

PRATARMĖ

Mano pažintis su Scottu Youngu prasidėjo 2013 m. viduryje. Liepos 10 d. išsiunčiau jam elektroninį laišką, klausdamas, ar galėtume kitą mėnesį pasikalbėti telefonu. Prieš kelias dienas buvome susitikę konferencijoje, todėl tikėjausi, kad Scottas norės pratęsti pokalbį.

Jis atrašė: „Nežinau. Tuo metu lankysiuosi Ispanijoje, todėl veikiausiai būsiu visa galva pasinėręs į savo būsimąjį kalbų mokymosi projektą.“

Ne tokio atsakymo tikėjausi, bet jis buvo visai logiškas – juk skambinti iš užsienio gali būti sudėtinga, todėl visai suprantama, kad Scottas nori palaukti, kol grįš namo. Vis dėlto netrukus sužinojau, kad greitai jis negrįš, o pokalbį turime atidėti visai ne dėl laiko skirtumo ar prasto interneto ryšio.

Ne, Scottas bus sunkiai prieinamas, nes ketina visus metus *nekalbėti angliškai*.

Štai taip prasidėjo mano pažintis su Scottu Youngu ir jo atsidavimu sparčiajam mokymuisi. Per kitus dvylika mėnesių su Scottu apsikeitėme keliais pavieniais el. laiškais. Jis keliavo po Ispaniją, Braziliją, Kiniją ir Korėją, pramokdavo kiekvienos aplankyto šalies šnekamosios kalbos. Taip ir buvo, kaip jis sakė: nuolat bendrauti pradėjome tik 2014 metų vasarą – nuo tada kas kelis mėnesius vis pasikalbėdavome.

Visada džiugiai laukdavau pokalbių su Scottu – daugiausia savanaudiškais sumetimais. Mane, kaip rašytoją, bene labiausiai domina mokslas, kaip išsiugdyti gerus įpročius ir atsikratyti blogų; o būtent tokie žmonės, kaip savo įpročiais meistriškai žongliruojantis Scottas, gali šio to išmokyti ir mane. Taip ir atsitiko. Nepamenu, kad kada būčiau bendravęs su Scottu telefonu ir per tą valandėlę ko nors neišmokęs.

Nieko stebėtino. Scottas mano akį jau buvo patraukęs iki tos 2013 metų konferencijos. Dar prieš metus jis žaibiškai išgarsėjo internete, per nepilnus metus baigęs visą MIT (Masačusetso technologijų universitetas. *Vert. past.*) informatikos bakalauro programą ir išlaikęs visus baigiamuosius egzaminus – išmokti ketverių metų apimties programą neužtruko nė dvylikos mėnesių. Prieš susirasdamas Scottą konferencijoje jau buvau peržiūrėjęs jo TEDx^{*} kalbą apie tai ir perskaitęs kelis jo straipsnius apie mokymąsi ir tobulinimąsi.

Mintis imtis kokio nors ambicingo projekto – kad ir per metus baigti MIT bakalauro studijų programą ar kas tris mėnesius išmokti po naują kalbą – gali įkvėpti ne vieną žmogų. Bent mane tokie drąsūs projektai tikrai masina. Vis dėlto kai kas Scotto projektuose mane „užkabino“ dar giliau – jis visada kviečia imti ir daryti.

Būtent tuo Scotto metodai man ir patinka; tikiuosi, kad ir jums, skaitytojau, jie paliks įspūdį. Jam nerūpi vien prikaupiti žinių – Scottas visokeriopai stengiasi jas panaudoti. Skiriamasis jo mokymosi proceso ženklas tas, kad jis pasineria į mokymąsi visa galva, o įgytas žinias būtinai pritaiko praktiškai. Tai mano širdžiai miela iš dalies todėl, kad primena ir mano paties gyvenimą bei karjerą: kai kurios prasmingiausios gyvenimo akimirkos man irgi buvo intensyvaus savarankiško mokymosi rezultatas.

Nors tuo metu žodžių junginio „spartusis mokymasis“ (angl. *ultralearning*) dar nežinojau, vienu iš pirmųjų mano sparčiojo mokymosi projektų tapo fotografija. 2009-ųjų pabaigoje kelis

mėnesius praleidau Škotijoje. Tada pirmą kartą gyvenau užsienyje – ir dar supamas pasakiško Aukštutinės Škotijos kraštovaizdžio, – todėl nusprendžiau nusipirkti gerą fotoaparata. Visiškai nesitikėjau, kad fotografuoti man taip patiks. Prasidėjo vienas kūrybiškiausių mano gyvenimo laikotarpių.

Fotografijos mokiausi įvairiais metodais: studijavau garsių fotografų darbus; žvalgiausi po vietas ir ieškojau įdomesnių perspektyvų; bet daugiausia išmokau labai paprastai – per tuos pirmus metus padariau per 100 tūkst. nuotraukų. Nelankiau jokių fotografijos kursų; neskaičiau knygų apie tai, kaip tapti geresniu fotografu, – tiesiog ėjau ir bandžiau. Toks „mokymasis darant“ iliustruoja vieną mano mėgstamiausių šios knygos skyrių ir trečiąjį Scotta sparčiojo mokymosi principą „Mokykitės tikslingai ir tiesiogiai“.

„Mokytis tikslingai ir tiesiogiai“ yra toks mokymosi būdas, kai tiesiog imame ir darome tai, ko norime išmokti. Iš esmės taip žmogus tobulėja aktyviai praktikuodamasis, o ne pasyviai mokydamasis. Frazės „mokytis ko nors naujo“ ir „praktikuotis daryti ką nors nauja“ skamba gal ir panašiai, bet rezultatai gali skirtis kaip dangus ir žemė. Pasyvus mokymasis suteikia žinių. Aktyvi praktika formuoja įgūdžius.

Tai punktas, kurį Scottas išsamiau paaiškina 6 skyriuje: tikslingas ir tiesioginis mokymasis gerina įgūdžius. Galite išstudijuoti geriausias štangos stūmimo technikas, bet sustiprėsite tik kilnodami svarmenis. Galite perskaityti visus bestselerius apie pardavimą, bet klientų sulauksite tik jiems skambindami ir siūlydami produktus. Žinoma, mokytis gali būti labai naudinga, tik esama pavojaus, kad prisirinksite naujų faktų, o naujų įgūdžių taip ir neišstobulinsite. Galite žinoti viską apie savo šaką ir vis tiek būti „žalias“, nes stigs praktikos.

Scottas supranta, kaip sunku iš tikrųjų įgyti naujų įgūdžių. Gerbiu jį ne tik už tai, kad gerai rašo, bet ir už tai, kad pats taiko savo idėjas. Negaliu apsaityti, kaip svarbu, kad jis viską patiria savo kailiu. Daug idėjų popieriuje atrodo nuostabiai, o realybėje nepasiteisina. Juk sakoma, „teoriškai skirtumo tarp teorijos ir praktikos nėra, bet praktiškai – būna“.†

Grįžtant prie mano fotografavimo, neilgai trukus tai, kad atsidavęs ėjau ir dariau, ėmė atsipirkti. Nusipirkau fotoaparata – ir jau po kelių mėnesių patraukiau į Norvegiją už poliarinio rato fotografuoti šiaurės pašvaistės. Netrukus už tos šiaurės pašvaistės nuotrauką buvau paskelbtas metų kelionių fotografu. Toks rezultatas nustebino, tačiau kartu ir patvirtino, kiek daug galima pasiekti per trumpą, bet intensyvią mokymosi laikotarpį.

Niekada nesiečiau fotografo karjeros. Tai buvo itin spartaus mokymosi projektas, kurio ėmiausi, nes tai daryti man tiko ir patiko. Praėjo keleri metai, ir maždaug tuo metu, kai pirmąkart sutikau Scottą, pradėjau kitą intensyvaus mokymosi tarpsnį – dabar jau pragmatiškesniais sumetimais: norėjau tapti antreprenieriu ir mažiau apie rašymą kaip vieną iš būdų juo tapti.

Vėl pasirinkau sritį, kurioje turėjau labai mažai formalios patirties. Mano šeimoje nebuvo nė vieno antreprenierio, o anglų kalbos tesimokiau vienintelėje koledžo programoje. Tačiau skaitant knygą „Spartusis mokymasis“ mane pribloškė tai, kad Scottas kone papunkčiui aprašė mano nuo niekam nežinomo antreprenierio iki bestselerių autoriaus praeitą procesą.

1 principas. Išmokti mokytis. Pirmiausia išnagrinėjau kitų populiarių tinklaraštininkų ir autorių darbus. Pagal jų metodus susidariau veiksmų „žemėlapi“, kaip tapti geru rašytoju.

2 principas. Susikaupti. Kone nuo pat pradžių visą laiką skyriau rašymui. Buvo dar keletas laisvai samdomo darbo projektelių, kad turėčiau iš ko apmokėti sąskaitas, bet daugiausia laiko

leidau skaidydamas ir rašydamas.

3 principas. Mokyti tiksliai ir tiesiogiai – rašyti išmokau rašydamas. Užsibrėžiau kiekvieną pirmadienį ir ketvirtadienį parašyti po straipsnį. Per pirmuosius dvejus metus sukūriau daugiau nei 150 esė.

4 principas. Šlifuoti. Straipsnius sistemiškai suskaidžiau į atskiras dalis – antraštę, įvadinį sakinį, perėjimus, pasakojimą ir kt. ir prisidariau dinaminių lentelių su visų jų pavyzdžiais. Tada ėmiausi tikrinti ir „šlifuoti“ kiekvieną savo atliekamą didesnės užduoties aspektą.

6 principas. Prašyti grįžtamojo ryšio. Parašiau asmeninius elektroninius laiškus kone visiems pirmiesiems dešimčiai tūkstančių savo prenumeratorių ir paprašiau įvertinti mano rašymą. Atsakė toli gražu ne visi, bet vis tiek iš to pradžioje daug išmokau.

Ir taip toliau.

Noriu pasakyti, kad Scotto metodas tikrai veiksmingas. Vadovaudamasis šioje knygoje aprašytais technikomis, aš pasiekiau rašytojo karjeros, sukūriau sėkmingą verslą ir galiausiai parašiau *New York Times* bestselerį. Mano knyga „Atominiai įpročiai“¹ tapo daugybės metų darbo, orientuoto į spartų mokymąsi, kulminacija.

Lengviausia pasiklausi apie tai, kaip kas nors parašė bestselerį ar per metus išmoko keturias kalbas, pagalvoti „Tai ne man“. Nesutinku. Greitai išmokti ko nors tikrai gero ir imtis tai daryti pajėgia ne tik saujelė genijų. Šį procesą įvaldyti gali bet kas. Dažnas to nesiima paprasčiausiai todėl, kad niekas nepamokė, kaip tai daryti. Iki šios knygos.

Sparčiai mokyti verta visada, ar imtumėtės asmeninio projekto, ar siektumėte profesinių tikslų.

Pirmiausia, kai atsidėję ko nors mokotės, gyvenimas įgyja prasmės. Ugdyti įgūdžius yra prasminga. Ką nors gerai išmokti yra labai smagu. Spartusis mokymasis – tai būdas sau įrodyti, kad galite tobulėti ir gyvenime daug pasiekti. Jis įkvepia pasitikėjimo savimi – patikite galįs nuveikti ambicingų dalykų.

Antra, toks mokymasis duoda didžiulę grąžą. Tiesa paprasta – dauguma žmonių niekada taip atsidėję nesigilins į jus dominančią sritį. Tai leis jums pranokti kitus, tegul ir keliems mėnesiams, o pranokę galėsite gauti geresnį darbą, derėtis dėl didesnio atlyginimo ar prašyti daugiau poilsio dienų, bendrauti su įdomesniais žmonėmis ar paprasčiausiai kilstelėti savo asmeninį ar profesinį gyvenimą į kitą lygmenį. Spartusis mokymasis padeda susikurti svertų, kuriuos galima panaudoti bet kur.

Galiausiai, atsidėjus mokyti yra įmanoma. Garsus antreprenieris ir investuotojas Paulas Grahamas sykį pasakė, kad „daugybei sričių pakanka metus sutelktai dirbti ir skirti daug dėmesio“.² Panašiai manau ir aš: dažnas nustebtų pamatęs, kiek gali pasiekti sutelktai pasimokęs metus (ar kelis mėnesius). Intensyviai savarankiškai ir kryptingai mokantis galima išsiugdyti tokių įgūdžių, kokių niekada nemanėte turį. Spartusis mokymasis gali padėti jums realizuoti savo potencialą – turbūt tai ir yra geriausia priežastis jo imtis.

Tiesa ta, kad nors man rašyti bei fotografuoti sekėsi, tie projektai buvo gana padriki. Į juos pasinėriau visa galva, bet nebuvo, kas man padėtų ar patartų. Dariau daugybę klaidų. Ach, jei tada pradėdamas būčiau turėjęs šią knygą! Galiu tik įsivaizduoti, kiek laiko ir energijos pavyktų sutaupyti.

„Spartusis mokymasis“ yra įstabus ir įkvepiantis skaitinys. Scottas sukūrė tikrą veiksmingų strategijų, kaip bet ko išmokti greičiau, aukso kasyklą. Naudokitės! Tikiuosi, kad jums ši knyga

patiks ne mažiau nei man, o svarbiausia – viliuosi, kad pasinaudosite jos idėjomis savo gyvenime, siekdami ko nors ambicingo ir jaudinančio. Vadovaudamiesi šioje knygoje pateikiamais Scotto pasakojimais ir strategijomis, žinosite, kaip tai daryti. Tad imkite ir darykite!

Jamesas Clearas

* *TED Conferences LLC* yra Amerikos žiniasklaidos organizacija, rengianti novatoriškas konferencijas ir internete nemokamai skelbianti jų kalbas. Konferencijų temos būna pačios įvairiausios, o prelegentai turi daugiausia per 18 minučių kuo išradingiau ir įdomiau pristatyti savo mintis. *Vert. past.*

† Ši citata skirtingais laikotarpiais būdavo priskiriama skirtingiems žmonėms. Manau, kad ankstyviausias šaltinis siekia 1882 m., kai studentas vardu Benjaminas Brewsteris universiteto žurnale *Yale Literature Magazine* („Jeilio literatūros žurnalas“) parašė: „Daugiau nieko negirdėjau, nes vis graužiausi pasimovęs ant *įprastinės klaidos*; tačiau po to mane ėmė persekioti abejonė. Ką dar gali reikšti šis paaiškinimas, jei ne tai, kad teoriškai skirtumo tarp teorijos ir praktikos nėra, bet praktiškai – būna?“ *Aut. past.*

‡ Originalo pavadinimas *Atomic habits*. Knygą lietuvių kalba 2019 m. išleido leidykla „Liūtai ne avys“. *Vert. past.*

§ Paul Graham, „How to Be an Expert in a Changing World“, December 2014, <http://www.paulgraham.com/ecw.html?viewfullsite=1>. *Aut. past.*