Продуктивность.

Слово, на самом деле, мало для нас знакомое. И случилось так потому, что мы в принципе не очень организуем свою жизнь. Но оно однозначно начнет возникать, если вы перестали жить стихийно. Стихийно – это не значит под воздействием чувств и эмоций, это скорее ТОЛЬКО под их воздействием, как я примерно рассказала в предыдущей главе.

Я также, помнится, обещала рассказать, а что теперь делать, куда двигаться дальше и чем заполнить и эту тонну высвободившегося времени, и это невероятное количество сил, которое теперь, оказывается, есть. Да и голову тоже.

Тут, конечно, кроется один подвох. Потому что если исходить из принципа, что надо обязательно себя чем-то занять, то вместо тех непродуктивных эмоций (опять – про продуктивность, слышите?), о которых мы говорили, можно найти себе других. Мыслей, эмоций, ситуаций. Чтобы жизнь медом не казалась. А на самом деле – чтобы наши ресурсы были востребованы. Негоже, как говорится, молодому и резвому коню стоять в стойле. Поэтому пусть хоть что-то, чем ничего.

И вот тут надо обязательно остановиться. Остановиться, чтобы понять – вы это делаете почему? Для чего? Чтобы занять ум, потому что привыкли, что надо о чем-то думать? Наши внутренние части – они ведь на самом деле очень рефлекторны. И это как привычка есть. Уму тоже надо есть – мы судорожно лезем в интернет «что-то посмотреть». Мол, как там мир без нас – не рухнул? Вдруг нужно наше непосредственное участие? Наша эмотивная и чувственная сфера тоже хочет есть: а чего это как-то тихо-то? Ни скандала, ни пьянки, ни выяснения отношений, ни мучительной безответной любви? И о чем тогда вообще с друзьями говорить-то?

Это, кстати, поворотный этап, буквально вираж, на котором друзей можно и потерять. Потому что вы меняетесь, а они – совершенно не факт, что захотят сделать также. И когда они еще будут обсуждать Лену Катину из Инстаграмма, а вы уже будете молча стоять и думать – она вам эта Лена Катина вообще на самом деле нужна или нет — вот тогда вы увидите, как ваш корабль потихоньку отчаливает от этой гавани, и будете одновременно мысленно недоумевать и махать платочком.

Итак, продуктивность — это всегда про результат. И именно потому мы назвали описанные нами ранее чувства, эмоции и поведение непродуктивным, что они не дает результата. Хотя…вру. Дают. Они разрушают нас. А хотелось бы результата созидающего. Ну, вот мне, например, хочется именно такого.

Освободившееся место, пространство и время имеет смысл тратить так, как вы давно хотели, но все время было некогда, или, как давно мечтали, но не могли себе позволить. Однако бывает и состояние полного отсутствия этих самых желаний. Некий пат. Внутренняя тишина. Вакуум. И обратно уже никак – и впереди сплошной туман.

Причины у этого могут быть разные – от того, что желания были прочно блокированы и подавлены в далеком детстве, до свежей психологической травмы, после которой вы еще не оправились. Так или иначе – есть смысл немного поплавать в этом, как ежик в одноименном мультфильме. Авось, течение вынесет (и оно, как правило, действительно, выносит) – а там и Мишка, и душистый чай с вареньем. И может так оказаться, что счастье – то, которое в мечтах и желаниях – оно совсем рядом было. Надо было только его узнать.

Этот этап обычно называется «Присвоение желаний». Потому что часто мы не знаем, какие желания наши, а какие нам навязаны окружающими людьми. Мир же вокруг нас так устроен, что в детстве за нас хотят мама или папа (а может еще и дедушка с бабушкой). Или хотим мы, а они работают Дедом Морозом. Круглосуточно. Всей семьей. И тогда и желания вроде есть, а радости от них нет – потому что нет никакого пути к реализации этого желания, нет усилия, труда, стремления – а потому и пряник не сладок. И вот это аморфное нечто мы постепенно начинаем из себя вытаскивать и смотреть – а что там все это время было и пряталось? А оно наше или не наше? А мы хотим, чтобы оно там было или нет? На Гавайи я хочу или мама всегда мечтала, а мне нравится Аляска? Профессия переводчика — это статусно (так папа сказал) или мне нравится другой язык, и я просто тащусь от других стран? Вот так потихоньку, по ниточке, веточке, клочочку, кусочку разбираем себя на составляющие, узнавая, что у нас самих творится внутри, когда мы перестаем жить непродуктивными эмоциями, которые отчуждают нас от себя самих, мешают нам с собой встретиться и узнать себя настоящих.