Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

Seria poradników z przymrużeniem oka ;)

Będę Za Pięć Minut. Czyli Za Dwadzieścia

Jak przestać się spóźniać, realistycznie planować wyjścia i zostawiać sobie zapas czasu bez ustawiania pięciu fałszywych alarmów



Mamy problem. Ale spokojnie.
Da się go rozwiązać i jeszcze będzie z czego się pośmiać.

Będę Za Pięć Minut. Czyli Za Dwadzieścia

Jak przestać się spóźniać, realistycznie planować wyjścia i zostawiać sobie zapas czasu bez ustawiania pięciu fałszywych alarmów

Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

SPIS TREŚCI

INTRO 5

Rozdział 1 - Spotkanie nie zaczyna się o godzinie spotkania 11

Rozdział 2 - Twoje pięć minut ma podejrzanie dużo minut 20

Rozdział 3 - Alarm, którego sam nie traktujesz poważnie 29

Rozdział 4 - Problem zaczął się dwie godziny wcześniej 39

Rozdział 5 - Gdzie są moje klucze i dlaczego znowu tam nie są 50

Rozdział 6 - Nie chcę być za wcześnie 60

Rozdział 7 - Jeszcze tylko dokończę tę jedną rzecz 70

Rozdział 8 - Skoro raz zdążyłem, to przecież się da 81

Rozdział 9 - Wpisz do kalendarza także drogę 92

Rozdział 10 - Zapas ma mieć konkretne zadanie 102

Rozdział 11 - Wyjście też może mieć swoją procedurę 113

Rozdział 12 - Plan się zmienił. Ty też zmień plan 124

Rozdział 13 - Jutro rano zaczyna się dzisiaj wieczorem 137

Rozdział 14 - Kiedy wychodzi więcej niż jedna osoba 147

Rozdział 15 - Kiedy wszystko idzie dobrze, aż nagle nie idzie 161

Rozdział 16 - Nie musisz być punktualny wszędzie tak samo 171

Rozdział 17 - Nie każdy dzień da się poukładać jak klocki 183

Rozdział 18 - Pierwsze oznaki, że znowu zaczynasz się spóźniać 194

Rozdział 19 - Nie potrzebujesz systemu, którego będziesz pilnować przez całe życie 206

Rozdział 20 - Pięć minut może wreszcie znaczyć pięć minut 218

INTRO

Jest 7:42. Musisz wyjść o 7:45. Jesteś więc, według własnych obliczeń, w bardzo komfortowej sytuacji. Kurtka wisi na krześle, buty stoją przy drzwiach, klucze... gdzieś są, ale przecież klucze nie mają nóg. Telefon ma 18 procent baterii, więc wypadałoby tylko na minutkę podłączyć go do ładowarki. W tym samym czasie przypominasz sobie, że nie nalałeś wody do butelki, pies patrzy na ciebie jak księgowy wykrywający nieprawidłowości, a lustro w przedpokoju ujawnia, że włosy z lewej strony głowy prowadzą dziś niezależną politykę zagraniczną.

7:45.

Spokojnie. Przecież wychodzisz.

Tylko jeszcze toaleta. Szybka. Następnie trzeba znaleźć słuchawki, bo bez podcastu podróż trwa psychologicznie trzy razy dłużej. Przy okazji widzisz kubek na stole, więc odnosisz go do kuchni. Skoro już jesteś w kuchni, bierzesz tabletkę, o której miałeś pamiętać rano. Potem wracasz po kurtkę i orientujesz się, że telefon nadal ładuje się w sypialni. 7:51. Wysyłasz wiadomość: „Już wychodzę".

To zdanie jest jednym z największych osiągnięć literatury fantasy.

„Już wychodzę" rzadko oznacza, że właśnie przekraczasz próg. Częściej znaczy: mentalnie zaakceptowałem fakt, że w bliżej nieokreślonej przyszłości opuszczę mieszkanie. Ciało jeszcze o tym nie wie. Buty również nie zostały poinformowane.

Jeżeli regularnie spóźniasz się pięć, dziesięć albo dwadzieścia minut, prawdopodobnie znasz ten rytuał aż za

dobrze. Nie dlatego, że masz gdzieś innych ludzi. Nie dlatego, że jesteś nieodpowiedzialnym potworem, który budzi się rano i myśli: „Komu by tu dziś zmarnować kwadrans?". Najczęściej naprawdę zamierzasz być na czas. Czasem nawet zamierzasz być wcześniej, co przez kilka minut daje ci przyjemne poczucie, że właśnie zostałeś człowiekiem niezwykle zorganizowanym.

Potem zaczynasz negocjować z zegarem.

Masz spotkanie o 18:00, dojazd trwa około dwudziestu minut, więc wystarczy wyjść o 17:40. Logiczne. Tyle że „dwadzieścia minut dojazdu" oznacza w twojej głowie dwadzieścia minut od momentu, gdy samochód magicznie pojawi się na drodze albo gdy pociąg ruszy ze stacji. Nie obejmuje znalezienia portfela, zejścia po schodach, czekania na windę, dojścia do auta, skrobania szyby, szukania miejsca parkingowego, przejścia z parkingu, czerwonego światła, człowieka stojącego dokładnie na środku ruchomych schodów ani faktu, że Google Maps nie steruje ruchem za pomocą telepatii.

A przecież życie uwielbia te drobiazgi.

Problem ze spóźnianiem się bardzo często nie polega na tym, że nie znasz godziny. Znasz ją doskonale. Problem polega na tym, że planujesz tylko tę część czasu, którą łatwo zobaczyć. Podróż trwa trzydzieści minut, więc rezerwujesz trzydzieści minut. Prysznic zajmuje dziesięć, więc zaczynasz go dziesięć minut przed wyjściem. Ubranie się zajmuje pięć, pod warunkiem że dokładnie wiesz, co założysz, wszystko jest czyste, guzik nie odpadnie, skarpetki nie rozpoczęły separacji, a ty nie staniesz przed szafą z nagłym przekonaniem, że nie posiadasz ani jednej rzeczy odpowiedniej do temperatury wynoszącej jedenaście stopni.

Plan jest świetny.

Dla laboratorium.

W prawdziwym życiu pomiędzy kolejnymi czynnościami istnieje mnóstwo małych szczelin czasowych. Dwie minuty tutaj, cztery tam, siedem na coś, czego nawet nie pamiętasz. To właśnie w tych szczelinach znika twoje „mam jeszcze czas". Nie spektakularnie. Nie przy dźwięku alarmu przeciwlotniczego. Po cichu. Jedna wiadomość. Jeden powrót po ładowarkę. Jedno „skoro już jestem w kuchni". Nagle plan, który jeszcze kwadrans temu wyglądał jak szwajcarski rozkład jazdy, przypomina kartkę znalezioną po powodzi.

Dlatego ustawianie pięciu alarmów zazwyczaj nie rozwiązuje problemu.

Pierwszy alarm mówi: „Powoli się zbieraj". Ignorujesz go, bo przecież właśnie po to był ustawiony wcześnie. Drugi informuje: „Za chwilę naprawdę trzeba będzie coś zrobić". Trzeci jest coraz mniej subtelny. Czwarty brzmi jak ostrzeżenie meteorologiczne. Piąty ma nazwę „WYJDŹ TERAZ!!!", ale w chwili jego uruchomienia stoisz w łazience z jedną nogą w spodniach i pastą do zębów w ustach.

W pewnym momencie alarm przestaje być sygnałem działania, a staje się dekoracją dźwiękową twojego chaosu.

Podobnie działa przesuwanie zegarka o pięć czy dziesięć minut. Przez pierwsze dwa dni możesz rzeczywiście poczuć lekki niepokój. Potem mózg, który nie jest idiotą, zapamiętuje oszustwo. Spoglądasz na 8:17 i automatycznie wykonujesz w głowie korektę: „czyli 8:07". Gratulacje. Stworzyłeś zegarek wymagający matematyki.

Jeszcze ciekawszy jest wariant „tym razem zacznę dużo wcześniej". Człowiek, który zwykle przygotowuje się w

ostatniej chwili, nagle daje sobie pełną godzinę. Wydawałoby się: sukces. Tyle że nadmiar czasu nie zawsze prowadzi do punktualności. Czasem prowadzi do odkurzenia kuchni, odpowiedzenia na trzy wiadomości, sprawdzenia, czy można zamrozić hummus, i obejrzenia filmu pod tytułem „Dziesięć rzeczy, których nie wiedziałeś o islandzkich tunelach".

Do wyjścia nadal zostają trzy minuty.

Ta książka nie będzie próbowała zrobić z ciebie człowieka, który przyjeżdża czterdzieści minut wcześniej i siedzi samotnie pod gabinetem, obserwując, jak recepcjonistka dopiero otwiera komputer. Punktualność nie polega na zamianie jednego problemu w drugi. Chodzi o coś prostszego: zacząć traktować wyjście jako proces, a nie pojedynczy moment. Nauczyć się przewidywać rzeczywisty czas przygotowania. Odróżniać godzinę spotkania od godziny, o której trzeba rozpocząć ruch. Zostawiać zapas, który nie jest absurdalnie wielki, ale wystarcza na normalne życie, czyli świat, w którym winda czasem nie przyjeżdża, korek nie konsultuje z tobą harmonogramu, a klucze jednak najwyraźniej mają nogi.

Będziemy też rozprawiać się z jednym bardzo wygodnym kłamstwem: „Ja po prostu źle czuję czas".

Być może rzeczywiście często błędnie oceniasz, ile coś zajmuje. To jednak nie oznacza, że musisz polegać na tym błędzie do końca życia. Nie trzeba rozwijać mistycznej więzi z minutnikiem ani wyjeżdżać w góry, by medytować nad naturą kwadransa. Wystarczy przestać zgadywać tam, gdzie można sprawdzić. Jeśli przez tydzień zauważysz, że „pięciominutowe wyjście z domu" regularnie trwa piętnaście minut, masz już znacznie lepszą informację niż jakakolwiek motywacyjna sentencja o szacunku do czasu.

Bo punktualność jest w dużej mierze logistyką.

Nie osobowością. Nie cnotą moralną. Nie dowodem wyższej formy życia.

Logistyką.

Oczywiście czasem problem jest bardziej skomplikowany. Są dni, kiedy rozkład przestaje być pod twoją kontrolą: dziecko nie chce wyjść, autobus znika z tablicy, spotkanie przeciąga się bez pytania, ktoś dzwoni dokładnie wtedy, kiedy wkładasz buty. Nie chodzi więc o stworzenie systemu, który działa wyłącznie w środę o 14:00 przy bezwietrznej pogodzie. Dobry system musi przeżyć również poniedziałek rano, rozładowany telefon, zgubiony dokument i ten szczególny moment, gdy jesteś już w samochodzie i zastanawiasz się, czy wyłączyłeś żelazko.

Dlatego zamiast budować perfekcyjny plan, będziemy budować plan odporny na drobne katastrofy.

Nauczysz się rozkładać wyjście na realne etapy, zauważać miejsca, w których najczęściej tracisz czas, i przesuwać decyzje z ostatniej chwili na moment, kiedy nie kosztują cię spóźnienia. Zobaczysz też, jak stworzyć sensowny zapas czasu, którego nie potraktujesz natychmiast jako dodatkowych dwunastu minut na sprawdzanie internetu. Bo sam zapas niczego nie rozwiązuje, jeśli twoja pierwsza reakcja brzmi: „Świetnie, mam jeszcze dwanaście minut".

To trochę jak znalezienie dwudziestu złotych w kieszeni i natychmiastowe wydanie dwudziestu pięciu.

Nie będziemy również zakładać, że od jutra staniesz się swoim własnym kontrolerem lotów. Jeśli masz skłonność do spóźniania się od lat, system musi być na tyle prosty, żeby działał także wtedy, gdy jesteś zmęczony, rozkojarzony albo

zwyczajnie nie masz ochoty zarządzać projektem pod kryptonimem „Wyjście do dentysty". Wersja minimum zawsze będzie ważniejsza niż imponująca metoda, której użyjesz trzy razy, po czym zaczniesz omijać jej powiadomienia z taką wprawą, jak reklamy suplementów.

Pierwsza zmiana jest bardzo mała.

Przez najbliższe kilka dni nie próbuj jeszcze być bardziej punktualny. Zamiast tego zauważ jedną rzecz: kiedy mówisz sobie „muszę wyjść o 17:30", sprawdź, o której naprawdę przekraczasz drzwi. Bez usprawiedliwiania się, bez karania się i bez tworzenia komisji śledczej. Po prostu zapisz różnicę.

17:30 plan.

17:42 rzeczywistość.

To dwanaście minut, które dotąd żyły poza budżetem.

I właśnie nimi się zajmiemy.

Rozdział 1 - Spotkanie nie zaczyna się o godzinie spotkania

Jest 16:48. O 17:00 masz być u dentysty. Gabinet znajduje się osiem minut drogi od domu. Matematyka wygląda więc uspokajająco: osiem minut jazdy, cztery minuty zapasu. Człowiek rozsądny mógłby nawet powiedzieć, że wszystko jest pod kontrolą. Człowiek naprawdę rozsądny prawdopodobnie nie stałby jednak w tej chwili w skarpetkach przed otwartą lodówką, zastanawiając się, czy przed wyjściem zdąży jeszcze zjeść jogurt.

Zdążysz.

Oczywiście, że zdążysz.

Jogurt zajmuje dwie minuty.

Dwie minuty później trzeba wyrzucić opakowanie. Skoro już jesteś przy koszu, zauważasz, że worek jest pełny. Nie możesz przecież zostawić go tak na wieczór, bo jesteś człowiekiem cywilizowanym, a nie szopem praczem wynajmującym kawalerkę. Wyciągasz worek, zakładasz nowy, myjesz ręce, wracasz po kurtkę. 16:54. Nadal dobrze. Buty. Klucze. Telefon. Portfel.

Portfel.

Portfel?

O 16:59 stoisz przy samochodzie, mając za sobą sprint, którego nie planowałeś wykonywać od czasu podstawówki. O 17:03 wyjeżdżasz z osiedla. O 17:09 widzisz gabinet. O 17:11 znajdujesz miejsce parkingowe. O 17:13 wchodzisz do środka i wypowiadasz klasyczne:

-