

## *Введение*

ЭТА КНИГА ПРИЗВАНА помочь вам найти свое призвание. Во время пребывания в Оклахоме несколько лет назад я услышал одну старую историю. Плыли два малька по реке вниз по течению и встретили зрелую рыбину, плывшую им навстречу. Рыба сказала: «Доброе утро, ребята. Как вам вода сегодня?» Мальки, лишь улыбнувшись в ответ, двинулись дальше. После того как они проплыли некоторое расстояние, один из них остановился и спросил другого: «Слушай, а что такое вода?» Водная стихия для него была настолько естественна, что он ее даже не замечал. Жизнь в соответствии со своим призванием во многом похожа на поведение маленькой рыбки. Ведь смысл такой жизни — заниматься тем, что кажется настолько естественным и соответствующим вашему внутреннему миру, чтобы стать неотделимым от своего занятия.

А вы уже нашли свое призвание? Вам известно, каково оно и как его найти? Многие люди живут в соответствии со своим призванием, ощущая себя так, словно занимаются

тем, для чего были рождены. Но и тех, кто своего призыва не нашел, тоже достаточно. Они не наслаждаются жизнью, а просто убивают время в течение недели в ожидании выходных.

В 2009 году была издана книга «Призвание. Как найти то, для чего вы созданы, и жить в своей стихии»\*, посвященная описанию различий между двумя стилями жизни: в своей стихии и вне ее. Призвание можно найти там, где встречаются врожденная предрасположенность и интерес. Начинать нужно с естественной склонности к какому-либо занятию, например: игра на гитаре, баскетбол, кулинария, преподавание, работа с технологиями или животными. Люди находят свое призвание, работая учителями, дизайнерами, домоправителями, конферансье, врачами, пожарниками, художниками, социальными работниками, бухгалтерами, администраторами, библиотекарями, лесниками, солдатами — словом, в любой сфере деятельности. Недавно я беседовал с женщиной, разменявшей шестой десяток, которая всю жизнь работала бухгалтером. В детстве она на лету схватывала все, что было связано с цифрами, и с упоением занималась математикой. Ей это просто было дано. Таким образом, важным этапом в поиске своего призвания является понимание своих способностей и талантов.

Впрочем, жить в своей стихии не означает просто заниматься тем, что у вас хорошо получается. У многих людей есть задатки к тому, что им абсолютно неинтересно. Только если вы понастоящему любите свое дело, можно говорить о том, что вы нашли свое призвание. Как в случае с женщиной-бухгалтером. Ведь у нее не просто был талант к цифрам — она их обожала!

---

\* Робинсон К. Призвание. Как найти то, для чего вы созданы, и жить в своей стихии. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2012.

Бухучет никогда не казался ей ненавистной рабочей рутиной. Это было ее любимое занятие. Конфуций говорил: «Выберите себе работу по душе, и вам не придется работать ни одного дня в жизни». Кстати, он не читал мою книгу, хотя именно так может показаться.

Книга «Призвание» должна была подтолкнуть читателей по-новому взглянуть на то, какой жизни они достойны. Она получила огромное количество положительных отзывов от людей со всего мира и в настоящее время переведена на двадцать три языка. На встречах, посвященных открытию продаж книги, или при подписании экземпляров люди часто говорили мне, что покупают ее в надежде найти новую дорогу в своей жизни. Одни говорили, что покупают ее не для себя, а для своих детей, родителей, друзей или родителей друзей. Обычно я спрашиваю людей, чем они занимаются и нравится ли им их дело. Независимо от конкретной сферы деятельности всегда находятся люди, которые, не раздумывая, отвечают: «Я обожаю свою работу!» — и их лица при этом светлеют. Никакие другие слова не скажут вам яснее о том, что человек нашел свое призвание. Некоторые раздумывают, а затем отвечают что-то вроде: «На время сойдет» или «Эта работа позволяет мне сводить концы с концами». И мне тут же становится ясно, что им еще нужно продолжать поиски.

Зачем вообще искать свое призвание? Главная причина — личная. Только найдя свое дело, вы по-настоящему узнаете, кто вы и на что способны. Вторая причина — социальная. Очень многим не хватает смысла в жизни. Огромное число людей не заинтересованы в своей работе. Всё больше учащихся чувствуют, что система образования не дает им того, чего они ожидают. Растет потребление болеутоляющих,

антидепрессантов и алкоголя. И неоспоримым доказательством этой общественной проблемы можно считать количество самоубийств, совершаемых ежегодно, особенно молодыми людьми.

Человеческие ресурсы во многом похожи на природные: очень часто они скрыты глубоко под поверхностью, и нужно как следует потрудиться, чтобы их найти. Если подумать, то мы почти не занимаемся этим ни в школах, ни на работе, ни в составе своих сообществ. И дорого платим за свое безразличие. Я не говорю, что, если помочь всем людям найти свое призвание, можно разрешить все социальные проблемы, но улучшения будут заметны невооруженным взглядом.

Третья причина — экономическая. Призвание не всегда можно применить в основной профессиональной деятельности. Некоторые люди не хотят получать деньги за свое призвание, а некоторые и не могут. Все зависит от того, что это за призвание. В целом же его поиски направлены на установление гармонии в жизни. И все же для этого существуют и экономические причины.

В наше время очень часто случается, что за свою трудовую жизнь человек несколько раз меняет место работы и специальность. Начало вашей карьеры далеко не всегда имеет отношение к тому, где настает ее пик. А понимание своего призыва дает гораздо более четкое направление движения, чем хаотичная смена мест работы. Каков бы ни был ваш возраст, всегда лучше заниматься тем, что дарит вам чувство самореализации.

Если вы дошли уже до середины своего профессионального пути, то, наверное, готовы к радикальным переменам, которые дадут вам возможность заниматься делом, резонирующим с вашим естеством. Если же в данный момент у вас нет работы,

то лучше времени, для того чтобы разобраться в себе и окружающем мире с целью найти свой путь в нем, вы не найдете. Во времена экономического спада это даже более актуально, чем когда-либо. Если вы знаете, в чем заключается ваше призвание, вероятность того, что вы сможете найти себе заработка, существенно повышается. А для организаций, особенно со строгим бюджетом, важно, чтобы сотрудники чувствовали, что делают что-то значимое для себя и других. Если персонал компании предан делу, у нее больше шансов добиться успеха, чем у той, в которой работают безразличные, циничные и безынициативные сотрудники.

Если трудовые дни уже позади, то именно сейчас пришло время выполнить данные себе обещания. Это просто идеальная возможность заново наполниться энтузиазмом прежних увлечений и попробовать ступить на ту стезю, куда в молодости вы не решились ступить.

Хотя книга «Призвание» должна была послужить вдохновляющим и воодушевляющим чтением, она не была рассчитана на то, чтобы стать практическим пособием. С момента ее выхода в свет я получил огромное количество вопросов о том, как найти свое призвание или помочь его найти кому-либо. Мне также задают и другие вопросы, например:

- А если у меня нет никаких особых талантов?
- Что, если у меня нет увлечений?
- Что, если мне нравится дело, которое у меня совсем не выходит?
- А если мое призвание не может приносить денег?
- Что, если у меня и так чересчур много обязанностей и дел?

- Что, если я слишком молод?
- Что, если я слишком стар?
- Призвание может быть только одно?
- Призвание бывает одно на всю жизнь или может меняться?
- Как я узнаю, что нашел свое призвание?
- Как мне помочь детям найти призвание?

На эти вопросы есть ответы, и, по мере того как первая книга становилась все более популярной, я понимал, что должен поделиться ими с читателями. В этой книге я и попытаюсь это сделать. В какой бы части пути к своему призванию вы сейчас ни находились, сколько бы вам ни было лет, с помощью этой книги я помогу вам найти его. Вероятно:

- вы фruстрированы отсутствием ярко выраженных талантов или увлечений;
- колебитесь в выборе направления в образовании;
- сомневаетесь, так ли уж нужно вам получить высшее образование или лучше заняться другим делом;
- подавлены необходимостью ходить на работу, которая вам не по душе;
- находитесь в середине своей жизни со смутным ощущением, что пора выбрать новое направление;
- сидите без работы, пытаясь понять, что же теперь делать.

Если вы знаете людей, которые стремятся найти свое призвание, предложите им прочитать эту книгу — она подойдет и им.

### *Что вы найдете в этой книге*

Эта книга представляет собой логическое продолжение «Призвания». Она рассматривает те же вопросы и предлагает советы, техники и ресурсы, которые позволяют вам применить описанные идеи и принципы на практике. Книга состоит из десяти глав. Первая глава повествует о базовых принципах и правилах поиска призыва и отвечает на вопрос, зачем его нужно искать. Вторая посвящена изучению склонностей и способностей и предлагает набор техник и приемов, которые помогут вам лучше в этом разобраться. Третья глава затрагивает вопрос, почему можно не до конца осознавать истинную глубину своих способностей и что с этим нужно делать. Четвертая рассказывает о том, что такое увлечение и какое отношение оно имеет к призванию. Пятая глава изучает понятие счастья и объясняет, как нахождение призыва сделает вас счастливее. Шестая глава поможет осознать, как ваше отношение к чему-либо способствует или мешает поиску призыва. Седьмая заставит пересмотреть свою жизненную ситуацию и подскажет, где искать возможности для перемен. Восьмая глава продемонстрирует, как установить связь с людьми, разделяющими ваше призвание. Девятая даст вам все необходимое, для того чтобы составить план действий и детально расписать следующие важные шаги. Десятая глава вкратце обобщит идеи, описанные в книге, и поможет вам сбраться с духом для этого путешествия.

В книге можно выделить пять тематических ответвлений, которые встречаются на протяжении всего чтения; каждое из них поможет вам лучше понять свое призвание и сосредоточиться на его поиске.

*Идеи и принципы*

В каждой главе можно встретить идеи и принципы, поясняющие, что такая жизнь в соответствии с призванием и как это отразится на вашей жизни. Эта книга построена вокруг тех же утверждений, что и моя первая работа на эту тему. В ней вы познакомитесь с множеством идей о том, как найти свое призвание и понять, что вы это сделали. Вы прочитаете о способностях и склонностях, разных стилях обучения, увлечении, отношениях и личности, счастье и смысле.

*Истории и примеры*

Из этой книги вы узнаете много историй от людей из самых разных сфер жизни, повествующих о том, что их герои сделали для того, чтобы найти свое призвание, и как это изменило их жизнь. Многие рассказы я услышал от людей, вдохновленных моей первой книгой, — они желали поделиться своим опытом того, как эти принципы выразились в их жизни. У каждого из них свое собственное призвание, часто очень специфическое — например, не обучение в целом, а обучение детей в детском саду или, наоборот, работа со взрослыми людьми; не музыка в целом, а например, джаз; не наука, как таковая, а изучение отклонений; не писательство, а написание исключительно женских романов. Я буду приводить в пример их истории, чтобы вам было легче определить собственный путь, опираясь на примеры других. Эти люди хотели рассказать миру о том, насколько сильно призвание может изменить жизнь, чтобы тем самым подтолкнуть вас к действиям. Они также поделятся тем, с какими препятствиями и разочарованиями можно встретиться на пути, которых трудно избежать в реальной жизни.

## *Упражнения*

Вам будут предложены практические упражнения, которые помогут вам в поиске своего призвания. Некоторые из них покажутся вам более интересными, сложными и глубокими, чем другие. Только от вас зависит, как вы будете ими пользоваться и насколько серьезно подойдете к их выполнению. Можете пропустить этот раздел или быстро просмотреть их и приговориться, что сделали. Это ваше решение, ваша книга и ваше время.

Если вы действительно хотите найти свое призвание, я бы посоветовал, по крайней мере, попытаться выполнить их. Это не тесты, где есть правильные и неправильные ответы. В них не заложена никакая магическая формула, гарантирующая удачный результат. Эти упражнения призваны просто помочь вам лучше понять себя, свои жизненные обстоятельства, таланты, увлечения и возможности.

Для выполнения некоторых упражнений вам понадобятся расходные материалы. Постарайтесь заранее подготовить большие листы бумаги, цветные ручки и карандаши, липкие заметки нескольких цветов, набор глянцевых журналов, скотч и что-нибудь на случай, если вам захочется поиграть. При работе над книгой очень уместно вести дневник и иметь тетрадь для работы. Пользуйтесь ими как можно чаще, чтобы сохранять и пересматривать свои мысли, рисунки, наброски мелодий. Постарайтесь сделать заметки разнообразными и задействовать как можно больше органов чувств.

Одно из основных положений данной книги заключается в том, что мы все мыслим по-разному. Поэтому нужно быть

гибкими и креативными, выполняя упражнения. Страйтесь как можно больше узнать о себе. Если вы хорошо работаете со словами, то вам предпочтительнее будет писать. Если же вам больше по вкусу рисовать или выразить свои мысли в танце, не стесняйтесь это проделать. Не важно, будете ли вы работать с подручными материалами или приложениями на своем компьютере, главное — чтобы вам было удобно. Ведь удобный для вас способ самовыражения тоже многое может сказать о вашем призвании.

Какой бы способ вы ни выбрали, я бы рекомендовал быть максимально сосредоточенным во время работы над упражнениями. Прежде чем приступить к выполнению конкретного упражнения, выделите полчаса, чтобы побывать наедине с собой. Если вы хотите использовать компьютер, избавьтесь от всего, что может вам помешать: выключите телефоны, закройте окна социальных сетей и программы обмена сообщениями. Не беспокойтесь, это займет всего полчаса. Цифровой мир никуда не денется — и вы вновь подсоединитесь к нему.

### *Ресурсы*

На протяжении всей книги вам будет встречаться большое количество полезных источников информации — например, большой перечень литературы по склонностям, взаимоотношениям и литературе, посвященной понятию личности. Предложены вашему вниманию и многочисленные программы личностного развития и карьерного планирования. Когда это уместно, я даю ссылки на книги и сайты, которые кажутся мне интересными и которые способствовали созданию этой книги.

Советую вам ознакомиться с ними не потому, что я полностью разделяю изложенные в них позиции, а для того, чтобы иметь возможность посмотреть на некоторые явления с разных точек зрения.

И несколько слов предостережения. В журналах, газетах и сети можно встретить огромное количество коротких тестов и анкет, обещающих рассказать всю правду о том, что вы за человек и в чем вы сильны. Многие верят в результаты этих тестов так же, как верят в гороскопы, которые читают миллионы людей, пытаясь найти в них что-то общее с их жизнью. Часто в них действительно содержится крупица истины, но не нужно пытаться соответствовать каждому слову в заключениях такого рода опросников. Поиск призвания — это поиск себя, а не обобщенного архетипа, с которым вы могли бы себя соотнести.

В 1948 году американский психолог Бертрам Форер опубликовал результаты своего исследования такого понятия, как «субъективная валидность». Форер раздал для заполнения личностный опросник большой выборке студентов. Но, вместо того чтобы рассмотреть и проанализировать каждый бланк в отдельности, он выдал всем студентам заключение, взятое из астрологической колонки местной газеты. Своим же ученикам он сказал, что каждый результат индивидуален и учитывает их неповторимые ответы в опроснике. Большинство оценочных суждений в этом заключении подходили любому человеку. Позже они были названы «формулировками Барнума» в честь циркового импресарио Финеаса Барнума, девизом которого были слова: «У нас есть что-то для каждого». Вот заключение, которое Форер показал студентам:

Вы испытываете сильную потребность в том, чтобы вас любили и восхищались. Вы несколько самокритичны. У вас есть большой неиспользованный потенциал, который вы могли бы обратить себе во благо. Хотя у вас есть слабые места, вы умеете их компенсировать. Вы кажетесь дисциплинированным человеком с хорошим самоконтролем, но внутри часто испытываете волнение и неуверенность. Порой вас терзают сильные сомнения насчет того, правильно ли вы поступили, лучший ли выбор сделали. Вам нравится некоторое разнообразие и перемены и сильно огорчают ограничения и запреты. Вы гордитесь тем, что вы самостоятельно мыслящий человек и никогда не принимаете чужую точку зрения на веру. Иногда вы ведете себя как экстраверт, открыто и приветливо, а иногда как интроверт, оченьдержанно и осторожно. Некоторые ваши мечты и желания весьма нереалистичны. Безопасность — одна из наиболее главных целей вашей жизни.

Студентов попросили оценить правильность данного описания по шкале от нуля до пяти с условием, что ноль означает: описание абсолютно им не подходит, а пять — полностью верно. Средняя оценка оказалась 4,26. С тех пор этот опыт повторялся сотни раз с людьми из самых разных социальных групп, и все равно средний балл всегда равнялся примерно 4,2. Объяснить подобный феномен можно тем, что люди, решившиеся поучаствовать в таких тестах, искренне верят в достоверность получаемых результатов и подстраивают под них свое мнение.

Доказательств этого отнюдь не современного явления существует множество. Возьмем, к примеру, чудесную

юмористическую повесть Джерома К. Джерома «Трои в лодке, не считая собаки», опубликованную в 1879 году. Ее главный герой, ипохондрик, опасается того, что он заболел, и в поисках подтверждения своей догадки обращается к медицинскому справочнику.

Я взял справочник и нашел там все, что мне было нужно, а потом от нечего делать начал перелистывать книгу, прошматривая то, что там сказано о разных других болезнях. Я уже позабыл, в какой недуг погрузился раньше всего — знаю только, что это был какой-то ужасный бич рода человеческого, — и не успел я добраться до середины перечня ранних симптомов, как стало очевидно, что эта болезнь гнездится во мне.

Несколько минут я сидел, как громом пораженный, потом с безразличием отчаяния принялся переворачивать страницы. Я добрался до холеры, прочел о ее признаках и установил, что у меня холера, что она мучает меня уже несколько месяцев, а я об этом и не подозревал. Мне стало любопытно: чем еще я болен? Я перешел к пляске святого Витта и выяснил, как и следовало ожидать, что ею я тоже страдаю; тут я заинтересовался этим медицинским феноменом и решил разобраться в нем досконально. Я начал прямо по алфавиту... Так я добросовестно перебрал все буквы, и единственная болезнь, которой я у себя не обнаружил, была родильная горячка... Ящуром книга заканчивалась, и я решил, что больше мне уж ничего не угрожает.\*

---

\* Пер. М. Донского и Э. Линецкой. *Прим. перев.*

Думаю, вы поняли суть проблемы. Вопросы, упражнения и техники из этой книги призваны помочь вам разобраться в своих личных талантах, интересах, чувствах и отношениях. Когда вы будете работать с ними, старайтесь быть максимально честны с собой, чтобы не пойти на поводу у эффекта Барнума и не выдавать желаемое за действительное. Но даже они не расскажут всего, что вам следует знать, и эффективны будут в разной мере. Ни один генерализованный тест не учитывает всех необычных сочетаний качеств, которые и делают личность неповторимой. Они призваны стимулировать ваше воображение, самопознание и ощущение возможностей. Попробуйте разные подходы и решите, какие из них полнее вас описывают. Пользуйтесь ими креативно и критично.

### *Вопросы*

В конце каждой главы есть несколько вопросов — всего их в книге примерно пятьдесят. На них нет правильных или неправильных ответов. Это не глубокомысленный опросник или тест. Их цель — помочь вам с пользой применить информацию и идеи, изложенные в каждой главе, к своей жизни. Некоторые из них покажутся вам более интересными или полезными. Как и при выполнении упражнений, вы можете отвечать на них в любом порядке каким угодно способом. Я бы посоветовал вам отнести к заданиям вдумчиво и не спешить заполнять их как скучный бланк. Хорошо обдумывайте их и не торопитесь с ответами. У вас появится больше поводов для размышлений, если сначала вы поработаете с предложенными упражнениями. Эту книгу вообще не нужно воспринимать как задачу, которую необходимо решить, — относитесь к ней как к источнику информации для

процесса, который начинается сейчас, но может продолжаться еще долго после того, как вы прочтете последнюю строку.

### *Ваше личное путешествие*

Поиск призвания — очень индивидуальный процесс. Это путь, подобный пути средневековых рыцарей, отправившихся на розыски священной реликвии, — это странствия, приключения и риск, а его исход не всегда можно предсказать. Поиск призвания — процесс двунаправленный. Сначала вы отправитесь внутрь себя, чтобы лучше разобраться в себе, а затем вернетесь к миру в поисках подходящих возможностей. Эта книга поможет вам найти свой путь. Достигнете ли вы конца пути — зависит от вашей преданности этому начинанию, стойкости, а также того, насколько высоко вы оцениваете потенциальный приз. Если у вас есть все, что нужно, то, я уверен, в этой книге вы найдете много полезного и вдохновляющего материала.

В книге десять глав, но это не означает, что поиск призвания похож на программу из десяти шагов. Я не могу обещать вам, что по прочтении десятой главы вы найдете свое призвание. У каждого из нас различные стартовые условия и свой уникальный путь. И, как часто бывает, нет никаких гарантий, что вы найдете то, что ищете. Эта книга не подскажет вам, какой путь выбрать и в каком направлении двигаться. Она всего лишь представляет собой карту близлежащих земель и несколько базовых принципов и инструментов ориентирования на местности. Несмотря на то что ваше путешествие уникально, вы не обязаны проделывать его в одиночестве. На своем пути вы можете встретить наставников и других искателей с похожим на ваше призванием.

Искать призвание — не означает игнорировать потребности и желания людей, которые от вас зависят, или необходимость бросить все, чем вы занимались до сих пор. Вам вовсе не придется с укором смотреть на себя и терзаться вопросом, могли ли вы лучше использовать свои таланты и увлечения. Однако ответить на вопрос, что же сдерживает вас и как это побороть, все же придется.

В жизни некоторых людей совсем нет амбиций и риска, тогда как у других вся жизнь — сплошное приключение. Джозеф Кэмпбелл исследовал героические мифы и легенды разных народов в разные эпохи. Он утверждал, что герой всегда сталкивается в путешествии с похожими препятствиями. И у вашего путешествия тоже будет свой вызов и своя награда. И хотя никто не проживал вашу жизнь, другие люди оставили достаточно дорожных знаков, которые помогут вам отыскать путь. В конце концов, только вы можете сказать, достигли вы пункта назначения или вам предстоит еще долгий путь, смогли отыскать свое призвание или поиски еще продолжаются. Как бы вы ни ответили на этот вопрос, можете быть уверены: призвание стоит того, чтобы хотя бы попытаться его найти.