdysi četli?

S narůstajícím objemem informací, k nimž máme přístup, jsou podobné zážitky stále běžnější. Zaplavuje nás bezprecedentní množství rad slibujících, že díky nim budeme chytřejší, zdravější a šťastnější. Konzumujeme víc knih, podcastů, článků a videí, než je vůbec možné vstřebat. Jaký viditelný výsledek jsme ze všech těch načerpaných znalostí vytěžili? Kolik skvělých myšlenek, na něž jsme narazili, se nám z hlavy vypařilo dřív, než jsme měli šanci uvést je do praxe?

Trávíme hodiny a hodiny tím, že čteme, posloucháme nebo sledujeme názory jiných na to, co bychom měli dělat, jak bychom měli myslet a jak bychom měli žít, ale nepoměrně méně se pak věnujeme uplatňování získaných znalostí a jejich osvojení.

Většinu času slyšíme informace, s těmi nejlepšími úmysly hromadíme nekonečné zásoby obsahu, což nám však nakonec jen působí větší naši úzkost.

Tato kniha si klade za cíl to změnit. Obsah, který sledujete na internetu a ve všech dalších dostupných médiích, totiž není zbytečný. Právě naopak, je mimořádně užitečný a cenný. Jediný problém je v tom, že ho často sledujete v nesprávnou dobu.

Jaká je šance, že v rozečtené knize podnikatelských rad bude přesně to, co právě teď potřebujete? Jaká je naděje, že každý postřeh z podcastového rozhovoru budete moct obratem přetavit v akci? Kolik e-mailů, které vám leží ve schránce, ve skutečnosti hned teď vyžaduje vaši plnou pozornost? Pravděpodobnější je, že část z informací je důležitá teď, ale většina z nich získá relevanci až v nějakém okamžiku v budoucnu.

Abychom dokázali cenné informace využít, potřebujeme je zabalit a poslat časem svému budoucímu já. Potřebujeme způsob, jak si pěstovat soubor znalostí, který bude jen a jen náš, takže až se objeví příležitost – ať to bude změna práce, nutnost přednést důležitou prezentaci, uvést nový produkt, založit firmu nebo rodinu – budeme mít k dispozici ty správné poznatky, jak se co nejlépe rozhodnout a účinně jednat. Všechno to začíná u jednoduchého zapisování poznámek.

Ukážu vám, jak tento jednoduchý návyk přeměnit v první krok systému, který využívá inovace v oblasti správy osobních znalostí (personal knowledge management, PKM).*

Nazval jsem ho budování druhého mozku. Tak jako osobní počítače revolučním způsobem proměnily náš vztah k technologiím, osobní finance ovlivnily, jak zacházíme s penězi, a osobní produktivita s sebou přinesla nový styl práce, správa osobních

* Obor PKM se začal formovat v 90. letech s cílem pomoci vysokoškolským studentům zvládat obrovské množství informací, které se jim najednou zpřístupnily v knihovnách připojených k internetu. Je to individuální protějšek správy znalostí (knowledge management), která zkoumá, jak svoje znalosti využívají firmy a další organizace.

znalostí nám pomáhá naplno využít potenciál toho, co víme. Technologické inovace a nová generace užitečných aplikací nám dnes nabízejí nové příležitosti; na těchto stránkách ovšem najdete poučení vycházející z nadčasových a neměnných principů.

Systém budování druhého mozku vás naučí:

- Najít během pár sekund cokoli, co jste se v minulosti dozvěděli, na co jste narazili nebo o tom přemýšleli.
- Uspořádat si znalosti a důsledněji je využívat k pokroku ve svých projektech a k dosahování cílů.
- Uložit si své nejlepší úvahy, takže je nebudete muset promýšlet znovu.
- Propojovat myšlenky a všímat si vzorců v různých oblastech života, takže zjistíte, jak žít lépe.
- Vytvořit si spolehlivý systém, který vám pomůže sdílet výsledky své práce s větší jistotou a lehkostí.
- „Vypnout“ práci a odpočívat s vědomím, že se můžete s důvěrou opřít o systém, který za vás sleduje veškeré detaily.
- Namísto zdlouhavého hledání informací věnovat čas dosahování co nejlepších a nejméně kreativních výsledků, kterých jste schopni.

Změníte-li svůj přístup k informacím, začnete technologie ve svém životě vnímat nejen jako úložná média, ale jako *nástroj myšlení*. Jakmile se totiž technologie naučíme správně používat, můžou nám jako bicykl pro mysl* pomoci vylepšit kognitivní schopnosti a posunout nás k našim cílům mnohem rychleji, než bychom se k nim kdy dostali sami.

V této knize vás naučím vytvořit si systém správy znalostí: takový „druhý mozek“. ** Ať už mu budete říkat „osobní cloud“,

* Tuto metaforu poprvé použil Steve Jobs k popisu budoucího potenciálu osobního počítače.

** Existují i další metody – najdete je pod názvy *zettelnkasten* (v němčině *kartotéka*, přišel s ním vlivný sociolog Niklas Luhmann), *Memex* (termín amerického vynálezce Vannevara Bushe) nebo *digitální zahrada* (pojmenovaná populární internetovou tvůrkyní Anne-Laure Le Cunff).

„poznámky z terénu“ nebo „záložní mozek“ – jako někteří z mých studentů – je to zkrátka digitální archiv s vašimi nejcennějšími vzpomínkami, nápady a znalostmi, které vám pomůžou s vaší prací, vedením firmy nebo řízením vlastního života, aniž byste museli držet v hlavě každý detail. Druhý mozek je jako kapesní příruční knihovna: umožní vám vybavit si všechno, co byste si mohli chtít pamatovat, takže můžete dosáhnout všeho, co si zámáte.

Došel jsem k přesvědčení, že správa osobních znalostí je v dnešním světě jednou z nejzákladnějších výzev – a taky jednou z nejúžasnějších příležitostí. Všichni zoufale potřebujeme systém na zvládnutí sílícího proudu informací, které nám přitékají do hlavy. To úpěnlivé volání jsem slyšel od studentů a podnikatelů, politiků i manažerů, inženýrů i spisovatelů a spousty dalších. Ti všichni hledají ke konzumovaným informacím produktivnější vztah, v němž by nad nimi měli navrch.

Svých vysněných cílů snadněji dosáhnou ti, kdo se naučí využívat technologie a řídit tok informací ve svém životě. Spoléhat se na křehký biologický mozek ve stále komplexnějším světě už bohužel k úspěchu stačit nebude, a naopak povede k zahlcení.

Roky jsem zkoumal, jak svůj tvůrčí proces řídili plodní spisovatelé, umělci a myslitelé minulosti. Věnoval jsem bezpočet hodin bádání, jak můžou lidské bytosti pomocí technologií rozšířit a vylepšit svoje přirozené kognitivní schopnosti. Osobně jsem vyzkoušel každý dostupný nástroj, trik a metodu, jak se lépe vyznat v informacích. V této knize najdete nejlepší postřehy, které jsem získal při výuce tisíců lidí po celém světě – lidí toužících stejně jako já rozvíjet naplno potenciál svých nápadů.

S druhým mozkem po ruce se dokážete dostat ke svým skrytým silným stránkám a tvůrčím instinktům a dokonale je využít. Je to systém, který vás podrží, když něco zapomenete, a budete-li v plné síle, požene vás kupředu. S vynaložením mnohem menšího usilí toho zvládnete udělat, naučit se a vytvořit mnohem více než kdy dříve.

V následující kapitole vám povím, jak jsem si vybudoval svůj druhý mozek a co jsem se při tom dozvěděl – a co se bude hodit, až si budete vytvářet ten svůj.

Volně šiřitelná ukázka z knihy Pořídte si druhý mozek. Uspořádejte si digitální život a uvolněte místo pro svůj tvůrčí potenciál

1. ČÁST

Základy

Co všechno je možné

Volně šiřitelná ukázka z knihy Pořídte si druhý mozek. Uspořádejte si digitální život a uvolněte místo pro svůj tvůrčí potenciál

1. KAPITOLA

.....

Kde to všechno začalo

Mysl má nápady tvořit, ne je ukládat.

— David Allen, autor knihy *Mít vše hotovo*

Když jsem byl v prváku na vysoké, začalo mě jednoho jarního dne bez zjevného důvodu trochu bolet vzadu v krku.

Myslel jsem, že je to první příznak nastupující chřipky, ale doktor žádnou stopu nemoci nenašel. Během několika příštích měsíců se bolest pomalu zhoršovala a já jsem začal chodit k dalším lékařům a specialistům. Všichni došli ke stejnému závěru: nic vám není.

Bolest se ovšem stále stupňovala a na obzoru nebyla žádná úleva. Nakonec mě v krku bolelo tak krutě, že jsem nemohl mluvit, polykat ani se zasmát. Podstoupil jsem každý myslitelný diagnostický test a vyšetření a zoufale se snažil zjistit, proč mi je, jak mi je.

S ubíhajícími měsíci a následně i roky mě opouštěla naděje, že někdy najdu pomoc. Začal jsem brát silná antiepileptika, která bolest dočasně zmírnila, měla ale krajně nepříjemné vedlejší účinky: mimo jiné způsobovala pocit tělesné otupělosti a těžkou ztrátu krátkodobé paměti. Celé výlety, které jsem podnikl, knihy,

které jsem přečetl, a drahocenné zážitky s mými blízkými mi v tomto období mizely z paměti, jako by se nikdy nestaly. Bylo mi čtyřicet, ale myslelo mi to jako osmdesátníkovi.

Měl jsem stále větší potíže s vyjadřováním a narůstala ve mně beznaděj. Tím, že jsem nemohl volně mluvit, jako by mi tolik z toho, co život nabízí – přátelství, randění, cestování a hledání kariéry, do níž bych se s radostí opřel – prokluzovalo mezi prsty. Připadalo mi, že se před jevištěm mého života zatahuje temná opona ještě dřív, než jsem vůbec dostal šanci svoje vystoupení začít.

OSOBNÍ BOD OBRATU: SÍLA ZAPISOVÁNÍ

Jednoho dne, když jsem seděl v další ordinaci a čekal na další vyšetření, mě osvítilo. Hlavou mi blesklo uvědomění, že stojím na křižovatce. Buď za svoje zdraví a léčení převezmu od toho dne zodpovědnost, nebo strávím zbytek života pendlováním mezi doktory v nekonečném hledání řešení.

Vytáhl jsem diář a začal si zapisovat, co cítím a o čem přemýšlím. Poprvé jsem si sepsal historii své nemoci vlastním pohledem a vlastními slovy. Shrnul jsem, které terapie mi pomohly a které ne. Napsal jsem si, co chci a nechci, co jsem a nejsem ochoten obětovat a co by pro mě znamenalo uniknout ze světa bolesti, v němž jsem se cítil uvězněný.

Jak ze stránky postupně vyvstával příběh o mém zdraví, začalo mi být jasné, co musím udělat. Zprudka jsem vstal, přešel k pultíku a požádal recepční o svoji kompletní kartu. Tázavě se na mě zadívala, ale když jsem odpověděl na pár otázek, obrátila se ke kartotéce a dala se do kopírování.

Moje záznamy měly stovky stránek a mně bylo jasné, že si o nich jakživ neudělám přehled na papíře. Doma jsem je začal skenovat do rodinného počítače a vyráběl z nich digitální záznamy, které se dají prohledávat, různě přeskládat, opatřovat poznámkami a sdílet. Stal jsem se projektovým manažerem svého

zdravotního stavu. Dělal jsem si podrobné poznámky o všem, co mi doktoři řekli, zkoušel každé jejich doporučení a dával dohromady otázky, s nimiž půjdu na příští konzultaci.

Když jsem měl všechny tyto informace na jednom místě, začaly z nich vyvstávat vzorce. S pomocí lékařů jsem odhalil skupinu chorob označovaných jako „funkční poruchy hlasu“, kam spadaly potíže s více než padesáti dvojicemi svalů potřebných k polknutí kousku jídla. Došlo mi, že užívané léky mé příznaky tlumí, a já tak hůř vnímám, co se mi tělo snaží sdělit. Netrpěl jsem nemocí ani infekcí, která by se dala vymýtit pilulkou – byla to funkční porucha vyžadující změny v péči o tělo.

Dal jsem se do zkoumání, jak se na nervové soustavě projevuje dýchání, výživa, hlasové návyky, a dokonce i staré zážitky z dětství. Začínal jsem chápat spojitost mezi myslí a tělem a to, jak moje myšlenky a pocity přímo ovlivňují, jak se cítím tělesně. O všem jsem si dělal poznámky a navrhl jsem si experiment: zkusím pár jednoduchých změn životního stylu, mimo jiné vylepším jídelníček a budu pravidelně meditovat, a k tomu přidám sestavu cvičení, která jsem se naučil od hlasového terapeuta. K mému šoku a úžasu to začalo fungovat prakticky okamžitě. Bolest nezmezela, ale dala se mnohem lépe zvládat.

Při zpětném pohledu vidím, že moje poznámky byly při hledání úlevy stejně důležité jako kterýkoli z léků či procedur. Daly mi možnost poodstoupit od detailů mého stavu a spatřit situaci z jiné perspektivy. Pro vnější svět medicíny i vnitřní svět vjemů posloužily poznámky jako praktický prostředek, jak proměnit každou nově získanou informaci v řešení použitelná v praxi.

Od té chvíle jsem se nadchl pro potenciál technologií při zpracování informací, které mám všude kolem sebe. Začalo mi docházet, že jednoduché pořizování poznámek na počítači je jen špička ledovce. Jakmile se totiž poznámky digitalizují, už nejsou omezeny na krátké, rukou načmárané texty – můžou mít jakoukoli podobu a můžou zahrnovat obrázky, odkazy a soubory všech tvarů a velikostí. V digitální říši se informace dají formovat, tvarovat

a směřovat k jakémukoli účelu, jakoby kouzelnou, pravěkou přírodní silou.

Začal jsem digitální poznámky využívat i v dalších oblastech svého života. Stohy odrbaných spirálových bloků se zápisky z vysokoškolských seminářů jsem proměnil v elegantní soubor lekcí, v nichž se dalo vyhledávat. Postupně jsem dokonale ovládl dovednost zapsat si jen ty nejdůležitější body z přednášky, podle potřeby si je zopakovat a pak je využít k napsání seminární práce nebo zvládnutí zkoušky. Vždycky jsem byl průměrný student s průměrnými známkami. V prvních letech mé školní docházky učitelé pravidelně psávali rodičům, že neudrším pozornost a moje mysl se toulá bůhví kde. Asi si dovedete představit, jakou jsem měl radost, když jsem vysokou školu absolvoval s průměrem jen těsně pod jedničkou a k tomu jsem dostal školní cenu.

Měl jsem tu smůlu, že jsem ze školy vstoupil na jeden z nejhorších pracovních trhů za celou generaci, v dozvucích finanční krize roku 2008. Spojené státy nenabízely mnoho pracovních příležitostí, a tak jsem se rozhodl zapojit do Mírových sborů, dobrovolnického programu, který posílá Američany pomáhat do rozvojových zemí v zámoří. Přijali mě a vyslali do malé školy na východní Ukrajině, kde jsem dva roky učil žáky ve věku od osmi od osmnácti let angličtinu.

Při práci učitele s minimem materiálů a podpory se můj poznámkový systém opět osvědčil jako záchranné lano. Ukládal jsem si příklady a lekce ze všemožných míst: z učebnic, webů a USB disků, které si mezi sebou předávali kolegové. Abych udržel pozornost aktivních třetáků, vymýšlel jsem si slovní hry, do nichž jsem začleňoval anglické fráze, výrazy a slang. Starší studenty jsem učil základy osobní produktivity: jak si sestavit rozvrh, jak si psát poznámky během výuky, jak si určit cíle a jak plánovat další vzdělání.

Nikdy nezapomenu, jak studenti tyto získané dovednosti oceňovali později, když se hlásili na vysoké školy a v prvních zaměstnáních. Od té doby už uplynula řada let, a přesto mi pořád

pravidelně chodí děkovné vzkazy, z nichž se dozvídám, jak moje metody studentům pořád nesou ovoce.

Po dvou letech služby jsem se vrátil do Států a s velkou chutí přijal místo analytika v malé poradenské firmě v San Francisku. Ze své nové práce jsem byl nadšený, ale taky to byla obří výzva: pracovní tempo bylo zběsilé a zahlcující. Z ukrajinského venkova jsem vstoupil rovnou do epicentra Silicon Valley a byl jsem naprosto nepřipravený na neustálou palbu požadavků, která je na moderních pracovištích normální. Denně mi chodily stovky e-mailů, každou hodinu desítky zpráv a pípání a cinkání všemožných přístrojů se slilo do neutuchající melodie vyrušování. Vzpomínám si, jak jsem se rozhlížel po kolezích a v duchu se ptal: „Jak tady může člověk něco udělat? Co oni vědí, a já ne?“

Znal jsem jen jeden trik: zapisovat si věci.

Začal jsem si v aplikaci na počítači dělat poznámky o všem, co jsem se dozvídal. Psal jsem si věci na schůzkách, při telefonních hovorech i když jsem něco hledal na síti. Zapisoval jsem si fakta vytažená z výzkumných studií, která se dala využít v prezentacích pro klienty. Znamenal jsem si útržky postřehů, na něž jsem narazil na sociálních sítích a daly se sdílet na našich vlastních kanálech. Psal jsem si zpětnou vazbu od zkušenějších kolegů, abych si ji určitě přebral a vzal k srdci. Vždycky, když jsme začali s novým projektem, vyhradil jsem si v počítači místo pro informace, které s ním souvisely, abych je tam mohl všechny roztrídít a rozhodnout se o dalším postupu.

Jak příliv informací ustupoval, začínal jsem nabývat jistotu, že ve správnou chvíli dokážu najít přesně to, co potřebuju. V kanceláři jsem se stal člověkem, za kterým se chodí, když potřebujete dohledat tamten soubor, vykutat klíčový fakt nebo si vzpomenout, co přesně říkal klient před třemi týdny. Znáte ten pocit uspokojení, kdy jste jediní v místnosti, kdo si pamatuje důležitý detail? Právě ten se mi stal odměnou za osobní úsilí při zhodnocování svých znalostí.

DALŠÍ POSUN: OBJEV SÍLY SDÍLENÍ

Svou kolekci poznámek a souborů jsem měl vždycky pro osobní využití, ale když jsem začal pracovat na poradenských projektech pro některé z nejvýznamnějších světových organizací, začal jsem si uvědomovat, že to může být i obchodní aktivum.

Z jedné zprávy, kterou jsme publikovali, jsem se dozvěděl, že hodnota fyzického kapitálu v USA – jako jsou třeba pozemky, stroje a budovy – je zhruba 10 bilionů dolarů, což ovšem není nic proti hodnotě kapitálu *lidského*, která je podle odhadů pět- až desetkrát větší. Lidský kapitál zahrnuje „znalosti a know-how skryté v lidech: jejich vzdělání, zkušenosti, moudrost, dovednosti, vztahy, selský rozum, intuici“.¹

Pokud je to pravda, je možné, že moje osobní kolekce poznámek je znalostní aktivum, které může v čase růst a násobit se? Začal jsem svůj zatím nepojmenovaný druhý mozek chápat nejen jako nástroj na zapisování poznámek, ale jako loajálního důvěrníka a partnera při přemýšlení. Když jsem já zapomněl, on si vždycky vzpomněl. Když jsem ztratil směr, on mi připomněl, kam jsme měli namířeno. Když jsem se zasekl a nenacházel nápad, on mi navrhl možnosti a cesty.

Jednoho dne mě někdo z kolegů požádal, jestli bych jim neukázal svoje organizační metody. Zjistil jsem, že prakticky všichni už používají nějaké nástroje na podporu produktivity – papírové bloky nebo aplikace v telefonu – ale jen málokdo to dělá systematicky, se záměrem. Většinou informace nahodile přesouvali z místa na místo v reakci na požadavky daného okamžiku a nikdy se nemohli úplně spolehnout na to, že je dokážou zase najít. Každá nová aplikace jim slibovala průlom, ale obvykle se z ní stala další věc, o kterou se museli starat.

Z neformálních rozhovorů s kolegy u oběda vznikl knižní klub, z něj se stal workshop, a ten se nakonec vyvinul v placený kurz pro veřejnost. Jak jsem své know-how ukazoval více a více lidem a viděl, jaké změny jim to okamžitě přináší v pracovním i osobním životě, začalo mi docházet, že jsem objevil něco velmi

jedinečného. Zkušenosti ze zvládnání chronického onemocnění mi ukázaly způsob uspořádání informací, který se osvědčil jako ideální při řešení problémů a přinášel výsledky teď, ne v nějaké daleké budoucnosti. Když jsem stejný přístup uplatňoval v dalších oblastech života, našel jsem způsob, jak si uceleně uspořádat informace – pro různé účely, pro jakýkoli projekt nebo cíl – nejen pro jednorázové úkoly. A co víc, pochopil jsem, že jakmile mám takové informace na jednom místě, můžu je nejrůznějšími způsoby snadno a velkoryse sdílet, aby posloužily i lidem okolo.

POČÁTKY SYSTÉMU DRUHÉHO MOZKU

Systém, který jsem si vyvinul, jsem časem pojmenoval *druhý mozek* a začal jsem psát blog, kde jsem se děлил o postřehy, jak funguje. Ty zaujaly mnohem širší publikum, než bych si kdy pomyslel, a moje práce se postupně objevila v časopisech jako *Harvard Business Review*, *Atlantic*, *Fast Company*, *Inc.* a dalších. Můj článek o tom, jak prací s digitálními poznámkami podpořit kreativitu, se mezi lidmi kolem produktivity virálně rozšířil a vlivné společnosti jako Genentech, Toyota nebo Inter-American Development Bank mě začaly zvat, abych u nich přednášel nebo vedl workshopy. Počátkem roku 2017 jsem se rozhodl sestavit online kurz nazvaný „Building a Second Brain“ (Pořídte si druhý mozek), který by můj systém zpřístupnil více lidem.* Od té doby absolvovaly tento program tisíce lidí z více než stovky zemí, nejrůznějšího životního zaměření. Vznikla z nich zaujatá a zvidavá komunita, v níž jsem mohl vycizelovat lekce pro tuto knihu.

V příštích pár kapitolách vám ukážu, že využívání druhého mozku navazuje na dlouhý odkaz myslitelů a tvůrců, kteří tu byli před námi – spisovatelů, vědců, filozofů, lídrů a obyčejných lidí, kteří si chtěli víc pamatovat a dosáhnout větších věcí. Pak vám představím několik základních principů a nástrojů, které budete

* Více o kurzu se dozvíte na buildingasecondbrain.com/course.

potřebovat, abyste dosáhli úspěchu. Ve druhé části nazvané „Jak na to“ postupně projdeme čtyři kroky, podle kterých si druhý mozek vystavíte. Budete tak moct okamžitě začít s jasnějším zá-
měrem zaznamenávat a sdílet nápady. Třetí část, „Uskutečňová-
ní“, vám pak nabídne různé možnosti, jak druhý mozek účinně
využít ke zvyšování produktivity a dosahování cílů, aby se vám
v práci i v životě dařilo.

Popsal jsem vám svůj příběh, abyste pochopili, že tato kniha
neradí, jak si dokonale optimalizovat nějaký ideální život. Všich-
ni v různých životních obdobích prožíváme bolest, děláme chyby
a pereme se s obtížemi. Sám jsem zažil svůj díl náročných situací,
ale v každé fázi mé cesty se jako zásadní prvek ve všem, co jsem
překonal a čeho jsem dosáhl, potvrdilo, že myšlenky je potřeba
brát jako poklady, které stojí za to si uchovat.

Možná tuto knihu najdete v regálu mezi „sebezdokonalova-
cími“ příručkami, ale v hlubším smyslu představuje pravý opak
sebezdokonalování. Jde v ní o vybudování *systemu mimo vás*,
nepodléhajícího lidským omezením. Díky externímu nástroji
budete moci zůstat šťastně neoptimalizovaní, toulat se, žasnout
a putovat za věcmi, pro něž žijete a které vás naplňují.



Kupte si papírovou nebo elektronickou verzi knihy
za skvělou cenu na www.melvil.cz