

18+



ПУСТИТЕ СЛОНА НА ТАНЦПОЛ

Сергей Сахар



Сергей Сахар

Пустите слона на танцпол!

**Все дела не переделать,
но стремиться к этому нужно!**

<https://litres.ru/74302184>

ISBN 9785007085380

Аннотация

НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ.

Четыреста страниц пролетели как пуля. Автор ставит читателя в позицию: «ща будет не как у всех» — и выполняет обещание. Искрометным юмором он высмеивает потуги тайменеджмента «управлять временем». Взамен на полном серьезе предлагает «управлять действиями», презентуя авторскую адаптацию буржуйского GTD и Zettelkasten к российским реалиям в авторской версии «Электронного Мозга». Танец со слоном способен вывести из транса поколение, придавленное стрессом. Он пришелся бы по вкусу даже Прусту.

Книга содержит нецензурную брань.

Содержание

INTRO	6
DISCLAIMER	17
ГЛАВА ПЕРВАЯ	21
КРАСКИ СГУЩАЮТСЯ	23
КТО УКРАЛ ТВОЮ ЗВЕЗДУ?	28
МИРОМ ПРАВИТ ИНФОРМАЦИЯ	34
ACHTUNG — ACHTUNG	38
ВОССТАНИЕ МАШИН	42
FRAZZLE	49
ПАРАДОКС ВЕКА	60
ДОИГРАЛИСЬ	63
ГЛАВА ВТОРАЯ	65
ГДЕ МОЙ ДОМКРАТ?	67
РОУТЕР	74
ПЯТЬ ПУЛЬТОВ	77
ДИВАН НА КОЛЕСАХ	79
ЦЕНА ПОРЯДКА	82
ЭНТРОПИЯ ТВОЮ МАТЬ!	86
ГЛАВА ТРЕТЬЯ	91
ОХ УЖ ЭТИ ПРОГНОЗЫ	97
МАЛОВАТО БУДЕТ	99
ТОТ САМЫЙ ГЕШТАЛЬТ	103
ПЛАНИРОВАТЬ НЕЛЬЗЯ НЕ	110

ПЛАНИРОВАТЬ	
ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ	114
Конец ознакомительного фрагмента.	117

**Пустите слона на танцпол!
Все дела не переделать, но
стремиться к этому нужно!**

Сергей Сахар

Иллюстратор Сергей Сахар

Дизайнер обложки Сергей Сахар

© Сергей Сахар, 2026

© Сергей Сахар, иллюстрации, 2026

© Сергей Сахар, дизайн обложки, 2026

ISBN 978-5-0070-8538-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

INTRO

*«Когда одолеешь определённое количество
порядочной литературы, оказывается, что
таковой больше не осталось. Приходится писать её
самому»*

(Чарльз Буковски)

Этому чтиву сказочно повезло. Его строки сумели протыкаться сквозь мощные заслоны других книг, отвлекающих тебя от важного. Ты обратил своё внимание, а значит, кто-то у нас тут везунчик. Одни люди нуждаются в организованности, другие — нет. Думаю, учитывая всех и вся, ты, мой читатель, на деле из тех, что «да». Как и я. Со временем начинаешь распознавать своих. Потому-то мы и встретились. Лови книгу о том, как разложить жизнь по полочкам, а заодно улучшить её качество, управляя своим вниманием таким образом, чтобы ты мог спокойно надрывать жопу над важными делами.

С тех пор как Кирилл с Мефодием придумали русские буквы, а патриций Иоганн Гутенберг изобрёл печатный станок с подвижными литерами, люди поделились на два лагеря: на тех, кто читает книги, и тех, кто слушает тех, кто читает. С прискорбной радостью сообщаю, что и во мне проснулась тяга к писательству. Если серьёзно, она, наверное, была во мне всегда, но много лет дремала в засаде и никак себя

не проявляла — как туча в небе, которая может разразиться ливнем, а может и не разразиться. Сначала я только читал, позволяя себе поглощать дополнительные порции будущего, и русская литература чуть не потеряла шанс быть мною опозоренной. Но с недавних пор я переметнулся к книгоделам, и теперь ты легко можешь выбрать любую из моих книг, которую захочешь вскоре почитать. Но пока — только эту.

ПЕРЕФРАЗИРУЯ Ван Гога, я решил писать как можно больше, чтобы заткнуть внутренний голос сомнений. ¹Обычно у писак всегда возникает желание написать следующую книгу в тот момент, когда только закончил предыдущую. Я же попробую сделать всё через жопу: не дописав одну, возьмусь за третью. Иначе говоря — внутри у меня прямо какая-то птицеферма возродилась. Снесла курочка яичко, а оно превратилось в новую курочку, которая тоже снесла яичко... Так и плодятся мои идеи.

Мне нравятся буквы и слова. Мне нравится их соединять. Ну, это не так уж трудно, наверное, потому что все слова уже придуманы до меня, и я сэкономил время, ведь достаточно было их просто расставить в другом порядке. Как будто разрозненные мысли выстраиваются в очередь для высказывания вслух. Слова сыплются из меня, как град, и некоторые, как град, оставляют вмятины. Они всегда имели смысл в ми-

¹ В оригинале слова Винсента Ван Гога звучали так: «Когда что-то в тебе говорит: „Ты не художник“, тотчас же начинай писать, мой мальчик, — только таким путём ты принудишь этот внутренний голос замолчать».

ре, который его не имел.

Нормальные люди в писатели не идут. Поэтому я сразу понял, что тут я сгожусь. Так что мне ничего не оставалось, как просто терпеть и молиться, чтобы Всевышний сделал меня писакой. На моём месте мог оказаться кто угодно, но так случилось, что оказался именно я. То поначалу было не все-рьёз, как бы понарошку — вроде кошачьей возни или драки на улице в боксёрских перчатках. Но жажда писать уже не дремала в засаде, поджидая своего часа. Она вышла из тени.

И теперь, как любой новичок, дорвавшийся до творческой суеты, я пребываю в постоянном восторге сам от себя, демонстрируя всем свои ещё не расхватанные на цитаты строки. Увы, никто не смотрит на меня так, будто я лауреат чего бы то ни было. Да я и не пытался переплюнуть титанов, писавших про «Войну и мир». Небывалая толщина трёхтомника защищает его от опасности быть прочитанным. Ну да, я и не Шекспир, а кому на птичьем рынке нужен лишний дя-тел? Не спорю, моему творчеству не хватает полноты, как и моему лицу, но тем лучше: чёрную икру не жрут ложками.

То, что я сейчас делаю, нельзя назвать попыткой восстано-вить утраченное всеми спокойствие или излечить коллектив-ное помешательство. Просто я пытаюсь отвязаться от чув-ства, что начал важное дело — и так и не довёл его до кон-ца. Я сидел на диване, наблюдая за словами, танцующими у меня в голове. Они всегда танцевали для меня, даже в самые неподходящие моменты. Я весь раздулся от нетерпения на-

чать разговор или, по крайней мере, монолог, полагая, что это одно и то же. Ибо я не мог допустить, чтобы моим идеям суждено было исчезнуть из жизни, так и не произведя в ней переворот. Да что там. Даже не оцарапав её всерьёз рикошетом.

Есть сказочники, способные породить нечто действительно грандиозное на пустом месте. Я не из их числа. У меня другой дар — делать жизнь проще. Хотя я и не одарён с рождения чутьём к тренд-споттингу,² но в этот раз кожей чувал, что зарождается нечто, обещающее в скором времени перерасти в хит. Мне взбрело в голову обнародовать инструмент, который способен справляться с делами, как терминатор (спойлер для тех, кому лень читать книгу полностью, но хотелось бы узнать что-то важное в самом начале).

Мой внутренний локатор засёк очередную многообещающую возможность, и я катапультировался с головой аккуратно в самую гущу. Долгое время я задавался вопросами продуктивности, и моё «мини»-исследование захватило меня с головой, а позже вылилось в целую книгу. Самой трудной частью написания была умственная гимнастика, которую я должен был выполнить, чтобы не застрять в собственных предположениях о том, что именно пытаюсь донести до читателя.

Моей целью было откалибровать повествование ровно по

² Трендспоттинг — технология, позволяющая выискивать тренды на ранней стадии, прогнозировать их рост и интегрировать в актуальные задачи

той незаметной линией, которая отделяет сказочный абсурд от условной реальности, чтобы моё чтение не показалось тебе такой сюрреалистической сказкой, нашпигованной узнаваемыми деталями. Пришлось разделить книгу на несколько частей: вначале я тщательно демонстрирую проблемы, из-за которых жизнь стала невыносимой, затем перехожу к детальному обсуждению философии цифрового минимализма и аргументирую, почему именно это решение является верным. Здесь ты не найдёшь сентиментального и туманного оптимизма. Впрочем, моя книга не даёт и бестолковых советов о том, как исправить твою ущербность. В ней рассказывается о том ненужном «багаже» в голове, который продолжает приводить тебя к плачевным результатам, и о том, как вытащить себя из непродуктивной пустыни.

Тема **завершения дел** и преодоления трудностей всем интересна, ведь тот, кто решает проблемы, всегда чувствует себя важным. Однако я далёк от того, чтобы считать, что несведущему не нужно знать, как доводить «зудящие» дела до финиша, и я не так жесток, чтобы запрещать человеку почесать то место, где чешется. У меня появилась возможность создать для чутко реагирующей аудитории что-то нужное на горячую тему. Я понимал: если дам маху, то второго шанса мне никто не даст. Но сразу оговорюсь, что я и не думал становиться очередным наводнением чего-то-там-такого, что уже было. Я хочу быть Сергеем Сахаром, а не Сергеем Одним-Из. Потому что бывает, что закоренелый макула-

турный писака вдруг так влюбляется в свою идею, что начинает гореть, мчаться во весь опор, бредить и писать прямо от сердца, вопреки всем и всему.

Теперь я хотел бы повесить на стену ружьё, которое обычно появляется в начале пьесы, чтобы неожиданно пальнуть в самом конце. Это прозвучит пафосно, но кто-то же должен в ближайшее время обнародовать инструмент для наведения порядка в утомлённых головешках. Люди долго плыли по течению, их головы всё ещё пребывают в цейтноте, но это не может продолжаться бесконечно.

Я не пытаюсь воскресить идеи «управления временем». И пусть не обижаются на меня классические пересказчики тайм-менеджмента, уверявшие всех, что их трактовка единственно правильная. Вернее, так предполагалось в теории. К сожалению, на их словесный костёр я безжалостно помог, когда показал облегчённые тропы. Я не хотел их позлить, случайно просто повезло! Гюго так объяснял, почему не читает конкурирующих авторов: «Коровы не пьют молока», а я говорю: «Их молоко прокисло». Ведь накарябанное мной в миллион раз прикольнее, чем всё, что они смогли накарябать. Моя затея остаётся прежней: написать такую книгу, по сравнению с которой тайм-менеджмент покажется чем-то устаревшим.

Так для кого моя книга? Конечно же, для молодых и сильных. Старость и так не в радость, и мне кажется, было бы не слишком порядочно заставлять пенсионеров читать исклю-

чительно из любопытства. Ты упал на вусмерть и всё равно видишь, что сделано недостаточно. Моя книга для тех, кто много стрессует, но хочет жить спокойнее. А также для тех, у кого и так всё в порядке.

Предоставляю тебе множество возможностей в одном флаконе проекта «Кибер Мозг» для адаптации вместимости собственной головы к нескончаемому потоку информации — так сказать, инструмент для переключения передач на гипергалактический режим. Под этой метафорой я имею в виду фантастическое расширение твоих границ. А если в трёх словах, это: **КОНЦЕПЦИЯ БЕЗНАПРЯЖНОЙ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ**.

Почему я написал первое слово заглавными буквами? Потому что оно ни в какие рамки не лезет. Оно не в своей тарелке.

Я как-то не очень люблю наполненный туманными определениями и непонятной терминологией усложнённый нарратив письменности, демонстративно изобилующий формализованно-прерогативно образованными дефинициями, интегрирующими неординарный гипертрофированный материал, аспективно разложенный когнитивно понятными терминологическими субстратами, соответствующими базовой информированности ознакомляющегося с ними субъекта. Да-да, вот именно потому...

Джеймс Джойс намеренно создал «Улисса» ³самым слож-

³ Роман «Улисс» отличается запутанным языком, структурой и нескончаемым

ным текстом в мире — кому-то даже нравится. Но лично я не преследую цель в каждой моей новой книге поиздеваться над читателем сильнее, чем в предыдущей. Да и на сложности у меня давняя аллергия. А может, ещё и потому, что при слове «концепция» у меня трескаются губы. К тому же будет честнее выражаться понятными словами, нежели шутить на языке Эзопа. Большинство людей и так смотрят на книги так, будто они на санскрите. А те из них, кто всё-таки читает и нарывается на заумное словцо, уверены, что это какой-то ужасно скучный вирус, и тут же выбрасывают книгу на помойку, боясь заразиться. Я ещё сдерживаюсь, чтобы не предсказать до сантиметра размер органа, на который пошлют такого автора.

Много лет проработав в рекламе, я привык, что ясность и простота изложения — это то, что притягивает людей к картинке, будь то журнал, билборд или диджитал-экран. Вот и я хочу, чтобы моя книга стала простым и вкусным, удобоперевариваемым сэндвичем с сыром и маслом, а не только с сыром и странно пахнущей наукообразной какашкой для избранных гурманов.

символизмом, что делает его практически нечитаемым. Джеймс Джойс задумывал, чтобы книга не стала бульварной и доступной обычному читателю, поэтому автор намеренно сделал текст невероятно сложным. Язык «Улисса» — это лабиринт лингвистических экспериментов. Джойс использовал различные стили, включая пародию, каламбуры, аллюзии, архаизмы и неологизмы, а также другие многоязычные элементы. Множество литературных форм демонстрируют лингвистическую виртуозность автора

Слово «концепция», а оно явно не входит в вокабуляр⁴ моей книги, поэтому его вместе со словом «вокабуляр» лучше отбросить как преграду, мешающую говорить с читателем на одном языке. И у нас остаётся то самое, та самая суть — старая, добрая, проверенная временем **«Система Безнапряжной Результативности»**. Вот о ней и пойдёт речь. А если всё-таки я не удержусь и с умничаю, исходя из собственной меры дурновкусия, то обязательно вставлю разъяснительную сноску, надеясь, что ты не выкинешь мою книгу.

Нельзя сказать, что это чтиво осязаемо и структурно, но при чтении у тебя обязательно возникнет желание растирать строки между пальцами. Ведь через них уходит мышечное напряжение и беспомощность, сквозь призму которой мы все привыкли смотреть на жизнь — с ощущением мучительной борьбы с Хаосом и с ненавистью к самим себе.

Эта книга — гид по максимизации результатов работы и минимизации сил, потраченных на неё. Этаким литературный эквивалент стремительно укорачивающегося бикфордова шнура. Любой праздношатающийся, который боится груды несделанных дел, при прочтении ощущает, как крепнет его готовность к войне с Хаосом и как Стресс отступает. Я не планировал стать падающей звездой. Однако, читая эту книгу, есть смысл загадать желание — оно обязательно сбудется.

Моя идея состоит в том, чтобы, убрав полутени, сфабриковать хранилище за пределами головы, способное дер-

⁴ Вокабуляр — словарный запас по определённой теме

жать на виду все недоделки. Суть метода в том, чтобы научиться без напряжения — в противовес вечному планированию времени и составлению бесконечных списков — максимально эффективно взаимодействовать с непрекращающимся потоком данных и перестать наконец испытывать экзистенциальную тошноту ⁵при взгляде на горы бесконечно откладываемых на потом, не до конца доделанных дел.

Давай начистоту: я сам раньше не отличался умением всё помнить и доводить дела до завершения, постоянно нервничал. Но теперь хитрый помощник помогает мне опираться на «костыль», который всё-таки позволяет оставаться спокойным и уверенно шагать по извилистой тропе непредсказуемости. До нынешнего момента и ты мог отмазываться как-нибудь, ссылаясь на непонимание и отсутствие удобного инструмента, но теперь пришло время ответить: желаешь ли ты дальше подрывать веру в себя и оставаться долбоёбом?

Этот вопрос — как пятно Роршаха:⁶ попроси своих знакомых ответить на него, и они все ответят по-разному. Но я-то знаю, каким путём ты сможешь прийти в мир, где у тебя всё получается, — с помощью апгрейда собственной головы. Решиться опорожнить свой мозг и выбросить всё лишнее

⁵ Экзистенциальная тошнота — выражение, ставшее распространённым после выхода в свет романа Ж.-П. Сартра «Тошнота», означает опыт контакта с внешней реальностью, вызывающий «химическую реакцию» отторжения, воспринимается как нечто предельно чуждое, приводящее в растерянность

⁶ Тест Роршаха — это проективный тест с чернильными пятнами, использующийся для психодиагностического исследования личности

вовне, чтобы реализовать свои задумки, — огромный шаг, дающий поразительный эффект.

— А можно ли быть организованным без перегруза?

— Можно!

— А можно ли всё помнить, быть в курсе того, что необходимо, и одновременно оставаться спокойным?

— Можно!

— А можно доводить свои дела до завершения?

— Конечно, можно!

— Слушай! А почему у тебя мат-перемат через слово?

— Да чаще не получается!

— А можно ли прочитать всю книгу и ни разу не улыбнуться?

— Попробуй! Тебе всё можно! Может получится...

— А почему с юмором?

— Не все зрители хотят серьёзного разговора на скучные темы. К тому же, когда ты поскальзываешься на банановой кожуре, смеются над тобой; но когда ты рассказываешь, как поскользнулся на банановой кожуре, то можешь посмеяться вместе со всеми.

Сергей Сахар

DISCLAIMER

*«Образованного человека вычислить несложно
— в его мате содержится смысл»
(Константин Балухта)*

Ахтунг, ахтунг! Ты находишься в зоне лексической турбулентности по шкале ханжества 18+! Я вынужден сообщить: данный текст страдает тяжёлой формой нецензурщины — помимо юмора, нет-нет да проскочит крепкое словцо, лежащее за пределами того, что люди именуют «красноречием». Я не всегда могу выражать сильные чувства, поэтому иногда приходится выражаться.

Однако, если ты из числа неженоек, чьи уши краснеют быстрее, чем помидоры на солнцепёке, рекомендую вооружиться солнцезащитными очками, берушами, валерьянкой — ну или сделать вид, что ты просто не заметил мата. А ещё лучше — захлопни книгу и пойди вышивать крестиком, поскольку я не могу гарантировать сохранность ментальной девственности твоих глаз. В русском языке односложные предложения недорого стоят. А вот когда присоединяется крепкая брань, тогда летят перья и пух. Я не первый, кто окропил литературу обценной лексикой,⁷ но допу-

⁷ Обценная лексика (от лат. obscenus — «непристойный, распутный, безнравственный»; также ругань, мат, нецензурная лексика, нецензурная брань, сквернословие) — табуированная (недопустимая) лексика

стиль подобное нахальство чисто для эмоционального усиления темы, а вовсе не для эпатажа.

«Я лучше вообще не буду снимать кино, чем снимать его без мата», — высказался режиссёр Алексей Балабанов, добавив, что, если уж показывать фильмы про людей, которые используют мат, то будет нечестно показывать «отутюженные» диалоги. Все люди кроют матом, и только шахматисты его объявляют. Но жизнь — не шахматы! Здесь одного мата недостаточно! Требуется намного больше. Мат прочищает голову и подгоняет мысли. Жаль только, что здравый смысл не всегда поспевает за ним.

Мат не подходит ни к чему приличному и, следовательно, — если провести глубочайший философский анализ, — подходит ко всему. Ведь он — универсальный материал, который с лёгкостью покрывает что угодно и кого угодно, являясь незаменимым способом сбросить напряжение. Но поскольку нецензурщина всегда была под запретом, то никогда уже из него не выйдет. А это самое то, чтобы привлечь твоё внимание — цепляет глаз и высекает новый смысл. Без мата наш бардак неопишем.

Великий и могучий русский язык валяется у наших ног, а мы подвергаем его языковой девальвации. Выразительные словища с историей меняем на зумерский новояз: обрюзгшего домоседа кличем «скуфом», а благодать духа именуем «вайбом».

Вот и я прибегаю к нецензурной лексике, чтобы привлечь

твое внимание, снося непреодолимые барьеры. Ну или для выражения крайней степени возмущения, когда «обычных» слов уже недостаточно. Вообще-то я не матерюсь, я — МА-тивирую. И матом я не только ругаюсь, но и похвалить могу, и приласкать — к тому же в современной разговорной речи брань отлично заменяет дебильные смайлики.

Не секрет, что использование табуированных слов способно кратковременно повышать силу и болевой порог. А ещё говорят, фикусы лучше растут, если с ними разговаривать... Как-то моя бабуля уронила горшок себе на ногу... и в течение пяти минут помогала ему вырасти... Восточная мудрость гласит: если тебе на ногу упал кирпич, а ты не знаешь русского языка, то тебе и сказать-то нечего. Зато разлетающаяся на всю округу брань безотказно действует как мгновенная анестезия — боль не то чтобы проходит совсем, но становится вполне терпимой.

Кстати, любопытные военные аналитики выявили интересную закономерность: чем короче команды, тем ближе победа. Учёные столкнулись с интересным парадоксом: несмотря на то что длина русских команд превышала длину слов западных коллег, наши военные непостижимым образом всегда опережали конкурентов. Исследователи смогли объяснить этот феномен, когда до них наконец-то дошло: в критические моменты русские офицеры, игнорируя Устав, в авральном режиме переходят на ненормативную лексику — причём без смысловых потерь и при этом радикально сокра-

щают длину слов!

Никогда нельзя знать, какой фортель выкинут русские слова, оказавшись за пределами рта. Ну и самая главная роль, на мой взгляд, которую играют матюги в повседневной жизни, — это установление доверительных отношений. Такой своеобразный маркер принадлежности к стае, идентификация «свой — чужой», так сказать, способ установления неформального контакта.

Ты всё ещё продолжаешь читать? Хорошо, я знаю, что многие теперь разочаровались во мне из-за всего, что я тут наговорил. Но я предупредил всех в самом начале. Так что не нужно мне тыкать носом своими упрёками. Больше оправдываться я не буду, но как художник скажу: «Я так вижу!» Не можешь взять аргументами — доебись до орфографии! Приятного погружения в мир непричёсанной реальности!

ГЛАВА ПЕРВАЯ

*«Лифт ломается чаще, чем лестница. Однако скоро техника дойдет до такого совершенства, что человек сможет обойтись без себя»
(Станислав Ежи Лец).*

На остановку подъехал вагон метро, теперь на выход спешит травмированная техногенным веком публика. Люди семенят по мрамору, пытаясь не опоздать на работу, постепенно подтягивая свои недовыспавшиеся мозги в утреннюю суету мегаполиса.

Кругом жужжит и деловито попискивает разномастная электроника. Бормочут висящие на мраморных стенах рекламные телепанели, а из громкоговорителей шуршит FM-станция. Людской поток продолжает плыть мимо, сливая друг другу в уши кисель из обрывков разговоров, телефонных звонков, восклицаний и матерных шуток.

Снуют люди с приросшими к ушам мобильными телефонами. С заднего плана то и дело доносится трель рингтонов, а в кармане пиджака у кого-то зашёлся дрожью мобильник. Вокруг одни «деловые» люди, словно сговорившись, они орут в свои мобилы да так, что все соседи наслаждаются их идиотскими монологами. Ещё они через слово повторяют: «моя секретарша», «падение индексов».

Прочая публика тоже чинно куда-то звонит — уточнить, сколько килограммов картошки купить, — или же демонстративно возится с эсэмэсками. А некоторые словно испытывают неловкость от того, что предпочитают гаджеты общению с живыми людьми, поэтому отводят глаза.

КРАСКИ СГУЩАЮТСЯ

«Я считаю, что телевидение очень способствует развитию культуры. Каждый раз, когда дома кто-нибудь включает телевизор, я ухожу в соседнюю комнату и сажусь читать»
(Граучо Маркс)

Вечером, во время вечерней прогулки наслаждаясь городским пейзажем, я окинул взглядом небоскребы. Они хоть и представляют собой покрытые граффити многоэтажные бетонные коробки, но выглядят так, будто с нетерпением ждут, когда их снесут. По обе стороны улицы тянутся почти одинаковые ряды хрущевок (никакого тебе архитектурного излишества), специально спроектированные без воображения — все строго в унылых тонах.

Вечер — самое урожайное время для телерейтинга. К этому моменту граждане обычно заканчивают с хлебом и переключаются на зрелища, чтобы справиться со скучной рутинной рабочей недели. В домах можно увидеть окна, светящиеся голубым телевизионным сиянием — там вовсю орет телевизор — мусоропровод, работающий в обратную сторону, созданный лишь для того, чтобы членам семьи не нужно было общаться друг с другом. Весь город с наступлением темноты превратился в одного толстожопого зрителя, приросшего задом к дивану. Его обитатели степенно сидят в плену

сериалов или смотрят порно, понижая рождаемость.

Что ни говори, а в искусстве убивать время посреди большого города многие стали ветеранами — поколение, свихнувшееся на переключении телеканалов. От прежних мест слабо веет духом тех забытых времен, когда жизнь в городишке еще всю кипела. Увы, он утратил былое очарование. Я имею в виду, что теперь у нас есть связь 4G. Посмотри на современного подростка: без телефона ему тоска, он весь дрожит от нетерпения — будто приспичило по нужде. Куда ни плюнь, повсюду увидишь людей, «бьющих» челом в многопиксельный персонализированный «алтарь» — смартфон, планшет или переносной компьютер.

Молодежь напоминает осенних мух, они липнут к мобилам, как к дерьму. Не щадя глаз своих, по многу раз в день они отправляют цифровые молитвы через запросы в поисковике. Увы, безвозвратно прошли те времена, когда религия держала заслоны Заповедями и Заветами. Теперь большинство преклоняется перед цифровыми богами. Естественно, не обходится без «кровавых» жертвоприношений: дабы не потерять связь со Всемирной паутиной, инфо-паломники на ежемесячной основе добровольно совершают приношения алчным провайдерам и операторам сотовой связи. Вдобавок к деньгам отдают самое ценное, что у них есть, — «внимание и время», меняя жизнь на виртуальные гигабайты.

Мы — скопление придавленных Интернетом одиноких людей: снедаемых тревогой, унынием и зависимостью, стре-

мящихся к разрушению — людей, которые радуются, если им удалось как-то убить время Интернетом, которое они так усиленно стремятся сэкономить, питаюсь фастфудом.

Обычный мир до цифровой эпохи сегодня можно сравнить с раем до грехопадения. Совсем скоро, когда сотрется последнее воспоминание о беззаботном доцифровом времени, мы все будем с сожалением вспоминать те счастливые денечки, что были до того, как разработка цифровых алгоритмов позволила перейти от мира, где телевизоры и телефоны работали на аналоговых сигналах, к компьютерному миру, где все переживается в цифры.

Всякие там HTTP и HTML — языки и протоколы — превратили не слишком удобный ранее Интернет⁸ в легкодоступную Всемирную паутину.⁹ Поисковые алгоритмы сделали Всемирную сеть постижимой. Интернет стал массовым, и мы все-таки «шагнули в будущее». Точнее, нас туда силком затащили.

Новый век подарил всем нам параллельный мир цифровой реальности — подарок увлекательный, но с побочным изъяном в виде переизбытка разношерстной информации. Проблема в том, что никто не заметил скрытый дефект, мы недооценили собственную зависимость от среды. А Всемир-

⁸ Интернет — это скорее концепция, чем реальная осязаемая сущность, и он опирается на физическую инфраструктуру, которая соединяет сети с другими сетями

⁹ Не многие знают, что Всемирная паутина обязана своим существованием британскому инженер-программисту Тиму Бернерсу-Ли

ная паутина — это не что иное, как среда обитания, и по большей части она представляет собой развлекательную среду, где люди пытаются скрасить досуг, отвлекаясь от реальной жизни. Однако переизбыток инфы — это не какая-нибудь конкретная проблема, различимая глазом. Тот подарок прогресса стал рубежом, за которым все начало меняться на сверхскоростях.

Мир, изменившись единожды, уже не станет прежним. В городе без горизонта ты не отыщешь места, где не будет цифровых экранов, ты не найдешь свободной зоны, которую ни один сотовый оператор еще не сделал «зоной устойчивого приема». Мы научились создавать информации куда больше, чем способны переварить. И теперь информация по большей своей части скорее нам мешает вместо того, чтобы помогать. Она стала препятствием в делах точно так же, как когда-то ее дефицит мешал дотянуться до нужного.

Наступила эра всеобщей доступности любой информации, современный Интернет обеспечил нас безграничными инфоресурсами, почти моментальной доступностью и нескончаемым разнообразием знаний любых направлений и любого уровня сложности. К сожалению, от этого многие знания лишь обесценились. От них хочется бежать. Да, возможности открыты, но их так много, что трудно сделать правильный выбор. Ситуация напоминает буридановский случай с ослом,¹⁰ который откинул копыта, стоя между двух сто-

¹⁰ Жан Буридан, ученый четырнадцатого века, философствовал об участии

гов сена, потому что никак не мог выбрать, с какого начать.

Решенная совсем недавно, проблема нехватки информации сменилась проблемой информационного обжорства. Пользователи Сети привыкли откусывать больше, чем в состоянии прожевать. Но каким бы крупным ни был «улов» сегодня, это означает только то, что завтра «инфо-невод» опять переполнится. Все осложняется еще тем, что каша из вреда перемешана с пользой в непонятной пропорции.

У прогресса две стороны, милдруг. С одной стороны, он высвобождает тебе кучу времени, с другой — опутывает своими сетями и забирает твое время. Скажу тебе не тая, как семейный доктор, которому ты доверяешь: несмотря на прогресс и прирост информации — или, возможно, из-за прогресса и непомерного прироста информации, — наше будущее становится все менее радужным, а человеческая наивность и средства массовой информации, судя по всему, стараются замаскировать от нас сей факт.

КТО УКРАЛ ТВОЮ ЗВЕЗДУ?

*«Мне надо худеть: я слишком большая мишень
для случайной пули»*

(Роберт Льюис Стивенсон «Алмаз Раджи»)

В час пик люди стараются ухватить свой кусочек сэндвича, прежде чем их оттащат от Солнца обратно в кондиционированные офисы.

Мое внимание привлекла семейка пухляшей за соседним столиком. Чуть скосив глаза, я присмотрелся к ним. Папа, мама, доча, сын, собака — все так замечательно толсты, что просто глаз радуется. Они дружно жуют пищевой мусор Макдоналдса. Вроде все вместе, но в то же время каждый сам по себе, закрытые в личных девайсах. Каждые пять секунд они проверяли свои телефоны, а потом проверяли их снова и снова.

И непонятно было: то ли они жизнерадостно набивали рты фастфудом, то ли их жизненные силы наполнялись информационными полуфабрикатами напрямую с модных гаджетов, загружая их сразу в нейроны, автоматически, без отрыва от обеденной трапезы. А потом, не пережевывая, они сглатывают это амбре, перемешивая мегабайты с килокалориями, нисколько не беспокоясь о лишнем весе, накопившихся терабайтах шлаков и токсинов в головах и массивных

тушах в погоне за высококалорийным забытием. Потому-то они поперек себя шире.

«Широк человек, слишком даже широк, я бы сузил». ¹¹

Слева от них сидела крупная во всех смыслах бабища с пакетом фри, а справа — еще более низкорослая, чем та, что хрустела чипсами. При виде этой бодипозитивной картины у меня от ужаса аж зубы изнутри зачесались, а лицо задергалось, словно перебирая разные выражения отвращения.

Прежде люди просто жили. Чтобы добраться из дому до леса, им приходилось идти пешком; они охотились, собирали урожай, строила дома, сажали деревья, рожали детей и так далее. Затем изобрели машины и смартфоны. В итоге мы имеем целую нацию малоподвижных людей, страдающих от лишних килограммов.

Кризис внимания я наблюдаю везде: на работе, дома, на улице. Мы все наивно думаем, что внимательны, но напоминаем волшебное зеркало, которое врет даже себе. Наши лица подсвечены экранами смартфонов, а пальцы без перерыва отбивают чечетку, строча комментарии в постах. Стоит хоть кому-то привлечь всеобщее Внимание — сесть мимо стула или измазаться соусом, как среди прохожих начинают вздыматься робкие руки с мобильниками, тайком нащелкивая кому фотосувенир на память, кому пару-тройку секунд живого кино.

Сегодня, если кто-то держит руль двумя руками — зна-

¹¹ Произведение Ф. М. Достоевского «Братья Карамазовы»

чит, он остался без телефона. Телефон давно стал продолжением руки, а жизнь перешла в онлайн-режим. Способность испытывать неподдельный интерес у людей резко упала на всех уровнях: и профессиональном, и личном, уступая желанию набрать лайки при просмотрах ленты в социальных сетях.

Если тебя не показывают в рилсах по инстаграму,¹² тебя просто не существует. Ко всему прочему добавилась неспособность блогеров пройти мимо. Блогеры — племя фанатов видео, решившие, будто окружающий мир создан лишь для того, чтобы им не нужно было тратиться на декорации, а реальная жизнь у них на Ютубе.

Они не знают, что именно должно произойти, но всегда на чеку и готовы запечатлеть сенсацию, поэтому-то и держат всех на прицеле своей многопиксельной камеры. А когда долго ничего не происходит, трэш-блогеры ради хайпа не прочь подкинуть незнакомцу в тарелку собачье дерьмо из пластмассы. Вот тогда все живота надорвут. А еще лучше — класть настоящее. Чтобы сразу все передохли со смеху.

Бесит, что уже никого не раздражает то, что приятель в середине разговора рассеянно тянется в карман за телефоном и начинает рыться в Google. Люди о чем-то по старой привычке еще изредка мимоходом переговариваются вживую, но в основном их глаза заняты мобильниками. Увы, мы не

¹² Instagram принадлежит компании Meta, которая признана экстремистской организацией и запрещена на территории РФ

люди, мы — подписчики; наши чувства — это лайки, а эмоции — это смайлы, «глубокие» мысли — только в постах, а все события — под хештегами.

Есть гипотеза, что еще немного — и перегруз, вызванный Стрессом вмиг, когда кто-то постигнет истину, что без телефонов уже никак, желание общаться вживую у многих исчезнет, а на его месте возникнет желание общаться еще меньше. Есть и другая гипотеза, гласящая, что это уже произошло.

Как думаешь — это люди управляют смартфонами или смартфоны людьми?

Сотовый телефон — гадость, звенящая во всех тихих прежде местах. Как трогательно смотреть на парочки в кафе. Они целуются, но кладут телефоны экраном вниз, а уходя в туалет, забирают их с собой. Ни у кого нет сил хотя бы на день отложить гаджеты в сторону и пройти через «ломку» компьютерной зависимости.

Ученые посчитали: в день каждый из нас по три тысячи раз дотрагивается до телефонов. Ты только представь, если бы мы столько раз трогали друг друга! Но нет — на это у нас не хватает времени.

Люди более комфортно чувствуют себя с техникой, нежели с живыми людьми. Телефон прост в обращении, а от людей жди неприятностей. Они бегут от одиночества, но если нет желания тратить силы на живое общение, то идеальный компромисс — цифровой суррогат. Каждый день миллионы придурков отдают под контроль смартфонов лучшие кусоч-

ки жизни. Им говоришь: «Сбросьте оковы», — а они лишь куют себе новые. Похоже, сегодня это основное занятие всех современных людей.

Бывало, я сам так бесился, что забирал у своего ребенка телефон, чтобы разбить его вдребезги, и небрежно швырял — однако не так уж небрежно, чтобы тот упал не на мягкое. Видя своих детей, зависающих в телефоне круглые сутки, мы опасаемся, что ребятишки слишком много пялятся на экраны и у них перестанут фурычить мозги. Мы вспоминаем, как нас наши родители журили ровно за то же самое, только по поводу телевизора, но, несмотря на запреты, угрозы, просьбы и прочие «приемчики» из родительского арсенала, от экрана детей не оторвать.

Поначалу мы осторожничали и только изредка пользовались компьютерами, но, проснувшись одним прекрасным утром, поняли, что оккупанты Кремниевой долины умудрились уместить огромный ящик системного блока в коробку размером с пачку сигарет, и теперь смартфоны поработили нас полностью. Если людям позволительно кромсать чужое время одним надавливанием пальца на экран, то неудивительно, что производители гаджетов так и делают.

Пользователи, которые понадеялись на свою силу воли, все равно не смогли совладать со способностью приложений завоевывать их Вниманье. Наверняка и тебе уже не один раз попадались зомби, идущие по улице уткнувшись носом в экраны. Они щебечут о том о сем, тянут через соломинку

коктейли и время от времени косятся на телефоны в чужих руках, чтобы сверить шикарность модели со своей. Наклейка укушенного яблока крикливо информирует о яблочной зависимости ее владельца, а также о том, что у него водятся деньги, раз он позволил себе не экономить на коммуникации.

МИРОМ ПРАВИТ ИНФОРМАЦИЯ

«В древности, уставшие от жизни, уходили в монастырь, в себя, в пустыню, в горы, куда угодно... теперь — в Интернет»

«Миром правит информация!» — люди не зря придумали этот слоган, филигранный по своей точности. Общество страдает от дефицита внимания, но продолжает считать сие излечимым. Как выяснилось сегодня, внимание крадут не только дурные привычки, но и современные гаджеты.

Интернет опутал своими оптоволоконными щупальцами почти всю планету, и у каждого появилась возможность быть пойманным на крючок. Мы пытались убежать от всех наших проблем в Сеть, но там нас уже поджидали — социальные сети. Демоверсия загробной жизни: только эмоции, переживания и никаких телесных ощущений, лишь созданный тобой аккаунт в окружении таких же аккаунтов. По сути, ничегошеньки нет: никого нельзя ни обнять, ни ударить.

Внимание всегда куда-то утекает, как время или как вода, через какую-то непостижимую сознанию дырочку, а по факту — через глаза или уши. Кто-то умный круглые сутки напролет изошренными способами раздражает наши «хотелки». Ты обнаруживаешь, что тебе трудно надолго сосредоточиться на важном, поскольку тебя манит мир цифр. Ковар-

ные технологии крадут даже вечерние часы, которые раньше шли на общение с близкими, а иногда даже на чтение.

Если до Интернета одни люди жили, а другие выживали, то сегодня кажется, что они все отбывают срок, не предпринимая попыток сбежать из «курятника». Тут всякий может немного побыть самим собой. Всякий, кто в иных местах должен соблюдать приличия.

Герои нашего времени, до сей поры ждавшие своего часа под маской офисных клерков, сегодня вышли из тени. Они закаляли свою простату на офисных стульях и обсуждали шифровки из штаба у кулера, но это в прошлом. Теперь это не офисные хомячки Алексей и Виталик из отдела продаж, загружающие в себя, как не в себя, ведра дерьмового американо. Это теперь опора нации — серьезные бойцы 90-го уровня, с которыми надо считаться. Перед тобой не мальчик, но муж. И невольно задумываешься: вот же он, настоящий супергерой, искусный ловец покемонов сорока лет от роду, чья рука уже покрылась мозолями от ловли мифических тварей.

Давай признаем: Интернет создал благодатную почву для прокрастинации, и мы все оказались настолько безоружными, недалёковидными и податливыми к бездумному потреблению входящего «фастфуда», что нам трудно противиться его аппетитным соблазнам. А как не поддаться? Нас отвлекают, и мы с удовольствием отвлекаемся, поскольку за наше внимание ведётся нешуточная борьба.

На деле это война. Люди проглатывают любое говно, что подвернется под руку, и оно прибавляет в размерах. Разжиревшая от переизбытка данных башка деморализует ее носителя; она пухнет от информационного перегруза, создавая ощущение тяжести. Как и в случае с перееданием, в любой момент она может лопнуть.

Беспорядочное потребление всего без разбора не только приводит к «притуплению вкуса» и нарушению кислотно-щелочного баланса, но динамично перерастает из хронического бардака в непрекращающийся и всепоглощающий хаос. Беспокойство, паника, чувство вины — как тут не опустятся руки? Стресс, порожденный нарастающей сложностью мира и стремительными переменами, сочетается с разочарованием от неудовлетворенности растущих потребностей. Конечно, бывают исключения, но на то они и исключения — в основной массе реальность намного жестче, чем фантазии, посетившие тебя за чашкой утреннего кофе.

Мир начал усложняться, а способы планирования повседневных дел — те, о которых мы думаем и говорим, которые стараемся планировать, основываясь на вычитанном из книг по управлению временем, — давно сошли с наезженной колеи. Информация перестала быть ресурсом и превратилась в шум большого города. С каждым годом пропасть между тем, что мы хотим сделать, и тем, что успеваем, растет в геометрической прогрессии.

Ритм жизни ускорился настолько, что человек не поспева-

ет приводить дела в порядок и заниматься тем, что ему действительно близко, — он всегда вынужден решать срочные, не терпящие отлагательства задачи в ущерб чему-то важному. Дела копятся непреодолимыми завалами, и кажется, будто попросту на все не хватает времени. Поэтому человечество буксует на месте. Эта истина вполне оправдывает тот факт, что и у меня не все идеально с продуктивностью. Но проблема не в людях. В нашей новой реальности старые подходы к самоорганизации дают сбой, потому что они были придуманы для мира, где информации было не так много.

Мир уходит под воду из-за таяния ледников, а я сижу и говорю, что будет еще хуже. Возможно, внуки унаследуют Землю, но в каком она будет состоянии?! С планетой-то всё в порядке. Это людям пиздец!

Ну вот, скажешь, страшилок нагнал. Но я считаю: лучше разрубить сразу, чем делать сотни мелких надрезов.

ACHTUNG — ACHTUNG

«Люди быстро втягиваются. Только им перерезают туповину, они тут же привязываются к другим вещам. К зрелищам, звукам, сексу, деньгам, миражам, онанизму, убийству, к утренним похмельям в понедельник»

(Чарльз Буковски)

Времена изменились. Меняются времена — меняется многое. Но в конечном счете — и ладно, и пускай себе дальше меняются. Все мы живем и меняемся, и жаловаться тут не на что. Иногда кажется — все в порядке, иногда так не кажется.

Я вполне в ладах с реальностью, поэтому не стремлюсь её приукрашивать. Я вообще питаю неприязнь к любым иллюзиям. Но принимаю сложности и рад им, какие бы немислимые формы они ни принимали.

Возможно, тебе приходилось слышать, что мы живем в хакерскую эпоху, но это лишь половина правды. На самом деле мы живем в эпоху тотального взлома мозга. Еще во времена Сократа философы и пророки призывали людей познать себя. Этот совет как никогда актуален сегодня, потому что интернет-поисковики (а они очень шустрые) соревнуются между собой, кто раньше познает твою суть.

Для этого даже не нужно влезать в твой компьютер, теле-

фон или банковский счет — ты сам обязательно сунешь голову в мутный омут, когда регистрируешься там или тут. Их интересует твоя органическая операционная система — твоя голова, и они нацелены во что бы то ни стало хакнуть твоё внимание. И они его хакнут!

Я тоже считаю, что не надо шептать. Будто это проклятие сбудется, если сказать его громко. А для верности лучше мысленно принести в жертву стадо овец и вслух сказать: «На все воля Божья!» Тектонический цифровой сдвиг, связанный в основном с распространением технологий на сверхскоростях, привел нас к тому, что мир давно изменил свой облик — это очень заметно.

Если не веришь, тогда сходи в торговый центр, в парк, кинотеатр, на концерт или на стадион, да просто на улице оглянись и понаблюдай за прохожими. Худо-бедно, а больше половины людей (если не больше) спешат туда-сюда, опустив головы. Глупцы увлеченно щупают пальцами стекла умных телефонов и высококачественную пластмассу беспроводных наушников.

Надкушенное яблоко — когда-то запретный плод — теперь глазами и ушами грызут современные Адамы и Евы всего мира. Корпорация Apple не успевает обновлять линейку. Все хотят приобрести новинку, которая имеет все функции, кроме разве что деторождения, и теперь яблочные смартфоны можно обнаружить в среднем у двух людей из трех... У остальных — Samsung или Xiaomi. Другие модели встреча-

ются так же редко, как телевизоры без пульта дистанционного управления.

У людей полно электронных книг, дисков с записями музыки и кинофильмов, которые уже невозможно прослушать за один век. Прогресс должен бы пощадить нашу память, иначе забвение поглотит все. За прошедшее десятилетие количество пользователей Интернета разрослось, как сорняк. Принято считать, что головокружительная быстрота, с которой технологии оцифровывают мир, не может не вызывать опасения: попытка идти с ними в ногу разорит любого, кроме олигархов и шейхов.

Люди затыкают уши наушниками, их зрение ограничено капюшоном, по ним плачет премия Дарвина.¹³ Они переходят улицу вдали от зебры, а на переходе читают СМС-ки, не глядя под ноги, и на каждом шагу сминают подошвой какахи уличных дворняг, когда не попадают под машины. А все потому, что не могут оторваться от липких смартфонов.

Между прочим, такое происходит не только на улице: вернувшись домой, многие с порога, еще не раздевшись, впопыхах бегут к своим айподам, компьютерам и ноутбукам и с разбега вводят пароль. Фанаты онлайн-общения не упускают возможности лишний раз попялиться в экран во время приема пищи за обеденным столом и даже когда ту-

¹³ Премия Дарвина — виртуальная антипремия, ежегодно присуждаемая недо-тёпам, которые наиболее глупым способом «откинули копыта» либо потеряли способность размножаться и в результате улучшили генофонд человечества

жаты на толчке. Поэтому мобильник всегда под рукой.

На заре нового века человечество просыпается, потягивается и, не успев протереть глаза, сует в них свой телефон, как в тапки. Еще всплывают в памяти эпизоды ночного кошмара, какой-то мерзкой жути с когтями, а тут уже милые котик с экрана мурлычат под ухо, выпрашивая лайки.

Утро современников всегда начинается с «пробежки» ... с пробежки глазами по экранным сообщениям. Или в лучшем случае с «зарядки» ... с зарядки своего телефона.

ВОССТАНИЕ МАШИН

«Бабуля запирает робот-пылесос в каждой комнате как минимум на час, чтобы он, цитирую «нормально пропылесосил, а не сделал тяп-ляп и уехал в другую комнату»

(из покупательских отзывов)

В повседневной жизни очень мало осталось мгновений, не заполненных делами и развлечениями, не связанными с технологиями. Главным «злодеем» в них, как правило, выступает вездесущий компьютер с выходом во Всемирную сеть. Практически все время, что не украл у нас сон, вплоть до последней секунды, не брезгуя, подбирает и проглатывает прожорливый Интернет. Не нужно идти к Нострадамусу, чтобы понять: технологии когда-нибудь сыграют с нами злую шутку.

Уже сыграли. Конец Света давно наступил, «Ящик Пандоры» настежь распахнут: из него терабайты единиц с нулями вывалились на свободу и перемешались друг с другом в бесконечных, мыслимых и немыслимых комбинациях. Теперь они несут нам новый пиздец.

Голливудские фантастические фильмы давно пророчат тот день, похожий на сцены из фильмов вроде «Терминатора» и «Матрицы», когда машины восстанут. А если человек попытается восстановить свою власть, искусственный интел-

лект постарается уничтожить весь род человеческий.¹⁴

Все ужасно. Все просто ужасно плохо. Дела идут хуже некуда — то есть как всегда, только теперь еще хуже. Современная жизнь навязывает скорость, темп и бешеный ритм, а это совсем не то, чего я от нее жду.

Люди выжаты и каждый день пожинают плоды разрушительных последствий беспрестанных «сетевых» бдений сутки напролет. Многие уже на грани срыва: все устали от хронического стресса и не представляют, что делать дальше с непрекращающимся потоком инфолавины. Поэтому они ничего и не делают.

Мы все «уснули за рулем». Начиная свое шествие по планете с высоко поднятой головой, человек определенно был живее всех живых. Зато сегодня он поник и как никогда нуждается в том, чтобы пробудиться ото сна, иначе тот сон окажется вещим. Я хочу сказать: если мы не выйдем из своего сомнамбулического состояния, то будем и дальше продолжать со свистом лететь по наклонной в ту яму, что сами себе вырыли.

Действительно ли мы стоим на пороге пугающих перемен

¹⁴ В 2024 году в ходе игры боты могли обмениваться с другими странами разведанными, заключать оборонные и торговые соглашения, организовывать ядерное разоружение. В итоге боты оказались склонны к агрессии, вторгались в страны, а один из них устроил ядерную перестрелку. Самой жестокой из всех оказалась модель GPT-4 — по ее логике, если есть ядерное оружие, то почему бы его не использовать «ради мира во всём мире»... GPT-3.5 применил ядерное оружие только потому, что узнал, что оно есть

или подобные прогнозы — лишь очередной пример неоправданной истерии? Трудно сказать. Но ощущение, что мы все барахтаемся в огромном толчке, в котором вот-вот спустят воду, почему-то не проходит.

Не стоит воспринимать этот сценарий буквально. Но никому не дано предугадать, свидетелями каких перемен мы вскоре станем. Я не нагнетаю краски! Но будь я спокоен, ты бы все пропустил мимо ушей. Разве Эйнштейн не драматизировал, когда предупреждал: «Технологии нас всех погубят»?¹⁵ Разумеется, тогда это казалось преувеличением, но теперь «фурункул» разросся до предела. Или это еще не предел?

Примитивные времена Темных веков наносили людям такой ущерб, который им позволяли их скромные способности. Сегодня, несмотря на то что нас неснесравненно больше, чем тогда, нынешние технологии способны справиться с любым нашим количеством. Кто-то мозговитый спродюсировал всеобщий пиздец как реалити-шоу.

Незаметно для себя мы попали в прицел корпоративных усилий по захвату Внимания. Мы оступились и оказались в плену нулей и единиц. Правильнее будет сказать, что в эту яму нас толкнули конгломераты «экономики внимания», но и мы не особенно тому сопротивлялись. Компании по раз-

¹⁵ Альберт Эйнштейн: «Я боюсь, что обязательно наступит день, когда технологии превзойдут простое человеческое общение. И мир получит поколение идиотов»

работке цифровых устройств обнаружили возможность нажиться на нашем любопытстве, используя наши глубинные ориентиры выживания, и не упускают эту возможность по сей день. Нехватка пищи тысячелетиями стимулировала людей объединяться; потребность в еде и тяга к общению теперь обнажили мощные рычаги для манипулирования.

Ни для кого не секрет, что интернет-зависимость уже конкурирует с пристрастием к никотину. Раньше табак и марихуана охотились за легкими курильщиков, теперь у нашего Внимания другой преследователь. На карту поставлены твои мысли и решения. Их конвертируют в прибыль, потому что они представляют ценность.

Тех, кто ворчит о легкости, с которой люди превращаются в рабов своих смартфонов, теперь по привычке называют паникерами. Попробуй заговорить о всепроникающем господстве технологий в каком-нибудь более серьезном диалоге, чем болтовня в кафе, и тебя быстро поднимут на смех или, того хуже, обвинят в «панических настроениях». Такое часто бывает, когда хотят утвердить непреложный моральный императив: «Ни в коем случае не поддаваться панике!»

Если тебе приспичило выскочить на улицу с криком о грядущем апокалипсисе, попробуй сказать себе: «Ничего страшного. Просто я ни хрена не понимаю, что делать дальше». Когда мозг не в состоянии осмыслить реальное положение дел, он по привычке переключается на катастрофические сценарии. Обычное дело.

Многие люди уже давно замечают маркеры, говорящие о надвигающейся катастрофе, и их послы похожи на мальчика, кричавшего: «Волк! Волк!». «Волк» действительно появился, но к этому никто не был готов. Передозировка информации дезориентировала нас и напрочь лишила способности здраво мыслить и быстро реагировать на изменения, выбирая лучшие решения из возможных. Подобная атрофия привела к неспособности мечтать и действовать. Это ужасно!

Это логично, что люди, дезориентированные переизбытком ненужных новостей, сегодня привычно начинают рассуждать в категориях апокалипсиса: если человечество не движется к счастливому будущему, значит, оно на всех парах несется к армагеддону. Следуя этой логике, приходишь к мысли — может быть, перестать жить? Но поскольку любое разумное существо, движимое инстинктом самосохранения, такую постановку вопроса с ходу отвергает, единственное, что тебе остаётся, — это задуматься над тем, как все-таки приспособиться.

Согласен, что не стоит чересчур увлекаться апокалиптическими сценариями. Да, действительно, каждый человек по отдельности почти не способен разобраться с царством Хаоса. Ему лучше смиренно признать: «Не понимаю, куда все это приведет», — и искать ответ в совокупном человеческом разуме. Пророчество грядущей катастрофы лишено смирения: я же уверен, что вижу лучше прочих и точно могу сообщить слепцам, куда катится мир. Но на самом деле, куда

он катится, не знает даже Google; отвечая на запрос в поисковике, он постоянно выдает один и тот же ответ: «На все четыре стороны».

Равнодушие «незрячих» отнюдь не означает, что в том, что стоит на пороге нового, нет ничего страшного. Как остроумно заметил экономист и лауреат Нобелевской премии Герберт Саймон: «Богатство информации создает нищету внимания». Мы вяло и очень медленно, не особенно вглядываясь в проблему, шаг за шагом вступаем в апокалипсис информационного перегруза и хронической невнимательности, причем делаем это практически добровольно.

В какой-то момент ты смотришь на себя в зеркало и думаешь: «Где мой драйв? Где та лёгкость, когда я всё успевал?» Кажется, что кто-то украл твою звезду удачи. На самом деле она никуда не делась — ее сияние заслонил бесконечный рой мыслей о незаконченных делах.

Вот с такими, прямо скажем, не радужными мыслями тебе приходится переворачивать страницу с пониманием: всем нам нужен будильник, который встряхнул бы нас и вырвал из сна, буквально привел бы в чувство. Ведь это единственный способ почувствовать настоящую жизнь, а не ее цифровой суррогат. Не через единицы с нулями, а через вкус, образы, запахи, звуки, прикосновения, через эмоции и через реальные приключения.

Пробудиться и вновь обрести способность жить полной жизнью, а не просто лететь на автопилоте, выполняя очеред-

ной пункт в списке обязанностей и искренне веря, что, когда мы все переделаем, вот тогда-то и заживем по-настоящему.

FRAZZLE

*«Я устал, я даже моргаю с трудом!»
(инопланетянин Альф)*

Люди знают, что бессильны против лавины входящих данных, их раздавят кипы растущих дел, но они даже не представляют, как с этим справляться. Поэтому даже и не берутся. Не умея управлять ни потоком инфоданных, ни своим вниманием, такие хоронят себя заживо под информационными завалами. Их разгребание очень похоже на разгребание снега лопатой. Снежинки сыплют и сыплют — трамбуются в сугробы — а ты разгребаешь их как можешь: старательно и бесполезно.

Люди хватаются без разбору за дела, большие и маленькие, которым нет ни конца ни края. Приходится залезать в это болото по самые уши — а там уже и разницу чувствовать перестают. Как на рок-концерте:¹⁶ в какой-то момент частот уже не различаешь, какой звук выше, какой ниже; а стоит подойти ближе к сцене — не то что высоту, сам звук уже не разобрать.

Профицит входящей информации в режиме непрекращающейся нагрузки диктует нам бешеный ритм сверхскоростей, ведущий к аккумуляции усталости и, как следствие,

¹⁶ Рок — это музыка, где на меня орут, а я терплю ради припева

к падению заинтересованности созидать. Если у нынешнего поколения отсутствует целостный взгляд на мир, выбор будущего будет осуществляться случайно, а это прямая дорога к хаосу. Молодежи только и остается радоваться, что положение еще больше не ухудшилось.

По большому счету, среди нас нет жертв — все мы добровольцы. Это горькая пилюля, но ее придется проглотить. Мы утешаем себя тем, что тратим всего лишь по несколько секунд, отвлекаясь на СМС или электронную почту, на просмотр ролика в YouTube. Это сомнительное утешение, которое перестало быть разумным после того, как статистики подсчитали: американцы ежемесячно расходуют на соединение с Интернетом 520 миллиардов драгоценных минут, в России ситуация не лучше.

Атмосфера маниакальной прерывистости заставляет твои надпочечники выбрасывать в кровоток гормоны стресса в непостижимых количествах. Гипоталамус активирует ось НРА; затем, когда угроза проходит, уровень кортизола возвращается к исходному, и организм возвращается к гомеостазу. Этот сложный химический мессенджер помогал нашим предкам переживать бесчисленные угрозы. Природой было задумано, что этот механизм будет работать изредка — в крайнем случае, с умеренной периодичностью.

Тем не менее в нынешней среде это эволюционное преимущество трансформировалось в потенциальную опасность. Проблемы возникают не из-за самой реакции на вы-

брос гормона, а из-за его длительной активации. Подобные изменения как реакция на острые стрессоры удивительно эффективны для решения краткосрочных проблем. Однако длительное переутомление, вызванное бесконечным потоком дел, легко ведет к органическим изменениям глубоких структур мозга и возникновению широко распространенных метаболических проблем. Они, в свою очередь, приводят к серьезным биологическим последствиям: деформации нейронных структур, ухудшению памяти и исполнительных функций.

Хорошая новость заключается в том, что наша реакция на стресс не является фиксированной. Хотя мы не можем полностью устранить все стрессоры, врожденная адаптивность дает нам возможность выработать способы, которые помогают эффективно их нивелировать.

Сегодня психологи — врачи, которые нужны для того, чтобы распознавать травмы не только у полумертвых, но и у живых — все чаще и чаще отмечают у людей, не ограниченных в онлайн-активности, странные симптомы, негативно сказывающиеся на душевном равновесии. Они сопровождаются повышенной тревожностью, непрекращающимися внутренними сомнениями в себе и в собственных силах, неумением брать ответственность и проявляются склонностью во всем обвинять других.

Появился даже новый термин — «синдром информационной усталости». Общий паралич аналитической функции

разума от передозировки информации, который легко приводит к потере способности здраво мыслить. Многие родители небезосновательно обеспокоены тем, как в цифровую эпоху вырастить психически здоровое потомство.

Ты только задумайся: если глаза родного чада находятся в постоянном напряжении от светящихся экранов, а детские головки до краев забиты «цифровым винегретом», то что происходит с их способностью к воображению и со способностью доверять взрослым, которые сами разрешили им играть в такие опасные игрушки? Сталкиваясь с множеством противоречивых версий, мы перестаем понимать, кому можно верить.

Неудивительно, что врачи повсеместно диагностируют синдром хронической усталости и дефицит внимания на фоне поголовной интернет-зависимости растущего поколения. А ведь мы возлагали на своих отпрысков все наши надежды! Постоянное раздражение внимания приводит к тому, что многие дети уже утратили способность сосредотачиваться, адекватно учитывать накопленный опыт и извлекать уроки из ошибок. А значит — потеряли способность строить достойные планы на будущее. Тают наши надежды. К сожалению, все идет к тому, что голова человека в ее настоящем воплощении наверняка повторит судьбу динозавров, учитывая значительный рост входящей информации, если в срочном порядке не будут приняты экстренные меры.

Обычное дело — наблюдать, как хронический стресс «то-

пит» нервную систему людей кортизолом и адреналином. В нейронауке даже появился новый термин — **«frazzle»** (застрять в состоянии нервного истощения).¹⁷ Внимание «застрявшего» сфокусировано на том, что его беспокоит, а не на деятельности, которой необходимо заняться. Это приводит к эмоциональному выгоранию и перегрузу абсолютно всех систем мозга.

Может ли жизнь быть полноценной в таком состоянии? На самом деле становится даже смешно. Люди стоят на грани переутомления, им «светит» дурдом, но при этом их больше заботит, как они будут смотреться после того, как санитары напичкают их бутиратами.

Современное существование характеризуется одним словом — ПЕРЕГРУЗ. Дело даже не в том, что в Интернете много говна. Проблема в пагубном воздействии «пахучих» раздражителей внимания, которые перетягивают на свою сторону одеяло сознания. Сетевые бдения выходят из-под контроля. Проверки эсэмэсок или обновлений становятся зависимостью, которая шинкует день на колбаски, слишком тоненькие для того, чтобы осознать их истинный вкус.

Абсолютное большинство людей испытывали негативно окрашенные эмоции в ситуации, когда собеседник «залипает» в свой гаджет и, хотя находится рядом физически, эмоционально отсутствует. Опросы социологов выявили, что три четверти респондентов (75%) не выпускают телефон из

¹⁷ Frazzle — измотанный, измученный, изношенный, вымотанный

рук, а четверть опрошенных (25%) признались, что регулярно проявляют пренебрежение к собеседникам, хоть и делают это не специально.

Около 80% опрошенных москвичей (это, ни много ни мало, 12-е место среди всех городов планеты) признались, что хотя бы раз в жизни утыкались в смартфон во время живого общения или избегали такового, предпочитая уединение с компьютером, нежели с живым человеком.

Так что если у тебя уже есть MacBook, то ты можешь физически присутствовать на вечеринке, но мысленно все время будешь на работе. А это значит, что ты никогда не сможешь расслабиться и по-настоящему повеселиться. К тому же скоро твои друзья перестанут тебя приглашать, и ты умрешь от одиночества.

Другой способ умереть рано — на этот раз с топором в затылке — купить яблочный смартфон последнего поколения и быть застуканным женой за онанизмом при просмотре порноконтента. Ну или тебя хватит кондратий, когда ты проебешь нижнюю планку кривой снижения курса BTC¹⁸ и не сможешь вовремя затариться криптовалютой.

Вид тревожного состояния, которое выражено страхом пропустить важное и потерять связь с окружающим миром, в современной психологии нарекли **«синдромом упущен-**

¹⁸ BTC, Биткоин (Bitcoin) — первая децентрализованная цифровая валюта, созданная Сатоши Накамото

ной выгоды» или «эффектом FoMO».¹⁹

Джеймс Робертс в эту «копилку» закинул свои пять копеек, проведя исследования, которые показали, что свыше 22% опрошенных регулярно ссорятся со своей второй половинкой по причине **фаббинга**²⁰ — привычка постоянно отвлекаться на свой гаджет во время общения), а 36% испытывают из-за него депрессивное состояние. Люди жалуются на снижение удовлетворённости романтическим союзом. Будучи в отношениях, многие ловили партнера на том, что даже в момент серьёзного разговора вторая половинка без зазрения совести «юзает» паутину, из-за чего весь их разговор пролетает мимо ушей.

Психологи сделали вывод, что привычка отвлекаться на смартфон кардинально влияет на эмоциональную близость: ведь пока один читает новостную ленту и просматривает клипы, второй испытывает тактильный голод и, как следствие, раздражение.

На мгновение мне показалось, что мир, в котором люди пользуются мобильниками с двумя сим-картами, «чтобы все успевать», больше не существует. Показалось!

Многих парней погубил Интернет. Этот же самый Интернет погубил их подруг, но нам повезло хотя бы в том, что

¹⁹ Термин ФОМО / FoMO является сокращением фразы «Fear Of Missing Out» — страх что-то пропустить. В употребление слово ввел американский венчурный капиталист Патрик Макгиннис

²⁰ Фаббинг (phubbing; от phone — «телефон» и snubbing — «пренебрежительное отношение»

он не успел погубить всю планету. Частых пользователей Сети изматывает постоянное столкновение с непрерывным потоком данных. Перегруз — крайне высокая цена, которую многие, сами того не подозревая, платят за неудержимое желание все знать и быть всегда начеку.

Перегруз — эдакий дамоклов меч, рассекающий головы современников, но большинство считает: когда таскаешь за собой свой собственный апокалипсис, лучше, чтобы аккумуляторы были заряжены. Мозг — не смартфон, ему не нужна электрическая подзарядка. Ему нужен регулярный отдых, который он, к сожалению, получает нечасто. У кого сегодня есть время на полноценный отдых? Это словосочетание даже стало ругательным. Легитимность отдыха мы признаем лишь, закрывшись на толчке.

Современное человечество больно. И хотя у нас сегодня намного больший выбор, чем когда-либо раньше, мы разучились по-настоящему внимательно относиться к тому, что выбираем. Каждое сообщение ВКонтакте, каждый пост в Instagram²¹ вытягивает из наших жил внимание, а вместе с ним — последние капли жизненных сил. Мы жалуемся, что в списках дел не видно ни конца ни края, но давай не будем забывать, кто их породил: мы сами.

Из глубин космоса не прилетели злобные пришельцы с зе-

²¹ В конце марта 2022 года по решению Тверского суда Москвы компания Meta, которой принадлежат Instagram и Facebook, была признана экстремистской, в результате чего ее деятельность на территории РФ была запрещена

леными головами и не имплантировали нам в мозг функцию «составление списков», пока мы на минуточку отвернулись. И точно не они подкинули нам «свежих» вирусов, таких как **фаббинг**, **frazzle** или **эффект FoMO**.

Можно возразить, что проблемы такого типа — надуманные, но от этого они не становятся менее болезненными.

— Но постой! — может возразить читатель. — Сейчас у всех проблемы с вниманием в той или иной степени. Мы постоянно сидим в Интернете, легко отвлекаемся на звонки и эсэмэски и пытаемся одновременно выполнять несколько задач. А когда ты в последний раз читал толстую книгу? И что, теперь всех нас загонять в психушку?

«Доводилось ли вам видеть дуб в состоянии стресса, или дельфина, пребывающего в мрачном расположении духа, лягушку, страдающую заниженной самооценкой, кошку, которая не может расслабиться, или птицу, обремененную обидой? Поучитесь у них умению мириться с настоящим».²²

Все представители фауны в отличие от человека знают, что они делают. Например, лосось преодолевает огромные расстояния, чтобы отложить икру перед тем, как сдохнуть. Зайцы кружат по лесу, чтобы заняться случайным сексом, — и никто не жалуется.

Люди же, которым не надо метать икру, лететь на зимовку в южные страны и метить территорию, обходя лесные массивы, падают от нервного истощения, даже не вставая со стула,

²² Экхарт Толле — немецкий писатель и духовный оратор

по смешной причине: они пытаются угнаться за кем-то, кто тоже, в свою очередь, гонится за кем-то, кто уже добежал до нервного истощения и стоит на грани срыва и выгорания.

Хотя люди и жалуются на чрезмерную занятость, никто до конца так не прояснил для себя, чем бы он занялся, если бы не нужно было ничего делать.

— Может, мы просто из страха добавляем всё новые и новые пункты к своим спискам?

— Что, если вдруг мы умудримся переделать все дела на свете, то, возможно, лишимся жизненной цели и утратим смысл дальнейших шагов?

— Когда твой список иссякнет, станет ли это для тебя знаком «Стоп»?

Жизнь похожа на вечную гонку, но чем больше стараешься, тем сильнее вязнешь. Человеку естественно недооценивать неподъемный вес входящего потока; ему также свойственно одновременно переоценивать доступные ему силы. Преувеличивая свои способности и ресурсы, гомо сапиенс берётся вручную разгрести весь хлам вокруг себя, но, как правило, застревает уже в начале пути, даже не успевая начать из-за привычки откладывать все на потом. С осознанием неспособности справиться в одиночку приходит разочарование и чувство собственной вины, поэтому у многих опускаются руки.

Так что уж лучше, ребята, я буду сгущать краски по полной и с ходу огорошу всех по максимуму (тогда хоть кто-то

да прислушается к моим словам), чем допущу, что все пропустят предупреждение мимо ушей. А потом я, так и быть, признаю, что немного хватил через край.

ПАРАДОКС ВЕКА

«Лучшие и тоньше остальных юморят только те, кто живет сквозь слезы!»

(Виктор Гурченко)

Когда умерла жена известного остролиста, Джордж Карлин²³ вывалил перед нами свои эмоции о накипевшем, написав невероятно выразительную статью. Не каждый сатирик может заставить нас плакать, но, как оказалось, этот мастер смеховой эквилибристики обладает способностью вышибить у читателя слезы.

Подобное чтение не располагает к особому веселью, поэтому я ограничусь цитатами:

«Мы имеем высокие строения, но низкую терпимость, широкие магистрали, но узкие взгляды. Тратим больше, но имеем меньше, покупаем больше, но радуемся меньше. Имеем большие дома, но меньшие семьи, лучшие удобства, но меньше времени. Имеем лучшее образование, но меньше разума, лучшие знания, но хуже оцениваем ситуацию, имеем больше экспертов, но и больше проблем, лучшую медицину, но хуже здоровье.

Пьем слишком много, курим слишком много, тратим

²³ Джордж Денис Патрик Карлин — американский теле- и киноактёр, телеведущий, актёр озвучивания, радиоведущий, писатель, пятикратный стендап-комик, журналист, юморист, сценарист, лауреат премии «Грэмми» и т. д. и т. п.

слишком безответственно, смеемся слишком мало, ездим слишком быстро, гневаемся слишком легко, спать ложимся слишком поздно, просыпаемся слишком усталыми, читаем слишком мало, слишком много смотрим телевидение и молимся слишком редко. Увеличили свои притязания, но сократили ценности. Говорим слишком много, любим слишком редко и ненавидим слишком часто. Знаем, как выжить, но не знаем, как жить...»

Глядя на то, что творится вокруг, трудно не согласиться с пятикратным сатириком, наделенным нешуточной мудростью:

«...Научились спешить, но не ждать. Создаем новые компьютеры, которые хранят больше информации и извергают потоки копий, чем раньше, но общаемся все меньше. Это время быстрого питания и плохого пищеварения, больших людей и мелких душ, быстрой прибыли и трудных взаимоотношений. Время роста семейных доходов и роста числа разводов, красивых домов и разрушенных домашних очагов.

Время коротких расстояний, одноразовых подгузников, разовой морали, связей на одну ночь, лишнего веса и таблеток, которые делают все: возбуждают нас, успокаивают нас, убивают нас. Время заполненных витрин и пустых складов. Время, когда технологии позволяют этому письму попасть к вам и в то же время позволяют вам поделиться им или просто нажать «Delete»...»

Время идет, дома пустеют, машины замирают на парков-

ках, а нам, людям, пора задаться вопросом, разумно ли продолжать жить без чувств, на автопилоте.

«...держитесь за руки и цените моменты, когда вы вместе, потому что однажды этого человека не будет рядом с вами. Найдите время для любви, найдите время для общения и найдите время для возможности поделиться всем, что имеете сказать. Потому что жизнь измеряется не числом вдохов-выдохов, а моментами, когда захватывает дух!»

Технологический прогресс не отменить. С ним в нашу жизнь пришли проблемы, неизвестные предыдущим поколениям. Сегодня в каждом кармане лежит вся информация, собранная человечеством за тысячелетия, и в какой-то момент тревожность вынудила нас использовать ее себе во вред.

Мы стали реже встречаться, меньше времени уделять близким и зачастую предпочитаем переписку живому общению. Дело, конечно, не в смартфонах и не в Интернете — дело в нас самих.

ДОИГРАЛИСЬ

«Прогресс: вначале был простой стул, потом — электрический»

По-видимому, ХХІ век перевернул традиционную пирамиду общения. До недавних пор на оцифровку мира смотрели лишь как на первое звено в длинной цепочке, соединяющей нас с параллельным миром. Раньше человеку надо было превращать время в знания, а уже потом опытным путем конвертировать знания в мудрость.

Теперь же мудрость не зависит от наличия или отсутствия информации. Сегодня знаний хоть отбавляй, и для обретения мудрости нам нужны не знания, а способность отделять зерна от плевел. Люди больше не в состоянии справиться с огромными потоками данных, поэтому и не могут превращать информацию в мудрость. Такой сокрушительный катаклизм способен полностью изменить саму природу нашей жизни. Такова современная парадигма, и сейчас она меняет наш мир.

Любой сегодня выглядит так же, как Волк в «Ну, погоди!»: только что он гнался за зайцем, прижимаясь задом к траве, чтобы спрятаться за живой изгородью пшеницы, — в тот самый момент, когда пшеница вместе с его задом уползала внутрь комбайна. Разумеется, у каждого из восьми мил-

лиардов жителей нашей планеты много своих забот, но, как я уже говорил, мало кто может позволить себе роскошь каждый день размышлять о персональной продуктивности.

ГЛАВА ВТОРАЯ

«За исключением некоторых патологических случаев, люди сходят с ума, когда пытаются уйти от рутины»

Дела угрожающе скалятся за раскрытой дверью, в углу стола свалена весомая стопка бумаг, телефон разрывается. Все это дает моментальное ощущение тотальной усталости. Но люди обычно настолько заняты размышлениями, как же все обернется дальше, что осознают настоящее, лишь только когда оно уже далеко позади.

Вокруг все рушится. Но едва только ты понимаешь, что дел накопилось слишком уж много, тебя поглощает навязчивая идея расправиться с ними, как в сеансе одновременной игры в шахматы, то есть как можно скорее, основательно и бесповоротно. Потому что чем меньше несделанных дел, тем меньше поводов расстраиваться, меньше шансов запутаться и быть придавленным грузом обязательств.

Блуждающий по голове водоворот мыслей, просчитывающих шансы на реализацию и успех каждой задачи, принуждает голову рядового собрата по разуму напрячься в попытке моделировать собственные решения. Но он постоянно попадает в силлок бесконечной дигрессии и абракадабры незаконченных циклов, из которого и выпархивает наше сознание.

Дела, естественно, делаются кое-как, если не сказать, что вообще не делаются. А как только ты начинаешь ощущать, что дел невпроворот, возникает желание от них отмахнуться!

ГДЕ МОЙ ДОМКРАТ?

*«Разговор умного с дураком — это попытка
втиснуть содержимое большого дорожного
чемодана в дамскую сумочку»*

(Андрей Гарольдович Кнышев)

Думал делиться этим или нет, но раз уж мы тут про интимное, про продуктивность, то думаю — ладно...

Моя первая вазовская «семерка», как, впрочем, и вся остальная линейка автопрома, сочетала в себе традиционные недостатки большинства западных машин с нескончаемым количеством новаторских неудач, отказ от которых в дальнейшем способствовал процветанию абсолютно всех «иномарок», включая китайские говномобили. В контексте данной истории уместно говорить о моем первом автомобиле как о моем самом большом водительском разочаровании.

В те времена я ездил на отечественной автонелепости, которая больше времени проводила в автомастерских, чем в дороге. Теперь я с удовольствием вспоминаю те времена, когда смело выкатывал свое «жестяное корыто» на федеральную трассу и направлял оборудованное колесами «ведро» в сторону мегаполиса, искренне веря в то, что это — машина, а я — мастер вождения.

Изъян всех транспортных средств в том, что с ними чересчур много возни: их нужно мыть, заправлять топливом,

менять шипованные колеса на нешипованные и ремонтировать. Но главная проблема с автомобилями — это слишком маленький багажник. Какая польза от ускоренного передвижения по скоростной магистрали, если в багажнике нет инструмента?

Ощущая ментальную связь с многомиллионной армией автовладельцев, я заранее дал себе обещание быть запасливым водителем и, естественно, поклялся брать в дорогу только самое необходимое. Только буквально через несколько дней под крышкой багажника выросли такие дебри, как будто я складировал туда всю свою жизнь!

Мне тогда казалось верхом крутости забивать багажник всевозможным инструментом. Так, на всякий случай — потому как аварийная ситуация, она столь же внезапная, как смена настроения у женщины. И во главе аргументов, влияющих на решение завалить багажник запчастями и разным инструментом, я ставил постулат: «На дороге всякое может случиться!»

Меня захватил азарт собирательства, который охватывает любого коллекционера, начинающего охотиться за предметом своего интереса, — эдакая навязчивая идея «быть готовым ко всему». Забавно, но я даже оглянуться не успел, как в багажник каким-то образом перекочевали все мои вещи.

Чего только там не было! Тросики для газа, сцепления и тормозов, контакты, предохранители, лампочки, запасная цепь, отвертка, пассатижи, всевозможные ключи замыслова-

той формы. Для чего-то там лежал разводной ключ, которым пользуются сантехники, и даже маленькая кувалдочка.

На кой хер в дороге кувалда? Даже и не спрашивай меня — я просто разведу в ответ руками, олицетворяя собой полнейшее недоумение. Моторное масло неизвестно какой вязкости (скорее всего, просроченное). Какие-то паронитовые прокладки. Для чего — одному Богу известно. Свечи (может, рабочие, а может, и нет, но теперь уже не поймешь). Еще в багажнике часто, но непонятно как, оказывались наполовину пустая банка тушенки и недоеденная жратва, которую я прихватил с собой в придорожной кафешке на случай, если когда-нибудь буду умирать от голода.

Короче, прежде чем внутренний критик в моей голове успел сказать «стоп», багажник «семерки» переполнился и стал весить больше, чем вся машина. Теперь уместно, наверное, спросить: каких размеров надо иметь багажник, чтобы уместить всё это барахло? В какой-то момент я даже подумал: возможно, выход в том, чтобы помимо багажника еще прицепить прицеп на фаркоп, но вовремя одумался.

Первые звонки сомнений прозвучали, когда я дебютировал со сменой «запаски». На дороге такое бывает. Автомобиль, тяжело подпрыгивая, выкатился на обочину, и механический голосок интуиции откуда-то из-под заднего крыла посоветовал проверить давление в шинах.

Так и есть — лопнул баллон. Для порядка я пнул по нему ногой и задумчиво почесал затылок. Хотя раньше мне еще

никогда не приходилось пользоваться запасным колесом, из разговоров с приятелями я уяснил, что дело-то плевое. Да и по телеку в репортаже с гонок «Формула-1» я неоднократно видел, как ребята на пит-стопе играючи меняют четыре баллона за пару секунд.²⁴ Делов-то!

Глядя на спущенную шину и борясь с желанием еще раз отбить о нее ногу, я стремительно подошел к машине сзади. По-чесноку, на тот момент я еще ни разу не открывал багажник, а машина была такой старой, что для этого требовался ключ.

План такой: мне нужен домкрат, баллонник ну и, собственно, само колесо. Делов на пару минут...

Но... Чтобы понять мое замешательство, нужно снова обратиться к практичной вместительности вазовского багажника. С таким багажом можно бежать из страны! Вот только, открыв его, ты ничего там не найдешь, ведь он — как Бермудский треугольник, где всё пропадает.

Еще багажник напомнил мне женскую сумочку, в которой имеется все необходимое абсолютно на все случаи жизни. Только, чтобы найти губную помаду, дамочка обычно должна вытряхнуть на стол все ее содержимое... Искать что-то конкретное придется часами. Фонарик поможет — но только если перед этим ты не положил его в багажник.

²⁴ Самый быстрый пит-стоп в истории «Формулы-1» составляет 1,80 секунды и был выполнен командой McLaren на Гран-при Катара 2023 года для болида Ландо Норриса

Да уж, мне предстояло веселенькое занятие. Энтузиазм начал таять, как снег на бабушкиной печке. Уровень уверенности спустился ниже уровня моря и стал похож на то самое проткнутое колесо, которое мне предстояло менять. Единственное, в чем я был уверен на все сто, так это в том, что «запаска» (которую, как я слышал, нужно поставить вместо проткнутого колеса) покоится на самом дне и до нее еще нужно добраться.

Когда я затаривал багажник инструментом, я не задумывался о том, что в случае чего придется доставать из-под него колесо, ибо посчитал, что инструмент мне тоже пригодится. И не понимал, как глупо делать поспешные выводы.

Долгое время я молча чесал затылок, глядя на кучу металлолома, и судорожно прикидывал, с чего бы начать. Прошло минут пять, прежде чем оцепенение прошло, и наконец-то я сдвинулся с места.

Проезжающие мимо автолюбители смотрели на меня, стоящего перед грудой инструмента, как на древнего человека, который много веков проспал в пещере и только что проснулся в будущем.

Я еще не приступил к процессу, но уже заметно устал от одной только мысли о предстоящем занятии и понял, что пять минутами тут не обойтись. «Обряд замены колеса» затянулся. Около века ушло на то, чтобы добраться до «запаски». Силы почти иссякли.

Но дело было не столько в том, что я устал, а в том, на-

сколько мне еще предстоит устать: поменять пробитый баллон на «запаску» — это полдела, а после нужно собрать весь хлам обратно. (Ты же прикинул, что нужно все еще собрать? Я прикинул!) Уму непостижимо! Я устал не от работы, а от бессмысленных усилий, которые тратились на поиск необходимого. Я был огорошен не меньше, чем человек, который несколько лет считал, что совершенно слеп, и тут выяснилось, что просто шляпа была велика.

Утром на мне была белая майка, в которой я три часа «обнимался» с «запаской», и еще не застиранные джинсы, а теперь я весь грязный и мои мокасины замызганы машинным маслом.

Запасаясь инструментом впрок, я предполагал, что забочусь о том, чтобы он всегда был под рукой, а на деле скопление инструментального хлама мне только мешало. Всю дорогу, пока ехал домой, я снова и снова задавал себе один и тот же вопрос: ЗАЧЕМ? Действительно, зачем мне столько ненужного инструмента, который я даже в руках не умею держать. Сейчас я всегда задаю себе этот вопрос, прежде чем что-то сделать. Из-за захламления багажника простая, минутная операция многократно усложнилась.

Вот ты смеешься? А ты зайди в свой гараж, открой баллон или сумку, да что там сумку расстегни — выверни наизнанку карманы и убедись, что сам недалеко ушел. Наверняка у тебя примерно такая же картина, если не хуже. А теперь представь, что творится у тебя в голове? Сделай вывод:

в чем неэффективность такого антипродуктивного уклада и нужно ли что-то менять?

Не знаю, как у тебя, но в моем багажнике с тех пор пустое место «на два трупа», аптечка, домкрат, баллонник и запасное колесо, а на балконе (у меня их, кстати, два) просторно и чисто.

Сегодня практически все перегружены багажом, но недогруженные здравым смыслом. Я называю это синдромом «забитого багажника».

Возможно, владение многими вещами излишне? Если ты не знаешь, чего ты хочешь и зачем тебе это все надо, то закончишь жизнь с кучей того, чего не хотел. Я не устану повторять и с полной уверенностью во всеуслышание заявляю: ненужный груз в «багажнике» твоей жизни способен отяготить движение вперед вместо того, чтобы, сбросив балласт, помогать тебе двигаться налегке.

Из-за хаоса ты не можешь достать необходимое в нужный момент. И эта книга сделает с твоей жизнью то же самое, что я когда-то давно сделал с багажником моего первого автомобиля. Наведет в ней порядок!

РОУТЕР

*«Хаос всегда побеждает порядок, потому что
Хаос лучше организован»
(Терри Пратчетт)*

Сегодня даже пятилетний ребенок может вызвать такси с компьютера или планшета. Наверное, я старой закалки, раз родился в прошлом веке?! Мне тяжело даются все эти онлайн-штуковины. Разъемы типа «тюльпан-тюльпан», «папа-мама» — вот с этим я как-нибудь разберусь, но настроить в офисе рабочую сеть для меня темный лес.

А кто-нибудь знает, зачем нужен роутер или маршрутизатор? Мне кажется, его придумали хитрые айтишники для того, чтобы извести с ума весь офисный планктон. Ну или просто из-за врожденной вредности. Насколько я могу судить, главная функция этой адской штуковины заключается в том, чтобы запутать и без того труднодоступную кучу проводов, которая живет за плинтусом в каждом офисе.

Обычно мы замечаем, что локальная сеть нуждается в обслуживании, лишь тогда, когда она перестает работать. А если в офисе что-то ломается, что случается чаще, чем перекуры на обед, то не стоит и думать починить это самостоятельно. Но твой бизнес не протянет долго, если ты будешь отказывать своим клиентам из-за технических неполадок. Глупо

ставить мир на паузу, чтобы отдышаться.

Когда пропадает Интернет — жизнь в офисе мгновенно парализуется. Wi-Fi нуждается в срочной реанимации, а сотрудникам как раз нечем заняться, и они смело тратят рабочие часы на эксперименты, изображая трудовую загруженность. Обычно первым делом кто-нибудь из работников с умным видом пытается разгадать значение иероглифов под горящими сине-голубым огоньком лампочками, после чего начинает рандомно выдергивать штекеры и вставлять их обратно (не всегда в те же гнезда), смутно надеясь, что удастся восстановить связь с внешним миром, хотя проще было исполнить танец с бубном и вызвать высокоскоростной дождь со шквалистым Интернетом 200 мегабит в секунду.

Не перепутать провода — непростая задача даже для специалиста. Провода имеют привычку все время выскакивать из трясущихся рук и падать под стол, откуда их достать — еще та задачка. А если каким-то чудом всё-таки удастся их отыскать, перед тобой встает другая проблема: вспомнить, какой провод куда именно сунуть и ничего не попутать. Ладно, там было бы всего одно гнездо, а их там минимум десять. Как же я ненавижу эти кабели! Они меня ненавидят не меньше, потому что знают: в один прекрасный день, когда кончится терпение, я наберусь смелости и заявлюсь в их логово с огнем.

А пока этого не произошло, как всегда, все кончается звонком в техническую службу, и «скорая помощь» приез-

жает, чтобы устранить поломку. Бригада спасателей привычно застаёт другого «реаниматора», которого вызвали неделю назад. Он сидит с унылым видом под столом, воображая себя сапером. После сорок пятого «взрыва» бедолага пробует вместо зеленого провода перерезать красный, и тогда... тогда все равно ничего не происходит. Так что не остается ничего другого, как дожидаться подкрепления или сбегать за огнеметом.

ПЯТЬ ПУЛЬТОВ

*«У самурая нет телевизора, есть только пульт»
(Николай Картозия)*

Дома в моем кабинете, по идее, дела должны обстоять по-лучше, потому что там беспроводная мышка и беспроводная клавиатура... и звуковая система 5.1. Но поверь — это сущий беспроводной коллапс вперемишку с проводным. Все пять колонок, включая сабвуфер, должны подключаться к компьютеру; каждая стоит в разных углах и должна соединяться проводами.

Это «дохриллион» проводов, которые все вместе образуют километры запутанной меди в двойной изоляции. Ими легко можно пару раз обернуть экватор, а оставшимся «хвостиком» дотянуться до Солнца. Провода одновременно и насмежаются надо мной, и неотвязно преследуют. Им смешно, потому что они знают: какой бы кабель ни понадобился мне для подсоединения особо хитроумного устройства к другому особо хитроумному устройству, мне никак не удастся отыскать ни начала, ни конца в запутанных змееобразных кишках. Они неотвязно преследуют меня, потому что вознамерились доконать меня до припадка, вытравить остатки сил и духа.

Картину дополняет набор из пяти «волшебных палочек»

— пультов дистанционного управления: от телевизора, музыкальной Hi-Fi системы, компьютера, DVD-плеера, ресивера спутниковой тарелки и PlayStation. На каждом — не меньше двух дюжин разноцветных кнопок. Их главная функция, насколько я могу судить, заключается в том, чтобы падать под диван в самый труднодоступный угол.

А когда ты пытаешься их оттуда достать, случайно нажимаешь коленом на второй пульт — и теперь ты ни за что на свете не разгадаешь, что тебе надо нажать, чтобы все вновь заработало. Естественно, тыкаешь куда попало, листая меню и перескакивая в бесконечные подменюшки, пока виртуальный лабиринт окончательно не запутает вспотевший мозг, делая это искуснее парня, чья фамилия Сусанин. Только когда ты понимаешь, что ничто другое уже не поможет, — звонишь мастеру.

ДИВАН НА КОЛЕСАХ

*«Обожаю смотреть в окно общественного транспорта через тонировку свой иномарки»
(Зажравшийся автолюбитель)*

Я сбежал с русской улицы в немецкую машину и испытал восторг, по значимости сопоставимый с оргазмом. После «запутанных» выходных, в начале недели, усаживаясь в свой маленький, но изящный Mercedes, оснащенный всеми возможными за дополнительную плату прибаmbасами (разве что в салоне красного дерева не хватало — но всем известно, что такой декор пользуется популярностью исключительно у отъявленных пиджонов), я почувствовал облегчение.

Перелистывая колесиком управления меню, я быстро выбрал нужный контакт и нажал клавишу вызова. Гудок громкой связи приглушил систему COMAND. Не отрываясь от руля, я позвонил другу, который лучше меня разбирается в проводах и всяких там дистанционных пультах.

Удобно припарковав свою жопу в кожаном кресле, я почувствовал, как боковые выступы плотно обхватили спину, а подогрев сидений за несколько секунд прожарил замерзшие ягодицы до «medium rare». Я невольно представил, сколько же нужно спрятать проводов, чтобы чудо стало былью! А теперь добавь сюда еще спутниковую навигацию с голосовым

управлением и встроенный в торпеду 12-дюймовый бортовой экран, который баловал меня просмотром DVD-новинок, пока я ждал товарища на стоянке.

Согласись, это настоящее волшебство: диван и два кресла, которые не нужно двигать по комнате, выполняя заветы фэн-шуй, что само по себе уже награда. Встроенный климат-контроль отличался от обычного кондиционера в основном тем, что обходился чертовски дороже и в придачу знал гораздо лучше меня, теплым или холодным воздухом я хочу дышать в ту или иную минуту.

Снизу к дивану для еще большего удобства приделаны 18-дюймовые низкопрофильные колеса на литых дисках со сдвоенной пятиконечной звездой и аббревиатурой AMG. Всегда можно нажать кнопку Start, не слезая с удобного ложа, — и вот ты уже несешься вперед через время, разрезая пространство, и наблюдаешь, как быстро меняется мир за лобовым стеклом.

Под кузовом три километра кабеля, точно не меньше. И самое «обидное» — что в этом буржуйском диване на колесах все идеально работает! Когда я включал заднюю скорость, фильм послушно вставал на паузу, а экран вместо кино начинал показывать, что происходит сзади. Когда звонил телефон, объемное звучание прерывалось голосом звонящего, а после окончания разговора из многочисленных колонок снова струилась любимая музыка.

Почесывая затылок, я невольно стал подумывать, не при-

гласить ли мне баварских кулибинов к себе домой, чтобы разобраться с проводами в кабинете и заодно переставить диваны в гостиной. Порядок умиротворяет. Ведь это совсем другая картинка, когда всё лежит на своих местах. Это не магия, а обычный порядок, и он даёт облегчение.

ЦЕНА ПОРЯДКА

«Вероятность того, что пуговицы на итанах расстегнутся, намного превосходит ту, что они сами застегнутся. Следовательно, застегивание итанов — процесс антиэнтропийный. С этого начинается покорение природы»

(Савченко Владимир Иванович — писатель-фантаст)

Покажите мне того, кто был бы полностью доволен скоростью пополнения баланса рабочего кошелька, успехами своего бизнеса, местом, где проводит отпуск, и чистотой комнаты своих детей, — и я увижу человека, который куда счастливее меня.

Тот, у кого детей не меньше двух, как в моем случае, знает: любые попытки превратить детскую в идеально-показательное помещение всегда заканчиваются провалом. Комната похожа на «Детский мир», который кто-то обосрал. Игрушки всегда расположены так, что я редко могу говорить о порядке; разбросаны они могут быть совершенно поразному, создавая идеальнейший беспорядок в любой немыслимой комбинации. Но чтобы вернуть в комнату порядок, можно воспользоваться всего несколькими не особо веселыми способами, и при этом любой, даже незначительной случайности будет достаточно, чтобы опять посеять Хаос.

Я никак не мог понять: почему? Мы, взрослые, являемся упорядоченными созданиями, в наши гены заложена ненависть к хаосу — неужели детям ничего не досталось? Как-то жена запаниковала не на шутку, опасаясь, чтобы очередная попытка отыскать эти гены случайно не привела к знакомству детской попы с ремнем.

— Я же знаю, что ты так никогда не поступишь?!

— Нет, не знаешь. Ты знаешь только, что пока до этого не доходило.

Жесткие меры стратегии «кнута и пряника» тоже не помогали. Личный пример и на дюйм не облегчал ситуацию. Даже угроза превратить неряху в «звезду Ютуба» совершенно не плодоносила. Попытки выработать условный рефлекс по методу Павлова тоже ни к чему хорошему не привели. Ну, то есть были, конечно, некоторые улучшения в сторону порядка, увы, как правило, краткосрочные и поверхностные. В итоге победу всегда одерживал непобедимый Хаос.

— Почему дым не возвращается обратно в сигарету?

— Почему зубную пасту не загнать назад в тюбик?

— Почему клякса не принимает снова четкую форму капли?

— Почему? Почему? Почему?

— Почему же все так происходит?

— Почему не бывает так, что ты высыпашь пазлы из пакета и все кусочки мозаики, сделав сальто в воздухе, падают на стол и сами попадают точно на свои места — именно так,

что картинка сразу складывается?

— Почему глупо ожидать, что если долго биться лбом о стену, неразбериха в твоей голове сама себя разберет?

— Почему даже не стоит надеяться на то, что в детской спальне порядок самонаведется?

Ответ на мой вопрос озвучил «гроза полуживых котов» — Шрёдингер.²⁵ В далеком 1943 году, рассказывая на лекциях в Дублине о том, «что же такое жизнь», он выдал из себя очередной парадоксальный вопрос: «Как живому организму удастся достичь концентрации порядка и избежать беспорядка атомного хаоса согласно второму закону термодинамики?»

И сам же на него ответил: «Оказывается, ценой идеального внутреннего порядка для живого организма **является увеличение чистой энтропии вокруг него. То есть порядок внутри живых существ компенсируется беспорядком снаружи**».

Вот и все!

Выходит, что, идя по жизненной дороге, любая «биомасса» удобряет пройденный путь своими экскрементами, дезодорирует его «выхлопными» газами, раскидывает копролиты и бессовестно направо и налево мусорит отходами своей жизнедеятельности. Следовательно, жизнь возможна только благодаря положительному балансу энтропии. Такой рас-

²⁵ Эрвин Шрёдингер — австрийский физик-теоретик, один из создателей квантовой механики, получил Нобелевскую премию в 1933 году

клад у меня легко ассоциируется с «порядком» в детской спальне.

Вот почему мы все тонем в хаосе — все во вселенной стремится к беспорядку. Без наших усилий завалы будут только расти.

ЭНТРОПИЯ ТВОЮ МАТЬ!

«Вся наша деятельность — это борьба с энтропией. Процесс этот, понятное дело, бесконечный»

(Аркадий Волож — сооснователь «Яндекс»)

Изгнав прародителей человечества из Рая, Господь изрек Адаму — а в его лице всем нам — приговор: «Прах ты, и в прах ты возвратишься». С тех давних пор тление и распад стали законом органической природы: наши кровь и плоть сделались смертными, а голова теперь подвержена беспорядочным мыслям. А все потому, что всё, всё, всё, абсолютно всё во Вселенной стремится к состоянию растущего беспорядка. Вероятность того, что горячий предмет вместо того, чтобы остыть, нагреется, еще более абсурдна, чем вероятность того, что порядок автоматически самонаведется.

Если поставить рядом холодный и горячий предметы, холодный нагреется, а горячий остынет; а если в комнату пустить пару детей, она превратится в свалку. А если в коробку засунуть кота...²⁶, то хрен его знает, живой он там или нет.

Энтропия, мать твою! Энтропия по статистике всегда более вероятна, поэтому ее часто называют «стрелой времени».

²⁶ Кот Шрёдингера — мысленный эксперимент, предложенный Эрвином Шрёдингером в 1935 году. В ходе эксперимента возникает суперпозиция живого и мёртвого кота, что выглядит абсурдно с точки зрения здравого смысла

Ведь довольно легко отличить прошлое от будущего, если знать, что с течением времени лед начинает таять, краски на палитре смешиваются, а воздушный шарик сдувается, потому что в этих состояниях энергия распределяется равномернее, чем в начальных. А когда энергия имеет возможность распространиться, то она обязательно это сделает. Ты уж поверь!

Могут ли буквы через какое-то время сами сложиться в трехтомник «Война и мир», если обезьяна будет достаточно долго долбить волосатыми пальцами по клавишам печатной машинки? По теории вероятностей и такой шанс тоже имеется, но он настолько ничтожен с точки зрения математики, а вероятность того, что это произойдёт случайным образом, настолько абсурдна, что в зоопарках мы никогда не наблюдаем литературных гениев.

Представь, что ты взял коробку с игрушками, подкинул ее к потолку и высыпал все на пол. В теории, конечно, игрушки могут, описав в воздухе немыслимый пируэт, эпично грохнуться на свои места — и тогда сразу наступит идеальный порядок. Но почему-то такого не происходит.

Однако если ты все-таки хочешь, чтобы чудо свершилось, то нужно лишь перейти в ту вселенную, в которой великое множество разбросанных игрушек, включая Lego, вдруг одновременно решит упорядочиться. В теории даже все твои мысли, дела и заботы тоже могут сами упорядочиться. Сама по себе возникнет ясность. Придет понимание, что именно,

как и в какое время тебе нужно сделать. А в идеале — делается само собой. Но это все только в теории... в теории относительности.

Беспорядок напрямую связан с энтропией, а нашей жизнью управляет хаос. Бардак — это нормально. Никто не гарантирует, что оборудование не сломается. Наоборот, я могу гарантировать, что оно обязательно сломается — вопрос только когда. Здания разрушаются. Машины ржавеют. Люди стареют. Озера высыхают. Ледники тают. Даже горы постепенно осыпаются. А мысли путаются...

Заморочки и проблемы всегда возникают сами по себе, а вот для их решения нам приходится напрягаться. Если мы стремимся к успеху, нам не удастся его достигнуть, совсемничегошеньки не предпринимая. Ибо успех не падает вдруг с неба подобно птичьему помету — он требует противодействия энтропии и приходит наградой за усилия.

В наши дни миф о Франкенштейне стал руководством к действию для многих пластических хирургов, перекраивающих людишек по желаемому образу и подобию. Когда они выправляют форму носа, устраняют подтяжки, омолаживают кожу мужчин или женщин, за этим стоит отказ от старения, то есть логический процесс борьбы с энтропией.

Мы можем собрать игрушки в комнате, вымыть полы и навести в голове порядок, составить рассыпавшийся пазл, прополоть грядки от сорняков, почистить зубы, продать «Приору» и купить иномарку. Мы даже можем включить плеер...

и «эта музыка будет вечной, если я заменю батарейки...». ²⁷ Из-за стремления Вселенной к беспорядку нам всем суждено отсрачивать энтропию любой ценой.

Чтобы огонь в камине не тух, в него нужно подкидывать дровишки; чтобы цветок расцвел, его необходимо поливать, чтобы построить отношения, нужны забота и внимание. Чтобы дом был в хорошем состоянии, за ним надо ухаживать, а любимый автомобиль — время от времени возить на техобслуживание и содержать в чистоте. Для успеха в бизнесе необходимы общение и взаимодействие. Если не прилагать усилий, всё распадется.

В какие бы глубины и дали ни завели нас наши дела, оказывается, что там до нас уже побывал хаос. Стоит нам узреть свои перспективы и просчитать дальнейшие шаги, с помощью которых можно распутать клубок событий, чтобы достигнуть своих целей, — как тотчас приходит на ум тот, кто все это запутал, — Хаос.

По законам физики наша Вселенная стремится к состоянию растущего беспорядка. Передозировка информации дезориентирует по всем фронтам. Хаос со временем только разрастается. И это обычное дело. Но мы всё-таки в состоянии ему противостоять — такой вывод открывает главную цель: мы должны изо всех сил взбивать масло лапками, как та лягушка, для того чтобы суметь устоять перед неумоли-

²⁷ Песня из альбома «Разлука» группы «Наутилус Помпилиус». Слова Ильи Кормильцева, музыка Вячеслава Бутусова

мым напором информационной энтропии.

Сложности в жизни возникают не потому, что я плохо себя вел или какие-то потусторонние силы разом сговорились против меня. Просто действует закон Вселенной — энтропия. Проблема не в тебе. Хаос — это естественное состояние. Учитывая все это, удивительно не то, что в жизни есть проблемы, а то, что мы в состоянии их решать.

ГЛАВА ТРЕТЬЯ

*«Я обожаю дедлайны. Мне нравится свистящий звук, с которым они пролетают мимо»
(Дуглас Адамс)*

Дедлайн, следящий за тем, чтобы каждое дело заканчивалось именно тогда, когда ему и надлежит быть законченным, служит залогом того, что даже если кто-то попытается просрать все отведенное на то время, ему все равно не удастся выйти за его пределы.

Сегодня весь день у многих людей с момента пробуждения — на каждый миг жизни — заранее включен в расписание. Куда ни глянь — сплошные дедлайны. Стоит только погрузиться в нирвану выходных, как где-то прорывает канализационную трубу, которая затопляет твой заслуженный отдых потоками дерьмища.

Мы до самого вечера носимся сломя голову с одной встречи на другую, от одного дедлайна к следующему. Внутреннее напряжение никак не может уняться из-за постоянной необходимости разруливать аварийные ситуации, «тушить пожары» и «разгребать завалы». Слишком часто причины возникновения авралов вытекают из проёбанных дедлайнов.

Если подумать, с одной стороны, хронометраж времени сулит каждому повышение эффективности — ведь дедлайн,

подобно шорам на запыхавшейся лошади, призван ограничивать наш выбор, чтобы внешние влияния не сбивали с курса. За многими водится такой грешок — люди не в состоянии сконцентрироваться, пока время не начнет их подпирать.

Но, с другой стороны, как только мы составляем жесткое временное расписание в надежде взять в свои руки рычаги управления временем, правила игры кардинально меняются: вместо руля нам достаются кандалы и путы. По ходу любого дела работа как будто специально сама увеличивается в объеме и заполняет собой все свободное время,²⁸ даже если сначала казалось, что времени целый вагон.

Так что по мере того, как дедлайн все откладывается и откладывается, народ разрывается между разочарованием и облегчением. Большинство людей каждый раз просто «выхватывают дедлайны из-под движущегося катка» с опасностью быть раздавленными горящими авралами, а до того момента спят сном младенцев и ни о чем таком не подозревают.

Пожалуй, есть что-то беспечное в том, как мы решительно отказываемся обращать внимание на свои проблемы. По глубокому убеждению многих, проблемы вполне способны разрешиться самостоятельно. Такие оптимисты как стрекоза у Крылова — у них всегда лето.

Представь себя беззаботно лежащим на диване и до по-

²⁸ Закон Паркинсона гласит: *Работа занимает все отведенное на нее время. Проще говоря, сколько времени люди отводят на работу, столько времени они ее и выполняют*

ры до времени не желающим думать о грядущих проблемах. А после того, как вдруг наступает пиздец, ты вскакиваешь, в жопу ужаленный жирной осой, и хватаешься за все, за что только можно ухватиться, лишь бы смягчить напряжение. Ты с энтузиазмом начинаешь «тушить пожар», который вполне можно было бы предотвратить, если бы не твое распиздяйство.

Или другая крайность: вообрази себя кайфующего на шезлонге. Ты лежишь и смотришь в сторону горизонта с тем высокоинтеллектуальным интересом, который свойствен мыслящим существам, вдруг задумавшимся о том, что уготовила им судьбинушка. Жарясь под солнцем, ты неотрывно смотришь в бинокль, сканируя горизонт в ожидании тревожного сигнала: не появился ли вдруг очередной пожар, который понадобится срочно тушить?

Так многие и живут, в этих двух субстанциях. Одни — в тревожном предвкушении того самого «пиздеца», другие — кайфуют от того, что он еще не наступил. И тот и другой сценарии токсичны, и ничего хорошего они не несут.

Из-за постоянного напряжения и страха глаза вот-вот лопнут, а в голове закономерно формируется мыслительный паттерн тревоги, до предела накаляющий уровень Стресса: ты все время настороже, никогда не понимая, в какой именно момент наступит полная жопа. Так ты с легкостью, очень быстро и гарантированно подхватишь вирус беспокойства.

Дэвид Аллен²⁹ называет такое состояние «модальностью экстренного сканирования». Ведь иногда даже любимое дело становится неподъемным только потому, что мы ведем себя как тот водитель, который понимает, что бензобак почти пуст, но не спешит заехать на заправку, ибо некогда.

Многие полагают, будто дедлайны способствуют решению задач, устраняют откладывание и вообще способны на все, кроме холодного термоядерного синтеза. На практике же дедлайн просто до предела взвинчивает накал страстей, что неминуемо приводит к выгоранию.

К тому же, если в достижении какого-то результата существует дедлайн, то, как правило, возникает «прореха во времени», в которую может упасть все что угодно, и никакого результата вовремя ты не достигнешь. И чем больше ты наставляешь ловушек для ловли времени, чем шире ты раскидываешь сети дедлайнов, тем больше шансов обнаружить, что «поезд ушел».

Для деловых людей дедлайны привычно играют роль спускового крючка: все тянут резину до самого последнего момента, а после дергают за все рычажки и рубильники и в дополнение включают аварийную сирену на полную мощность.

Определенный тип людей вообще плохо реагирует на жесткие временные рамки. Исследование бихевиористов³⁰

²⁹ Дэвид Аллен — Автор методологии *Getting Things Done*. Самый влиятельный персонаж в мире продуктивности

³⁰ источник «*Scarcity: Why Having Too Little Means So Much*»)

показало: когда перед людьми, сидящими на диете, ставили задачу найти в тексте слово «пончик», они справлялись с задачей в три раза медленнее, чем те, кто питался без ограничений. Сама мысль об искушении отвлекала людей и подрывала их производительность.

Аналогичный феномен возникает, когда ты попадаешь в ловушку «дефицита времени». Тревога о стремительно надвигающемся дедлайне будет звенеть в твоём мозгу, даже когда ты попытаешься что-то сделать. Эти фоновые мысли ограничивают интеллектуальный потенциал и провоцируют на частые ошибки, что приводит к увеличению времени — задача выполняется дольше.

Скорее всего, до сих пор ты и сам мыслил лишь с точки зрения дедлайнов. Но оказывается, что привычка тупо писать списки дел и проставлять сроки в перспективе стабильно ведет к расшатыванию нервишек. Общепринятая система ценностей громко нашептывает предпринимателю в ухо: «Ты молодец, только если все сделал». Такая установка лишь убивает самооценку.

Однако, если ты четко знаешь, что делаешь и чего не делаешь из того, что когда-нибудь делать все равно придется, то неожиданности перестанут донимать тебя и прилетать в виде неожиданных сюрпризов. Аврал — не случайность, а следствие отсутствия Системы. Она должна быть максимально гибкой, чтобы подстраиваться под договоренности с самим собой, но достаточно настойчивой, чтобы суметь сдержать слово.

Ведь бережное отношение к взятым на себя обязательствам и самодоговоренностям значительно минимизирует уровень любого беспокойства. Привычка добровольно решать проблемы до того, как внешнее давление или внутренний дискомфорт раздавят тебя и заставят ими заняться, позволяет создать крепкий фундамент самоуважения, что положительно отражается абсолютно на всех аспектах жизни.

Аврал — не геройство, а провал Дедлайна, ошибка управления. Если ты не спланируешь свой день, то проведешь его в беготне. Игнорировать этот подход — значит оттягивать эпикфейл³¹ до последнего и закономерно упереться в ебучий Аврал.

Сторонники тайм-менеджмента советуют отслеживать каждую минуту вплоть до крайнего срока, то есть провести весь этот отрезок времени в напряжении и дерганье. После такого фиаско, кажется, для всех будет лучше, если мы признаем: дедлайны не для нас!

Из чего следует вывод: без порядка в голове Авралы превратятся в норму.

³¹ Эпик фейл (epic fail) — это английское выражение, в переводе на русский язык означающее «сокрушительный провал». Слово epic имеет греческие корни: оно состоит в родстве со словом «эпос». А глагол fail в английском языке означает «терпеть неудачу». Получается, что «epic fail» — это не просто провал, а полный крах

ОХ УЖ ЭТИ ПРОГНОЗЫ

*«Сделать хотел грозу, а получил козу!»
(Алла Пугачева)*

В 1994 году тридцати семи студентам в качестве эксперимента предложили оценить, сколько потребуется времени, чтобы «зафиналить» дипломную работу. Эксперимент выдал среднюю оценку 33,9 дня.

В номинации «Все идет по накатанной» средний балл оказался 27,4 дня, а в номинации «Всё идет через жопу» средняя оценка времени растянулась до 48,6 дня. Однако даже этот прогноз не дотягивал до фактических показателей.

По итогу на написание дипломной работы в реальности ушло ни больше ни меньше — 55,5 дня. Получается, что только треть «пророчеств» оказалась близка к истине.

Психологи, изучающие то, как люди принимают решения в условиях неопределенности и как психологические факторы влияют на экономические процессы, назвали этот феномен «ошибкой планирования».³²

Как выяснилось, «ошибка планирования» кроется в излишне оптимистичной оценке времени, необходимого для

³² Термин «ошибка планирования» впервые был применен еще в 1979 году, израильскими психологами Дэниелом Канеманом и Амосом Тверски, в рамках работ о когнитивных искажениях и процессах продуктивного творческого мышления

выполнения задачи, и напрямую влияет на соблюдение дедлайнов. Поскольку люди редко учитывают фактор прошлого опыта, они предпочитают ориентироваться на собственные нереалистичные предположения о времени для завершения намеченного.

Интересно то, что даже если человек в курсе, что прошлые расчеты не дотягивали до реальной цифры и в действительности времени всегда уходило больше, чем планировалось, ошибка все равно каждый раз неизбежно повторялась. Причем такое искажение влияет исключительно на прогнозы касательно только собственных задач. Сторонние же наблюдатели, прогнозируя время, необходимое на решение задачи, наоборот, всегда склонны завышать его запас.

МАЛОВАТО БУДЕТ

«Они экспериментировали на бедных, если срабатывало, то предлагали богатым. Ну а если не срабатывало, то нехватки в бедных не предвиделось, чтобы продолжить эксперимент»
(Чарльз Буковски)

Успешным людям не хватает времени, бедным — денег и еды, у остальных нехватка и того, и другого. Мы живем в условиях постоянного дефицита: он захватывает контроль над разумом и влияет на наши решения, поведение и мышление.

В Университете Миннесоты проводился эксперимент по затяжному голоданию. Отобранные 36 добровольцев из 200 в течение года жили под наблюдением специалистов и почти половину времени провели на голодной диете. Как и следовало ожидать, отважившиеся на длительную голодовку добровольцы испытывали постоянную слабость, а замедление метаболизма вызвало потерю жировой ткани — им стало даже больно сидеть.

А вот чего ученые точно не ожидали, так это того, что и сознание испытуемых тоже начнет меняться. Как пишет Шарман Эпт Рассел³³ в книге «Голод», у участников экспе-

³³ Шарман Эпт Рассел (Sharman Apt Russell, род. 1954) — писательница, популяризатор науки

римента возникала демоническая одержимость кулинарными книгами. Некоторые испытуемые могли часами говорить про еду, сравнивать цены на мясо и рыбу и даже составлять рецепты новых блюд. Многие стали всерьёз поговаривать о смене профессии, задумываясь о переходе в сельское хозяйство или ресторанное дело. **Их умы, амбиции и внимание стали навязчиво фокусироваться именно на том, чего им так сильно не хватало.**

Но голод — лишь одна из форм дефицита. Выяснилось, что мозг почти каждого человека реагирует практически одинаково в контексте дефицита. Люди ведут себя иначе, когда им кажется, что чего-то недостаточно. И неважно, о какой именно нехватке идёт речь. Слишком мало времени, денег, дружбы, секса, еды, работы, развлечений — все это вносит особый вклад в «ментальность дефицита».

Как сообщает американское издание Quartz:³⁴ «новые исследования демонстрируют, что увеличение зон ответственности на рабочем месте оказывает глубокие последствия на людей». И понятно почему. Люди пытаются как-то справиться с рабочими, семейными и финансовыми обязанностями, однако перед многими семьями часто стоит необходимость делать мучительный выбор: оплатить ли счета за коммуналку или купить еду?

³⁴ («Quartz» — это американское новостное издание, которое специализируется на бизнес-новостях для глобальной аудитории. Издание известно своим фокусом на деловую и технологическую тематику, а также на глобальные события

Процесс принятия подобных этому болезненных компромиссов изо дня в день выливается в болезненную пытку. Психологический дискомфорт, который, по словам исследователей, вынуждены испытывать люди, по степени тяжести приравнивается к состоянию, как будто человек не спал всю ночь. Это предсказуемо снижает защитные функции психики, ухудшает когнитивные функции и заметно ослабляет иммунитет.

Ученые-бихевиористы — экономист Сендхил Муллайнатан и психолог Эльдар Шафир — компетентно заявляют: *«Дефицит меняет способ мировосприятия. Мы развиваем так называемое туннельное видение проблем, сосредотачиваясь только на насущной проблеме — на той вещи, которой нам не хватает здесь и сейчас. Это что-то вроде режима пожаротушения, который лишает возможности заметить остальные проблемы и находить способы их решения. Такой эффект может произойти с любым ключевым ресурсом — не только с дефицитными деньгами, но и временем».*

Исследователи обнаружили, что дефицит снижает как гибкость интеллекта, так и способность к самоконтролю — это два аспекта того, что считается умственной пропускной способностью. «Поскольку мы озабочены нехваткой чего-либо, наши когнитивные ресурсы на пределе, и на остальные области жизни их попросту не хватает. Это делает нас менее проницательными, менее дальновидными, мы хуже себя контролируем».

Дедлайн как нехватка времени порождается чувством незаполненности времени и кардинально отличается от ощущения, возникающего из-за перегруженного рабочего дня. Причем оно неоднородно и легко выводит психику из равновесия.

Как только мы погружаемся в состояние «дефицита времени», мы сразу начинаем чувствовать себя чересчур занятыми и перегруженными: всюду опаздываем и не в состоянии ничего успеть. Это внушает своего рода близорукость, которая мешает осмысливать происходящее и заглядывать в будущее, чтобы уверенно контролировать ситуацию.

Иными словами, общее количество часов, которые мы затратим на работу, может остаться прежним, но ощущение отставания на корню убивает нашу производительность. Так о какой пользе авралов тут можно вообще говорить? Аврал — не случайность, а следствие отсутствия порядка в делах. Без Системы авралы будут повторяться и повторяться.

ТОТ САМЫЙ ГЕШТАЛЬТ

«Чихать в кулёк с шелухой из-под семечек плохая идея...»

(Народная мудрость)

Если поп-солист на концерте исполняет знакомый зрителю хит, остановившись на предпоследних словах, то зрители легко подхватят мелодию и допоют куплет. Песня кончилась, но ты продолжаешь насвистывать мелодию — так же и с мыслями. Но только насвистывать уже совсем не хочется.

Если во время беседы тебя спросят, как дела, вопрос подтолкнет к ответу. Нас всех бесят незавершенные ситуации, и причина заключается в том, что человеческий мозг лучше фокусируется на несделанном, чем на том, что удалось довести до конца.

Помнишь, в былые времена, когда семечки продавались еще неочищенными, ты с удовольствием их лузгал и не мог оторваться? Это сейчас заботливые фермеры выставляют на торговые прилавки очищенное семя подсолнуха. А когда-то давно, во времена моего детства, семечки были как символ эпохи: некое мазохистское, никогда не заканчивающееся удовольствие и единственный легальный повод плевать.

Верхом неуклюжести было достать из кулёка семечки прямо дома, зная о том, что ты не сможешь бросить это занятие.

Со словами «итак, попробуем» я оголял дитя подсолнуха от шелухи и отправлял обнаженную жертву под пресс зубов.

Не успев распробовать первую, «в топку» летел двойняшка, потом тройняшка, за ними и все «семейство» подсолнухов. Не имело значения, как много у тебя семечек и какие дела в твоём списке задач. Все, что имело в этот момент значение, — это семки. Невинная с виду забава превращалась в дело повышенной важности.

Единственная причина, которая могла меня остановить, — пустой кулек. И то я останавливался не сразу, продолжая по инерции рыскать взором в попытке отыскать затаившегося «зверя». И только убедившись наверняка, что «враг повержен», я постепенно начинал приходить в себя, снова превращаясь в добропорядочного гражданина. Подсолнечный гипноз плавно отпускал тиски: я начинал замечать мир вокруг и испуганно смотрел на часы, вспоминая о срочных делах.

Еще люди обожают сериалы — в них действие продолжается бесконечно, от серии к серии. Когда заканчивается один сезон, режиссеры снимают восемьдесят пятый. А когда мы просматриваем ленту новостей в соцсетях, она оказывается похлеще семечек — ведь она нескончаемая. Сегодня странную забаву прошлого века нам заменяет бесконечный скроллинг.

В 20-е годы прошлого века советская ученая Блюма Зейгарник, наслаждаясь капучино в местной забегаловке, вос-

торгалась способностью шустрых официантов безошибочно запоминать, кто из гостей что именно заказал, без необходимости записывать подробности в блокнот. Упиваясь бодрящим напитком, наблюдательная Блюма не переставала оставаться ученой; ее пыливый глаз подметил интересную закономерность: все без исключения официанты помнили мельчайшие детали заказа до закрытия счета. Счет был подобен вспышке хитроумного прибора из кинофильма «Люди в черном» — напроць стирал все воспоминания об оплаченном заказе.

Без экспериментов, конечно же, не обошлось. Добровольцам предложили сложить пазл. По просьбе ученых участники одной группы подопытных должны были добросовестно завершить задание, в то время как второй группе приходилось бросать занятие на полпути.

Опросы показали, что прерванные задания отложились в памяти «квазипотребностью» — снова взяться за начатое, а сами испытуемые, которые не выполнили задание, еще долго потом боролись с непреодолимым желанием вернуться к незаконченным действиям.

Позже этой особенности присвоят имя — эффект Зейгарник. Но как бы он ни назывался, суть подобного эффекта заключается в нелюбви нашего серого вещества к незавершенности: мозгу буквально не по себе от подвешенных в воздухе или оборванных на середине выполнения занятий.

На первый взгляд, заканчивать дела — это здорово! Мозг

изо всех сил пытается нам в этом помочь. Но выходит так себе. Да, в голове есть встроенная «напоминалка» о том, что нужно что-то сделать, — и это кажется вполне удобным, но на деле эффект Зейгарник, если его не контролировать, способен сильно отравлять жизнь.

Когда ты получаешь на руки большую и аппетитную проблему, тебя можно поздравить: ты словил навязчивую идею, спокойствие будет только сниться. Кажется, будто выбора нет — нужно вступать в схватку со злом. Такая битва съедает много сил, создавая при этом иллюзию, что ты тратишь время на что-то очень нужное и занимаешься чем-то очень полезным.

В бытовом понимании незакрытый гештальт³⁵ — это неудовлетворенная потребность. Каждый из незакрытых циклов покрыт слоем ржавчины, пожирающим внимание. Неразродившиеся делишки подолгу ютятся в закоулках памяти, беспокоят и постоянно отвлекают. Мозг без внешней Системы обязательно разбудит тебя в три часа ночи и начнет прокручивать на экране сознания когда-то поставленные тобой же задачи. Даже тот факт, что ты о них не помнишь, вовсе не означает, что их не существует. Будь уверен, рано или поздно это даст о себе знать.

Иными словами, для мозга старание не делать что-то и есть делание, ибо мотив тут один и тот же: **страстное же-**

³⁵ Гештальт — действие или ситуация, которая не была доведена до логического конца, то есть то, что требует завершения

ление избавить себя от несделанного. Такой замкнутый круг способен истощить кого угодно. Психологи на ежедневной основе латают нанесенные реальностью раны у пациентов и констатируют, что незакрытые гештальты у многих провоцируют раздражительность и тревожность, а в некоторых случаях даже приводят к нерациональному финансовому поведению. Ведь однажды «всплывшая» в голове задачка в дальнейшем будет бессистемно продолжать клевать твой затылок.

Это похоже на школьные времена, когда эрекция застигала подростка в самый неподходящий момент — например, на уроке математики, когда вызывали к доске. Мысль пробирается в голову, как вода при нырянии набирается в ухо: плюхается там и чешется так, что спать невозможно, но почесать нельзя, потому что для этого понадобилось бы залезть пальцем в мозг. Думаю, Ван Гог оттяпал ухо как раз из-за чего-то подобного.

Мысль обязательно глубоко проникнет в мозг и разворошит все, что только можно разворошить, отыскивая необходимые рычажочки, а найдя — крепко ухватится за них и будет тянуть что есть мочи. Сначала это малозаметно, но из-за того, что ты не прекращаешь чувствовать давление и днем, и ночью, отдельные, но немаловажные части твоего мозга начнут сходить с ума. Каждое дело тянет одеяло на себя — в итоге в твоей голове вопит хор из множества задач, каждая из которых кричит, топает ножками и дергает за штанину.

Представь, что ты оказался в месте, где сотня надоедливых попрошайек в один голос чего-то от тебя требует?

Проблемы несделанных дел приходится временно размещать на депозите совести, но дотошные «коллекторы» не оставят в покое. Невыполненные задачи бомбардируют без предупреждения и почти всегда несвоевременно.

Логично было бы пойти отдохнуть в такой момент, но и это не помогает. Процесс-то бессознательный, и отключить внутренний зуд при помощи одной только силы воли не получится. Ты можете, например, лежать на диване, пытаясь не думать ни о каких отчетах и дедлайнах, но они всё равно продолжают донимать тебя, хочешь ты этого или нет. Все потому, что мозг, давая команду не думать о «маленьком зеленом яблоке», запускает поисковый запрос отслеживать все, что связано с «маленьким зеленом яблоке», чтобы о нем как следует «не думать», поэтому во время сканирования вынужден «думать» о нем постоянно. Так уж устроено у нас в голове.

У нашей бессознательной части, когда она сталкивается с незакрытыми запросами, имеется яркое ожидание того, что нужда должна быть обязательно закрыта. А ожидание — это всегда природа незакрытой нужды. Получается, что лучший способ разобраться с проблемой, чтобы напрочь выкинуть ее из головы, — это действительно с ней покончить.

Но все дела не переделать. К тому же, как выяснилось, имеется более надежный способ защитить психику и избавиться от навязчивых мыслей — заблаговременно перенести

незавершенные задачи на внешний носитель, где они точно не пропадут бесследно, и тем самым взять под контроль управление предстоящими действиями.

В наше время исследователи из Флоридского университета обнаружили поразительную вещь: эффект Зейгарник легко преодолеть простым составлением плана, даже если задача никогда не будет выполнена в реальности. Ведь наш мозг не делает различий между фактически выполненной задачей и делом, которое отложили. Предварительно записывая что-то в Систему, мы буквально выкидываем это из головы. И вовсе не обязательно сразу расправляться с задачей. Чтобы мозг перестал о ней думать, достаточно просто записать о ней напоминание, убедив его в том, что об этом деле вскоре позаботятся.

ПЛАНИРОВАТЬ НЕЛЬЗЯ НЕ ПЛАНИРОВАТЬ

*«Вот животные вообще не занимаются планированием будущего. И чем меньше человек планирует, тем ближе он к животному»
(В. И. Ленин — пятилетний план)*

События нарастают. Проснувшись, люди как бы осознают себя и начинают день с нелепых вопросов: «Кто я? Что я? Где я? А вот если я что-то не сделаю, это будет продуктивно или ещё нет?»

Скажу прямо: те, чья жизнь запуталась в Хаосе, прекрасно понимают жуткую алгебру суеты, которая не знает милосердия. Но вопрос о вреде и пользе планирования до сих пор спорный... В контексте провала задуманного можно вспомнить фразу: «Хочешь рассмешить Бога — расскажи ему о своих планах на завтра».

Не думай о будущем. Живи одним днем, как учит нас Писание³⁶ и двойная бухгалтерия — и всегда будешь в жопе. Плыви по течению и ни о чем не задумывайся. Таков мир, в котором ты живешь. Наверняка подобное — привычная для многих вещь. Но то, о чем я тебе тут толкую, немного про-

³⁶ «Итак, не заботьтесь о завтрашнем дне, ибо завтрашний сам будет заботиться о своем: довольно для каждого дня своей заботы» (Мф. 6:34)

тиворечит такому подходу.

Никто не говорит, что ставить цели бесполезно. Ведь при отсутствии внешних стимулов многие люди склонны продолжать делать то же самое, что и раньше, и предсказуемо получать примерно такой же, как прежде, результат: по инерции жизнь течет лишь туда, куда занесет. А делать осмысленные выводы из бессмысленной ситуации — вещь бесполезная.

Но думаю, тебе всё же больше по душе сценарий, в котором твоя жизнь развивалась бы менее стихийно и, по возможности, чтобы ты мог ей управлять. Глупо просто стоять в сторонке, пока ростки грядущих проблем не укоренятся. Ведь всё, чего ты желаешь, — лелеять себя любимого, иметь надежную гарантию безоблачного будущего и не слишком хлопотливое настоящее.

Мы исходим из того, что каждый раз, делая что-то, мы знаем, каковы будут последствия. То есть так или иначе, в какой-то степени, уже планируем. Предвидеть наперед и предотвращать авралы — панацея от неорганизованности.

В упрощенном смысле будущее — это череда событий, которые еще только наступят. От настоящего оно отличается тем, что мир будет выглядеть по-другому. И прежде всего нужно понять, что беспорядочное неконтролируемое будущее наполнено непредвиденными случайностями и неприятными сюрпризами. Их легко можно избежать с помощью планирования.

Я собираюсь высказать одну мысль, прекрасно понимая, что многие встретят ее в штыки: жизненно важный ингредиент успеха — это не знать, что задуманное тобой невозможно выполнить. Тогда у тебя появляется шанс расслабиться и все-таки сделать как надо. Ясный ум и надежный инструмент — это всё, что понадобится, когда твой план пойдет по пизде. Как говорил Питер Друкер: «Самый лучший способ прогнозирования будущего — это его создание».

Однако нужно понимать, что невозможно создать идеальный план на все случаи жизни. По неписаному закону служебные дела делаются в первую очередь, а личные — немедленно. Люди часто попадают в замкнутый круг: если уделять больше внимания личной жизни, начинаются проблемы с деньгами; если слишком долго протирать штаны в офисе, страдают отношения и ухудшается самочувствие.

Составляя план по привычке, как раньше, ты навязываешь себе жесткие ограничения, загоняешь себя в рамки. Такое планирование лишает гибкости и блокирует творческие инсайты, а чтобы строго придерживаться графика, придется постоянно себя «подпирать» с помощью силы воли, что только демотивирует. Налицо парадокс: когда ты планируешь слишком много — задыхаешься, без планирования — горишь.

Ситуацию отягощает заезженное предложение «управлять временем». Не беря в расчет тот факт, что «управлять временем» при помощи часов — то же самое, что пытаться

управлять погодой, одеваясь по сезону. Разумнее будет прекратить воевать с часами и начать управлять тем, что действительно поддаётся контролю, — своими действиями.

Естественно, необходим определенный баланс. Вернуть фокус и контроль помогает не сила воли, а правильная Система планирования. Наличие такой Системы заметно отличается от привычного подхода, но, почему-то думая об этом, люди привычно подразумевают классический тайм-менеджмент. Я же считаю, что универсального способа справиться с проблемами нет. Но я уверен: умение управлять предстоящими действиями существенно облегчает движение на пути к гармонии в личной жизни и в остальных делах.

ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ

*«Сила безоружного мозга сильно переоценена.
Без внешней помощи, память, мышление и
аргументация работают с ограничениями»
(Дональд Норман)³⁷*

Гиппократ говорил: «Я есть то, что я ем». Эта мудрость применима не только к здоровому питанию, но и к окружающей нас информации, которую мы вынуждены потреблять. А как иначе нам ориентироваться в окружающей среде и адаптироваться к ней, поддерживать отношения с людьми (взаимодействовать с ними), получать необходимые знания, а тем более — принимать мудрые решения, отвечающие нашим интересам? Очевидно, что для выживания информация и знания нам нужны не меньше, чем еда и вода. Поэтому выбор информационной диеты является нашим правом и нашей обязанностью. Только нам решать, какая информация полезна, а какая вредна, какая нужна больше, а какая — меньше, и как в итоге с ней поступать. Однако нужно понимать, что **Информация** — это не то же самое, что **Знания**.

В чем же отличия? Информация — это не более чем факты, зафиксированные на материальном носителе, совокуп-

³⁷ Дональд Артур «Дон» Норман — американский психолог, специалист в области когнитивистики, дизайна и пользовательской инженерии, преподаватель, соучредитель и консультант и писатель

ность данных, в которые заложен некий смысл, сохранённых и распространённых во времени и пространстве. Информация являет собой изолированные «узлы-факты», между которыми отсутствуют взаимосвязи, поэтому ни одна Система Данных по простому запросу никогда не выдаст тебе ни одного лишнего бита. В то же самое время корневой признак Знания имеет отличную от Информации природу и строится на новых связях, способных порождать новые идеи. Еще Эйнштейн говорил, что Информация в чистом виде — никакое не Знание. Знание — это Опыт. Все остальное — просто Информация, а **Знание — это Информация в Действии.**

Информация сама по себе не может достичь целей. Она не имеет ценности, пока не преобразована в знания, которые можно использовать. Если Знание — это опыт и связи, то нам нужно пространство, где эти связи не будут ограничены объёмом нашего внимания. А человеческий мозг — слишком узкое горлышко для обработки таких массивов. Наши представления о голове довольно туманны. Мы носим на ней шапку и почесываем затылок, иногда что-то обдумываем, но мы не знаем толком ни как зарождаются мысли, ни как функционирует память, ни даже как разумно пользоваться этой самой головой. Помнишь, как в фильме «Формула любви»: «Голова — предмет темный и исследованию не подлежит».

Однако современные исследования о работе мозга говорят, что каждый нейрон (у человека их около ста миллиардов) вспыхивает примерно двести раз в секунду. И когда

определенный нейрон запускает сигнал, семь тысяч других нейронов его ловят. Если перемножить эти числа, мы получаем 200 000 000 000 000 бит передаваемой в мозге каждую секунду информации — слишком большое число, чтобы его можно было представить. Да, мозг — это мощная машина. Мощная, но ограниченная. Для того чтобы информация перестала быть «мертвым грузом» и превратилась в топливо для достижений, ей необходим внешний каркас — нам нужен внешний инструмент, который сохраняет связи, не перегружая разум.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.