Грабители времени

Вы идеально распланировали свой день и даже учли неожиданности. Несмотря на это, вечером вы спрашиваете себя, на что же ушло ваше время?

Чаще всего мы не опознаем воров времени. Чтобы отследить их, полезно в один из дней каждые четверть часа вести запись того, что вы делали в это время. Скорее всего, после этого вы и обнаружите «грабителей времени».

Нет времени из-за «постоянной доступности»

Некоторые «воришки времени» – постоянные гости – дверь вашей квартиры всегда нараспашку. Если нет, то звонит телефон. Домохозяйкам можно помешать в любое время, их можно застать дома в течение всего дня. Конечно, мы не можем и не должны постоянно отгораживаться от других людей, мы часто получаем от них хорошие идеи, положительные эмоции. Но старайтесь, чтобы вам меньше мешали во время выполнения тех дел, за которые вы ответственны. Необязательно быть доступным всегда и везде. Позвольте себе иметь такое время, когда вам никто не должен мешать. Включите автоответчик, скажите коллегам, что сейчас вы заняты, и сообщите, когда освободитесь. Если вы, согласно вашему ритму, в определённое время дня постоянно «недоступны», другие постепенно начнут учитывать это.

В вечном поиске...

«Одно из преимуществ беспорядка в том, что можно постоянно делать находки», – сказал Алан Александр Милн (1882-1956, английский писатель, автор «Винни Пуха»).

Однако в этом есть недостаток: нужное часто не отыскивается. Сколько минут вы тратите ежедневно на поиски? Ко многим «ворам времени» мы уже так привыкли, что даже не замечаем их. Один из них называется «беспорядок». Если у вас в доме нет постоянного места для портмоне или ключей, это будет стоить вам несколько минут ежедневного поиска. То же касается и разной информации, инструментов, электронных писем... Если вы тратите только 10 минут в день на поиски, то в течение года это уже свыше 60 часов!

Что же делать? Само собой разумеется, у каждой вещи должно быть своё место. И обязательно там, где она бывает чаще всего нужна. Сделайте это место привлекательным для себя: купите себе ящичек для ключей или повесьте корзинку на стену, если вы охотнее бросаете ключи, чем вешаете. Вещи, которые вам требуются в разных местах (например, ножницы), купите в нескольких экземплярах и положите по одному в каждое нужное место.

Редко используемые вещи упакуйте и снесите в кладовку. Учтите также и то, что многое при необходимости гораздо легче приобрести снова, чем тратить время на поиски.

Мало собрано, много рассеяно

Известная пословица гласит: «За двумя зайцами погонишься – ни одного не поймаешь». Если на вашем рабочем столе лежит куча заказов от Мюллера, Майера и Шмидта, а также ваша налоговая декларация, то вам будет нелегко сконцентрироваться на «зайце» Шмидте. Поэтому уберите с рабочего места всё, что не касается вашей работы в данный момент, а также заметки о том, что ещё должно быть выполнено. Записывайте эти вещи лучше в ежедневник или блокнот, который вы открываете, когда хотите заниматься этими темами. На вашем рабочем месте должно лежать только то, в чём вы постоянно нуждаетесь, а также то, что относится к конкретному выполняемому в данное время заданию.

«Отложим на потом»

Некоторые не могут сконцентрироваться на одном деле. Они неоправданно долго ищут что-то в Интернете и с удовольствием отвлекаются на что угодно. Это прокрался ещё один «вор времени», который называется «отложим на потом». Привычка откладывать на потом бывает чаще всего хронической. Как итог – постепенная потеря самоуважения. Этот «вор времени» многократно игнорирует важные дела, и например, покупка картриджа для принтера внезапно становится приоритетом, когда это совсем не входит в план! Ритм и течение работы заторможены. Вы теряете не только свое время, но также время других, если они постоянно вынуждены напоминать вам о неделках. Некоторые даже тратят своё время на сочинение отговорок, только чтобы не браться за «нелюбимое» занятие!

Фото: Дмитрий СТАЩЕНКО

Если вы, согласно ритму жизни, в определённое время дня постоянно «недоступны», другие постепенно начнут учитывать это

Решение: Составьте список заданий, которые вы отложили на потом. Начинайте каждый день с выполнения одного такого отложенного задания и делайте его, не останавливаясь, пока оно не будет выполнено. Как много пунктов содержит ваш список, сколько дней потребуется, чтобы выполнить все дела? Иногда это только маленькая доля того времени, которое уже было потрачено на откладывание этих дел!

Время для вечности

Вы можете обнаружить ещё и других «воров времени»: длительные переговоры, недостаточная подготовка для выполнения какого-либо задания, частичная информация, недостаточная координация. Эти проблемы относятся к ежедневным трудностям почти в каждом предприятии, называется ли оно «семья», «фирма» или «Европарламент». Не откладывайте на завтра то, что можно сделать сегодня. Самое трудное – обнаружить своих собственных «воров времени», таких как нерешительность, спешка и нетерпение. Чем больше мы торопимся, тем больше времени мы тратим.

В спешке есть опасность совершить ошибки, которые потом нужно исправлять. Может быть, всё дело в том, что, как объяснил Эйнштейн, времени вообще не существует, и мы сейчас размышляем об иллюзии? Действительно, когда мы концентрируемся на настоящем деле и на том, что перед нами сейчас, то кажется, что прошла вечность и время не двигалось. Терпение дает самые быстрые результаты.

Хайке СОЛЯЙНСКИ

На дверях своей мастерской французский художник Оноре Домье написал для непрошеных гостей: «Тот, кто ко мне приходит, оказывает мне большую честь, а тот, кто не приходит, доставляет мне большое удовольствие».

Придворная дама Мёбу-но Отодо

Осенью 997 года во время правления императора Итадзё (980-1011 гг.) в Японию из Китая привезли несколько небольших домашних кошек. До этого на островах знали только диких. Цена на редких «китаянок» была очень высока, и лишь император да несколько вельмож могли себе позволить иметь их. Его Величество любил этих «кара-нэко» – китайских кошек настолько, что, когда «на девятнадцатый день девятого месяца 999 года кошка вывела во Дворце котят, то левому и правому министрам поручили вырастить их, подготовить для них коробки (со сладостями), рис, а также одежду (как для новорожденных). Придворная дама Ума-но была назначена к котятам нянькой», записано в книге «О-у-ки». А в книге «Макура-но соси» рассказывается, как император Итадзё наградил дворцовую кошку саном придворной дамы, дав ей имя Мёбу-но Отодо, то есть «Старшая фрейлина Внутреннего дворца». Это имя и считается первой известной кошачьей кличкой в Японии. Однажды Мёбу-но Отодо покусала собака, натравленная одной из фрейлин, обязанностью которой было нянчить котят. Узнав об этом, император сильно рассердился и даже угрожал выслать злодейку из столицы.

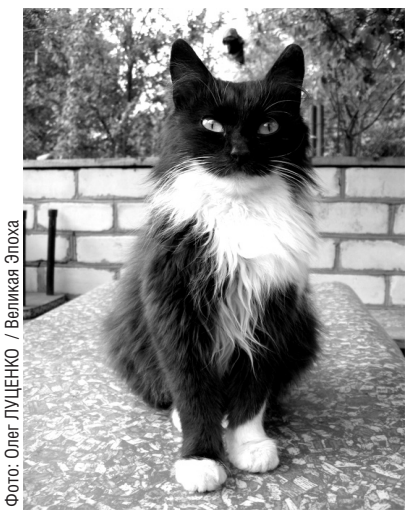

Фото: Олег ЛУЦЕНКО / Великая Эпоха

Каждая кошка в душе – придворная дама

Детский уголок

Притча о двух волках

Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину.

– В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло – зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь... Другой волк представляет добро – мир, любовь, надежду, истину, доброту, верность...

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

– А какой волк в конце побеждает?

Старый индеец едва заметно улыбнулся и ответил:

– Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.