

1 СІЧНЯ

Відкрийте своє покликання

Кожен тримає своє майбутнє у руках так, неначе скульптор тримає матеріал, який він перетворить у скульптуру.

Але те ж саме стосується як цієї мистецької діяльності, так і всіх інших: ми просто народжуємося зі спроможністю це робити. Навичку перетворювати матеріал на те, що ми хочемо, потрібно здобувати навчанням і пильно її розвивати.

Йоганн Вольфганг фон Гете

Ви володієте такою внутрішньою силою, яка намагається скерувати вас у напрямку вашого життєвого завдання — до того, що ви повинні здійснити протягом часу, відведеного вам на життя. У дитинстві ви чітко відчували цю силу. Вона штовхала вас до тих дій і речей, які відповідали вашій природній схильності, які розбурхували цікавість — глибоку та первісну. У перехідному віці ця сила, як правило, то наростає, то гасне, бо ви прислуховуєтеся більше до батьків і однолітків, до щоденних тривог, які вас пригнічують. Це може бути причиною вашого нещастя — відчутності зв'язку з тим, ким ви є, та тим, що робить вас унікальними. Перший крок на шляху до майстерності завжди спрямований усередину: ви повинні довідатися, ким ви насправді є, та відновити зв'язок із цією вродженою силою. Коли ви ясно це знатимете, ви віднайдете шлях до належної кар'єри, і все стане на свої місця. Ніколи не пізно взятися за цей процес.

Закон дня. Майстерність — процес, а відкриття свого покликання — його вихідна точка.

«Майстерність», I. Відкрийте своє покликання — завдання життя

2 СІЧНЯ

Поверніться до того, чим ви були одержимі в дитинстві

Коли Марії Кюрі — майбутній науковиці, що першою відкрила радій, — було чотири роки, вона забрела в лабораторію свого батька та заморожено встала перед скляним ящиком, у якому були лабораторні прилади для хімічних і фізичних експериментів. Вона часто приходила до цієї кімнати та подовгу роздивлялася інструменти, уявляючи різні експерименти, які могла би проводити із цими трубками та вимірювальними апаратами. Роки потому, коли Марія вперше зайшла в справжню лабораторію та сама здійснила кілька досліджень, вона відразу згадала про своє дитяче захоплення і зрозуміла, що віднайшла покликання свого життя.

Закон дня. У дитинстві ви відчували до чогось одержимість не просто так. Поверніться до того, чим були одержимі в ранньому віці.

«Майстерність», I. Відкрийте своє покликання — завдання життя

3 СІЧНЯ

Голос

Шлях до відновлення сенсу життя та усвідомлення його цінності полягає в тому, щоб повернути собі силу досвіду, відчути внутрішній голос імпульсу та бути готовим почути його.

Абрагам Маслоу

Ще з юності мене заворожували слова. Я пам'ятаю, як у четвертому класі вчителька запропонувала нам відому вправу: вона написала слово «ремесло» і сказала придумати якомога більше слів, використовуючи лише ці літери. «Море», «село», «осел» і т. д. І я тоді подумав: «Bay! Тобто можна так просто взяти літери та перетворити їх на нові слова?». Я був зачарований. Ці дитячі захоплення складно передати словами. Абрагам Маслоу називав це «голосом імпульсу». Він зауважив, що діти з дуже раннього віку вже точно знають, що їм подобається, а що не подобається. Це, безумовно, така людська природа, і в цьому криється велика сила. У вас теж були такі голоси імпульсів. Коли щось одне вам дуже сильно не подобалося, проте робити щось інше ви просто обожнювали. Вам не подобалася математика, але ви тягнулися до слів. Ви були сповнені захвату від одних книг, але практично засинали від інших. Ці перші схильності важливо розпізнати, через те що вони чітко вказують на те ваше вподобання, яке не зазнало впливу бажань інших людей. Це не те, що вам нав'язали ваші батьки, що має більш поверховий зв'язок, щось більш вербальне та свідоме. Ці схильності, які натовість ідуть глибоко зсередини, можуть бути виключно чимось вашим, відображенням вашої унікальної хімії.

Закон дня. Зробіть сьогодні те, що вам подобалося робити в дитинстві. Спробуйте відновити зв'язок з вашим голосом імпульсу.

РОБЕРТ ГРІН у бесіді для LIVE TALKS LOS ANGELES, 11 лютого 2019 року

4 СІЧНЯ

Це вже у вас усередині

Рано чи пізно щось нібито кличе нас вступити на певний шлях. У ваших спогадах це може нагадувати якийсь сигнал, який раптово, неначе нізвідки, прозвучав у дитинстві, коли захоплення, певний поворот подій вразили вас як блага вість: от саме цим я маю займатися, от саме це мені слід робити. От ким я є.

Джеймс Хіллман

Набуваючи все більшого досвіду, ви часто втрачаєте зв'язок із сигналами, що йдуть з вашої первісної сутності. Вони можуть бути поховані під тим, чого ви навчилися. Можливо, ваша сила та майбутнє залежать від відновлення зв'язку із цією сутністю та поверненням до ваших витоків. Шукати ознаки таких схильностей вам слід у своєму ранньому дитинстві — в інтуїтивних реакціях на щось просте, у бажанні повторити те, від чого ви ніколи не втомлювалися, у предметі, який викликав незвичний рівень цікавості, у відчуттях сили, пов'язаної з певними діями. Це вже у вас усередині. Вам нічого не потрібно створювати, треба просто копати та шукати те, що завжди було приховано глибоко всередині. Якщо ви — байдуже, у якому віці, — відновите зв'язок зі своєю сутністю, деякі складові цієї примітивної схильності оживуть знову, вказуючи на шлях, який зрештою може стати вашим життєвим завданням.

Закон дня. Попросіть того, хто пам'ятає вас у дитинстві, розповісти про ваші зацікавлення. Зблизьтеся знову з пристрастями свого раннього дитинства.

«Майстерність», І. Відкрийте своє покликання — завдання життя

5 СІЧНЯ

Довідайтеся, до чого вас тягне,
та пориньте в це

Сучасний антрополог і лінгвіст Деніел Еверетт виріс у ковбойському містечку на кордоні Каліфорнії та Мексики. З раннього дитинства його тягнуло до мексиканської культури, яка його оточувала. Усе в ній викликало в нього захват: звуки слів, які він чув від працівників-мігрантів, їжа, манери, що сильно відрізнялися від манер англосаксонського світу. Він нестримно поринав у їхню мову та культуру настільки, наскільки міг. Це перетворилося на довічне зацікавлення до іншого — до різноманіття культур на планеті й того, що означало це для нашої еволюції.

Закон дня. До чого ви завжди відчували потяг? Зануртеся сьогодні в це з головою.

«Майстерність», І. Відкрийте своє покликання — завдання життя

6 СІЧНЯ

Змінюватися — це закон

Вибудовуючи свою кар'єру, розуміючи її неминучі повороти, ніколи не забувайте, що ви не прив'язані до певної посади і не повинні бути вірними своїй кар'єрі чи компанії. Ви повинні бути віддані своєму життєвому завданню та робити все, щоб повністю в ньому розкритися. Тільки від вас залежить, чи ви знайдете його та спрямуєте в правильне русло. Це не справа інших — захищати вас чи допомагати вам. Ви маєте пройти обраний шлях самостійно. Зміни неминучі, особливо в такий революційний час, як наш. Оскільки ви самі по собі, ви особисто маєте передбачити ті зміни, які просто зараз відбуваються у вашій професії. І вам належить адаптувати своє життєве завдання до цих обставин. Вам не треба триматися за старі методи роботи, тому що через це ви відставатимете й страждатимете. Ви повинні бути гнучкими та завжди готовими пристосовуватися. Якщо вам нав'язують зміни, опирайтеся спокусі запанікувати чи жаліти себе.

Перш ніж Фредді Роуч став видатним тренером з боксу, він був змушений піти з боксу. Підсвідомо він знайшов шлях повернення на ринг, тому що зрозумів, що любить не бокс як такий, а спортивні змагання й спортивну стратегію. Завдяки такому мисленню він зумів пристосувати свої схильності до нового шляху, залишившись в боксі. Як і Роучу, вам не варто відмовлятися від навичок і досвіду, які ви раніше здобули, потрібно просто знайти новий спосіб, як їх застосувати. Ви повинні скерувати свій погляд на майбутнє, а не на минуле. Часто такі креативні пристосування ведуть нас на кращий шлях: воно вибиває з нас самовдоволення та змушує наново оцінити, куди ми прямуємо.

Закон дня. Адапуйте свої схильності. Не ставте непохитних цілей і не будуйте невблаганні мрії. Змінюватися — це закон.

«Майстерність», І. Відкрийте своє покликання — завдання життя

7 СІЧНЯ

Гроші й успіх

Для багатьох людей гонитва за грішми й статусом може бути джерелом потужної мотивації та концентрації. Такі люди можуть ставитися до пошуків свого покликання в житті як до безглузлого витрачання часу й застарілого мислення. Але в далекій перспективі така філософія часто приносить гіркі плоди. Ми всі знаємо про ефект «гіпернамів»: якщо ми дуже сильно хочемо та намагаємося заснути, ми заснемо з меншою ймовірністю. Якщо ми прагнемо виголосити найкращу промову на якійсь конференції, то стаємо занадто занепокоєними через результат, тож зазнаємо невдачі. Якщо ми відчайдушно бажаємо знайти партнера чи подружитися з кимось, то з більшою ймовірністю ми відштовхнемо людей. Але, коли ми у цих ситуаціях розслабимося та зосередимося на інших речах, ми з більшою ймовірністю заснемо, виголосимо чудову промову або зачаруємо тих, хто нам подобається. Найприємніші речі в житті відбуваються як наслідок того, чого ми майже не прагнули чи не очікували. Якщо ми намагаємося фабрикувати щасливі моменти, то вони, як правило, нас розчаровують. Те ж саме стосується завзятої гонитви за грішми й успіхом. Багато найуспішніших, найвідоміших і найбагатших людей не починали свій шлях з одержимості грішми й статусом. Таким чудовим прикладом може бути Стів Джобс, який накопичив велике багатство у своєму аж ніяк не старому віці. Він насправді не дуже хвилювався матеріальними благами. Його виняткова увага була зосереджена на створенні найкращих й унікальніших моделей, і, коли йому це вдалося, гроші полилися рікою.

Закон дня. Зосередьтеся на підтриманні чіткого відчуття мети, і тоді успіх сам по собі прийде до вас.

«ЗАКОНИ ЛЮДСЬКОЇ ПРИРОДИ», 13.

ДІЙТЕ ОСМИСЛЕНО: ЗАКОН БЕЗЦІЛЬНОСТІ

8 СІЧНЯ

Займіть свою нішу

Наприкінці 1950-х років невролог і психолог В. С. Рамачандран, живучи в Мадрасі (Індія), будучи тоді ще дитиною, уже знав, що був особливий. Він любив гуляти на самоті уздовж пляжу, тож швидко захопився неймовірною різноманітністю морських мушель, які хвилі виносили на берег. Він почав їх збирати й детально досліджувати. Незабаром В. С. Рамачандрана особливо зацікавили найдивніші морські мушлі, такі як ксенофора — організм, який збирає мушлі інших тварин та використовує їх для маскуванню. У певному розумінні хлопчик сам був неначе ксенофора — щось незвичайне, аномальне. У природі ці аномалії часто слугують більшій еволюційній меті: вони можуть зайняти нові екологічні ніші, що дає більші шанси на виживання.

З роками В. С. Рамачандран переніс своє дитяче захоплення на інші предмети — людські анатомічні патології, певні хімічні явища тощо. Він закінчив медичний університет, а потім став професором візуальної психології в Каліфорнійському університеті в Сан-Дієго. Його захопило явище фантомних кінцівок: люди після ампутації ноги чи руки й далі відчують нестерпний біль у кінцівці. Він почав проводити експерименти, пов'язані з фантомною кінцівкою. Ці дослідження дозволили зробити певні цікаві відкриття про сам мозок, а також виявити незвичайний спосіб, як можна позбавити пацієнтів болю. Вивчення аномальних неврологічних розладів стало тим, чому він присвятив решту свого життя. Неначе пройшов усе коло, повернувшись до тих днів, коли збирав мушлі найрідкісніших форм.

Закон дня. Радо прийміть свою незвичність. Визначте, що саме робить вас унікальними. Поєднайте всі ці якості та станьте аномалією.

«МАЙСТЕРНІСТЬ», I.

Відкрийте своє покликання — завдання життя