

Adrian Oddwell

SERIA DLACZEGO TO JEST TAKIE GLUPIE

DLACZEGO PRODUKTYWNOŚĆ JEST TAKA GŁUPIA

Jak świat wpadł w obsesję robienia więcej



SPIS TREŚCI

INTRO.....	3
Rozdział 1 - Lista rzeczy, która nigdy się nie kończy	10
Rozdział 2 - Dzień pocięty na kawałki	21
Rozdział 3 - Poranek, który ma naprawić całe życie	27
Rozdział 4 - Człowiek, który ma być lepszą wersją siebie ...	32
Rozdział 5 - Największy złodziej czasu, który mieszka w kieszeni	39
Rozdział 6 - Stan skupienia, który miał wszystko rozwiązać	45
Rozdział 7 - Zmęczenie, o którym nikt nie chciał rozmawiać	51
Rozdział 8 - Wieczór, który miał być odpoczynkiem.....	57
Rozdział 9 - Wyścig, którego nikt nie ogłosił.....	62
Rozdział 10 - Najtrudniejsza decyzja: czego nie zrobić	67
Rozdział 11 - Rzeczy ważne rzadko wyglądają produktywnie	72
Rozdział 12 - Jedna rzecz, której nikt nie chce wybrać.....	77
Rozdział 13 - Nadmiar wszystkiego	85
Rozdział 14 - Sztuka usuwania	90
Rozdział 15 - Czas, który przestał być projektem.....	95
Rozdział 16 - Ile rzeczy naprawdę trzeba zrobić	99
Rozdział 17 - Dlaczego tak trudno przestać być zajęтым ...	104
Rozdział 18 - Cisza, która wygląda jak nic	109
Rozdział 19 - Zwolnienie, które wygląda jak odwaga	113
Rozdział 20 - Paradoks robienia mniej	117

Rozdział 21 - Dlaczego więcej zawsze wygląda lepiej	121
Rozdział 22 - Gdzie znikają najważniejsze rzeczy	126
Rozdział 23 - Poranek, który decyduje o wszystkim	131
Rozdział 24 - Jedna godzina, która zmienia dzień	136
Rozdział 25 - Głębia zamiast tempa	140
Rozdział 26 - Świat zaprojektowany do rozpraszania	144
Rozdział 27 - Biuro, które nie lubi skupienia	149
Rozdział 28 - Problem, który nigdy nie był w człowieku	153
Rozdział 29 - Kto właściwie projektuje nasz dzień	157
Rozdział 30 - Dzień, który powstaje przypadkiem	162
Rozdział 31 - Jeden wybór, który ustawia wszystko	166
Rozdział 32 - Jedna rzecz, która naprawdę ma znaczenie	170
Rozdział 33 - Największa iluzja produktywności	174
Rozdział 34 - Najprostsza prawda o pracy	179
Rozdział 35 - Czy naprawdę trzeba robić więcej	183

INTRO

Wszystko zaczęło się od człowieka, który siedział przy stoliku w kawiarni i wyglądał, jakby właśnie prowadził bardzo poważną operację chirurgiczną na własnym dniu. Przed nim leżał laptop, obok telefon, a obok telefonu jeszcze drugi telefon, który najwyraźniej był odpowiedzialny za jakieś inne, równie pilne sprawy. Na ekranie laptopa widniała lista zadań, na telefonie kalendarz, a na drugim telefonie aplikacja do zarządzania zadaniami, która najwyraźniej służyła do zarządzania zadaniami w aplikacji do zarządzania zadaniami.

Człowiek co kilka sekund zerkał na zegarek, po czym energicznie coś wpisywał. Następnie skreślał. Następnie wpisywał z powrotem. Następnie przenosił zadanie z godziny 11:10 na 11:20, najwyraźniej uznając, że to bardzo realistyczna korekta planu dnia. Po czym spojrzał na swoją listę, westchnął i dopisał jeszcze jedno zadanie: „Zorganizować system produktywności”.

Gdyby ktoś z kosmosu zobaczył tę scenę po raz pierwszy, zapewne uznałby, że obserwuje szczególny rodzaj sportu ekstremalnego. Człowiek próbuje pokonać dzień. Dzień próbuje pokonać człowieka. Narzędzia są coraz bardziej zaawansowane, ale wynik meczu pozostaje dziwnie nierozstrzygnięty.

I to właśnie jest moment, w którym pojawia się pytanie, które jest początkiem tej książki.

Ale właściwie - dlaczego?

Dlaczego w pewnym momencie historii ludzkość uznała, że normalnym stanem życia jest ciągłe próbowanie zrobienia większej liczby rzeczy w mniejszej ilości czasu, przy

jednoczesnym poczuciu, że i tak robi się za mało? Dlaczego powstał cały przemysł ludzi, którzy tłumaczą innym ludziom, jak zrobić jeszcze więcej rzeczy, zanim skończy się dzień, który już teraz wydaje się podejrzanie krótki?

Najdziwniejsze w tym wszystkim jest to, że produktywność brzmi jak coś absolutnie rozsądnego. Słowo samo w sobie jest niewinne. Produktywność oznacza przecież robienie rzeczy. Tworzenie. Działanie. Bycie skutecznym. Nikt nie budzi się rano z myślą: „Dziś chciałbym być zupełnie nieproduktywny”.

A jednak gdzieś po drodze wydarzyło się coś bardzo osobliwego.

Produktywność przestała być sposobem działania, a stała się osobowością.

Dziś można spotkać ludzi, którzy nie opisują swojego dnia przez to, co przeżyli, tylko przez to, ile rzeczy „odhaczyli”. Rozmowa o weekendzie brzmi coraz częściej jak raport z logistyki magazynowej. W sobotę zrobiono zakupy, uporządkowano pliki, przeczytano fragment książki o produktywności i zaplanowano przyszły tydzień tak szczegółowo, że przyszły tydzień nie miał już absolutnie żadnej możliwości, żeby się wydarzyć spontanicznie.

I tu pojawia się pierwszy mały paradoks.

Produktywność miała nam dać więcej czasu.

Tymczasem stworzyła ludzi, którzy czują się winni, kiedy przez chwilę nic nie robią.

Najbardziej zdumiewające jest jednak to, jak bardzo poważnie wszyscy traktują ten system. W internecie można znaleźć tysiące poradników, które tłumaczą, jak zoptymalizować

poranek. Nie chodzi już o to, żeby rano wstać i wypić kawę. To byłoby zbyt chaotyczne. Teraz poranek jest projektem.

Wstań o 5:30.

Medytuj przez 10 minut.

Zrób zimny prysznic.

Zapisz trzy cele dnia.

Zjedz śniadanie bogate w białko.

Przeczytaj 15 stron książki.

Zaplanuj blok pracy głębokiej.

Jeśli ktoś czyta tę listę z boku, może odnieść wrażenie, że ludzie zaczęli przygotowywać się do dnia z taką samą intensywnością, z jaką kiedyś przygotowywano się do wyprawy na Antarktydę.

Najlepsze jest to, że wszystkie te rytuały mają jeden wspólny cel.

Zrobić więcej.

Nie trochę więcej.

Więcej więcej.

Jeszcze więcej.

To jest moment, w którym warto zatrzymać się na sekundę i przyjrzeć się temu z boku, tak jakby oglądało się dziwny dokument przyrodniczy o nowym gatunku zwierząt.

Człowiek produktywny buduje wokół siebie systemy. Tworzy listy, kalendarze, aplikacje, kolorowe oznaczenia, metody blokowania czasu, techniki koncentracji, techniki planowania

tygodnia i techniki planowania technik planowania tygodnia. Wszystko to służy jednemu celowi: żeby dzień wreszcie zaczął działać jak dobrze naoliwiona maszyna.

I przez chwilę faktycznie działa.

A potem wydarza się coś, czego żaden system produktywności nie przewidywał.

Życie.

Ktoś dzwoni. Dziecko czegoś potrzebuje. Mail okazuje się ważniejszy niż wyglądał. Zadanie, które miało zająć piętnaście minut, zaczyna zachowywać się jak projekt budowy mostu przez ocean.

I nagle perfekcyjnie zaplanowany dzień zaczyna się rozpadać jak konstrukcja z kart.

To jest moment, w którym człowiek produktywny robi coś bardzo charakterystycznego.

Nie myśli: „Plan był zbyt ambitny”.

Myśli: „Muszę znaleźć lepszy system”.

I w tym miejscu historia produktywności zaczyna przypominać trochę historię ludzi, którzy kupują coraz większe walizki, zamiast zastanowić się, czy naprawdę trzeba zabierać na wakacje cały dom.

Produktywność jest bowiem dziwną grą psychologiczną. Z jednej strony daje poczucie kontroli. Kiedy dzień jest zapisany w kalendarzu w blokach po trzydzieści minut, świat wygląda na uporządkowany. Człowiek czuje, że panuje nad rzeczywistością.

Z drugiej strony ten sam system bardzo szybko zaczyna produkować coś zupełnie innego.

Poczucie, że nigdy nie robi się wystarczająco dużo.

Właśnie dlatego ludzie zaczęli mierzyć swoje życie w tak niezwykle sposób. Nie w latach. Nie w doświadczeniach. Nawet nie w wspomnieniach.

W zadaniach.

To jest zdanie, które brzmi trochę jak żart, ale tylko do momentu, kiedy ktoś otworzy aplikację do zarządzania zadaniami i zobaczy, że lista rzeczy do zrobienia ma długość powieści rosyjskiej.

Co ciekawe, większość tych zadań nie pojawiła się tam dlatego, że ktoś naprawdę musi je zrobić. Pojawiły się dlatego, że w świecie produktywności wszystko zaczyna wyglądać jak potencjalny projekt.

Można zoptymalizować dietę.

Można zoptymalizować poranek.

Można zoptymalizować sen.

Można zoptymalizować odpoczynek.

To ostatnie jest szczególnie interesujące, bo oznacza, że nawet relaks może być niewłaściwie wykonany.

I właśnie w tym miejscu produktywność zaczyna pokazywać swoje najbardziej komiczne oblicze.

Człowiek siedzi na kanapie i próbuje odpoczywać tak efektywnie, jak to tylko możliwe.

Próbuje być produktywny w odpoczywaniu.

To jest moment, w którym cała konstrukcja zaczyna wyglądać jak coś, co ktoś wymyślił bardzo poważnie, ale z jakiegoś powodu nikt nigdy nie zatrzymał się na chwilę, żeby zapytać, czy to w ogóle ma sens.

Najciekawsze w tym wszystkim jest jednak to, że produktywność nie jest wrogiem ludzi.

Ludzie ją uwielbiają.

Kupują książki o produktywności. Oglądają filmy o produktywności. Słuchają podcastów o produktywności podczas spacerów, które wcześniej zaplanowali jako „spacer produktywności”. Czasami wygląda to tak, jakby produktywność była nową wersją bardzo starego ludzkiego marzenia.

Marzenia, że istnieje sposób, żeby wreszcie ogarnąć życie.

Ta książka nie będzie próbowała tego marzenia zniszczyć. To byłoby zbyt łatwe i zbyt cyniczne. Zamiast tego zrobi coś znacznie ciekawszego.

Przyjrzy się temu marzeniu z bliska.

Zobaczy, jak powstały rytuały produktywności. Jak ludzie zaczęli mierzyć swoje dni w blokach czasu. Jak powstały listy zadań, które nigdy się nie kończą. Jak powstało przekonanie, że jeśli ktoś nie jest zajęty, to prawdopodobnie robi coś podejrzanego.

Bo jeśli spojrzeć na to wszystko spokojnie, z odrobiną dystansu, zaczyna się wyłaniać obraz bardzo osobliwej epoki.

Epoki, w której ludzie mają więcej narzędzi do oszczędzania czasu niż kiedykolwiek wcześniej w historii.

I jednocześnie czują, że czasu mają coraz mniej.

To jest właśnie zagadka, którą będziemy tu rozbierać na części.

Nie po to, żeby ją naprawić.

Po to, żeby zobaczyć, jak bardzo jest absurdalna.

A kiedy zaczniemy patrzeć na produktywność naprawdę uważnie, okaże się, że najbardziej zdumiewające rzeczy dopiero przed nami.

Bo jeśli produktywność jest taka rozsądna, jak wszyscy twierdzą, to dlaczego sprawia, że tak wielu ludzi siedzi wieczorem na kanapie i myśli jedno zdanie, którego nikt nie wpisuje do żadnej listy zadań.

„Dzisiaj znowu byłem zajęty przez cały dzień, a i tak nie wiem, co właściwie zrobiłem”.

Rozdział 1 - Lista rzeczy, która nigdy się nie kończy

Pierwszym narzędziem cywilizacji produktywności jest lista rzeczy do zrobienia. Wygląda niewinnie. Czasami jest to kartka papieru przyklejona do lodówki, czasami aplikacja w telefonie, czasami elegancki notes kupiony specjalnie po to, żeby wreszcie zapanować nad życiem. Idea jest prosta i wydaje się absolutnie rozsądna: zapisz rzeczy, które musisz zrobić, żeby o nich nie zapomnieć. W tym momencie nikt jeszcze nie podejrzewa, że właśnie powstał jeden z najbardziej wyrafinowanych systemów generowania poczucia winy w historii codziennego życia.

Lista rzeczy do zrobienia działa jak bardzo uprzejmy księgowy. Nie krzyczy. Nie dramatyzuje. Po prostu spokojnie przypomina o wszystkich zobowiązaniach, które istnieją w twoim życiu. Problem polega na tym, że życie ma wyjątkową zdolność do produkowania nowych zobowiązań szybciej, niż człowiek jest w stanie je realizować. Każdy nowy pomysł, każdy mail, każda drobna sprawa techniczna nagle zamienia się w kolejną pozycję na liście. I tak lista, która miała być narzędziem porządku, zaczyna zachowywać się jak organizm, który stale rośnie.

Najbardziej fascynujące w listach zadań jest to, że mają one bardzo osobliwą właściwość psychologiczną. Sam fakt zapisania czegoś na liście daje chwilowe poczucie ulgi. Człowiek ma wrażenie, że właśnie zrobił pierwszy krok w kierunku rozwiązywania problemu. Zadanie zostało nazwane, a więc w pewnym sensie już częściowo opanowane. To dlatego ludzie zapisują na listach rzeczy tak abstrakcyjne jak