

## 2.6. Время в нашей жизни и труде

*Величайшее достояние. Жить здесь и сейчас. Эффект мелочей. Рабочий день специалиста*

*Способность умно наполнить свободное время  
есть высшая ступень личной культуры*

Б. Рассел

**Величайшее достояние.** *Время* наряду с пространством, материей и энергией является важнейшей характеристикой вселенной. Чувство времени было известно людям всегда, так как время не только мера длительности жизни, но и мера всех затрат в труде.

Самое дорогое – это жизнь, а самое дорогое в жизни – это время, поскольку единственно то, чем человек владеет, – его собственное время жизни. Именно поэтому мера жизни заключается не в ее продолжительности, а в том, на что мы затратим энергию, особенно в пору молодости как наилучший период приобретения знаний. И вообще нельзя ожидать от человека ни культуры труда, ни культуры жизни, если он не дорожит временем как самым ценным своим достоянием.

Труд человека происходит в рамках всевозможных ограничений: физических и духовных возможностей, материальных ресурсов, времени. Именно время – универсальный измеритель всех издержек производства, и от того, как оно расходуется, будет зависеть результат любой работы. Не удивительно, что один из лозунгов западного образа жизни «Время – деньги» получил еще более жесткую интерпретацию «Время – не деньги, потеряешь – не купишь».

**В мире все подчиняется закону ритма, иначе – всему свое время.** Но мало кто из молодых людей осознает, что как в течение дня есть наиболее производительное время, так и в течение жизни есть наилучший период для приобретения знаний. Это – пора молодости, когда



пытливый ум легко впитывает все новое. Недаром говорится, что познание в молодости – это резьба на камне, а в старости – слова на песке.

Для всего живого на Земле всему свое время, так и для каждого деяния человека наилучшим образом тоже подходят какие-то определенные часы, т.е. представляется наиболее удобный случай. Много веков назад Екклесиаст поделился с людьми своим открытием: «И обратился я, и видел под солнцем, что не проворным достается успешный бег, не храбрым – победа, не мудрым – хлеб, и не искусным – благорасположение, но время и случай для всех их» (Еккл. 9, 11).

Если в механических соединениях, например, в автомобиле, появятся десятки дефектов и они все равно будут

2.6. Время в нашей жизни и труде (продолжение)

работать, то несравненно большей жизненной устойчивостью обладает человек. Насколько долгие и плодотворнее был бы его жизненный путь, если бы не постоянное разрушение души, ума и тела по причине нездоровых желаний, низкого сознания и невежества в труде, отдыхе и питании.

Нет более горестных воспоминаний на склоне лет, чем осознание того, что жизнь прошла в мелочных заботах, лучшие годы потрачены на пустяки, ничтожные и жалкие вещи. **И когда мы убиваем время, напрасно тратим его на поиск бесконечных удовольствий и развлечений, мы убиваем свою собственную жизнь.** И как страшно становится человеку, которому вдруг открылось, что он промотал свое время, потратил его на пустяки, на вещи ничтожные и жалкие. Он обернулся – и оказалось, что жизнь прошла в мелочных заботах, в пустой бесплодной болтовне, в каких-то ложных делах, о которых даже, может быть, не стоило и думать, а время ушло. Справедливо замечено: если время – самая драгоценная вещь, то растрата времени является самым большим мотовством. Вот почему никогда не теряет своей актуальности девиз: «Береги свое время, ибо это величайшее достояние».

«Все, о Луцилий, не наше, а чужое, только ВРЕМЯ – наша собственность, – писал еще в самом начале нашей эры римский философ Сенека. – Природа предоставила в наше владение только эту вечно текущую и непостоянную вещь, которую вдобавок может отнять у нас всякий, кто этого захочет... Люди решительно ни во что не ценят чужого времени, хотя оно – единственная вещь, которую нельзя возвратить обратно при всем желании. Ты спросишь, может быть, как же поступаю я, поучающий тебя? Признаюсь, я поступаю, как люди расточительные, но аккуратные – веду счет своим издержкам. Не могу сказать, чтобы я ничего не терял, но всегда могу отдать себе отчет, сколько я потерял и каким образом, и почему».

Похоже, что проблема времени была у человека столько, сколько он существует. И не удивительно, потому что, по словам

названного мыслителя, большая часть нашей жизни тратится на ошибки и дурные поступки, значительная часть протекает в бездействии и почти всегда вся жизнь в том, что мы делаем не то, что надо.

По словам Александра Меня, время – оно так же, как золото, драгоценно. Поэтому пусть у каждого из нас будет твердое правило – относиться к нему благословенно. **Если трудишься – трудись, если молишься – молись, если отдыхаешь – отдыхай. Но ничего не должно быть бессмысленного, бестолкового.** Наконец, приведем без сокращений строки о трате времени, написанные в едином порыве гением славянской культуры Н.В. Гоголем, в которых он вопиющим гласом призывал беречь величайшую ценность: «Непонятно, как люди губят это драгоценное время в пьянстве, порочных играх и непозволительных наслаждениях, тогда как оно едва достаточно для исправления (исправного выполнения – А.Т.) обязанностей, возлагаемых на нас сею жизнью? Ужели они не знают, что и самая вечность слишком коротка для того, чтобы возблагодарить Бога за те благодеяния, коими Он нас осыпал в продолжение сей жизни? Какой отец хладнокровно будет смотреть на своего сына тогда, когда бы сей, стоя на берегу реки, стал бросать в воду деньги так, как дети бросают камни? Но если бы этот сын, не оставляя своего занятия, сказал ему в свое извинение, что он это делает для препровождения времени, — только для удовольствия: то можно ли думать, что отец его будет слушать таковое оправдание без гнева? и что за удовольствие, какого рода? Что оно есть в самом существе своем? Размысли хорошенько, есть ли что-нибудь важного и достойного тебя в том, что прельщает и призывает к себе твое сердце во времени? Осыпь человека всеми благами земными, исполни все желания его сердца, он и тогда не будет счастлив, потому что будет страшиться потерять их. Эта мысль, как горькая желчь, будет отвращать все его удовольствия, и в то самое время, когда он думал наслаждаться оными, он будет терзаться неизвестностью, долго ли продлятся блага сии, забавы, по-

чести, благоприятства счастья и тому подобно. Долго ли? Эта мысль, как червь, точит его сердце во время самого наслаждения благами. Где же это удовольствие? Жизнь наша столь коротка, что не может составить даже и точки заметной в отношении ко времени. И сия-то жизнь ведет к вечности. Так если столь короткое время награждается вечностью, то ужели может еще что-нибудь нас удержать от того, чтобы мы употребили оное на приобретение вечного блаженства и славы? Ужели потеря времени не важнее всех потерь, потому что она невозвратна?

Но мы гораздо более причин имеем досадовать на самих себя. Что значит золото и серебро в сравнении с временем, когда одной минуты нельзя купить за все золото мира и когда малейшее мгновение стоит вечности? И между тем, нимало не размышляя об этом, изыскиваем все роды удовольствия для того, чтобы убить время.»

**Жить здесь и сейчас.** Человек может пребывать в одном из трех временных состояний. Часть людей живет в основном прошлым, т. е. они начинают задумываться и осознавать только то, что уже миновало. Из этого следует, что они, во-первых, не могут по-настоящему радоваться происходящему в данное время, во-вторых, воспринять значимость текущего события. И лишь задним числом начинают говорить о прошедшем событии и оценивать их влияние на жизнь и на труд. При устоявшемся ослабленном внимании к происходящему неизбежны потери труда, времени, средств, которые зачастую становятся невозполнимыми.

Другие люди, наоборот, живут будущим. Они всегда хотят чего-то от будущего, надеясь только на него и забывая о том, что настоящее тоже имеет немало интересного и полезного. Причина такого состояния – мечтательность, соединенная с ленью души. Человеку не хочется пошевелиться ради того, чтобы хотя бы часть своих мечтаний начать претворять уже здесь и сейчас.

Обе эти группы разменивают свое

2.6. Время в нашей жизни и труде (продолжение)

время жизни на малозначимые дела, а нередко и вовсе на пустяки. Пребывание сознания человека только в прошлом или будущем весьма неблагоприятно отражается также на собранности и ответственности работника в процессе труда.

Особо обратимся к молодому читателю. Призыв жить настоящим вовсе не означает подстрекания к получению наслаждения от каждого мгновения, т.е. к легкомысленному стилю жизни. Чтобы прожигать жизнь подобным образом, не надо большого ума. У кажущегося сладким начала бессмысленного бытия неизбежны пустые, горькие плоды.

*Жить настоящим означает в первую очередь внутренне переживать события, в которых мы участвуем прямо или косвенно. Переживать здесь и сейчас всеми чувствами, помышлениями и ощущениями.* Только так может быть с наибольшей пользой прожита каждая минута быстротекущей человеческой жизни. Ни в мыслях о прошедшем, ни в мечтах о будущем человек не испытывает истинных, сильных переживаний. Но именно такие переживания помогают развиваться каждому как неповторимой личности.

Если желания человека легко и часто выходят за рамки настоящего (или в прошлое, или в мечты о будущем), то это обязательно повлечет за собой разлад с настоящим, в результате чего начнет страдать не только сам человек, но и его ближайшее окружение в быту и на работе.

Естественно, что нужно и задумываться о прошлом для извлечения из него уроков, и мечтать о будущем, поскольку это придает новые силы. Жить, однако же, следует только настоящим, полностью осознавая его.

Жить «здесь и сейчас» – таков призыв (совет) всех мудрецов, хотя люди чаще всего живут или прошлым, или будущим. Митрополит Антоний Сурожский образно раскрыл типичное ощущение текучести времени современным человеком: «Мы все находимся во власти времени, но по своей вине, время тут ни при чем. То, что время течет, и то, что мы куда-то спешим, – две совсем разные вещи. Спешить

– это внутреннее состояние; действовать же быстро, точно, метко – это дело совсем другое. Примером возьмите вот что: бываешь на каникулах в деревне идешь себе по полю быстро, бодро, живо и никуда не спешишь, потому что спешить некуда; а иногда видишь: человек несет два чемодана, да еще три куляка и страшно спешит, – а движется, как улитка. Поспешность заключается в том, что человек хочет быть на полвершка перед собой: не там, где он находится, а все время чуть впереди».

*Восприятие времени зависит во многом от того содержания, которым оно наполнено.* Если прошедшее время в воспоминаниях, заметил С.Л. Рубинштейн, – кажется нам тем более длительным, чем оно было богаче событиями, и тем короче, чем более оно было пустым, то в отношении текущего времени наоборот: чем оно беднее событиями и чем однообразнее его течение, тем более длительным «тягучим» оно является в переживании; чем богаче и содержательнее его заполнение, тем незаметнее оно протекает, тем меньше кажется его длительность».

Кроме того, на субъективное восприятие течения времени влияет и эмоциональный фактор. Так, время ожидания желательного события в непосредственном переживании томительно удлиняется, и нежелательного – мучительно сокращается. В первом случае время никогда не течет так быстро, как хотелось бы, во втором – оно всегда протекает слишком быстро.

Эмоциональный характер переживаний сказывается и в том, что время, заполненное положительными для нас событиями, сокращается в переживании, а отрицательными – удлиняется. Как говорит Ромео у Шекспира, грустные часы длинные.

Насколько необычайно долго длился день в детстве, настолько быстро проходит день взрослого человека. Казалось бы, море изобретений должны нам принести много свободного времени, но мы, напротив, задыхаемся от недостатка его, как от недостатка кислорода. В чем причина? Люди давно открыли, что существует два

отсчета времени: внешний и внутренний. Первый – это календарное время, имеющее объективный процесс изменения и принятое за эталон в квантовых часах – специальном устройстве для измерения времени. Роль маятника играют в нем атомы, частота излучения которых при переходе их с одного уровня энергии на другой приближается к абсолютной стабильности (погрешность 10–11 – 10–13). Квантовые часы, основанные на атомной секунде, позволяют измерять время точнее, чем астрономические методы, например, наблюдением обращения Луны вокруг Земли.

Внутренний отсчет – это время, переживаемое и осязаемое нашей душой, т.е. тем ритмом жизни, в котором мы пребываем. Это время субъективно, и чем больше вещей и явлений занимают внимание человека, тем меньше время расходуется на усвоение каждого нового элемента мироздания. *Человек в состоянии переработать ограниченный объем информации, избыточная же информация ускоряет переживания души, делает эти переживания поверхностными, а многозаботливую жизнь все более напряженной.* Без разумного сокращения своих телесных и душевных потребностей, без наведения порядка в желаниях и делах мы изматываем свое физическое и душевное здоровье.

Современный человек полностью захвачен множеством своих желаний и устремлений, так что у него не остается сил ощущать самого себя. Причина такого невнимания человека к самому себе, к миру кроется в напряжении самой жизни, расписанной по минутам. Кроме того, наше внимание дробит и рассеивает огромный поток масс – медийной информации, который во много раз превышает возможности людей воспринять и усвоить ее. Вот почему мы не можем жить «здесь и сейчас», т.е. в моменте текущего времени, а живем или в будущем, или в прошедшем, переживая их не в реальности, но только в ожидании или воспоминаниях. Чтобы стать самим собою, человек должен осознать состояние своего внутреннего мира, оценить это состояние и, приложив сво-

2.6. Время в нашей жизни и труде (продолжение)

бодную волю, повлиять на него.

Однако ставшая привычной рассеянность ума не позволяет вниманию сосредоточиваться именно на том, что выполняется в данное время. Привычные действия выполняются механически, а рассеянная мысль блуждает по обрывкам воспоминаний и нерешенным проблемам. Не то что жить в постоянном ощущении своего внутреннего мира, но даже изредка современный человек отвык заглядывать в себя.

Антоний Сурожский предложил два упражнения: «Первое, очень простое: когда нечего делать, когда время есть, сядьте на пять минут и скажите себе: я сейчас сижу, ничего не делаю, и делать ничего не буду в течение пяти минут, я только есть. И увидите, что это удивительное чувство, потому что мы очень редко обнаруживаем, что «я есть», мы почти всегда ощущаем себя как часть какого-то коллектива и частицу по отношению к окружающим...

После того как вы научитесь, когда нечего делать, ничего не делать (чего, вероятно, никто из вас по-настоящему не умеет), учитесь останавливать время, когда оно бежит. И когда вам кажется, что без вас мир не устоит: «Вот, если я не сделаю, все начнет рушиться, мироздание поколеблется», – вспомните, что без вас две тысячи лет существует христианство, не говоря о Вселенной, которая давным-давно существует до нас – и отлично существует. И научитесь останавливать время...»

Остановка времени в момент занятости захватившим нас интересным делом научит преодолевать рассеянность ума и возвращать свое внимание внутрь собственного существования. Это вовсе не означает прекращение контакта с внешним миром. Все, что человек говорит и делает, он выносит из глубокого осознания себя, своего состояния и при этом остается в глубоком внутреннем покое. Названные аскетические упражнения научают подлинно быть собой и в итоге управлять собой.

**Эффект мелочей.** Воспитание уважения к своему времени начинается с

**понимания так называемых мелочей.** Человек, глядящий вдаль и представляющий великую цель, может споткнуться на своем пути, если не будет обращать внимания на то, что попадает ему под ноги. Главное – научиться отличать (не без помощи интуиции) существенные мелочи от действительно малозначащих. Эффект первых заключается в том, что они иногда могут оказаться тем «золотником», который повлияет на результат всей работы.

Особенно ощутим эффект мелочей в повторяющихся работах, когда какая-нибудь деталь в организации рабочего места (неудобное размещение источников информации, недостаточное освещение или несоответствие высоты стола и стула) будет постоянно отражаться на качестве труда.

Все в человеке укореняется, начиная с самого малого. Повторяющиеся мелкие дела ведут к образованию привычек, которые начинают приобретать великую силу над человеком и поработают его волю. Сознание и воля человека могут образовать добрую привычку, например, по окончании работы очищать инструмент и прибирать рабочее место. Но печально другое – в нас с легкостью приживаются не добрые, а недобрые привычки. Еще пророк Иеремия спрашивал своих современников: «Может ли Эфиоплянин переменить кожу свою и барс – пятна свои? Так и вы можете ли делать доброе, привыкнув делать злое? (Иер.13, 23)

Рассказывают, что Платон увидев человека, игравшего в кости, сделал ему упрек за это. Тот отвечал: «Мы ведь играем по маленькой». «Но привычка не бездельца», – возразил философ. Кто поддался какому-нибудь малому влечению, тот почувствует, как узел будет затягиваться все туже и туже и последствия дальнейшего падения на этом пути трудно предвидеть. Но любое зло легко предупредить в начале, иначе упустить огонь – не потушишь. Сколько раз малая свеча или непогашенный окурок из-за беспечности становились причиной страшных бед.

**Сегодняшняя мелкая деталь – это нередко, по сути, будущее.** Жизнь челове-

ка зарождается из едва заметной клетки. Самое большое дерево происходит из малого семени. Так и в делах человеческих – все великое и хорошее, и плохое начиналось когда-то с малого. Если родители будут невнимательны к дурным мелочам у детей, а руководители – у подчиненных, то эта зараза, как крапивное семя, быстро размножится и для преграждения пути ее потребуются огромные усилия. Так что **деталь – это абсолютно все, это не мимолетная случайность, а принцип мышления, который при повторении закрепляется.**

Еще в начале тридцатых годов прошлого века директор центрального института труда А.К. Гастев писал, что мы ведем себя так, как будто земля стонет под тяжестью амбаров. Нам вовсе не некогда, мы не спешим. При каждом вопросе, даже архислужебном (ясно относящемся к прямой обязанности работника – А.Т.), мы, прежде всего, даем реплику: «А?», «Что?». И первой мыслью является вовсе не действие, а попытка отпарировать усилие и действие. «А может быть это и не надо»... Словом, вместо простых слов: «слушаю», «Да», «Нет», – целая философия; недаром у нас в России так много философов и психологов. Быть может, **это обратная сторона пассивности, неповоротливости.** Быть может, **эта философская загроуженность – просто путанность, неряшливость мыслей.**

«Бытовая неряшливость, – поясняет далее создатель ЦИТа, – наше главное зло. «Это мелочь, это пустяк, это поверхностно – требовать, чтобы стол был чистый и бумаги в порядке», – говорят столичные, уездные и деревенские россияне, все время разрешающие мировые вопросы. Каждая аккуратность и требовательность – это «бюрократизм», – говорят неисправимые декаденты (пропитанные настроениями безнадежности – А.Т.), не представляющие даже, что в Европе и Америке уже есть миллионная армия бюрократов, работающая с точностью до минуты, что рабочие и заводская администрация входят и выходят в ворота тысячными толпами в течение 5 минут, что вся трудовая Европа

2.6. Время в нашей жизни и труде (продолжение)



без гудков и звонков ложится спать в 10 час., в 6 час. утра уже покупает газету и садится на рабочий поезд.

Пора же, пора нам спохватиться!»

После описываемых событий прошло три четверти века. Изменилось ли в сознании нового поколения отношение к культуре труда, стали ли мы более организованы в жизни и труде? Не может быть и речи о сопоставлении знаний о мире сегодняшнего жителя и наших недавних предков, которые по сравнению с ним – это ученики младших классов. Однако что касается прилежания, организованности, ответственности, то в славянской душе нераскрытых резервов в названных проявлениях хоть отбавляй. По-прежнему большая часть в общем сознательных дел облеплена десятками и сотнями, так называемых, недоделок, т.е. мелких, но очевидных работ, выполненных небрежно и неаккуратно.

А что происходит в коллективном труде, если каждый начнет немного недорабатывать, совершать, казалось бы, мелочные отклонения от нормативных требований к своей части работы? Чем «тоньше» производство, тем менее вероятным представляется подобное положение, тем выше должна быть культура труда. Невозможно вообразить, что в микроэлектронном изделии какие-либо детали могут быть дефектными.

**Эффект мелочей открывается только наблюдательному человеку.** Например, многие слушают и не слышат едкий скрип двери в рабочем помещении,

но лишь один задумается, каким образом устранить шумовую помеху. Немало будут смотреть на камень, лежащий на пешеходной тропе, но лишь один увидит его и уберет с дороги. И такое соотношение между людьми, безразличными к мелочным помехам и равнодушными к ним будет сохраняться до тех пор, пока с детства в семье и школе растущему человеку не начнет прививаться, во-первых, трудолюбие, во-вторых, любовь к аккуратности, чистоте и порядку.

Естественно, что в оценке мелочей следует исключать крайности – от полного пренебрежения до захватывания ими. Любого из нас подстерегает немало соблазнов на мелкие приятные расходы времени – выпить чашку кофе, почитать занимательную информацию, погрузиться в кроссворд и т. п. Поддавшись соблазнам, потом удивляешься, куда девалось время. Зная, что делать, надо приступать к делу сразу же, не затягивая. **Особенно драгоценна в работе первая половина дня, как самая продуктивная.** Часть нашей программы самодисциплины и экономии времени именно и должна состоять из того, чтобы научиться отделять второстепенное от главного и говорить «нет» различным соблазнам. Так можно избежать дел, которыми мы никогда бы не занялись по своей воле. Кроме того, мелкие, не требующие большого напряжения ума и рук дела, можно выполнять во время поездок и ожиданий. Это дает возможность намного увеличить свое производительное время, используя его полнее.

Иногда можно встретить пожелание: не позволяйте потреблять себя. Это означает в первую очередь: не позволяйте другим людям вовлекать себя в пустое времяпровождение, т.е. «съедать» самое ценное, что есть в вашей жизни – это время жизни. Истинно, мы ничем не владеем в этом мире (владение материальными богатствами мнимо: все становится негодным и разрушается), только над одним мы полные властелины – над нашим временем. **И чем больше мы способны управлять своим временем, тем более мы свободны от соблазнов внешнего мира. Про-**

**водите время с тем, кто может сделать вас лучше, или с тем, кого вы можете сделать лучше.**

Не рассматривая подробно проблемы расходования свободного времени, отметим ряд предложений.

1. Не предаваться каким-то занятиям только потому, что так делают другие.
2. Быть разборчивым при выборе «отдыхательной» информации.
3. Лучший отдых – или смена деятельности, или пребывание на природе вдали от городского шума, загазованности и накопления отрицательной психической энергии.

С. Смайлс в своей книге о саморазвитии обращает серьезное внимание на повседневную жизнь человека и придает огромное значение мелочам, из которых она складывается. Прежде всего он подробно изучает качества делового человека. По его мнению, практичность отнюдь не исключает ни гениальности, ни возвышенности стремлений. Вся жизнь как отдельного человека, так и всего человечества, складывается из мелочей, поэтому внимательное отношение к ним столь же необходимо, сколь и добросовестное исполнение обязанностей, семейных и общественных. Нередко приходится слышать: «Стоит ли думать о таких пустяках?» Но оказывается, что эти «пустяки» составляют саму основу жизни и требуют гораздо большего внимания и умения, чем то, что кажется человеку чрезвычайно важным. С. Смайлс приписывает великие результаты, достигнутые гениями, исключительно их необычайной деловитости, тому, что они ничего не считали маловажным и относились ко всему одинаково внимательно.

Однажды Микеланджело стал объяснять посетителю, какие изменения он сделал в статуе со времени последнего посещения студии. «Я слегка выделил эту часть; а вот эту сгладил; этот мускул я оттенил иначе; придал иное выражение складке губ, больше энергии этому члену». – «Но, ведь, это мелочи», – заметил посетитель. «Очень может быть, – сказал

2.6. Время в нашей жизни и труде (продолжение)

скульптор, – но из этих мелочей образуется совершенство, а совершенство не мелочь». Так что не пренебрегайте малыми результатами. Кто может измерить их последствия? Малые детали иногда могут определить ход больших событий. Например, в известном стихотворении С. Маршак говорится, как при ковании коня в подкове не хватило одного гвоздя. Эта мелочь не прошла бесследно и потянула за собой трагическое развитие всех последующих дел: на этого коня сел командующий и в момент битвы лошадь захромала, командир был убит, войско потерпело поражение.

Вполне возможно, что кто-то из читателей горячо воспримет улучшения своей жизни, своего труда и попытается не в мелочах, а сразу в чем-то большом с поспешностью преобразить. Стремление тут же измениться связано с желанием тут же возгордиться успехом, но малейшая неудача у такого торопливого приведет к его разочарованию. Пыл охлаждается так же быстро, как и воспламеняется. Вместо импульсного порыва реформировать все и вся следует вначале разобраться, на что и в какой мере тратиться наша жизнь. Единственный путь к такому знанию –

учет своего времени. Как говорили призывы на российских заводах и фабриках в начале прошлого века, не разглажьтесь о больших делах, научись владеть малым делом и малым временем. *Настоящим хозяином любого дела может стать только тот, кто почувствует себя хозяином своего времени.*

После стихийного характера жизни, после хаотического расходования времени большей частью на подвернувшиеся, а не на продуманные заранее дела, трудно начинать с детального учета своего времени. Если мы научимся учитывать, на что в основном расходуется каждый день, то это одно уже стало бы огромным достижением. Лишь почувствовав итоги целодневных забот, можно переходить к часовому учету времени, а затем к получасовому или даже 10-минутному, когда мы «сфотографируем» свою занятость различными делами с точностью до 10 мин.

В условиях поточного производства осуществляется даже микроэлементный учет, когда хронометром отмечается продолжительность сборочных операций с точностью до 1 сек. и менее. Уважаемый читатель, не спешите квалифицировать такие стремления ловлей насекомых. Предста-

вим конвейер по сборке часов или других точных приборов, на котором работники выполняют многие тысячи повторяющихся операций. Едва заметная экономия на каждой из этих операций в итоге даст ощутимую прибавку к объему сменной производительности сборочного цеха.

Так проявляется эффект «мелочей» во всей нашей жизни.

**Рабочий день специалиста.** В принципе все издержки в труде можно измерить через время. Например, объем работы, выполняемый в единицу времени, или время, необходимое для изготовления единицы продукции. Анализ принципиальной структуры затрат рабочего времени (рис.) показывает две цели в организации труда:

- 1) максимальную отдачу на участке «работа» путем исключения непродуктивных затрат труда (интенсивный путь повышения производительности);
- 2) увеличение времени работы в рабочем дне за счет сокращения до минимума потерь рабочего времени (простоев, ожиданий и т.п.). Это экстенсивный путь.

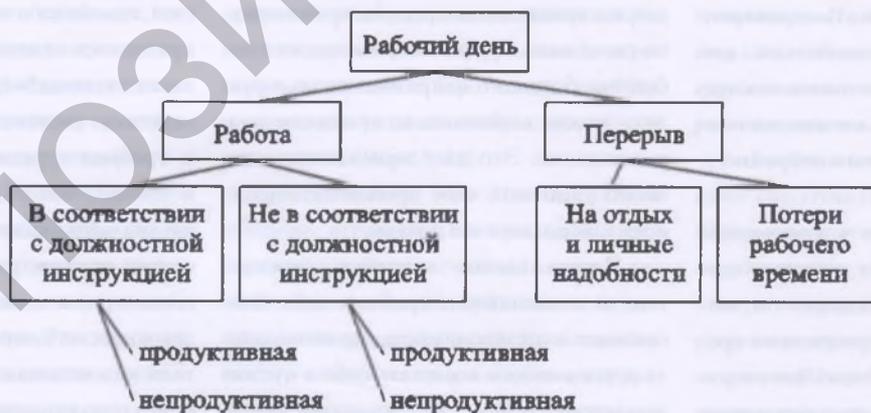


Рис. — Структура затрат рабочего времени

Внедрение в производство достижения науки и техники, совершенствование технологических процессов требует все более квалифицированного труда. В этих условиях управление становится сложнее и соответственно возрастают требования

и к руководителям, и к персоналу. Появляется потребность не только в высокой профессиональной эрудиции работников, но и в совершенствовании их нравственных качеств. Например, микроэлементное производство не допускает малейшей не-

аккуратности, небрежности и безответственности в работе.

*Чем бы мы ни занимались, высокой отдачей в труде можно достигнуть лишь при бережном отношении ко времени, сознательном и строгом его ис-*

2.6. Время в нашей жизни и труде (продолжение)



**пользовании.** Даже те, кто обретает смысл жизни в созидательном творчестве, успевают сделать за свою жизнь лишь малую долю желаемого.

Так, Ньютон, который, по словам Лейбница, сделал в математике «более половины всего того, что сделано всеми остальными математиками мира», сказал незадолго до своей смерти: «Мне всегда казалось, что я похож на маленького мальчика, играющего ракушками на берегу моря, а весь океан знания, нетронутый, расстилается передо мною». И это заявил тот, кто постоянно регламентировал свой труд и весь жизненный уклад. И в этом одна из основных причин исключительной работоспособности великих людей. Свойственная им привычка жить организованно, работать с радостью, экономно расходуя жизненные силы и время – прекрасный пример для подражания любому из нас.

Вот несколько примеров того, на какие цели тратили свое время жизни великие люди.

**РУБЕНС.** Вставал в 4 утра, работал до 4 вечера, а в это время наемный чтец читал ему Плутарха, Сенеку, Тита Ливия.

**ВЛАДИМИР ВЕРНАДСКИЙ.** Работал по 10-12 часов в сутки.

**ЕКАТЕРИНА II.** Вставала в 5 утра, и ее рабочий день длился 12-14 часов. Ее правнук Александр III по 15 часов проводил в своем кабинете в Гатчине.

**БАЛЬЗАК.** На целые месяцы запирался в доме, как одержимый писал по 18 часов кряду, не выходя на улицу, не при-

нимая никого, даже лучших друзей.

**ПИКАССО.** До 80 лет стоял за мольбертом по 18 часов в сутки и говорил: «Я никогда не устаю».

**ИСТОРИК СОЛОВЬЕВ.** Для него не существовало ни выходных, ни праздников, на сон он тратил не больше семи часов.

**МАРГАРЭТ ТЭТЧЕР.** Никогда не спала больше 4-5 часов, а иногда всего час-два, чтобы за счет сна сделать прическу.

**ЭДИСОН.** Однажды, чтобы решить какую-то проблему, закрылся с сотрудниками на 60 часов без еды и питья. Обычно же он работал по 18 часов в сутки и лишь в 75 лет сократил это время до 16 часов.

**ГЕНРИ ФОРД.** Сам яростно работал и не терпел бездельников, увольняя их безо всякой жалости. Однажды он нанял специалиста по вопросам организации труда. Специалист отметил отличную работу всех сотрудников за исключением одного человека, сказав: «Сколько бы раз я ни проходил мимо, он всегда сидит, закинув ноги на стол и глядя в потолок». Форд рассмеялся: «Этот человек однажды подал нам такую идею, которая сэкономила миллионы долларов. И в этот раз, насколько помню, его ноги занимали точно такое же положение!»

В парадоксальной шутке, что всякое дело становится трудным, если у нас много свободного времени, таится большой смысл. Человек начинает концентрировать духовные и физические силы, как правило, в условиях ограниченного времени, когда, по известному замечанию, промедление смерти подобно. Хотя и располагая достаточным временем, но напряженно и быстро работают только волевые, целеустремленные люди; те, кто осознал величайшую ценность продолжительности земной жизни. Одно из убедительных подтверждений обладания человеком сильной воли – во-первых, сохранение спокойствия в сложных ситуациях, во-вторых, отсекание всех дел, которые он считает ненужными, пустыми, бесполезными несмотря на их соблазнительность.

Экономия времени только тогда начнется в полном смысле этого слова, когда

мы перейдем от учета времени к составлению плана на день, а от дневного плана к плановой системе жизни, т.е. к выбору краткосрочных (сделать мелкий ремонт в доме) или даже долгосрочных целей (выучить иностранный язык), на достижение которых сознательно направлять основные силы.

Установка на экономное расходование времени есть настроенность на определенный ритм в главных жизненных проявлениях человека, - работе, отдыхе, питании, сне. До сих пор несмотря на высокий уровень образованности мы в большинстве своем остаемся невежественными в понимании того, как лучше жить и работать. **Сколько простых вещей, экономящих или восстанавливающих наши жизненные силы, остаются в полном пренебрежении.** Например, культура питания с максимально продолжительным жеванием пищи и перевариванием ее наполовину уже во рту. Или двигательная культура, освежающая и оздоравливающая все клетки тела. Энтузиасты улучшения жизни людей, захваченные революционными идеями, выдвинули в начале XX века лозунг: человечество научилось обрабатывать вещи, наступила пора тщательной обработки самих себя!

В бесчисленных книгах говорится о том, на какие дела лучше всего тратить свое время, чтобы на склоне лет не предаваться горьким сожалениям. Приведем пространную выдержку из сочинения «В свете истины»: «Какая польза в том, что человек в течение всей своей земной жизни стремится как можно точнее узнать, когда именно возникла тварь, именуемая мухой и как долго она предположительно еще будет пребывать на Земле. Эти и многие другие подобные им вопросы, судя по всему, очень важны с точки зрения человеческого знания. Спросите же себя, кому в действительности приносит пользу такой ученый? Лишь своему тщеславию и ни единому человеку в мире!..»

Проверьте как можно серьезнее одно занятие за другим с точки зрения содержащихся в нем Подлинных Ценностей. При этом все происходящее сегодня

## 2.6. Время в нашей жизни и труде (окончание)

предстанет перед вами в виде бесполезного карточного домика. Дарованное вам ради вашего развития земное время воистину слишком драгоценно, чтобы безнаказанно пожертвовать на это хотя бы один-единственный час! Вы предаетесь тщеславным забавам, в которых нет ничего такого, что могло бы и в самом деле возвысить вас, ибо все это пусто и лишено внутренней жизни».

И далее, с позиции духовного развития автор предлагает каждому из нас, над чем бы мы ни трудились, спросить себя, какую пользу приносит наша работа нам самим и другим людям: «Человеку нет никакой пользы в том, что он – самый быстрый бегун, умелый боксер или отважный гонщик. Точно так же бесполезно и знание того, появилась ли лошадь на Земле раньше или позже мухи. Такое воление устремлено к одному лишь смехотворному тщеславию! Оно не приносит человечеству ни блага, ни прогресса, ни пользы. Напротив, оно лишь побуждает к расщепительству земного времени».

*Уважаемый читатель, если вы вдруг задумались, как обращаетесь со своим временем, вначале присмотритесь, не придерживаетесь ли вы в постели перед тем,*

*как встать, не тратите ли лишнее время на завтрак, не прекращаете ли работу чуть раньше, не ловите ли себя на том, что смотрите телепередачу, даже когда она не доставляет вам никакой радости, не удручает ли вас перед выходным днем то, как мало было сделано за неделю, не удивляет ли, что постоянно не хватает времени. Если хотя бы один из этих вопросов попадает в точку, значит, вы не задумываетесь, как расходуете, а точнее, растрчиваете свое время.*

*Но если вам самим не в радость бездарное времяпровождение, если вам хочется перестать всегда чувствовать себя в долгу перед прошедшими днями, если вы искренне стремитесь полнее использовать каждый световой час, значит вы готовы начинать подчинение себя времени.*

*Мы не предлагаем каких-либо правил, как беречь время. Каждый, сознательно вступив на этот путь, откроет свои резервы и постепенно начнет входить в такой мир, в котором время из постоянного противника превратится в могучего союзника.*

В заключение приведем известные и полезные каждому из нас слова:

Найдите время для размышлений – это источник силы.

Найдите время для чтения – это источник знаний.

Найдите время для молитвы – это величайшая сила на земле.

Найдите время любить и быть любимыми – это привилегия, данная человеку Творцом.

Найдите время творить добро – это путь к счастью.

Найдите время для смеха – это музыка души.

Найдите время отдавать – день слишком короток, чтобы быть эгоистом.

Найдите время для работы – это гарантия успеха.

Трудно найти человека, который бы не огорчался, что не успевает сделать многое из задуманного, что постоянно не хватает времени. **Чтобы успевать делать большее в меньшее время, требуются два условия: организованность и самодисциплина.** Выработать в себе названные качества можно лишь искренне желая этого и прислушиваясь к опыту людей, которые прошли трудный путь познания очевидных истин.