



# Timpul și... LENEA

*Timpul* este foarte important pentru fiecare dintre noi. De noi depinde cât de eficient ne împărțim timpul și cum ne organizăm activitățile de lucru și de divertisment, pentru a avea un randament ridicat și pentru a nu fi extenuați. Trebuie să învățăm să ne împărțim timpul și să profităm de el la maximum.

În primul rând trebuie să stabilim ce anume avem de făcut și care sunt activitățile cu prioritate. Acestea fiind stabilite, trebuie să ne gândim că avem nevoie și de odihnă (relaxare) pentru ca să putem lucra la fel de bine ca la început. Adică, nu trebuie să lăsăm oboseala să ne doboare, nici stresul să ne chinuie. Cel mai bun ar fi un program echilibrat, în care să *îmbinăm munca și distracția* și să nu exagerăm cu nici una dintre acestea!

În legătură cu cele exprimate mai sus, voi deschide un subiect, cred eu, important pentru elevi, studenți și părinți. Majoritatea părinților, afirmația se bazează exclusiv pe cele observate de mine, își încurajează copiii prin *pune mâna și învață!* sau *toată ziua te-ai uitat la televizor și tu ar trebui să o petreci învățând!* mai ales atunci când copilul respectiv face o pauză. Înțelegem că bucuria părintelui constă în a-și vedea odrasla învățând, dar mai și obosește omul și vrea o pauză... Dacă se abuzează de această pauză, atunci nu am de ce să nu îi îndreptățesc pe părinți!

Timpul are multiple legături și cu alte lucruri care țin exclusiv de felul fiecăruia de a fi. Cele mai importante lucruri care "intră în contact direct" cu timpul nostru sunt: *voința, puterea de muncă, puterea de a depăși lenea, puterea de concentrare, organizarea muncii* (despre care am pomenit mai

sus), *adaptabilitatea, toleranța, seriozitatea și conștiinciozitatea*.

De ce le consider a fi cele mai importante? Voi răspunde la această întrebare pentru fiecare în parte. *Voința*. Toți știm că dacă nu ai voință nu realizezi nimic. *Puterea de muncă*. Dacă un om are putere moderată de muncă, atunci nu trebuie să își asume responsabilități mai multe decât poate "duce". *Puterea de a depăși lenea*. Aceasta constă în voința noastră, bineînțeles, dar mai ales în înțelegerea că a face eforturi de începere a lucrului înseamnă a avea de câștigat! Ce câștigăm? Câștigăm experiență și, cu timpul, îndemânarea de a învinge lenea! *Puterea de concentrare*. Dacă reușim să ne concentrăm în momentul în care începem să facem ceva, înseamnă că vom putea lucra mai ușor și mai repede. Deci, suntem mai eficienți. Să nu uităm că pentru a putea să ne concentrăm trebuie să fim odihniți! *Organizarea muncii și adaptabilitatea* merg mână în mână. Munca ne-o organizăm în funcție de volumul ei, iar noi trebuie să ne adaptăm repede și ușor, mai ales atunci când, având mult de lucru, trebuie să trecem de la un domeniu la altul. *Toleranță*. Ei bine, această caracteristică nu se referă la a tolera pe altcineva... Se referă la cât de toleranți suntem cu noi înșine! Dacă suntem prea toleranți, atunci vom lucra încet și mult timp, dar dacă suntem mai aspri, atunci nu ne ridicăm de la masa de lucru pentru pauză cu una cu două. Aceste lucruri se întâmplă și dacă nu suntem destul de serioși și conștiincioși. Trebuie să fim capabili, suntem maturi sau cel puțin așa pretindem, deci este nevoie să acționăm ca atare. A fi *serios și conștiincios* înseamnă a munci cu sârguință și devotament,

chiar cu plăcere, înseamnă a fi privit cu alți ochi de cei din jur, înseamnă a câștiga respectul celorlalți, înseamnă a fi lăudat și apreciat, înseamnă a fi mulțumit, înseamnă a fi hotărât să continui munca, înseamnă a dori performanța!

Da, aveți dreptate, am folosit de multe ori verbul *trebuie* până acum, dar așa am simțit că *trebuie* să mă exprim.

Puteți considera ce am scris mai sus ca fiind o oră de dirigenție sau o polologie... Eu nu am de ce să mă supăr. Am scris acest editorial pe această temă pentru a fi citit și pentru ca voi, cei care citiți (sau poate pentru ca tu, cel care îl citești) să meditați și să analizați ce și câte lucruri ați fi putut face în *timpul* dulcilor voastre leneviri.

Câteodată ne luptăm cu timpul pentru că nu ne ajunge... dar nu pentru că nu am avut suficient ca să terminăm ceea ce am avut de făcut, ci pentru că le-am lăsat pe ultimul moment. De aceea se spune "fiecare lucru la timpul lui". Da, știu la ce va gândiți acum "ce poți face azi, nu lăsa pe mâine, lasă pe poimâine că poate nu mai trebuie". Ha! Ha! Dar vă răspund "lenea e cucoană mare!"

Oricum timpul reprezintă o resursă suficientă pentru fiecare dintre noi. De noi depinde cât de bine ne folosim de ea, cât avem de câștigat mișcându-ne repede. Timpul nu reprezintă o constrângere, dacă nu îl transformăm în dușman. Asta ne-ar putea distruge!

Multe lucruri pot fi recuperate, dar, din păcate, nu și timpul!

**Carmen Șuşman**