

Síla 1440

Může vám změnit život jediné číslo?

Při jedné nevinné otázce složené ze tří slov mi dřív vždycky přeběhl mráz po zádech.

„Můžu na minutu?“

Ano, věřil jsem v politiku otevřených dveří. Ano, byl jsem šéf. Ano, byl jsem asi i puntičkář, a proto za mnou lidé často chodili, abych jim něco posvětil.

Byl jsem zakladatel a prezident společnosti pro digitální média, která rychle rostla. Každý rok jsme zdvojnásobovali obrat a s tím souviselo mnoho výzev: přijímání nových pracovníků, prodej, zavádění nových produktů, shánění financí atd.

Množily se „požáry“, které bylo třeba hasit, a taky klepání na dveře mé kanceláře, po němž vždy následovala věta: „Můžu na minutu?“

Na tom, že mě lidé žádali o radu nebo pomoc, nebylo samo o sobě nic špatného. Ale já jsem najednou trávil celé dny řešením záležitostí a problémů jiných lidí, protože tyhle minutové schůzky se pokaždé protáhly na půlhodiny nebo i déle.

Moje priority, strategické priority firmy, unášela pryč nekonečná záplava „naléhavých“ žádostí o minutu času.

Nakonec jsem si na papír vytiskl velké číslo **1440** a nalepil jsem ho na dveře své kanceláře.

Nic víc na tom papíře nebylo. Žádné vysvětlení. Jen „1440“, typ písma Arial, tučně, velikost 300 bd.

odrážím zloděje času

Každé, když jsem vcházel do své kanceláře, měl jsem na očích ten obří
 „1440“. Tik, tak, tik, tak. Se svými minutami přece nemůžu plýtvat.
 Když za mnou někdo přišel a řekl: „Můžu na minutu?“ a já jsem
 kývl, hned se zeptal: „Co má znamenat to 1440?“
 Vysvětlil jsem mu, že mi to má připomínat, abych si uvědomoval
 hodnotu času a to, že každou minutu svého dne musím velmi moudře
 investovat“.

Možná si to jen namlouvám, ale ty „minutové“ schůzky se najednou
 začaly zkracovat. Když jsem to číslo vysvětlil jednomu kolegovi, řekl:
 „Šlo o to, já už vlastně nic nepotřebuju. Právě jsem si uvědomil, že to může
 šetřit do pondělní porady.“

Možná se pletu, ale měl jsem dojem, že ten můj papír s číslem 1440
 od začátku zpočátku štlval. Nejspíš si říkali: Kevin má asi špatnou náladu, už
 s námi nechce bavit. Kevin je pokrytec. Prý má politiku otevře-
 ných dveří, ale na dveře si dá tohle.

Možná nápis 1440 zůstal na svém místě a časem si na něj všichni zvykli.
 Nedlouho jsem i ostatní lidi v kanceláři slyšel mluvit o „pouhých 1440
 minutách“, když si stanovovali prioritní úkoly nebo odmítali pozvánky
 na bezvýznamné schůzky.

1440 minut každý den

Když jste jako většina lidí, kteří chtějí zlepšit svůj time management,
 můžete pravděpodobně sháníte nejrůznější tipy, nástroje a systémy, které
 vám zvýší produktivitu a přidají k vašemu týdnu další hodiny.

Ale ta nejdůležitější věc u času a produktivity není nějaká taktika nebo
 nástroj – je to změna přístupu.

Milionáři, kteří se sami vypracovali, profesionální sportovci, špičkoví
 studenti i jiní velmi úspěšní lidé uvažují o čase jinak. Prožívají čas jinak.

SLOVA ÚSPĚŠNÝCH...

Než se rozhodnu pustit do nějakého nového projektu, udělám si jeho analýzu. Kolik času mi zabere a jaký mi v budoucnu přinese finanční potenciál. Provedu si analýzu, kolik mi přinese dolarů za minutu, nebo pokud možno milionů dolarů za týden.

– **Kevin Harrington**

vynálezce infomercialu, autor bestsellerů, jeden z prvních investorů do televizní reality show *Shark Tank* a zakladatel a ředitel společnosti As Seen On TV, Inc.

Zamyslete se na chvíli nad nejcennějšími věcmi v životě. Doopravdy na chvílku přestaňte číst (můžete i zavřít oči) a udělejte si v duchu seznam toho, co je pro vás nejcennější.

Já počkám...

Opřadu jste si to cvičení udělali? Smyslem této knihy není ji mechanicky přečíst a hned na ni zapomenout. Pokud chcete dostat do krve poučení, která obsahuje, musíte být aktivní. Změnit své chování je těžké a pasivním čtením toho nedosáhnete. Tak do toho!

Pokud jste jako většina lidí, bude váš seznam nejcennějších věcí obsahovat vašeho manžela nebo manželku, děti, přátele, zdraví, peníze a samozřejmě čas.

Velmi úspěšní lidé mají podobný seznam, ale čas na něm figuruje jako úplně nejdůležitější položka.

Nemělo by být na prvním místě zdraví? Můžete být zdraví, a pak onemocnět, ale potom se zase uzdravit.

A co peníze? Můžete přijít o všechny peníze, ale pak si je můžete zase znovu vydělat.

Přátelé? Přátelé jsou důležití, ale kolik přátel jste měli na škole a dnes už s nimi nejste v kontaktu? Nebo kolik lidí, kteří byli na vaší svatbě, jste už od té doby neviděli? Ano, přátelé jsou cenní, ale stejně o ty staré průběžně přicházíme a nové průběžně získáváme.

Ano, váš manžel nebo manželka pro vás mají obrovskou cenu. Ale povina manželství se časem rozvede a spousta rozvedených lidí se znovu žení nebo vdá a jejich nový manžel nebo manželka je najednou láskou jejich života.

Ale čas...

Čas nemůžete nikdy ztratit a pak ho zase získat nazpátek.

Čas nemůžete utratit a jít si vydělat další. Nemůžete si ho koupit, prodat, půjčovat ani půjčit.

Čas je nejcennější majetek

Čas je jedinečný, protože platí pro všechny lidi stejně. Někdo se narodí do bohaté rodiny, jiný zase do chudé. Někdo má titul z prestižní univerzity, jiný nedostuduje ani střední školu. Někdo má sport v genech, němu jeho tělo sportovat nedovoluje.

Ale den má pro každého stejný počet minut. Čas je nejnižší společný jmenovatel.

Dejte si ruku na srdce.

A i teď to udělejte doopravdy. Podržte si ruku na hrudníku a snažte se slyšet bušení svého srdce. Buch, buch, buch.

Uvědomte si svůj dech. Nádech. Výdech. Nádech. Výdech.

Tyhle údery srdce se vám nikdy nevrátí. Ty nádechy a výdechy se vám nikdy nevrátí. Vzal jsem vám ze života jen tři údery srdce. Vzal jsem si od vás jen dva nádechy a výdechy.

Ale nebylo to zbytečné, pokud vám to pomohlo, abyste doopravdy poznali, jak uplývá čas.

Možná si teď říkáte: „Jo, jo, čas je důležitý. Samozřejmě, proto tuhle knížku čtu. Už to chápu!“

Ale prožíváte to skutečně?

Zamyslete se nad tím, kolik pozornosti věnujete penězům. Tvrdě pracujete, abyste vydělávali peníze, sledujete své peníze na bankovním účtu, snažíte se zjistit, jak je nejlépe investovat, čtete o tom, jak jich vydělat víc, děláte si starosti, že by vám je někdo mohl ukrást.

Svou peněženku nenecháte nikdy ležet bez dozoru. Svou platební kartu a PIN byste nikdy nedali cizímu člověku.

O svém čase však většinou přemýšlíme dost málo. Klidně necháváme jiné lidi, aby nás okrádali o čas, i když je to náš nejcennější majetek.

Magické číslo, které může změnit váš život, je 1440.

Doporučuji vám, abyste si to vyzkoušeli sami. Vytiskněte si velký nápis „1440“ a přilepte ho na dveře kanceláře, pod televizi, vedle monitoru počítače, všude tam, kde vám bude sloužit jako neustálá připomínka toho, jak velice omezený a vzácný je váš každodenní čas.

Proč minuty, proč ne vteřiny?

Jeden den má 86 400 vteřin. Pokud vám tohle číslo připadá z jakéhokoli důvodu lepší, tak si vytiskněte „86 400“.

Já osobně si ale myslím, že soustředit se na minuty je účinnější. Vteřiny mohou uplynout až příliš snadno. Minuty ne! Jen si představte, kolik toho můžete udělat za pouhou minutu.

Zeptal jsem se svých přátel na Facebooku¹, jak by mohli využít jednu jedinou minutu. Odpovídali například takto:

- Udělat 30 lehsedů.
- Říct někomu, že ho milujeme.
- Zaujmout jógovou pozici Ohnivý dech.
- Napsat někomu poděkování.
- Seznámit se s cizím člověkem.
- Přečíst si báseň.
- Dostat skvělý nápad.
- Zalít kytku.
- Pohladit kočku.
- Nechat si zlomit srdce nebo zlomit srdce někomu jinému.
- Zaspívat si písničku.
- Napsat do časopisu.
- Sníst jablko.

- Vypít sklenici vody.
 - Poslat esemesku někomu, na koho myslím.
 - Postát na slunci.
 - Sepsat tři věci, za které jsme vděční.
 - Rozhodnout se přestat kouřit.
 - Dát někomu zpětnou vazbu.
 - Dát dar.
 - Omluvit se.
 - Uvařit vodu na čaj.
 - Poslat pozitivní tweet.
 - Zasnít se.
 - Usmát se.
 - Udělat si fotku na památku.
 - Procvičit si břicho v pozici prkna.
 - Zhluboka se nadechnout a s vděčností vydechnout.
 - Udělat si zápis do deníku.
 - Obejmout maminku.
 - Dát opravdu dlouhý polibek.
 - Vzpomenout si na nějakou šťastnou chvíli.
 - Zameditovat si.
 - Pomodlit se.
- Elmi úspěšní lidé vnímají plynutí času. Chápu potenciál, který je každé minutě.

OVA ÚSPĚŠNÝCH...

Řekl bych, že opravdu ukázněné osvojení těchto návyků je podle mých zkušeností to, co odlišuje úspěšné lidi od ostatních. Kdybych vytvářel postavu v nějaké videohře a měl bych jí přidělit deset charakterových bodů, tři bych vložil do inteligence a sedm do sebekázně.

– Andrew Mason
spoluzakladatel startupu Detour a spoluzakladatel
a bývalý generální ředitel startupu Groupon

Když se probudíte a začnete bezděčně odpočítávat: 1440, 1439, 1438, je
nejednou opravdu snadné osvojit si návyky velmi úspěšných lidí.

TAJEMSTVÍ č. 1

Čas je vaším nejcennějším a nejvzácnějším zdrojem.

Jak by se změnil váš život, kdybyste si každý den skutečně uvědomo-
vali každou z jeho 1440 minut?

BONUS ZDARMA

Pokud si chcete stáhnout plakát „1440“ pro vytištění
a další BEZPLATNÉ bonusy, navštivte:
www.MasterYourMinutes.com

Síla správných priorit

„Když vám pomohlo, kdybyste měli naprosto jasno v tom, co je vaše jediná věc“?

Či sny se vlastně snažíte plnit?

*Pokud nepracujete na dosažení svých vlastních cílů,
pak budete pracovat na dosažení cílů někoho jiného.*

„Když je vaše „jedna věc“?“

Ve slavné komedii z roku 1991 *Dobrodruzi z velkoměsta* svěřuje starý bojovník Curly (hraje ho Jack Palance) Mitchovi (hraje ho Billy Crystal) jedno tajemství. Curly s varovně zdviženým ukazováčkem vysvětluje, že člověk musí přijít na to, co je jeho „jedna věc“, a té se pak držet.

„Příběh o „jedné věci“ je však mnohem starší než komedie s Billym Crystallem. Zamyslete se nad těmito moudrými slovy:

„Dělat dvě věci najednou znamená nedělat ani jednu.“ – Publilius Syrus

„Když honíš dva králíky, nechytíš ani jednoho.“ – Ruské přísloví

„Nejdůležitější věci nesmí být nikdy obětovány nejméně důležitým věcem.“ – J. W. Goethe

„Na tomto světě se dostanou nejdále ti, kteří se soustřeďují vždy jen na jednu věc.“ – Og Mandino

„Jdi za tou jednou věcí, pro kterou ses rozhodl.“ – George Patton

- „Produktivita znamená dělat nějakou věc správně. Efektivita znamená dělat tu správnou věc.“ – Peter Drucker
- „Úspěch vyžaduje zaměřit se na jeden cíl.“ – Vince Lombardi

Najděte svůj nejdůležitější úkol (NÚ)

Therese Macanová, profesorka na Univerzitě Missouri-St. Louis, uskutečnila průlomový výzkum time managementu, produktivity a stresu a zjistila, že dvě nejdůležitější věci jsou priority a techniky (tj. uskutečňování technik a taktik time managementu). Jednoduše řečeno, to nejdůležitější je vědět, na co se soustředit a jak to dokázat. Já tomu říkám, že musíte znát svůj nejdůležitější úkol neboli NÚ.

VÝZKUM PROKÁZAL...

Kromě zvýšené produktivity koreluje znalost každodenního nejdůležitějšího úkolu s vyšším pocitem štěstí a větší energií.

(Zdroj: The Kruse Group, 2015)

O stanovování cílů už byly napsány celé knihy a já možná nějakou časem taky napíšu, ale podstatné je, že musíte vědět, co je pro vás nejdůležitější a jaká činnost vám právě teď nejvíc poslouží k tomu, abyste toho dosáhli.

SLOVA ÚSPĚŠNÝCH...

Asi půl roku před olympiádou jsem vždycky začala zvažovat všechna svá rozhodnutí s ohledem na svou hlavní vizi, tedy získání zlata. Několikrát denně jsem si kladla jednoduchou otázku: „Pomůže mi tahle činnost k lepšímu výkonu v brance a k tomu, abychom získaly zlato?“

– Briana Scurryová
držitelka dvou zlatých medailí jako hlavní brankářka amerického ženského fotbalového týmu v letech 1996 a 2004

*Víc pracuji na časovém sladění. Je tohle součástí mého poslání?
Poslouží to ostatním nebo to aspoň posílí mou schopnost posloužit
ostatním? Tyhle dvě otázky mi umožňují držet se správné cesty. Je to
pro mě ten nejlepší způsob, jak zacházet s časem a prioritami.*

– **Chris Brogan**

autor bestsellerů a generální ředitel společnosti Owner Media Group

*Vždy začínám tou nejdůležitější věcí na svém seznamu priorit.
Pokud nestrávíte týden prací na té nejdůležitější věci, ztratili jste
týden času.*

– **Randy Gage**

autor devíti knih včetně bestselleru nakladatelství
New York Times *Riziko je nová jistota*

Čtšina lidí si stanovuje cíle pro zdraví, bohatství a vztahy. Někdo ještě
idává třeba cíle pro spiritualitu, charitu a volný čas.

Ať už se soustředíte na cokoli, tradiční doporučení zní, že váš cíl musí
t konkrétní a měřitelný. Vaším cílem nemá být „ušetřit peníze“, ale říct
že chcete „ušetřit do konce roku pět tisíc dolarů“. Namísto pouhého
hubnout“ byste si měli vytknout cíl „zhubnout za deset týdnů o pět kilo“.

Po stanovení nejdůležitějšího cíle si musíte určit, které činnosti po-
dou k dosažení tohoto cíle a která činnost je nejdůležitější právě teď.

Jestliže dosud žádné cíle stanovené nemáte, nenechte se tím odradit.

Někteří odborníci, například kouč Peter Bregman, naopak upozorňují,
cíle mají i svou zápornou stránku. Bregman doporučuje vybírat si
ději oblasti zájmu.

Například v době, kdy píšu tuhle knihu, vím, že chci letos zvýšit
új pasivní příjem. Nemám však na mysli žádnou konkrétní částku,
protože mám spoustu peněz, tak ani necítím potřebu takovou částku
finovat.

Pokud však mám zvýšit svůj pasivní příjem, vím, že musím vytvářet
jrněznější produkty, například knihy, posudky a online kurzy. Když si
ávě teď položím otázku:

*Jaký je nejdůležitější úkol (NÚ),
který mě právě teď přiblíží k mému cíli?*

tak vím, že je to práce na této knize. Jakmile budu mít knihu hotovou, budu k ní vymýšlet další doprovodný obsah a produkty. Až toho budu mít na prodej víc, pak bude moje „jedna věc“ pravděpodobně práce na marketingových materiálech nebo na webinářích, abych podpořil širší povědomí o knize. Ale právě teď vím, že můj NÚ je psaní téhle knihy.

Váš vlastní NÚ může vypadat úplně jinak, podle toho, jakou máte práci a osobní cíle. NÚ začínajícího obchodního zástupce může být třeba nedomluvená návštěva, která mu umožní dosáhnout stanovený cíl prodeje. NÚ softwarového inženýra může být odladění chyb určitého modulu, což mu umožní stihnout termín uvedení programu na trh. NÚ vedoucího softwarového oddělení může být sehnání nového programátora, což mu umožní vyvinout novou aplikaci.

NÚ ředitele nějakého startupu může být vytvoření prezentace, která mu umožní získat investiční kapitál. NÚ studenta může být nalezení někoho, kdo ho bude doučovat, aby zvládl příští zkoušku. NÚ rodiče v domácnosti může být rezervace místa v nějakém kempu, kde rodina stráví letní prázdniny.

Mark Pincus o svém NÚ

Když si určíte svůj NÚ, velice vám to usnadní rozhodování při plánování. Když budete vědět, co je pro vás nejdůležitější, budete potřebovat velmi pádný důvod, abyste tomu nevěnovali svůj čas.

Společnost Zynga vyvíjí videohry a nejvíc se proslavila hrou *FarmVille*, která měla ve svém vrcholném období 265 milionů aktivních uživatelů. Generální ředitel této společnosti Mark Pincus má rozhodně dobře definovaný svůj NÚ a je přesvědčen, že by mu měl věnovat alespoň polovinu svého času.

OVA ÚSPĚŠNÝCH...

Pokud chcete vytvářet skvělé produkty, věnujte jim víc než polovinu své pracovní doby. Odmítejte pozvání, abyste někde přednášeli, pokud takové přednášky nepřinesou nic vašim uživatelům nebo vaší firmě.

– Mark Pincus

spoluzakladatel a generální ředitel společnosti Zynga

Dvě úžasné hodiny po ránu

Ž budete znát svůj NÚ, musíte si ho zapsat jako položku do úplně první úkol svého dne.

Dan Ariely, profesor psychologie a behaviorální ekonomiky na Harvardově univerzitě, říká, že většina lidí má nejvyšší produktivitu a kognitivní funkce v prvních dvou hodinách od plného probuzení.

V rubrice *Zeptejte se mě na cokoli* na sociální síti Reditt Ariely napsal:

Jednou z nejsmutnějších chyb time managementu je sklon lidí trávit nejproduktivnější dvě hodiny svého dne u věcí, které nevyžadují nijak vysokou kognitivní kapacitu (například na sociálních sítích). Kdybychom tyto cenné hodiny dokázali využít lépe, pak bychom mnohem úspěšněji dosáhli toho, co skutečně chceme.

Proč to děláme? Proč trávíme své nejlepší hodiny nad těmi nejméně důležitými úkoly?

Mnozí z nás začínají den tak, že nejprve vyřizují všechny rychlé a snadné věci. Odpovídají na zprávy, které jim přišly přes noc, třídí poštu, podepisují objednávky... vypadá to přece tak produktivně! Hele, je nejprve jedenáct dopoledne a já už jsem udělal aspoň padesát věcí.

SLOVA ÚSPĚŠNÝCH...

Investujte první část svého dne do práce na své hlavní prioritě, která vám pomůže budovat váš byznys. Nenechte se ničím vyrušovat, žádnými maily ani esemeskami. A pracujte na tom ještě předtím, než se probudí ostatní.

– **Tom Ziglar**
generální ředitel společnosti Ziglar, Inc.

Nejdřív dělejte kreativní práci. Až potom tu reaktivní.

– **Jonathan Milligan**
autor knihy *The 15 Success Traits of Pro Bloggers*

Jiní dělají hned po ránu ty nejméně příjemné úkoly, což je strategie známá jako „nejdřív sněž žábu“.

Jedná se o techniku proti prokrastinaci, která říká, že pokud máte udělat něco nepříjemného, tak se toho máte zbavit co nejdřív. To je dobrá rada, když bojujete s prokrastinací, ale pokud takhle každý den plýtváte svými nejlepšími hodinami, může to být kontraproduktivní.

SLOVA ÚSPĚŠNÝCH...

Vždycky si už večer připravím seznam NUTNÝCH ÚKOLŮ. Když pak přijdu k pracovnímu stolu, tak je vyřídím, ještě než si stáhnu novou poštu.

– **Andrew McCauley**
spoluzakladatel společnosti Autopilot Your Business

Kromě toho, že většina lidí má brzy po ránu nejlepší kognitivní výkonnost, je v tuto dobu také nejméně pravděpodobné, že by se na ně sesypaly nečekané úkoly, které vyžadují okamžitou pozornost.

SLOVA ÚSPĚŠNÝCH...

*Snažím se vyhradit si ranní hodiny na „opravdovou práci“.
Zjistil jsem, že se ráno dokážu lépe soustředit. Jakmile se na mě
začnou hrnout požadavky na schůzky, je soustředění rázem těžší.
Proto se snažím nechávat schůzky na pozdější dobu během dne.*

– Nathan Blecharczyk
spoluzakladatel společnosti Airbnb

Pokud si vezmete k srdci radu doktora Arielyho, vypijte si první kávu cestou do práce, ale pak za sebou zavřete dveře kanceláře, vypněte vyzvánění na telefonu, zavřete elektronickou poštu a sociální síť a začněte pracovat na svém NÚ.

SLOVA ÚSPĚŠNÝCH...

V průběhu dne a týdne mám naplánovanou sérii devadesátiminutových „jam sessions“, kdy se soustředím výlučně na jednu zásadní prioritu a na nic jiného.

– Stephen Woessner
moderátor podcastu Onward Nation
a generální ředitel společnosti Predictive ROI

*Zjistila jsem, že nejproduktivnější jsem od šesti ráno až do poledne.
Jsem čilá, svěží a kreativní. Je to doba, kdy dělám bláznivé věci.
Dopoledne toho pravděpodobně udělám víc než jiní lidé
za celý týden.*

– Christina Davesová
autorka knihy PR for Anyone, generální ředitelka
a zakladatelka společnosti PR for Anyone®

Jak to platí pro vás, pokud jste...

Podnikatel: Pomohlo by vám určit si jednu věc, která je nejdůležitější pro dosažení vašich čtvrtletních cílů?

Vedoucí pracovník: Pomohlo by vám jasně znát hlavní cíl, za který budete hodnoceni při ročním posuzování výkonu?

Podnikatel na volné noze: Pomohlo by vám určit si jednu věc, která vám přinese více zákazníků?

Student: Pomohlo by vám vybrat si jeden předmět, který je nejdůležitější pro získání titulu?

Rodič v domácnosti: Pomohlo by vám určit si jednu věc, která je aktuálně nejdůležitější pro zdraví a vývoj vašeho dítěte (například zorganizovat herní skupinu, vybrat letní tábor, najít učitele hudby)?

TAJEMSTVÍ č. 2

Určete si nejdůležitější úkol (NÚ)
a pracujte na něm každý den před tím,
než začnete dělat cokoli jiného.

Takže co je ta vaše „jedna věc“? Jaký je váš NÚ?

BONUS ZDARMA

Pokud si chcete stáhnout pracovní list „Priority a NÚ“
nebo další BEZPLATNÉ bonusy, navštivte:
www.MasterYourMinutes.com

Přestaňte vytvářet seznamy úkolů

Opravdu si myslíte, že milionáři a miliardáři chodí po světě se seznamem úkolů v kapse?

Opravdu si myslíte, že Bill Gates, Donald Trump a Warren Buffettepisují dlouhé seznamy úkolů, ke kterým si píší priorit A1, A2, B1, B2, C1 a podobně?

Opravdu si myslíte, že Steve Jobs si vedl seznam úkolů a několikrát denně se sám sebe ptal: „Co mám udělat teď?“

Hlavní problém seznamu úkolů

Seznamu úkolů by se mělo spíš říkat seznam otravných přání. Hromada úkolů, které chcete splnit, bez jakéhokoliv konkrétního plánu, kdy mají být hotové. Kolik bodů, které teď na takovém seznamu máte, už tam stagnuje spoustu dní? Nebo týdnů? Či dokonce měsíců?

První problém s psaním úkolů na seznam spočívá v tom, že se v něm nerozlišuje mezi body, které trvají jen několik minut, a body, které vyžadují hodinu i víc. Když se tedy zběžně podíváte na svůj seznam a řeknete si: „Hmm, co bych měl vyřídit teď?“, je velmi pravděpodobné, že si vyberete spíš nějaký rychlý a snadný úkol než ten nejdůležitější.