На английском:

he ultimate productivity hack is saying no.

Not doing something will always be faster than doing it. This statement reminds me of the old computer programming saying, “Remember that there is no code faster than no code.”

The same philosophy applies in other areas of life. For example, there is no meeting that goes faster than not having a meeting at all.

This is not to say you should never attend another meeting, but the truth is that we say yes to many things we don't actually want to do. There are many meetings held that don't need to be held. There is a lot of code written that could be deleted.

How often do people ask you to do something and you just reply, “Sure thing.” Three days later, you're overwhelmed by how much is on your to-do list. We become frustrated by our obligations even though we were the ones who said yes to them in the first place.

It's worth asking if things are necessary. Many of them are not, and a simple “no” will be more productive than whatever work the most efficient person can muster.

But if the benefits of saying no are so obvious, then why do we say yes so often?

Перевод на русском:

Лучший лайфхак для продуктивности. "Говори НЕТ".

Не делать что-то всегда будет быстрее, чем сделать. Это утверждение напоминает мне старую поговорку программистов: «Помните, что нет кода быстрее, чем отсутствие кода».

Та же философия применима и в других сферах жизни. Например, нет встречи, которая проходит быстрее, чем ее полное отсутствие.

Это не означает, что вы не должны посещать разные встречи или мероприятия, но правда в том, что соглашаясь на многие вещи, которые на самом деле нам не нужны. Мы проводим много встреч в которых нет необходимости. Как написано много кода который можно удалить.

Как часто люди просят вас что-то сделать, а вы просто отвечаете: «Конечно». Три дня спустя вы поражены тем, как много задач в вашем списке дел. Мы разочаровываемся в наших обязательствах, даже если мы были теми, кто сказал им «да» в первую очередь.

Стоит спросить, зачем нам всё это. Многое из этого нам не нужно. И сказать простое «нет» будет более продуктивным, чем любая работа, которую можно выполнить.

Но если польза от отказа так очевидна, то почему мы так часто говорим «да»?