

«Совы» и «жаворонки»: как их придумали?

Некоторые люди с удовольствием встают рано, а вечером им хочется спать, таким ставят диагноз – «жаворонок». Тем же, кто вечером с удовольствием бодрствует, а утром поднимается с большим трудом – «сова». Говорят, есть что-то промежуточное между двумя этими «птицами». Себе я придумал другую концепцию: встаю, когда надо, радостно и бодро. Просто я понял, что всю свою историю люди вставали, когда положено, и не было ни «жаворонок», ни «сов». Почему так?

На такие размышления меня натолкнула поездка в Африку. Когда я ехал по дороге между Кенией и Танзанией, возникало чувство, что чего-то не хватает. Длинная лента дороги – высохшей земли – казалась бесконечной. Периодически из джунглей выходили стаи гиббонов и медленно пересекали наш путь.

Глядя на эту картину, я понял, почему обезьяны ходят, а не сидят на столбах. Просто вдоль дороги столбы отсутствовали, электричества не было, а ведь оно сильно организует жизнь людей. Например, все африканские аборигены живут не по часам, а по солнцу. Светило встало – у всех подъём, солнце зашло – все в убежище. Электрического света нет, лампочки не горят, темнота наступает моментально. Как раз в это время дикие животные, которые хорошо видят ночью, выходят кого-нибудь поймать и кем-нибудь перекусить. Кто не спрятался – они не виноваты!

Догадайтесь с трёх раз, есть ли у африканских жителей «совы»? Правильно – они долго не живут. Тем более, что работать можно, когда солнце только взошло и ещё не так сильно греет, но уже светит. Днём настоящее пекло, температура на открытой местности достигает 60°, а с заходом начинается время господства диких зверей. Поэтому вся жизнедеятельность в настоящее время у диких африканских племён строго совпадает с алгоритмом раннего подъёма и отхода ко сну после заката солнца.

Моё предположение, что раньше, когда не было городов и электричества, все люди были «жаворонками». По тем же причинам, что и сейчас в Африке. Работать можно было только, когда светло, к этому ещё уместно добавить опасность нападения людей из враждующих племён, поскольку под покровом ночи начало военных действий всегда было эффективнее, чем днём.

«Совы» и «жаворонки»: как их придумали

Автор: admin

17.07.2012 19:26 -

«Совы» стали появляться, когда образовались первые, относительно надёжно охраняемые города. Электричество заменяли факелы, лучины, а богатым людям уже не было необходимости вставать с рассветом. Знать старалась выделиться этой возможностью по сравнению с «чернью», которая обязана была «жаворонковать».

В массовом порядке «совы» образовались с появлением электричества в городах. Вечером появились дела, можно было читать, писать, всё это с большим комфортом, чем при тусклой керосинке. Балы и светские собрания при свечах ранее могли себе позволить только очень богатые люди, электричество уравнило в возможности стать «совами» всех желающих.

Есть предположение, что первыми «совами» были творческие и небедные люди, жившие в городах или в сельской местности, которым не нужно было заниматься физической работой, пахать, сажать, убирать урожай, ухаживать за скотом. Кстати, деревенские жители, которые содержат скотину, большие участки земли, летом – все «жаворонки», а зимой, когда работы практически нет, они становятся «совами».

Есть наблюдение, что многие люди легко перестраиваются, в зависимости от жизненной ситуации, из «сов» в «жаворонки» и обратно. Тем, кто утверждает, что не могут, полезно представить себя в Африке, когда выживание зависит от того, во сколько вы встали утром, а вечером успели спрятаться.

Может быть, вопрос не в том, кем вы себя считаете, а в другом: если есть мотивация вставать, например, рано, то вы это будете делать, если вставать незачем, нет интересного и прибыльного любимого дела, то можно объявить себя «совой» и спать половину дня.

Меня устраивает такая концепция – подниматься тогда, когда это необходимо. Если есть дело, а жизнь нравится, то какая разница, кем вы себя считаете – «совой» или «жаворонком», просыпаться легко! Помните ситуацию: на работе сегодня зарплата, день рождения, 8 марта, 23 февраля, другие праздники, которые сулят подарки, радость, удовольствие, – утром просто спрыгиваете с постели. Или когда предстоит встреча с любимым человеком – неужели не пойдёте, потому что тяжело вставать?

Совы» и «жаворонки»: как их придумали

Автор: admin

17.07.2012 19:26 -

Найдите себе интересное дело, думаю, тогда перестанете болеть «птичьими» недугами, у вас просто начнётся счастливая жизнь.

Автор - **Виталий Пичугин**

[Источник](#)