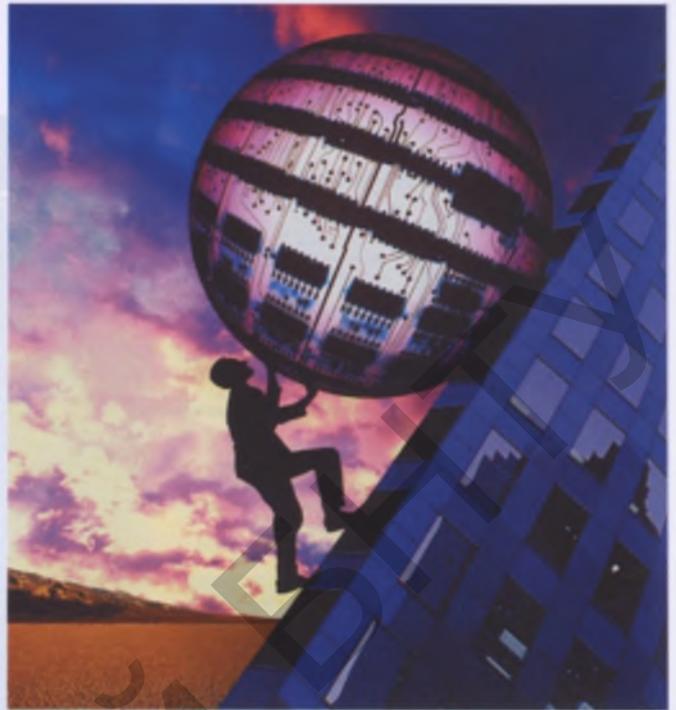


## 1. Открытие мира творческой личностью



### 1.4. Мера и гармония в жизни и труде

*Развитие чувства меры. Мера в труде. Через меру к гармонии. Сотрудничество и радость труда.*

*Кто хочет достигнуть великого, тот должен уметь ограничивать себя. Кто же, напротив, хочет всего, тот на самом деле ничего не хочет и ничего не достигнет.*

Г. Гегель

**Развитие чувства меры.** Растущее сознание вмещает в себя одно из самых удивительных чувств — это чувство меры. Все природные системы от травинки до звездных скоплений построены на соразмерности частей.

Всякое человеческое дело в своем развитии имеет точку, которую можно назвать в меру, самый раз, ко времени, к месту. До нее — недостаток, после нее — избыток. И это, и другое не имеет цены. Лучник, который допустил перелет, стоит того, чья стрела не долетела до цели. Еда без соли и пересоленная одинаково неприятны. Вода для купания очень холодная и слишком горячая равно опасны для здоровья. И так во всем — **преувеличенная односторонность приводит к беде.**

Люди различаются по скорости ума и качеству ума как способности замечать глубинные закономерности. Очень редко можно встретить быстрое схватывание и при этом проникновение в суть вещей. Последнее обычно достигается неспешной и вдумчивой работой ума. Ускоряющийся

ритм жизни подстегивает нас ограничиваться поверхностным восприятием мира, что, конечно, не развивает мыслительных способностей. Вокруг нас много того, что мы действительно можем и должны видеть, но много и того, чего лучше бы не видеть. Например, учителю не следует постоянно акцентировать мелкие ошибки ученика, руководителю не надо спешить с категоричной оценкой работы подчиненного. Во всех случаях лучше предложить проверить еще раз. Исправление ошибки, обнаруженной самим работником, — более ценное приобретение для его опыта, чем подсказка со стороны.

Зрительное восприятие окружающего мира включает и сознательное невидение пошлого и мерзкого: так будет меньше засоряться наш ум. Гармония жизни построена на здоровом соотношении «да — нет» во всех наших проявлениях: уметь думать и забывать, говорить и хранить молчание, двигаться и пребывать в покое, слушать — не слышать, смотреть — не видеть и т. д.

Чем больше душа захватывается каким-нибудь делом, тем выше поднима-

ется планка меры, поскольку в наших усилиях наряду с физическим напряжением все больше увеличивается доля духовного компонента. И никто не знает, где его предел. История изобилует примерами, когда люди, попав в экстремальную ситуацию, решавшую их жизнь или жизнь близкого человека, в каком-то полубессознательном состоянии поднимали невероятный вес, мгновенно взбирались на дерево или преодолевали высокую ограду. Именно благодаря устойчивой силе духа худенькая, тщедушная мама может долгое время нести на руках своего малыша.

Если бы родителям доставало еще и разума чувствовать меру в общении со своими чадами! Как часто в семьях культивируются такие привычки у детей, которые в дальнейшем препятствуют развитию душевных сил. **Так, неумеренная заботливость снимает те преграды, которые заставляют напрягаться и укрепляться. В итоге лень души становится обычным состоянием.** Вот почему для растущего человека нет ничего хуже, чем сытенький, тепленький уют.

1.4. Мера и гармония в жизни и труде (продолжение)

Естественно, многогранная забота о детях вовсе не означает обеспечение их всеми видами комфорта, что таит в себе величайшую опасность для будущей трудовой жизни.

Любой человек в своем развитии время от времени нуждается в побуждении, в подталкивании и принуждении. По доброй воле мало кто начнет напрягать большие силы для преодоления трудностей. Имея выбор, человек, как правило, выбирает самый удобный и легкий путь. Речь идет не о смекалке и остроумии, а о желании лишь бы избежать преград, независимо от результата.

Настоящее уважение к себе по окончании работы появляется только благодаря собственному прилежанию и умению преодолеть все трудности на пути к цели. Человек, оставивший преграды позади, умеет радоваться намного живее, чем тот, кому все достается без труда и кто заполняет время в основном развлечением. Еще заметим, что к развитию лени нередко добавляется заносчивость.

О пользе для растущего человека опыта преодоления трудностей, начиная с самых малых и усложняющихся по мере взросления, написано во многих книгах. Приведем лишь мнение знаменитого немецкого врача Х. Гуфеланда, который еще два века назад в своей книге «Макробиотика, или Искусство продлить человеческую жизнь» писал, что родители чаще вредят детям, устраняя с их пути все, что может заставить прилагать усилия, напрягаться, утомляться. Тем самым они воспитывают натуры слабые, ибо нет силы без упражнения. **Простота и строгость воспитания — основа долголетия.**

Понятно, что здесь нет призыва к излишней суровости в воспитании, к преднамеренному нагромождению трудностей и препятствий — во всем мера. Для здорового развития человека обязательно нужны и положительные эмоции, любовь, забота, ласка. Именно в сбалансированном общении со взрослыми формируются моральные ценности и определяется не только поведение в будущем, но и здоровье души и тела. Вот почему так важно по-

ощрение самостоятельности, инициативы в попытках активного познания окружающего мира, важно способствовать развитию трудовых навыков, ловкости, смелости, уверенности в себе.

**Умение, навыки, трудолюбие, жизненный опыт — все, что откладывается в памяти в процессе открывания мира, впоследствии по сути определит поведение взрослого человека.** Откуда появляется частая изнеженность, распушенность, небрежность, неаккуратность, конфликтность в поведении работника? Причина одна — неумение и нежелание работать, преодолевать трудности, когда в жизни главенствует единственная радость — радость потребления.

Нет беды в пользовании теми удобствами, которые случайно дарует нам жизнь, но не следует смотреть на них как на главное в нашем существовании. К чему ставить радость или огорчение нашей души в зависимости от вещей, на которые мы не сможем оказать ни малейшего влияния. Правда, можно встретить и искаженное проявление добродетели как отказ от личного богатства и сброс его в реку или сознательный поиск страданий, чтобы опуститься на самую нижнюю ступень социальной лестницы. Мера здесь, видимо, заключается в способности довольствоваться лишь теми благами, которые мы можем создать сами.

Мудрецы затрачивали немало усилий, чтобы предостеречь от ловушек наших страстей и научить отличать меру в каком бы то ни было удовольствии от чрезмерия, которое никогда не отпустит человека, не оставив ему горького осадка, не говоря уже о страдании и даже смерти. Наслаждение, идя впереди, как бы усыпляет наше сознание и мы забываем о горьких последствиях страстных стремлений. Естественно, если бы головная боль начинала мучить нас раньше опьянения, мы бы остерегались пить через меру. Но такова сила страстной природы человека, что со временем воспоминания о перенесенных страданиях тускнеют, а страсть, которой мы позволяем вновь распалить-

ся, захватывает нас с удвоенной силой.

Не может быть меры в познании себя, но есть мера в ответах на вопросы, кто мы, что умеем, к чему мы пригодны. Например, очень трудно долго рассказывать о себе без тщеславия, вот почему здесь не будет лишней сдержанность и осторожность. **Говорить о себе, превознося себя лучше, чем ты есть на самом деле, — это признак недалекого ума и даже глупости.** В то же время судить о себе хуже, чем ты есть на самом деле, трудно назвать скромностью. Последняя хороша лишь в соединении с ясным пониманием своих возможностей, открытостью в общении и достойным поведением. По словам Аристотеля, **расценивать себя ниже того, что ты стоишь, есть трусость и малодушие.**

Познавать себя — не значит любоваться собой и придавать себе слишком много цены. Такое мнение возникает лишь при поверхностном самоанализе. Тот же человек, который сознательно начнет работать над собой, задумывается над результатами своих дел, постепенно смирит свое тщеславие, когда увидит, сколько людей, живших до него, сделали намного больше интересного и полезного, чем он.

Таким образом, **применительно к себе нам следует избегать двух крайностей: чувства превосходства над другими людьми и самоуничижения, умаления себя.** Реально оценивая свои знания и способности, всегда важно помнить, что каждый из нас лишь малая частица в огромном человеческом сообществе.

Сколько кругом жалоб на трудную жизнь, на своих близких, сколько бед и страданий! Иногда можно услышать слова, что мы грешны и за это нас наказывает Творец. Но дальше этого слабого мерцания сознание не озаряется великим открытием — **никто нас не наказывает, поскольку все это следствие наших дел, нашего образа жизни.** К пустым, дурным и порочным устремлениям присоединяется наша свободная воля и начинается легкий и близкий путь к беде, причем по единому для нас сценарию. Вначале отравляется душа, начинаются физические

1.4. Мера и гармония в жизни и труде (продолжение)

болезни и переживания в диапазоне от жалкого вопроса: «За что я так наказан» до раздражения и отчаяния.

Кто не хотел бы провести свою жизнь в долгоденствии и благоденствии? Но как трудно открывается истина, что путь к исполнению этого самого сокровенного желания лежит только через соблюдение христианских заповедей, указанным людям 20 веков назад!

**Мера в труде.** Мера — это граница, невыразимая словами. Как объяснить, почему что-то позволено, а рядом едва заметное превышение уже недопустимо. Только развитое сознание поймет переход от созидания в разрушение. Так, руководитель, желая помочь подчиненному, занятому решением производственной задачи, не может остановить криком ошибку работника. При всем желании в благополучном исходе лидер должен навести работника на правильный путь косвенным советом, т. к. прямое указание со стороны задержит раскрытие собственного творческого озарения. *То, что мы открываем в себе сами, навсегда остается в нас живым и действующим.* Вот почему и в обучении, и в труде так важно, когда смятенное состояние духа ученика или работника озаряется светом их личного открытия пути к решению задачи.

Нередко можно слышать вопрос: «А разве плоха увлеченность любимой работой?» К любому благородному делу можно подходить с такой страстью, что слишком необузданное влечение превратит добродетель в порок. Применительно к работнику частое напряжение сверх меры обязательно каким-то образом скажется на здоровье. Кто не знает о последствиях перетренированности спортсменов, когда к физической усталости примешивается чувство апатии и даже отвращения к прежним занятиям.

Невозможно обойти стороной и другой психологический момент в поведении свержувленного человека. Малейшее непонимание, а тем более неодобрение его действий может вызвать резко раздраженную реакцию.

Следовательно, всякое исступленное отношение к делу, чем бы полезным и похвальным мы ни занимались, превосходит какую-то нормальную ступень разумения и открывает дверь в область фанатизма.

Именно перенапряжение, а не зловое напряжение, есть причина утомления. Как показывает опыт, радость труда обновляет силы, а уныние их подавляет. И вообще нет лучшего лекарства для восстановления душевного здоровья, чем любимая работа, а еще лучше с напряжением мышц. Кто-то назвал увлеченный труд счастьем, которое не замечаешь.

Вместе с тем следует предостеречь работника от появления у него довольства собой и более того — самолюбования; он тут же начинает работать хуже. Самодовольство и высокое качество работы несовместимы. А при неудаче, как гласит восточная мудрость, не жалей себя и возноси хвалу за нее. *Ты бы не потерпел неудачу, если бы не нуждался в ней!*

Соблюдение меры необходимо и в решении организационно-управленческих задач. Например, эффективность труда работника в первую очередь определится рациональным соотношением между объемом и сложностью задания — с одной стороны, и профессиональным уровнем и психофизиологическим состоянием исполнителя — с другой. Один из авторов выразил отсутствие чувства меры в распоряжении руководителя такими словами подчиненного: «Он поговорил со мной 10 мин, задал работы на 10 лет и наказал ее выполнить за 10 дней».

В организации производства мера означает оптимальную соотносительность частей производственной системы. Между этими частями устанавливаются такие пропорции, которые наилучшим образом способствуют достижению главной цели. Например, для строительного предприятия пропорциональность необходима как между управляющей и управляемой системами, так и внутри каждой из них. Так, для первой должно быть выдержано оптимальное соотношение численности различных категорий административно-управленческих работников, для второй —

рациональное соотношение на строящемся объекте бригад по профессиям: монтажников, плотников, штукатуров и т. д.

Для проектных мастерских это требование реализуется в оптимальном соотношении численности архитекторов, конструкторов, разработчиков инженерного оборудования зданий и других специалистов.

Как в промышленном, так и в строительном производстве теоретически выпуск продукции возможен при равенстве мощности различных технологических этапов. Например, в промышленности это мощность заготовительного (M1), обрабатывающего (M2) и сборочного (M3) производства. Однако практика показывает, что допустив казалось бы разумную меру,  $M1 = M2 = M3$ , невозможно обеспечить бесперебойный выпуск продукции. Без определенных резервов в мощности первого этапа по отношению ко второму, а второго — по отношению к третьему ( $M1 > M2 > M3$ ) малейший сбой на первом этапе отразится на выпуске готовой продукции.

Такое требование тем более необходимо соблюдать и в строительстве, которое особенно подвержено воздействию различных вероятностных факторов. Здесь головное подразделение, выпускающее конечную продукцию, компенсирует потерю других частей предприятия от создания резервов и неполного использования их мощности. Безусловно, излишние расходы должны покрываться за счет эффекта, получаемого системой в целом в результате своевременного ввода объекта в эксплуатацию.

На первый взгляд, избыточная мощность отдельных участков строительства должна служить источником убытков и потерь в системе. Однако длительная практика показала, что преимущества, создаваемые устойчивым технологическим режимом, значительно превышают потери, возникающие в отдельной части системы, создающей эту устойчивость. Следовательно, главное преимущество некоторой избыточной мощности — не-

1.4. Мера и гармония в жизни и труде (продолжение)

прерывность выполнения строительно-монтажных работ, отсутствие спонтанно возникающих простоев людей и машин, своевременное выполнение отдельных этапов и соблюдение в итоге планового срока окончания объекта в целом. Система строительства значительно повышает свои вероятностные свойства и по

характеру деятельности приближается к достаточно предсказуемой. Таким образом, оптимальная пропорциональность частей любой производственной системы с определенными резервами обеспечивает предприятию высокую надежность и гарантирует выполнение основного технологического процесса в заданные сроки.

В деловом общении руководителя с подчиненными можно выделить два момента, где особо необходимо соблюдение чувства меры. Первый — при выдаче задания, сложность которого должна несколько превышать опыт и квалификацию исполнителя (рис., позиция 3). Постоянная выдача простых заданий резко снизит ин-

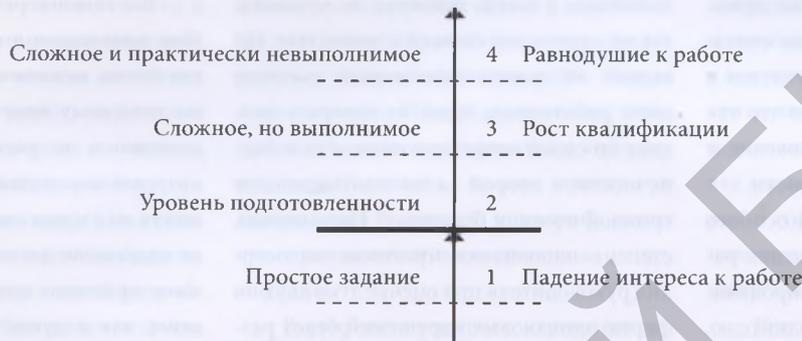


Рис. — Изменение отношения к работе в зависимости от сложности задания

терес к работе, так как не позволит человеку укреплять свои способности и развивать сообразительность. Слишком сложные задания лишают уверенности в своих силах и вообще невыполнимы. Известно и другое — одна и та же задача одних людей активизирует, других — деморализует и угнетает. Значит, в первом случае люди закаляются, во втором сгибаются и могут

сломаться под тяжестью обстоятельств. «Так тяжкий млат, дробя стекло, кует булат», — сказал поэт.

Откуда возникают такие различия в реакциях организма? Хотя гены определяют многое, но далеко не все. Генетический код — образно говоря, только как бы проект будущего здания. Однако и при самом первоклассном проекте построен-

ное сооружение может вскоре начать разрушаться и, наоборот, быть долговечным даже при возведении по менее удачному проекту. Конечный результат определится качеством выполнения обоих этапов — проектных и строительных работ.

Сложность работы влияет и на уровень ее эмоционального восприятия (рис.) Как простые, так и исключительно труд-

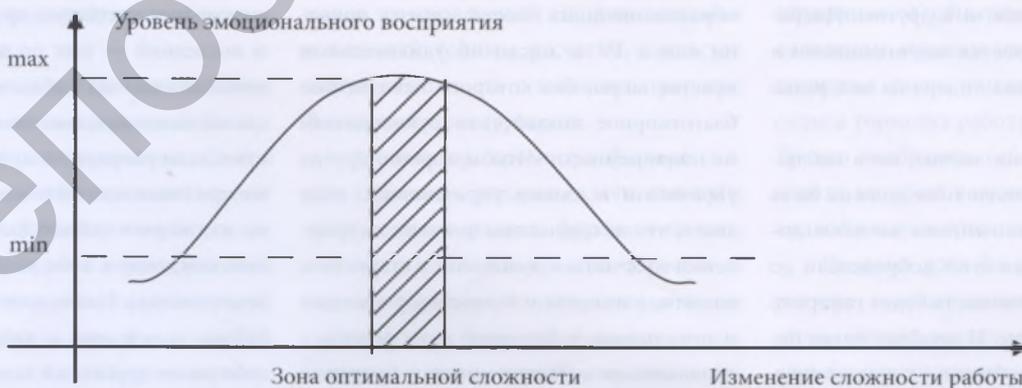


Рис. — Изменение уровня эмоционального восприятия работы в зависимости от ее сложности

ные задания порой не вызывают интереса к труду и оставляют работника равнодушным к порученному делу. Правда, работа

может быть усложнена вплоть до сверхтрудной и тогда меняется наше отношение к ней. Как только мы вообразим, что не

в состоянии справиться с каким-нибудь делом, с этого момента оно становится для нас практически неосуществимым.

1.4. Мера и гармония в жизни и труде (продолжение)

То же и в учебном труде. Знания должны даваться в меру, дозировано и по сложности соответствовать уровню подготовки обучаемых, исключая примитив или сверхсложность. Ничто так не помогает расти человеку, как жизненная необходимость *преодоления каких-либо преград и, кроме того, востребованность других людей к развитию его способностей*. Отсюда понятно, почему главным принципом созидательной педагогики считается побудительное отношение учителя к ученику: «Ты все можешь!» Редко что так укрепляет дух человека, как уважение к нему и вера в его силы и способности.

Второй момент, требующий особого соблюдения чувства меры, — оценка работы подчиненных. Здесь мера проявляется через такт и уважение к исполнителю, даже если необходимо сделать замечание. Известно, что несоразмерность видимых предметов, например, большой по площади стены и малого окна или низкого дома с широкой, давящей крышей, не затрагивает душевных глубин. Но если руководитель начнет давать характеристику труду работника в раздраженном тоне, да еще повышенным голосом, душевный мир исполнителя мгновенно нарушится.

Требовательность руководителя — обязательное условие в управлении коллективом. И здесь также должно быть равновесие, достигаемое одинаковой строгостью и к себе, и к другим. Дисбаланс быстро замечается подчиненными и степень воздействия лидера на них резко уменьшается.

Как ни странно звучит, но в соблюдении справедливости тоже должна быть какая-то мера, невозможно во всем добиться выполнения этой добродетели до волоска. Такая мелочность будет говорить о мелочности души. И вообще, разве будет нормальным общение в коллективе, если каждый работник начнет требовать обращения с ним, как с деталькой от часов. Всякое необузданное влечение какой бы то ни было добродетели ведет уже не к созиданию, а к разрушению.

Мера — это та невидимая грань во всех наших делах, не дойдя до которой мы

и те, которые нас окружают, почувствуем недостаток, а перейдя — избыток, излишек. Как говорили в древности, это предел, ближе и дальше которого не может быть справедливости, то есть сочетания законности и милосердия.

Легче всего соблюсти законность, указав на приказ, инструкцию или положение и потребовав строгого их исполнения, а затем, невзирая на человека, также судить его со всей строгостью. Но можно ли давать одинаковый выговор двум работникам, один из которых опоздал по своей неорганизованности и беспечности, а второй — по необходимости срочной помощи больному? Несомненно, степень наполнения чувством милосердия руководителя при оценке этих двух по форме одинаковых нарушений будет различной. Милосердие проявляет тот лидер, кто освободит сознание от обид, жалоб, гнева, жажды своевластия и мести. Но это не милосердие, если мы что-то выполняем, повинувшись лишь долгу и обязанности. *Соблюдение законности — работа ума, а милосердие — сердца.*

Все великие мыслители знали о гармоничном сочетании *необходимого и достаточного*. Приведем слова Григория Богослова: «Не надо иметь ни справедливости неумолимой, ни благоразумия, избирающего кривые пути. Лучше всего — во всем мера!» И далее этот один из образованнейших людей своего времени еще в IV в. писал об удивительном чувстве меры, без которого невозможно благотворное воздействие руководителя на подчиненного: «Чтобы хорошо других ухаживать и самим ухаживаться, надо знать, что не одинаковы понятия и стремления мужчины и женщины, у старости и юности, у нищеты и богатства, у веселого и печального, у больного и здорового, у начальников и подчиненных, у мудрых и невежд, у робких и смелых, у гневливых и кротких, у твердо стоящих и падающих. А если еще разберем подробнее, то какое различие между вступившими в супружество и безбрачными. И у последних опять — между пустынножителями, между находящимися в общежитиях и между

остающимися в мире. Между опытными и преуспевающими в созерцании и между теми, которые просто исполняют должное. Между городскими и сельскими жителями, между простосердечными и хитрыми, между занятыми делом и живущими праздно, между потерпевшими измену счастья и благоуспешными, не встречавшими неудач.

Все таковые различествуют между собою желаями и стремлениями — иногда более, нежели сколько они различны по телесному виду или (если угодно) по сочетанию и растворению стихий, из которых мы состоим; и потому не легко иметь над ними смотрение. Но как телам не одинаково дается лекарство и пища — иное пригодно здоровому, иное — больному, так и души врачуются различным способом. Свидетели такого врачевания — сами болящие. Одних назидает слово, другие исправляются примером. Для иных нужен бич, а для других — узда; ибо одни ленивы и неудобоподвижны к добру, и таких должно возбуждать ударами слова; другие сверх меры горячи духом и неудержимы в стремлениях подобно молодым, сильным коням, бегущим далее цели, и таких может исправить обуздывающее и сдерживающее слово. Для одних полезна похвала, для других — укоризна; но и та и другая — вовремя; напротив того, без времени и без основания они вредят; одних исправляет увещание, других — выговор и последний — или по всенародном обличении, или по тайным вразумлениям, сделанными наедине, но приходят в чувство, если укорять их при многих; другие же при гласности обличений теряют стыд, но их смиряет тайный выговор, а за такое снисхождение к себе воздают они благопокорностью. Иные, надеясь, что дела их тайны, о чем они и заботятся, считают себя умнее других, и в таких надобно тщательно наблюдать все, даже самые мало-важные поступки; а в других лучше много не замечать, и, как говорится, видя не видеть, слыша не слышать, чтобы, подавив их ревностью обличений, не возбудить к упорству, и, напоследок, не сделать дерзновенными на все, истребив в них стыд —

1.4. Мера и гармония в жизни и труде (продолжение)

сие средство ко внушению покорности.

Иногда надо гневаться, не гневаясь, оказывать презрение, не презирая, терять надежду, не отчаиваясь, сколько сего требует свойство каждого; других должно врачевать кротостью, смирением и соучастием в их лучших о себе надеждах. Одних полезно побеждать, от других часто полезнее быть самому побежденным; и хвалить и осуждать должно — у иного достаток и могущество; а у иного нищета и расстройство дел. Ибо наше врачевство не таково, каковы добродетель и порок, из которых первая и для всех всего лучше и полезнее, а последний — всего хуже и вреднее...

Хотя сколько бы ни употреблять тщания и ума, невозможно всего изобразить словом и обнять мыслью в такой подробности, чтобы вкратце был виден весь ход врачевания; ... нам известно, что как для ходящего по высоко натянутому канату не безопасно уклоняться в стороны, и малое, по-видимому, уклонение влечет за собою большее, безопасность же его зависит от равновесия. Так и в нашем деле, кто по худой жизни или по невежеству уклонится в ту или другую сторону, для того очень опасно, что сам он впадает в грех и вовлечет в него управляемых».

*Таким образом, мера в труде — это в первую очередь размеренный труд без бешеной гонки за земными сокровищами и без стремления выделиться каким-либо способом, это продуманный режим труда и отдыха.*

**Через меру — к гармонии.** Отчего существует гармония в природе? Да потому, что в ней все соразмерно. Любое растение или животное не имеет в себе ничего лишнего. Любой уголок Земли, не тронутый созидательно промышленной деятельностью человека, превзойдет по естественной красоте самый изысканный парк. Объясняя невозможность человеческого разума превзойти великую и всемогущую Мать-природу, Монтень писал:

ласковым и милосердным  
твердым  
спокойным  
полезным и участливым

«Мы настолько обременили красоту и богатство ее творений своими выдумками, что можно сказать, едва не задушили ее. Но всюду, где она открывается нашему взору в своей чистоте, она с поразительной силой посрамляет все наши тщетные и дерзкие притязания.

Все наши усилия не в состоянии воспроизвести гнездо даже самой маленькой птички, его строение, красоту и целесообразность его устройства, как равным образом, и паутину жалкого паука. Всякая вещь, говорит Платон, порождена либо природой, либо случайностью, либо искусством человека, самые великие и прекрасные — первой и второй; самые незначительные и несовершенные — последним».

В творчестве человек стремится достичь гармонии путем сочетания формы, цвета и других свойств природных элементов. Например, архитекторы и инженеры-конструкторы, создавая образ будущего сооружения, решают задачи пропорционального соотношения строительных деталей и конструкций, образующих в совокупности надежную, устойчивую систему. *К гармонии и красоте здания можно прийти только через соразмерность образующих его частей.*

Еще великий архитектор XX века Ле Коррбюзье отмечал, что эстетика инженера и архитектора связаны единством. Инженер, вдохновляемый законом экономии и ведомый точным расчетом, согласует нашу деятельность с законами природы. Так он достигает гармонии.

Архитектор, организуя формы, создает гармонию, которая является чистым продуктом его разума; формами он воздействует на наши чувства, вызывая в них эстетические эмоции; созданные им соотношения форм пробуждают в нас глубокий отклик, приобщают нас к постижению гармонии мира. Творчество архитектора является источником многих

— и таким же непреклонно справедливым и беспристрастным  
— но лишенным упрямства  
— но лишенным безразличия  
— но лишенным навязчивости

наших душевных движений, оно помогает нам познать красоту.

*Однако насколько важнее красота на основе гармонии мыслей, слов и поступков.* Психология человека такова, что он реагирует как на гармонию, так и дисгармонию, т. е. отвечает на все, что происходит вокруг него. Наша реакция будет или укреплять гармонию, или умножать дисгармонию. Так, на всякое слово добра и симпатии должна быть та же реакция, а вот при словах раздражения и ненависти лучший ответ — выдержка, терпение, понимание, сожаление к человеку. Только так мы не допустим разногласий и раздоров и спасем, во-первых, себя от заражения ядом ненависти, во-вторых, поможем умиротвориться другому.

Все части жизни человека должны быть сгармонизированы (еда, сон, труд, отдых и другое). Те, кто возражает на это, приводят тут же на память различные излишества в жизни гениальных людей, которые, несмотря на страсти к курению, водке или женщинам, все же сумели создать столько полезного. Но почему-то никто из сторонников такого мнения не спросит себя, насколько плодотворнее и выше было бы творчество одаренных людей без наркотического воздействия табака или алкоголя. *Творческое вдохновение не зависит от насильственного возбуждения — такое состояние возникает при гармоничном общении духовного мира человека с высшим миром.* А всякое излишество лишь уменьшает жизненные силы и тормозит работу мыслей и чувств. Трудно вообразить себе высокого специалиста, который не понимал бы этой очевидной закономерности в Природе.

Выделим хотя бы несколько черт характера, показывающих высшую степень гармоничного развития. Вот каким хотелось бы видеть человека:

1.4. Мера и гармония в жизни и труде (продолжение)

сильным  
уверенным  
мягким  
истинно мужественным  
веселым и шутливым  
чистым и невинным

— но одновременно столь же добрым  
— но лишенным грубости или резкости  
— но чуждым нерешительности  
— но лишенным опрометчивости или безрассудства  
— но столь же лишенным легкомысленности и фриivolности  
— и в то же время столь живым, энергичным и волевым

Гармоничное развитие предполагает сочетание физического и умственного труда с душевной жизнью. Однако над чем бы человек ни трудился, пусть спросит себя, какую пользу приносит работа ему самому и другим людям. И здесь главный тормоз такому развитию — это односторонность. Все, что есть в нашем природном потенциале, реализуется только тогда, когда мы преодолеваем односторонность.

Обращаясь в письме к своему другу, Н.В. Гоголь писал «Друг мой, храни вас Бог от односторонности: с нею всюду человек произведет зло: в литературе, на службе, в семье, в свете, словом — везде. Односторонний человек самоуверен; односторонний человек дерзок; односторонний человек всех вооружит против себя. Односторонний человек ни в чем не может найти середины. Односторонний человек не может быть истинным христианином: он может быть только фанатиком... Смотрите разумно на каждую вещь и помните, что в ней могут быть две совершенно противоположные стороны, из которых одна до времени вам не открыта».

**К гармоничному развитию человек приходит через меру во всем. Пробный камень такой меры: все, что расслабляет вас физически, умственно, духовно — все это отбросьте, так как для вас это яд.**

Всякая дисгармония вредна, и ее непонимание ведет к безобразной жизни, к малопродуктивному труду. Люди могут согласиться с необходимостью меры в работе, отдыхе или питании, но что касается законов нравственности, морали — здесь будут сплошные оговорки. В то же время эти законы неотделимы от законов физического мира. Сфера нравственности и морали — это внутренний мир человека, т. е. мир мыслей и чувств.

И, как все в природе, этот мир заселен или добром, или злом.

Преодоление невежества помогает нам понять, что как в природе все ее части гармонизированы, так могут и должны быть гармонизированы отношения между людьми. Всеобщий закон гармонии часто забывается, когда дело доходит до развития тела, ума и души. Этот закон гласит, **что здоровая жизнь и эффективный труд могут достигаться лишь в гармонии духовного и физического развития человека.** Тогда любое техническое открытие будет служить только во благо, не превращаясь в причину несчастий и болезней.

**В гармонии не бывает мелочей.** Как известно, здания прошлых веков венчали крепчайшие своды. Они могли держаться тысячелетия, но стоит выбить один камень из колонны, как свод разрушится. Пренебрежение мелочами в работе может дорого стоить. Малейшая небрежность, неаккуратность бросается в глаза и заметно влияет на оценку качества работы. Об эффекте мелочей еще с давних времен говорили образно как о камне, который отвергли строители, но он является glavой угла.

Если все поставлено на свое место, то красота соразмерности быстро усматривается даже не специалистом. Истинно прекрасное — это всегда соразмерность. Так, в душе, устремленной к действию, «мужество есть середина, излишек его — дерзость, а недостаток — робость. Следовательно, красота души есть соразмерность в добродетели, а безобразие — нарушение меры вследствие порока».

**Для поддержания гармонии в общении необходимо только одно — чувство такта.** Невоспитанность и отсутствие самообладания ведут к распущенности (недоверию, зависти, раздражению, гру-

бости). Именно распущенность причиняет окружающим беспокойство, напряжение, а нередко и тяжелые страдания. От распущенности никогда ни бывает ничего, кроме вреда.

Когда речь идет о деловых качествах руководителя, то здесь также не следует впадать в крайности: безграничная воля приведет к волюнтаризму, безмерная доброжелательность — к беспринципности и безответственности, излишнее спокойствие — к благодушию и т. д. По мнению выдающегося полководца А.В. Суворова, командир должен обладать следующими личными качествами: «Смел без запальчивости, скор без торопливости, деятелен без легкомыслия, подчинен без униженности, начальник без самонадеянности, победитель без тщеславия, честлюбив без кичливости, благороден без гордости, непринужден без лукавства, тверд без упрямства, скромнен без притворства, откровенен без простодушия, приятен без ветренности, целен без примеси, благо-расположен без коварства, проницателен без пронырства, приветлив без околичностей, услужлив без корыстолюбия».

Люди зачастую обладают удивительными контрастами. В них бывает много дарований, но они не могут быть использованы из-за того, что их сдерживают и держат в подчинении другие черты, которые они не могут привести в порядок. Чаще всего способности не проявляются в полную силу из-за неорганизованности, безответственности, отсутствия ясной высокой цели и, наконец, растраты жизненных сил и времени на пустые дела и развлечения.

**Все истины в мире просты, как ваше собственное имя.** Простые природные сочетания — самые устойчивые и надежные. Так и в жизни человека. Простые, ясные отношения — самые здоро-

## 1.4. Мера и гармония в жизни и труде (продолжение)

вые, простая пища — самая здоровая. Заповедь «Поступай с другими так, как ты хочешь, чтобы поступали с тобой» — самая простая. В природе все усложнения и несоразмерности обрушиваются как дисгармоничные.

Молодые люди часто воспринимают простоту и ясность как недостойный внимания примитив, хотя сами на каждом шагу в жизни и в учебе вынуждены преодолевать частокोल сплошных нагромождений, непонятности и запутанности, будь то книги, учебники, лекции или законы. Удивительно, что в различных странах разработано такое число законов, что растолковать их в состоянии лишь специально подготовленные для этого люди.

Одна из причин низкого интереса к простому — лишение возможности **воображать себя «великими»**. Тщеславие требует представлять свои деяния как можно более величественными, а то, что говорится, звучащим как можно более умно и изящно. И все это от непонимания, что в простоте — величие и сила. Человек, живущий просто, не нуждается ни в каких средствах, подстегивающих желудок, нервы или мозг различными стимуляторами. Следовательно, главное правило сохранения тела, нерасстроенных чувств и цельного разума — воздержание от излишеств во всем. Остается только как можно чаще включать в работу свое здравомыслие и уравновешенность.

Следовательно, мера — это такая невидимая грань в действиях человека, за которой действие будет продолжено, но уже в новом качестве, **это грань между двумя состояниями: недостатка и избытка**. В жизни мера и целесообразность выступают как раздел между добром и злом. Например, здоровая пища в меру — явное добро, но та же пища в неумеренном объеме — повлечет болезни. Удивительно, что некоторые люди, только серьезно заболев, научились заботиться о себе и в итоге стали лучше жить. Они научились ценить каждый прожитый день, иначе смотреть на свою работу и отношения с другими людьми. Жизнь и труд становятся более осмысленными, если человек принимает в

них активное участие.

Все, что окружает человека, не является плохим само по себе. Даже о вещах, которые общепринято считать причиной бед и разрушений, мудрецы говорили, что нет плохого ни в богатстве (приобретайте честным путем, но не прилепляйтесь к нему сердцем), ни в славе (приобретайте славу, но не гоняйтесь за ней). Но все это и другое только в употреблении на благо, к месту и ко времени. **Поступки или вещи делаются плохими, если совершаются или употребляются беззаконно, неуместно, несвоевременно, сверх меры**. Следовательно, по меткому замечанию, где нет числа и меры, там хаос и химеры.

**Сотрудничество и радость труда.**

Коллективный труд невозможен без сотрудничества, а сотрудничество невозможно в условиях взаимоотрицания, взаимного неприятия друг друга. Человек имеет дар общения с себе подобными, и он убеждается, что жизнь во вражде в конечном счете делается невозможной. Как семья перестает существовать при раздорах, так распадается и трудовой коллектив.

Сотрудничество в труде означает соединение усилий работников, при котором образуется новая система. Такое сочетание направлений наиболее плодотворно при организованном труде. Биологи, например, давно уже характеризуют организм как «целое, которое больше суммы своих частей». Коллективный труд, построенный на сотрудничестве, отвечает этой формуле. Предположим, два человека переносят тяжелую вещь. Они представляют собой систему, образующуюся не только из физических, но и психологических усилий. Взаимное подбадривание, эмоциональная поддержка, шутка укрепляют силу духа каждого работника и если оба они трудятся с усердием, целое в данном случае окажется больше своих частей. Но может быть и наоборот, что произойдет при сочетании усилий одного прилежного и другого ленивого работника, поскольку чаще второй повлияет отрицательно на стремление первого, чем старательный побудит к активному труду

лентяя. **Чем больше индивидуальная активность одного работника соответствует подобной характеристике другого, тем выше отдача группы**.

Организационно-техническое соединение двух сил позволяет преодолевать препятствия, которое каждый в отдельности не осилит. Так, перенести бревно массой 100 кг и более может попытаться и один, но большое напряжение быстро истощит его силы и ему понадобится много времени. При двух работниках тяжесть для каждого будет вдвое меньшей, а при среднем напряжении и работа выполняется быстрее. Таким образом, собранные в целые системы композиции, сочетания приобретают новые свойства.

Невозможно представить жизнь в человеческом обществе без взаимной помощи друг другу. Действительно, это святое дело помогать ближнему «в минуты роковые». Но насколько полезна помощь тому, кому ее оказывают, в обыденной занятости? Здесь, как и во всем, существует мера. Известно, что преодоление препятствий и трудностей нами самими укрепляет наши силы. Помощь же со стороны нередко освобождает нас от необходимости заботиться о самих себе даже тогда, когда это в наших возможностях. И естественно, речь не идет о какой-то рациональной медлительности при оказании помощи больным, убогим и немощным. Всякие рассуждения здесь неуместны. Здорового же и трудоспособного человека можно накормить раз или два рыбой, но, как говорится, лучше все-таки научить его самого ловить рыбу.

Особенно опасна чрезмерная опека над детьми; им в подобных условиях никогда не привьется радость труда. И как для отдельного человека, так и для жителей всей страны успехи в развитии определяются в первую очередь трудолюбием, жизненной энергией и честностью. Точно так же к упадку ведут лень и порочная жизнь. Не умоляя роли выдающихся личностей, можно с уверенностью сказать, что развитие государств — результат деятельности множества менее известных и даже совсем неизвестных личностей.

1.4. Мера и гармония в жизни и труде (продолжение)

*Каждый трудолюбивый человек вносит свою долю в общее благосостояние страны и своим участием оказывает воздействие на жизнь и труд многих людей.*

В общем деле не бывает важных или второстепенных работ. Как было замечено, каменотес, равно как и зодчий, оба создают храм. И обоим им дан прекрасный дар не только творить, но и восхищаться качеством.

Любое мастерство, которым занят человек, сохраняет ему молодость мышления и остроту ума. И виной всему удивительное чувство — неутомимая жажда делания. Никакими искусственными мерами это стремление внушить невозможно; оно складывается в глубине сознания и становится на всю жизнь главным побудителем человека к созидательному труду. Можно представить, насколько плодотворно сотрудничество у работников, одинаково стремящихся быстрее и лучше выполнить работу, а если добавляется еще радость общения, то рождается вдохновение, при котором каждый «подогревает» другого. В итоге происходит не простая физическая сумма сил, а соединение вдохновенных усилий и результирующий вектор становится неизмеримо больше.

При появлении общего интереса по способностям люди начинают открываться для эмоционального общения. Но это еще не полное сотрудничество, поскольку ослабление в совпадении интересов может привести к распаду группы. Такая группа сохраняется, пока есть общее дело.

*Настоящее сотрудничество возникает там, где отношения людей построены не столько на интересе, сколько на чувстве ответственности, верности своему слову, на преданности общему делу.* Здесь способности каждого работника реализуются наиболее полно, так как ими движут нравственные душевные силы. От такого сотрудничества появляются глубинная радость духа и чувство взаимной благодарности одного человека другому, когда каждый способен сделать для других все, что может.

*Ничто так тесно не соединяет людей между собой, как то, когда они со-*

*радуются друг другу в одном и том же и имеют одинаковый образ мыслей.* Как радостно видеть такое сотрудничество, будь то в семье или в рабочей группе. Каждый делает свою часть общей задачи, а когда все складывается, получается переход количества общего труда в новое качественное состояние благоустроенности жизни. Еще большая радость — не смотреть со стороны, а самому пребывать в атмосфере трудового единения. Как легко, без тени обиды, принимается любое замечание по качеству работы, как поднимают настроение работников взаимные добрые шутки! И наоборот, как трудно заниматься общим делом с теми, кто нетерпим к любому предложению со стороны и болезненно воспринимает самый совет.

*Любой труд, выполняемый с радостью, способствует быстрому восстановлению сил. Особенно интенсивно восстанавливаются силы, когда сочетаются радость труда, чувство растущего умения и видимый результат.* Что касается влияния психологического фактора в сотрудничестве, то он затрагивает внутреннее напряжение организма. При труде в одиночку работник все действия предпринимает и выполняет за счет собственной инициативы и собственных стимулов, для каждого нового акта ему приходится самостоятельно настраивать свой нервно-мышечный аппарат. В совместной же работе значительная доля этого процесса приспособления идет за счет подражания, т. е. следования чему-то известному. Когда часть действий выполняется как бы механически, внутреннее напряжение организма значительно уменьшается.

На отношение работника к заданию могут повлиять различные факторы, например, душевное и физическое здоровье, осознание важности работы, справедливость оценки прошлого опыта и др. *Но главная составляющая высокой культуры труда — любовь к труду.* Без трудолюбия нет радости от напряжения ума и мышц. Безрадостный труд порождает чувство какого-то наказания, желания быстрее избавиться от работы выполнив

ее наспех, по принципу «сойдет». В итоге почти во всем проявляется недоработка.

Трудолюбие тесно связано с умением общаться, с уважительным отношением не только к работе, но и к людям. Преданный своей работе человек проявляет деловое старание и при этом стремится не доставлять огорчения окружающим.

Радость совместного труда по сравнению с одиночной занятостью не просто больше, она иного свойства, поскольку люди взаимно обогащают друг друга энергией мира, братства и сотрудничества.

Христианская этика описывает три вида радости — бесовская (злорадство или радость ненависти, а также радость после успеха в грязных делах), человеческая (хорошо поел, здоров, работа спорится), высшая, духовная радость (любовь, спасение человека, помощь в беде и др.).

Наша душа не может пребывать незаселенной, в ней обязательно поселяется или добро, или зло. Выбор варианта определяет наше сознание и воля, а критерий добра прост и очевиден: стал ли ты лучше сам, помог ли ты другим стать лучше своей мыслью, словом, поступком. *Все, что помогает миру и человеку становиться светлее и совершеннее — есть добро. Все, что привносит мрак, ненависть, дисгармонию — есть зло.*

*Радости труда не бывает без радости жизни.* Как заметил восточный мудрец, работая, вы истинно любите жизнь. А возлюбив жизнь, через работу вы приблизились к глубочайшему таинству жизни. Это бодрое чувство, которое зовется радостью жизни, не обусловлено богатством или самодовольствием. Можно находиться среди изобилия за царским столом и чувствовать себя самым несчастным человеком. Радость бытия не зависит от личных обстоятельств, от удачи или выгод, она в осознании величайшего дара — самой жизни на Земле. Вот почему она может возникнуть даже среди тяжких трудностей, когда вдруг нахлынут новые, укрепляющие человека силы, и он начнет радоваться не своей жизни в данный момент, но реальному бытию. Около него очистится атмосфера, и даже окружаю-

1.4. Мера и гармония в жизни и труде (продолжение)



щие почувствуют облегчение.

Дейл Карнеги описывает встречу Наполеона с нищенкой. Суть краткого диалога между императором и старой бедной женщиной можно выразить словами: «Эта нищенка, глядя на солнце, так радуется жизни, а я, владея полмиром, и шести дней подряд не был счастлив».

Как говорится в одной из мудрых книг, радость есть особая мудрость. Ее надо заметить, надо распознать и осознать. Унылые люди затемняются бедами и горестями. В этом мрачном покрове они не могут увидеть радость. Через сеть печали люди слепнут и теряют силы. Недовольство, зависть, раздражение пересекают путь к радости, хотя все в природе предлагает человеку радость: от луча солнца до малого цветка. При каждой радости притекает новый запас сил. Люди забывают, что все находится в движении, и печаль не бывает бесконечной. Печаль забывается, а искры радости сияют всегда. Простые слова, произносимые с радостью от сердца, достигают большей цели, чем сотни многоумных фраз, выбранных из разных «источников». Лишь одну разновидность радости отвергает духовная этика всех народов — радость о падении ближнего своего, т. е. злорадство, радость во зле. **Раздражение и ненависть утяже-**

**ляют и вызывают болезни, а радость возвышает и лечит.**

Спасительный круг при унынии — труд, который побеждает нездоровое состояние души. И хотя в творчестве самая большая радость — это действие, однако не о плодах труда заботьтесь. Бойтесь того, чтобы в вас не проникло желание награды или похвалы за ваш труд, поскольку творческий порыв гасится таким чувством, как огонь водой. Как только у человека проявляется довольство собой, а еще хуже — самолюбование, то он тут же начинает работать хуже. **Самодовольство и качество работы несовместимы.**

Вместе с тем людям дан прекрасный дар не только творить, но и восхищаться качеством. Можно любоваться величием природы и можно любоваться высоким качеством творения архитекторов и строителей. Давно открыто, что слушать прекрасное и смотреть на прекрасное — значит улучшаться и восстанавливать свои силы.

Исследуя жизнь великих людей, пришли к определенному выводу, что гениями не рождаются, а становятся. Их отличает в первую очередь огромный труд, затем упорство и способность к глубокой концентрации. Нет таинственных качеств гениев, есть титанические усилия для при-

обретения знаний и целевых результатов. Среди различных видов человеческой радости у гениев на первом месте была радость труда.

Покой никогда не приводит к радости. **Работа и безделье — несовместимые понятия, естественное сочетание — это радость труда.** Причем наибольшее наполнение чувством радостного открытия своих способностей происходит после волевого преодоления препятствий.

Как бы тщательно мы ни продумывали предстоящую работу, мы никогда не претворим точь-в-точь нашего плана, обязательно появится море непредвиденных деталей, недоделок и переделок. Окончательная последовательность операций нам станет ясной лишь в процессе работы, когда приходит вдохновение и возгоревшаяся в радости труда душа насыщает смекалкой ум. Однажды довелось услышать, как на сетование юноши, что ему толком неизвестен порядок выполнения задания, человек преклонных лет мудро посоветовал: «Сынок, ты начни и, если будешь стараться, работа сама научит».

В незнании всех предстоящих моментов труда есть, оказывается, и своя красота. Именно малые озарения по ходу работы придают ей неповторимую увлекательность и романтичность. Разве нас

захватит книга, в которой после начала чтения мы с легкостью предвосхитим все дальнейшие события, вплоть до душевных переживаний героев?

Любой полезный труд — это малое или большое созидание, когда мы, включив силу воображения, начинаем превосходить самих себя. Иначе, мы растем как личности.

Люди давно открыли, что для психического и физического здоровья человеку нужна повседневная радость. Это первая пища для эмоциональных клеток и первое лекарство для больных физических клеток. **Радость труда усиливает иммунную систему.** И вообще, позитивные события влияют на здоровье больше, чем отрицательные на нездоровье. Каждая добрая радость, даже самая обыденная, повышает духовные и физические силы.

Вот почему всем нам необходимо стремиться выражать радостные чувства в самых простых словах. Только тогда они будут доступны и полезны другим людям.

Гармонию жизни показывает в первую очередь культура труда как главная функция жизни. В пестрой череде человеческих проявлений, безусловно, важнейшее место занимает труд. Все начинается с естественных потребностей человека — иметь пищу, одежду, кров над головой. Понятно, что все это не падает с неба, а добывается большими усилиями.

Невозможно перечислить, что определяет культурную или некультурную жизнь. Для сопоставления этих двух широких понятий один из авторов предложил сравнить поведение бравого, организованного солдата с расхлябанным новобранцем. Первый отличается от второго

в первую очередь сочетанием ответственности с организованностью.

**Культура труда вырастает из трудолюбия.** Но здоровое трудолюбие не есть огромная страсть к работе, превращающая людей в «трудоголиков». Всякая односторонность — путь к разрушению. Культура труда означает такое отношение к труду, когда работать плохо — стыдно, когда терпение и энтузиазм поддерживаются сознательно. Сколько раз, заставив себя работать, мы открываем, что интерес к делу, который вначале увеличивался по мере его познания, затем переходил во вдохновение. Люди иногда замечают необычный блеск глаз во время так называемого вдохновения. Глаза сверкают не от внешних источников, а сияют внутренним огнем. Этапы изменения отношения к делу в процессе работы показаны на рис.

1. Неприятие учебы или работы на начальном этапе	2. Понуждение себя к труду с сознательным терпением	3. Развитие прилежания и появление навыка	4. Рост интереса по мере познания дела	5. Рождение вдохновения с концентрацией духовных и физических сил
--	---	---	--	---

Рис. — Развитие интереса к делу по мере его познания

Естественно, что чувство, сопровождающее труд, в огромной степени влияет на качество работы. Особое влияние на качество действия оказывает воодушевление работника. Такое возвышенное напряжение души может возникнуть в любом виде занятости.

**Культура труда определяется в первую очередь желанием и умением трудиться.** При занятии нелюбимым делом не бывает горения духа, а значит, нет места ни радости труда, ни качеству работы. И наоборот, любое мастерство, которым владеет человек, сохраняет ему молодость мышления.

Таким образом, **культура труда** — это культура отношений участников производства, которая предполагает соблюдение нравственных норм в деловом общении.

**Культура труда** — это равнодушное отношение работника ко всему, что он

делает, каким образом, с помощью каких инструментов и в каких условиях. Сознание такого работника не смирится ни с какой помехой, будь то некачественный инструмент, слабое освещение, неудобное рабочее место или легко устранимый шум.

**Культура труда** — это постоянно рождающийся на подсознании вопрос: «А как трудиться, чтобы работу выполнить быстрее и с наименьшими затратами труда?»

**Культура труда** — это, наконец, постоянное стремление к соблюдению требований, определяющих качество продукции.

**Культура труда** немыслима без порядка на рабочем месте; он всегда положительно действует на работника и как бы настраивает исполнителя на продуманные экономные действия вплоть до простых движений. Определенный поря-

док на рабочем месте предполагает такое расположение вещественных элементов труда в пространстве, которое создает максимум удобства в работе. Порядок радует глаз, но декоративная функция — не самая главная. Порядок — это в первую очередь выигрыш времени, выигрыш производительности. Установление такого порядка — часть общей культуры производства.

Самооценка большинства людей базируется в основном на результатах труда. Так, исследования в США показали, что двумя основными факторами риска при сердечных заболеваниях являются низкая шкала в оценке того, насколько человек считает себя счастливым, и низкая удовлетворенность собственной работой. Это еще раз подтверждает, что физическое и душевное здоровье человека определяется его участием в радостном созидательном труде.