

ГРАВИТАЦИЯ ВРЕМЕНИ

Как уплотнить минуты
и построить Наследие



НИКОЛАЙ ЩЕРБАТЮК

Николай Щербатюк

Гравитация времени.

Как уплотнить минуты и построить наследие

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72929357

SelfPub; 2025

Аннотация

Эта книга – не об управлении ежедневником или поиском волшебных методов продуктивности. Это глубокое психологически-философское исследование ваших отношений со временем.

Вы научитесь чувствовать свою истинную часовую стоимость и навсегда избавитесь от "хроно-мусора", который унижает вашу цену. Мы покажем, как отличить гравитацию задачи (важность) от чужой паники (срочности), чтобы посвящать свои лучшие часы не реакциям, а созиданию.

Вы настроите свой внутренний метроном и освоите технологию присутствия, чтобы научиться "тормозить" время, наполняя каждую минуту плотным, запоминающимся смыслом. Для предпринимателей книга станет жестким руководством по выходу из операционки и переходу к стратегическому видению.

Главный урок: время, потраченное на любовь и радость – это не вычет из рабочего дня, а инвестиция в вашу личную устойчивость.

Это финальный призыв к ответственности. В конце пути вас спросят не о количестве денег, а о качестве минут, из которых соткано ваше наследие.

Содержание

Вступление: Жестокая правда о твоих 86 400 секундах	5
Глава 1: Твоё Время – Твоя Цена. Аудит без пощады.	11
Глава 2: Хроно-Мусор: Удар по Непроизводительной Загрузке	21
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Николай Щербатюк

Гравитация времени.

Как уплотнить минуты и построить наследие

Вступление: Жестокая правда о твоих 86 400 секундах

Ты открыл эту книгу с нелепой надеждой. Ты ждешь, что я сейчас сяду и, как нежно-заботливый гуру, возьму тебя за ручку, прошепчу мантры о «балансе» и дам список из десяти волшебных приложений, которые чудесным образом превратят твою скомканную, полную тревоги жизнь в сияющий чертог эффективности.

Забудь.

Я здесь не для того, чтобы быть твоим другом или твоим психологом. Я здесь, чтобы показать тебе ту единственную, не подлежащую обмену, невосполнимую реальность, которую ты старательно игнорируешь. Я – твой безжалостный аудитор.

В твоем распоряжении есть ровно 86 400 секунд в день.

Это твоя ежедневная валюта. Каждое утро банк Вселенной зачисляет на твой счет этот абсолютно фиксированный, неторгуемый, непереносимый на следующий день депозит. И, подобно абсолютному идиоту, ты проматываешь его на мусор. На то, что не имеет никакой ценности, никакой гравитации, никакого смысла в контексте твоего короткого существования.

Ты говоришь: «Мне не хватает времени». Это самая большая, самая унылая и самая трусливая ложь, которую ты производишь. Тебе не хватает не времени. Тебе не хватает *воли*, чтобы сказать «нет». Тебе не хватает *храбрости*, чтобы выбрать главное. Тебе не хватает *осознанности*, чтобы увидеть, куда утекает твой единственный невосполнимый ресурс, секунда за секундой, как вода сквозь пальцы.

Именно поэтому мы не будем говорить о «менеджменте». Это слишком мягкое слово для той хирургии, которая нам предстоит. Мы будем говорить о **Времени**. В самой его абсолютной, жесткой, безразличной форме.

Цена Невозврата

Запомни простую формулу, которая должна стать твоей новой религией: потраченные деньги можно вернуть. Потерянные отношения, при желании и усердии, можно восстановить или заменить новыми, более достойными. Даже здоровье, и то поддается ремонту, если ты готов платить.

Но прошедшая секунда? Она не вернется никогда. Пони-

маешь? *Никогда.*

Это не просто философская сентенция. Это экономический закон твоего бытия. Когда ты тратишь тридцать минут на бесцельное блуждание по новостной ленте, ты не просто «отдыхаешь». Ты сжигаешь тридцать минут своей единственной, отпущенной тебе жизни, и этот акт необратим. Ты можешь обанкротиться, потерять дом, работу, репутацию – ты выкарабкаешься. Но если ты профукаешь все свои годы, в конце не будет второго шанса, не будет кредитной линии, не будет опции «Перезагрузить».

Почему же тогда ты обращаешься со своим временем хуже, чем с дешевой зажигалкой?

Твое время – это не друг. Хватит его очеловечивать, говоря, что «время лечит». Время ничего не лечит. Оно просто отодвигает событие в прошлое и стирает боль из памяти, как волна стирает надпись на песке. Само время – это безликий, индифферентный поток, который не питает к тебе ни любви, ни ненависти.

Вот почему этот разговор будет жестким. Я не буду тебе сочувствовать, когда мы обнаружим, сколько часов ты похоронил под грудой чужих, неважных дел. Я буду лишь констатировать факт, как врач, который показывает курильщику рентген его легких. Это не приговор, но это реальность, которую нельзя больше игнорировать.

Аудит Потерь

Мы начнем с самого низкого, самого унижительного уровня: с твоего хронометража потерь. Я хочу, чтобы ты честно, без иронии, без прикрас посмотрел на те дыры, куда утекает твоя жизнь.

Ты тратишь время на:

1. Непроизводительную загрузку. Это твои бесконечные «просто проверить» почту, твои совещания, которые должны были быть двумя предложениями в мессенджере, твои отчеты, которые никто никогда не читает, твои домашние обязанности, которые могут быть автоматизированы или делегированы. Это «занятость ради занятости», самый грязный вид самоутешения. Это когда ты создаешь видимость бурной деятельности, чтобы не чувствовать ужаса пустоты и не думать о своих настоящих, больших целях.

2. Эмоциональную жвачку. Бесконечное пережевывание обид, тревоги о будущем, которое еще не наступило, и сожалений о прошлом, которое уже умерло. Ты отдаешь свои драгоценные 86 400 секунд фантомам, которых не существует. Это не отдых, это медленное, добровольное отравление своего настоящего.

3. Ложные приоритеты. Когда ты выбираешь срочное вместо важного. Когда чужой крик о помощи (который на самом деле просто чужое плохое планирование) заставляет тебя бросить то, что должно изменить твою жизнь к лучшему. Ты реагируешь, как собака Павлова, а не действуешь, как хозяин своего бытия.

И вот здесь кроется самое таинственное. Потому что, когда ты освобождаешь это время, ты не просто получаешь свободные часы. Ты получаешь *плотное* время. Время, насыщенное смыслом и присутствием. Время, которое, как по волшебству, начинает течь медленнее. Это и есть та технология «торможения» времени, о которой мы поговорим. Ты не можешь его замедлить физически, но ты можешь замедлить свое восприятие.

Первый Шаг в Глубину

Эта книга – приглашение к глубокому, порой болезненному, но исключительно честному разговору. Мы будем говорить жестко, потому что только жесткость может пробить броню твоих привычек. Мы будем говорить отстраненно, чтобы ты мог увидеть себя со стороны, как объект исследования, а не как жертву обстоятельств. И мы будем говорить с любовью к той лучшей версии тебя, которая задыхается под слоем повседневного хлама.

Ты научишься не «управлять» временем, что является высокомерной и глупой претензией, а *управлять собой* в контексте времени. Ты научишься рассчитывать стоимость своего часа, чтобы чувствовать физическую боль при его неэффективной трате. Ты освоишь искусство планирования не как метод принуждения, а как способ нежной заботы о своем будущем. И, что самое важное, ты начнешь развивать свое внутреннее чувство времени, которое позволит тебе жить не

по циферблату, а по ритму своей истинной цели.

Да, местами это будет грубо. Да, я буду называть вещи своими именами. Но только через эту трезвость ты сможешь приобщиться к тому глубокому и таинственному знанию: **ты не просто живешь во времени, ты и есть время.** И то, как ты им распоряжаешься, – это твоё единственное, истинное наследие.

Итак, закрывай свои уведомления. Отложи телефон. Пришло время посчитать, сколько из твоих 86 400 секунд ты готов спасти. Начнем с холодной, как сталь, правды. Это будет болезненно. Но это будет единственный путь к свободе.

Глава 1: Твоё Время – Твоя Цена. Аудит без пощады.

Я не буду давать тебе пятиминутную медитацию, чтобы ты почувствовал себя лучше. У нас нет на это времени. Мы начинаем с самого отвратительного и самого необходимого: с грязной бухгалтерии твоей жизни.

Ты думаешь, что твоя проблема – это «самодисциплина» или «недостаток мотивации». Какая чушь. Твоя проблема в том, что ты не знаешь, сколько стоишь. Ты не знаешь цену своего времени, и поэтому ты раздаешь его направо и налево, как бесполезные фантики.

Хватит притворяться жертвой обстоятельств. Если ты не знаешь своей цены, ты становишься дешёвым инструментом в руках любого, кто умеет планировать свой день. А твой день планируют все: твой начальник, твой банк, твои друзья, которые зовут тебя «просто потупить» на диване, и даже алгоритм соцсети.

Ты либо дорогой, редкий ресурс, который защищает каждую свою минуту, либо ты – общественное достояние, легко заменяемый, легко эксплуатируемый, с нулевой ценностью на свободном рынке. Выбирай.

Арифметика Жизни: Беспощадный Расчёт

Мы начнем с самого простого, с того, что тебе худо-бедно понятно: с денег. Твоё время имеет цену, и мы сейчас её вычислим. Не для того, чтобы ты почувствовал себя миллионером, а для того, чтобы ты почувствовал физическую боль, когда тратишь свою минуту на ерунду.

Возьми свой ежемесячный доход. Свой *чистый* доход, который падает тебе на карту. Не надо мне рассказывать про премии, бонусы и опционы. Только холодные, гарантированные цифры.

Теперь давай посчитаем твоё рабочее время. Возьмем стандартную, унылую, 40-часовую неделю. Это примерно 160 рабочих часов в месяц.

Формула твоей Часовой Стоимости (Базовая):

Часовая Стоимость = Ежемесячный Чистый Доход / 160 рабочих часов

Посчитал? Держи эту цифру крепко. Это минимальный порог, ниже которого ты не имеешь права падать, когда решаешь, стоит ли что-то твоего часа.

Пример Аудита: Клерк и Директор

Допустим, ты – *Клерк*. Твой ежемесячный доход – 160 000 рублей.

160 000 рублей / 160 часов = 1000 рублей в час

Каждая твоя минута стоит примерно 16,6 рублей.

Теперь, допустим, ты – *Директор*. Твой доход – 800 000 рублей.

$800\,000 \text{ рублей} / 160 \text{ часов} = 5000 \text{ рублей в час}$

Каждая твоя минута стоит примерно 83,3 рубля.

Разница очевидна? Нет. Не очевидна. Потому что и Клерк, и Директор, с одинаковым ослиным упорством, тратят свои самые дорогие минуты на одинаковую чушь.

Клерк, стоимость часа которого 1000 рублей, тратит час на заполнение формы, которую мог бы заполнить его помощник за 500 рублей в час. Он сжёт 500 рублей чистой прибыли. Но Директор, с часовой стоимостью 5000 рублей, тратит ровно то же время на то же идиотское занятие. Он сжёт 4000 рублей чистой прибыли.

Вот где начинается ирония и боль: чем дороже твой час, тем *дороже* тебе обходится идиотизм, который ты совершаешь. Твоя высокая зарплата не освобождает тебя от глупости, она делает твою глупость *непозволительно дорогой*.

Внутренний Аудит: Затраты на Жизнь

Теперь мы должны усложнить формулу, потому что ты живешь не только 160 часов в месяц. Ты живешь 24/7. Время – это твой *жизненный* ресурс, а не только рабочий инструмент.

Давай посчитаем полную стоимость твоего времени. В месяце примерно 720 часов (30 дней по 24 часа). Но ты спишь. И если ты не спишь, ты – труп, а не эффективный менеджер.

Вычтем 8 часов сна в день, это 240 часов в месяц.

Остается примерно 480 часов бодрствования. Это твоё *общее* время, которое ты можешь потратить на работу, семью, развитие, еду, спорт или тупое залипание.

Формула твоей Общей Часовой Стоимости (Брутальная):

Общая Стоимость Часа = Ежемесячный Чистый Доход / 480 часов бодрствования

Теперь твой час стоит в три раза меньше. Кажется, легче? Нет. Теперь это не цена *работы*, а цена *жизни*.

Клерк: $160\,000 / 480 = 333$ рубля в час.

Директор: $800\,000 / 480 = 1666$ рублей в час.

Почему эта формула брутальна? Потому что она показывает, что час, который ты тратишь на прогулку с ребенком, на чтение важной книги или на приготовление здорового ужина, стоит ровно столько же, сколько час, который ты потратил, споря в интернете о политике или смотря чужие сторис.

Оба часа оценены в 333 рубля. Разница не в цене, а в **возврате инвестиций (ROI)**. Час с ребенком принесёт ROI в виде отношений, час чтения – в виде знаний, час спора – в виде повышения твоего давления и углубления твоей глупости.

Время – это просто деньги. Только ты не можешь их допечатать.

Пять Грехов Хроно-Поджога: Как Ты Сжигаешь Купюры

Теперь, когда ты знаешь свою цену, давай посмотрим, где ты ежедневно устраиваешь самый настоящий поджог. Хватит называть это «отвлекающими факторами». Это акт необратимого самопожертвования.

Грех I: Час в Пробке – Дорога в Никуда

Ты стоишь в пробке. Скучаешь. Злишься. Слушаешь бессмысленное радио. Ты думаешь, что «ну, так получилось, это же Москва/Питер/любой адский город».

Нет. Ты просто сжигаешь деньги.

Если ты – Директор (5000 рублей в час), и тратишь 1,5 часа на дорогу туда и обратно, ты сжёг **7500 рублей**. Каждый день. Пять дней в неделю – **37 500 рублей**. В месяц – **150 000 рублей**.

Подожди. Твой ежемесячный расход на пробки (потерянное время) сравним с зарплатой Клерка. Ты сжигаешь целого Клерка каждый месяц, просто чтобы сидеть в своей машине и дышать выхлопными газами.

Может быть, на эти 150 000 рублей стоило бы арендовать квартиру в десяти минутах ходьбы от работы? Или нанять личного водителя, который во время пробки позволит тебе работать, превращая «потерю» в «рабочее время»? Или оплатить частный вертолёт?

Если твоя часовая стоимость высока, но ты проводишь её в бездействии, ты – банкрот. Ты не можешь себе позволить стоять в пробке. Успешный человек не может себе этого позволить не потому, что у него нет денег, а потому, что его время дороже этой траты.

Грех II: Делегирование Глупости – Иллюзия Экономии

Многие пытаются «сэкономить», делая мелкие, технические дела сами. Ты – программист с часовой ставкой 4000 рублей. У тебя сломался унитаз, и сантехник просит 2000 рублей за час работы. Ты думаешь: «Я сам почию, сэкономлю 2000».

Ты тратишь 3 часа: 1 час на поездку в магазин за инструментом, 1 час на просмотр обучающих видео на YouTube, 1 час на собственно починку, в результате которой ты все равно проливаешь воду на пол.

Твои потери: 3 часа x 4000 рублей = **12 000 рублей.**

Твоя «экономия»: 2000 рублей.

Ты только что потратил 12 000 рублей, чтобы сэкономить 2000. Ты совершил экономический идиотизм. Твоя задача, как дорогого ресурса, – заниматься только тем, что генерирует доход или личную ценность с твоей уникальной ставкой. Всё, что стоит меньше, должно быть делегировано, даже если это уборка, глажка или замена лампочки.

Если задача стоит меньше, чем твоя часовая ставка, – ты

покупаешь чужое время, чтобы *продать* свое дороже. Если ты делаешь эту задачу сам, ты *покупаешь* чужое время по цене своего. Это самая глупая сделка в мире.

Грех III: Хроно-Встречи – Коллективное Сжигание Денег

Самый отвратительный акт расточительства происходит на работе, где ты не тратишь своё время, а сжигаешь время всей компании.

Представь, что Директор (5000 руб/час) собрал на совещание:

Двух Менеджеров (по 3000 руб/час).

Трех Специалистов (по 1500 руб/час).

Часовая стоимость встречи: $5000 + (2 \times 3000) + (3 \times 1500) = 5000 + 6000 + 4500 = 15\,500$ рублей в час.

Если эта встреча длится 90 минут, она стоит компании **23 250 рублей.**

А теперь скажи честно: это совещание можно было заменить одним грамотно составленным письмом?

Если ответ «да» – ты только что, одним росчерком пера, сжёг сумму, равную чьей-то месячной зарплате. И это не абстрактные деньги компании. Это твои 86 400 секунд, помноженные на шесть. Это чистый, незамутненный акт расточительства.

Ирония в том, что все сидят и кивают, делая вид, что это «важный рабочий процесс». Это не процесс. Это дорогостоя-

ящий, бессмысленный ритуал, который позволяет всем почувствовать себя *занятыми*, вместо того чтобы быть *продуктивными*.

Грех IV: Залипание – Самоубийство Медленного Действия

Это то, что ты делаешь, когда «отдыхаешь». Открыть ленту, проскроллить, посмотреть, как кто-то делает что-то, что не имеет к тебе никакого отношения. Тридцать минут, час, два.

Вернемся к Общей Часовой Стоимости. Ты – Клерк (333 рубля в час). Ты потратил 2 часа на бесполезный скроллинг после работы, «чтобы расслабиться».

Ты сжёг **666 рублей**.

Если бы ты потратил эти 2 часа на изучение нового навыка (который бы поднял твою рабочую ставку) или на полноценный, активный отдых (который бы обнулил твой мозг и подготовил к завтрашнему дню), ты бы **инвестировал** эти 666 рублей с невероятно высоким ROI.

Но ты сжёг их. Запахло горелой бумагой? Нет, не почувствовал. В этом и проблема: сжигание времени не сопровождается звуковым сигналом или дымом. Ты просто просыпался однажды и понимаешь, что твоя жизнь пахнет пеплом.

Грех V: Эмоциональная Зависимость – Инвестиции в Боль

Худший вид расточительства – это то, что не имеет ни-

какого отношения к работе, но крадет твоё лучшее время. Это эмоциональная жвачка, о которой я говорил: обиды, ревность, сплетни, прокручивание в голове диалогов, которые никогда не состоятся.

Ты тратишь час, чтобы позвонить другу и обсудить, как кто-то тебя «обидел». Ты – Директор (1666 рублей в час, общая ставка). Ты только что потратил 1666 рублей и получил в итоге *укрепление* своей обиды. Твой ROI отрицательный. Ты заплатил, чтобы почувствовать себя хуже.

Сравним это с часом, потраченным на спорт или медитацию, которые стоят те же 1666 рублей, но дают тебе спокойствие, здоровье и энергию.

Твоё время принадлежит тебе. Но ты добровольно отдаешь его в рабство своим негативным эмоциям. Это самый дорогой вид мазохизма.

Финальное Слово: Ресурс или Инструмент

Ты знаешь свою цену. Ты можешь её вычислить в любой момент, в любой валюте.

Теперь ты не можешь больше говорить: «Я не успел». Ты можешь сказать только: «Я **выбрал** не успеть, потому что сжёг свой час на [назови свою дурацкую трату]».

Цель этого аудита не в том, чтобы заставить тебя работать 24/7. Наоборот. Цель в том, чтобы ты, зная свою высокую стоимость, начал защищать своё время *яростно*.

Если ты Директор, твой час стоит 5000 рублей. Когда ты

выбираешь час отдыха, ты не «теряешь» 5000 рублей. Ты *инвестируешь* 5000 рублей в перезагрузку ресурса, который завтра принесет 50 000. Ты покупаешь свою эффективность.

А если ты Клерк, и твой час стоит 1000 рублей, то ты должен спросить себя: «Что мне нужно *сделать* в этот час, чтобы он завтра стоил 2000?» Ты должен стать охотником, который отслеживает возможности для повышения своей цены, а не рабом, который разменивает свой ресурс на мелочь.

Начиная с этой секунды, ты перестаешь быть человеком, который *просто живет*. Ты становишься управляющим своего самого ценного актива.

Каждый раз, когда ты тянешься к телефону, чтобы открыть бесполезное приложение, в твоей голове должен звенеть кассовый аппарат, отсчитывая 16, 83 или 1666 рублей.

Ты либо дорогой ресурс, который защищает себя и приносит прибыль, либо дешевый инструмент, который используют и выбрасывают. Выбирай.

Глава 2: Хроно-Мусор: Удар по Непроизводительной Загрузке

Мы продолжаем наш аудит.

Если ты закончил первую главу, ты знаешь цену своего часа. Теперь ты не просто человек, ты – актив. Дорогой, ценный, невосполнимый. И теперь, когда ты знаешь, сколько стоит твоя минута, мы займемся тем, что эту минуту безжалостно сжигает.

Добро пожаловать в ад хроно-мусора.

Твоя жизнь, скорее всего, забита им под завязку. Это не дела. Это не работа. Это **непроизводительная загрузка** – хаотичное, бессмысленное движение, которое создает иллюзию полезности, но не приносит никакого реального результата.

Ты – высокооплачиваемый ресурс, который тратит 80% своего времени на выполнение задач, которые либо не нужны вообще, либо могут быть выполнены дешевле и быстрее кем-то другим. Это не работа. Это **мастурбация интеллекта**.

Ты занят, очень занят, невероятно, до ужаса занят. Но ты не продвигаешься. Ты крутишь педали на месте, сжигая свою дорогую энергию и еще более дорогое время. Мы сейчас бу-

дем вычислять этих паразитов, внутренних и внешних, и вышвыривать их вон. Твоя задача – быть не занятым, а *эффективным*. А чтобы быть эффективным, нужно сначала прекратить быть идиотом, который делает лишнюю работу.

Секция 1: Корпоративная Грязь. Совещания и Ритуалы Кивания

Самое мерзкое, самое наглое воровство твоего времени происходит на работе. И ты сам с этим соглашаешься.

1. Тирания Встреч

Совещание – это коллективный акт хроно-поджога. В первой главе мы посчитали, сколько стоит час встречи шести человек. Это десятки тысяч рублей, которые сгорают в час. И ради чего?

В 90% случаев встреча необходима только для одного: **для передачи информации**. И для этого есть инструменты: электронная почта, мессенджер, документ с выводами.

Если тебя зовут на встречу, немедленно активируй протокол «Отстраненный Аудитор». Задавай три вопроса – сухо, вежливо, но безапелляционно:

Вопрос 1: «Каков ожидаемый, конкретный результат встречи?» Если ответ: «Обсудить, подумать, обменяться мнениями», – это не результат. Результат – это «Принять решение по бюджету», «Утвердить финальный макет», «Распределить задачи с указанием сроков». Если результата нет, это хроно-мусор. Отказывайся.

Вопрос 2: «Требуется ли моё *активное* участие для достижения этого результата?» Если твое участие нужно только для «информирования» или «присутствия», потребуй, чтобы тебе прислали резюме встречи и ключевые решения. Твоя часовая ставка слишком высока, чтобы ты сидел в качестве фоновой мебели. Ты не фон для слайдов.

Вопрос 3: «Можно ли заменить это собрание трехминутным звонком или письмом с четким ответом?» Большинство совещаний – это результат лени организатора, которому проще собрать всех в одной комнате, чем подумать и структурировать информацию. Не поощряй чужую лень за счет своих дорогих 86 400 секунд.

Жесткое правило: Если ты не принимаешь ключевое решение и не являешься уникальным носителем данных, необходимых для принятия этого решения, твоё место – вне переговорной.

2. Отчетность "Для Галочки"

Твой рабочий процесс завален отчетами, которые ты пишешь, а потом отправляешь в пустоту. Это ритуалы. Они нужны не для информации, а для подтверждения иерархии и для того, чтобы кто-то выше мог сказать: «Я контролирую процесс».

Твоя задача – **прекратить делать то, что можешь не делать.**

Автоматизация: Узнай, можно ли настроить автомати-

ческое выгрузку данных. Если ты тратишь 4 часа в месяц на рутинное копирование цифр из одной таблицы в другую, ты – робот. Твой дорогой человеческий мозг предназначен для другого.

Смерть отчета: Самый эффективный способ борьбы – перестать его сдавать. Просто не делай. Через две недели (или месяц) жди звонка от того, кто этот отчет читал (если он вообще существовал). Если звонка нет – поздравляю, ты только что освободил 4 часа своей жизни навсегда. Если звонок есть, спроси: «Понимаю, что нужно. Могу я присылать только три ключевых показателя вместо этого 10-страничного полотна?» Уменьшай объем. Убивай рутину.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.