

Уитни Джонсон

РАЗРЕШИ СЕБЕ • МЕЧТАТЬ •

Как воспитать смелость в себе
и своих детях



Эту книгу хорошо дополняют:

[Призвание](#)

Кен Робинсон

[Найти свое призвание](#)

Кен Робинсон и Лу Ароника

[В поисках себя](#)

Жан Беливо

[Муза, где твои крылья?](#)

Яна Франк

[Разрешите себе творить](#)

Натали Ратковски

[В этом году я...](#)

М. Дж. Райан

WHITNEY JOHNSON

**DARE,
DREAM, DO:**

Remarkable Things Happen When You Dare to
Dream

УИТНИ ДЖОНСОН

Разрешите себе мечтать

Как воспитать смелость в себе и своих детях

Информация от издательства

На русском языке публикуется впервые

Издано с разрешения Bibliomotion, Inc. и литературного агентства Andrew Nurnberg

Джонсон, У.

Разреши себе мечтать. Как воспитать смелость в себе и своих детях / Уитни Джонсон ; пер. с англ. Н. Яцюк. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014.

ISBN 978-500057-063-0

Эта книга вдохновит вас выйти из зоны комфорта и изменить свою жизнь. Размышления автора в сочетании с удивительными историями из реальной жизни десятков женщин способны убедить любого скептика в том, что мечтать не вредно, а, наоборот, полезно. В ней рассказывается, что нужно делать, чтобы мечты стали реальностью.

Все права защищены.

Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс»

© Whitney Johnson, 2012 First published by Bibliomotion, Inc., Brookline, Massachusetts, USA.

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2014

Предисловие

Я искренне сомневаюсь в том, что люди, знавшие меня в детстве и даже в юности, отнесли бы меня к числу мечтателей. Разумеется, раньше я и сама бы этого не сделала.

У родителей нас было четверо, и я — самая старшая. Свое детство я провела в калифорнийском городе Сан-Хосе, но это было задолго до того, как он превратился в центр Кремниевой долины. В восемнадцать лет я поступила в университет, чтобы изучать музыку, хотя и не имела четкого представления о том, что буду делать после его окончания. Единственное, что я могла предположить почти наверняка, — что со временем выйду замуж и рожу детей.

Когда девять лет спустя я оканчивала университет (мне пришлось прервать учебу на три года, чтобы заработать немного денег и заняться миссионерством в Латинской Америке), то уже была замужем. Затем мы с мужем (к тому времени наш брак длился уже два года) переехали в Нью-Йорк, где он собирался изучать молекулярную биологию в Колумбийском университете. Поскольку программа получения докторской степени рассчитана на пять–семь лет, все это время мужу платили лишь небольшую стипендию и кормить семью пришлось мне. И я решила, что смогу делать это, если займу какую-либо должность в офисе одной из компаний. Только вот одна загвоздка: у меня не было никакого опыта работы в бизнесе. В двадцать семь лет, со степенью бакалавра музыки, я пока могла претендовать лишь на место секретаря. Примерно через месяц меня взяли ассистентом по продажам одного из розничных брокеров компании Smith Barney.

Теперь у меня была работа, но я по-прежнему не знала, чем именно хочу заниматься в жизни. Однако наблюдая за своими коллегами (весьма успешными профессионалами, получившими образование в университетах Лиги плюща^[1]), я пришла к выводу, что они не намного умнее меня. Мне хотелось делать то же, что и они. Если уж приходится работать, то пусть это будет настоящая, интересная работа, позволяющая построить карьеру и приносящая существенный доход. «Пусть у меня нет диплома Принстонского университета, пусть я не

специалист в этой сфере, но я смогу добиться успеха на Уоллстрит», — сказала я себе.

Цензор ваших мечтаний

Во время учебы на последнем курсе университета я прослушала ознакомительную лекцию о юридической школе. Хотя меня заинтересовала возможность получить диплом юриста, я сразу же отказалась от этой идеи, посчитав ее несбыточной мечтой. Я очень сомневалась, достаточно ли умна для этого и стоит ли пробовать.

Люди не осмеливаются мечтать по многим причинам. Например, когда я уже училась в университете, мои родители по-прежнему пытались решать все за меня. Они указывали мне, что и как делать и даже за кого выходить замуж. Когда мне исполнилось двадцать семь, я сама стала цензором своих мечтаний. Но в таком бурлящем жизнью городе, как Нью-Йорк, к тому же при полной поддержке мужа, я посмотрела на себя совершенно другими глазами. Однако самым сильным фактором мотивации оказалась, пожалуй, острая нужда. Учитывая, что на получение докторской степени и научную работу после защиты диссертации у моего мужа должно было уйти около десяти лет, нам почти до сорока лет предстояло жить на грани бедности, а это меня уж точно не устраивало.

Путь к осуществлению первой большой мечты, связанной с карьерой, был сопряжен с немалыми трудностями. Не имея нужных навыков, диплома и, самое важное, уверенности в себе, я начала с самых низов. Тем не менее вложила все свои силы в работу ассистента брокера по продаже ценных бумаг, а по вечерам изучала основы бизнеса. И в начале 1992 года (через три года после переезда в Нью-Йорк) настал мой звездный час. Когда я работала в Nomura Securities, мой босс Сезар Баэз назначил меня на должность аналитика по инвестиционным банковским операциям; тем самым он помог мне преодолеть чаще всего непреодолимую пропасть между должностью секретаря и квалифицированного специалиста.

После семи лет работы в банковской сфере и рождения первого ребенка я занялась анализом ценных бумаг в контексте их продажи, сначала в Salomon Smith Barney, а затем в Merrill Lynch. Будучи

специалистом по анализу акций, я разрабатывала развернутые модели финансовой оценки, составляла инвестиционные рекомендации и совершала операции с акциями. К тому моменту, когда я взяла длительный перерыв в работе на Уолл-стрит, для того чтобы осуществить новые мечты, меня уже считали опытным специалистом по тем видам акций, которые входили в сферу моей компетенции. Кроме того, по результатам опроса Institutional Investor (проводится среди самых влиятельных в мире профессиональных инвестиционных менеджеров) я заняла первое место в рейтинге аналитиков по акциям медиакомпаний и второе — в рейтинге аналитиков по акциям телекоммуникационных компаний Латинской Америки.

Сила общения

На протяжении десяти лет мы мечтали и реализовывали свои мечты в Нью-Йорке, а затем переехали в Бостон, где мой муж получил работу. Там я начала осознавать, что мечтание — это непрерывный процесс. Я поняла, что для достижения целей необходимы не столько диплом или профессиональная подготовка, сколько вера в существование возможностей и пребывание там, где их можно для себя открыть. Кроме того, я убедилась, что нужда — прекрасный учитель.

К моему величайшему удивлению, когда я спрашивала женщин, о чем они мечтают, многие отвечали, что у них нет мечты или они не знают, осуществима ли она. Большинство представительниц прекрасного пола считали, что они просто не имеют права мечтать, что меня очень озадачивало. Это были образованные, талантливые женщины, составлявшие костяк общества. Видя множество перспектив, открывающихся перед ними, я поняла, что должна что-то предпринять, и этим «чем-то» стало создание блога Dare to Dream («Осмелитесь мечтать»; daretodream.typepad.com), в котором умные, энергичные женщины могли бы рассказать о своих давних мечтах.

Мечты бывают разными

Возможно, вы мечтаете выйти замуж за хорошего мужчину и создать крепкую счастливую семью, или стать врачом, художником или учителем, или управлять собственным бизнесом. Может быть, ваша

мечта — пробежать марафон, научиться вязать, петь перед публикой или баллотироваться на политический пост. Вполне вероятно, что вы мечтаете сделать свой уголок этого мира таким, чтобы в нем захотелось побывать каждому. Лелеете ли вы одну мечту или несколько, все еще анализируете свои мечты или только начинаете осознавать, что значит мечтать, — в любом случае я искренне надеюсь, что моя книга вдохновит вас и укажет путь. Она состоит из трех частей:

Часть I. Решайтесь. Почему так важно мечтать.

Часть II. Мечтайте. Смело формулируйте свои мечты.

Часть III. Действуйте. Осуществите свои мечты.

Прочитав ее, вы познакомитесь с историями десятков женщин в возрасте от двадцати до семидесяти лет, которые поделились ими на страницах моего блога. Предложив этим женщинам определить свои мечты, изучить их и найти способы реализации, я существенно обогатила содержание диалога, протекавшего на страницах блога, и узнала, что большинству из нас трудно мечтать в одиночестве. Роль, выпадающая на долю женщин в семейной, общественной и профессиональной жизни, носит зачастую непроявленный характер и не получает должного признания. Поэтому нам необходимо общаться с другими людьми, чтобы понять, что мы на самом деле делаем, и вдохнуть жизнь в свои мечты. Моя подруга Джен Томас рассказала, как читала эту книгу в самолете: «Когда я читала рукопись (пролетая над Миссури), мое кресло под номером 22Б волшебным образом превратилось в комнату, полную умных, вдохновляющих женщин, которые делились со мной своими мечтами и идеями».

Заявите о себе

Жизнь преподносит нам много уроков. Один из них я усвоила еще в двадцать с лишним лет, когда участвовала в благотворительной миссии в Уругвае. Он сослужил мне хорошую службу, когда я начала работать над блогом Dare to Dream. Среди миссионеров принято молиться о том, чтобы найти людей, которых заинтересовало бы их послание. Когда мы с другими волонтерами были в Уругвае, за тысячи километров от дома, мы молились об этом особенно горячо, поскольку

люди часто игнорировали нас или, и того хуже, захлопывали перед нами дверь. По этой причине слова одного из руководителей миссии Якоба де Джагера показали мне неожиданными и при этом убедительными: «Вместо того чтобы молиться о том, чтобы найти их, молитесь лучше, чтобы они нашли вас». Иными словами, если мы строим грандиозные планы и приступаем к их реализации, наши мечты сами отыщут нас. Поэтому вы должны заявить о себе и своих мечтах. Возможно, мы так и не научимся мечтать до тех пор, пока не достигнем истинной зрелости, но, если мы заявим о себе, мечты откроются нам.

У меня поиск и осуществление мечты проходит наиболее гладко, если я начинаю с чего-то простого. Я предлагаю вам воспользоваться таким же подходом. Начните читать эту книгу, пусть даже по одной-две страницы за раз; при этом делайте заметки на полях, на протяжении дня размышляйте над изложенными идеями; отметьте те, которые нашли у вас отклик, и попытайтесь реализовать одну или две. А затем повторите все снова.

Какой бы ни была мечта, мы все начинаем с одного и того же — с определения имеющихся возможностей. Именно поэтому мечты порой требуют смелости. Но мы все равно мечтаем, поскольку это важно для наших семей, общества, нашей планеты и прежде всего для нас самих. Только когда мы мечтаем, происходит нечто удивительное.

Осмеливаетесь ли вы мечтать?

Часть I

РЕШАЙТЕСЬ. ПОЧЕМУ ТАК ВАЖНО МЕЧТАТЬ

Не смейте не сметь.

Клайв Льюис, английский писатель

Мечтать — наше неотъемлемое право. В детстве мы все его использовали и верили в то, что можем стать кем угодно и сделать все, что пожелаем. Астронавт, египтолог, прима-балерина, мать десяти детей, президент страны — почему бы и нет? К сожалению, в зрелом возрасте мы часто забываем о своих сокровенных желаниях, поскольку жизнь преподносит нам неожиданные сюрпризы или ставит в трудные условия, а суровые реалии экономической необходимости поглощают нашу энергию и сводят на нет надежды. Для того чтобы мечтать, действительно нужна немалая смелость.

Основная мысль этой части книги заключается в том, что мечтать — неотъемлемое право человека и мы непременно должны им воспользоваться. Мечты наполняют нашу жизнь смыслом, помогают раскрыть свою сущность, достичь истинной зрелости и, самое важное, показать детям пример того, как мечтать и реализовывать свои мечты. Когда вы будете читать истории женщин, действительно решившихся мечтать, у вас может возникнуть желание рассказать о себе. Я призываю вас сделать это. Описывая свои мечты, мы как будто заявляем на них свои права и со временем начинаем делать то, что необходимо для их осуществления. Когда вы поймете, насколько важно мечтать, ваша история займет свое место среди историй других женщин, которые так же, как и вы, осмелились мечтать.

Глава 1

Мечты наполняют жизнь смыслом

Когда мне исполнилось семнадцать лет, мои родители развелись. Вспоминая об этом сейчас, я понимаю, что наибольшую боль мне причинял не сам развод, а все то, что он означал: мои родители теперь не любят и, возможно, никогда не любили друг друга (мама была беременна, когда они поженились), и они не были счастливы вместе. Поскольку я их первый ребенок, я часто задумывалась: может быть, все сложилось бы иначе, если бы я была лучше, красивее? Или они вообще не поженились бы, если бы у них не родилась я?

Мне до сих пор больно вспоминать об этом, хотя с тех пор прошло уже много лет. Тем не менее с возрастом я все лучше понимаю, что именно эти грустные события дали толчок развитию моих самых сильных качеств. Например, мое стремление создать счастливую семью непреложно. Точка. (Наша семья далека от совершенства, но мы счастливы вместе.) Когда кто-то из моих знакомых переживает из-за развода, мне понятны его чувства. Я знаю, в какой сложной ситуации он оказался и, какими бы ни были причины распада семьи, это весьма болезненно. Моя готовность двигаться дальше, сосредоточенность на развитии, по всей вероятности, следствие моих попыток подняться на более высокий уровень. Я убеждена, что желание вселить в женщин надежду, помогать им советами — это мое стремление дать им те поддержку и вдохновение, которых в свое время так не хватало мне.

Незаслуженные трудности выпадают на долю каждого из нас. А мечты наполняют нашу непростую жизнь смыслом. Мы даем себе надежду и верим в то, что пережитые горечь и боль облегчат бремя, доставшееся другим людям.

Используйте трудности как трамплин

Порой на пути к достижению цели мы черпаем силу в самых тяжелых и горьких событиях. Именно это произошло с Эмили Ортон — школьной учительницей из Нью-Йорка, когда она оставила работу и стала матерью.

Эмили Ортон: мечта о марафоне

В четыре месяца у моей дочери Лили появились признаки отставания в развитии, хотя акушер и педиатр уверяли меня в обратном. Я стала лихорадочно выискивать в интернете любую доступную информацию о синдроме Дауна. Мой муж даже начал называть меня параноиком. В конце концов, анализ крови, сделанный дочурке в полгодика, выявил наличие лишней хромосомы, которая полностью изменила нашу жизнь. Как ни странно, после этого мне стало легче. Больше не нужно было волноваться по поводу того, все ли в порядке. Я могла начать действовать.

Искренняя готовность мужа принять ситуацию, а также его неунывающий характер и юмор помогли нам пережить время перехода к новой жизни. Муж предложил пошить футболки с надписями: «Мы сделаем эту хромосому красивой» или «Я понимаю, что такое Даун». Он говорил, что четверо наших старших детей будут завидовать Лили, которая сможет путешествовать с нами, когда мы уже выйдем на пенсию. Наши друзья и члены семьи оказывали нам всяческую поддержку, когда мы с головой окунулись в медицинские исследования.

Все это время я носила свою маленькую девочку на руках. Я целовала ее мягкую, теплую головку и думала о ее будущем. Многое еще было неизвестно, но я знала одно: каждое достижение будет даваться ей с большим трудом. Мне тоже хотелось сделать нечто такое, что потребовало бы определенных усилий. Обстоятельства сложились так, что у меня появилась возможность принять участие в марафоне. И я решила пробежать его ради Лили.

Я начала тренироваться, поднимаясь по лестнице пешком, вместо того чтобы ехать на лифте. Когда у Лили случился приступ, я смогла преодолеть дистанцию почти в двадцать километров вместе со своей подругой Хезер, которая стала моим тренером и партнером. Поиск детского невропатолога во время праздничного уик-энда сам по себе оказался серьезным испытанием. По показаниям электроэнцефалограммы врач обнаружил у Лили нарушение электрической активности мозга, и дочурку увезли в больницу.

Приступ у Лили начался как раз в тот момент, когда ей делали энцефалограмму. Девочке сразу же поставили диагноз «гипсаритмия мозга». После этого Лили прошла больше тестов, чем мне довелось пройти за годы учебы в колледже. Я научилась делать уколы своему ребенку. Через один-два дня дежурства в больнице я почувствовала, что мне нужно бегать. Я понимала, что мне, по всей вероятности, придется отказаться от участия в марафоне, но мое тело нуждалось в движении. Муж взял на себя обязанности по уходу за дочкой, пока я присматривала за остальными детьми, ночевала дома и выходила на пробежки вместе с Хезер. Свежий утренний воздух, размеренный звук наших шагов, кислород, эндорфины и поддержка близкой подруги — все это больше чем когда-либо внушало мне мысль о том, что я должна пробежать этот марафон.

Когда Лили вернулась домой, я продолжила бегать. Невропатолог заверил меня, что нарушение электрических импульсов в мозге моей дочери не причиняет ей вреда. Но у Лили наступила остановка развития. Я занималась бегом. Девочка стала толстеть. Я продолжала бегать. Ее взгляд был бессмысленным и несфокусированным. Я по-прежнему бегала. Она никогда

не смеялась. А я все бегала. Во мне нуждался муж и остальные четверо детей. Но я не бросала бег.

Мы с Хезер тренировались почти каждый день. По выходным собиралась более многочисленная компания и мы совершали длинные пробежки. Примкнувшие к нам женщины рассказывали о своих заботах и радостях. Бегая у реки, в обстановке тишины и спокойствия, я горячо молилась. Когда я делилась с Хезер своими страхами, у меня дрожал голос, а по щекам текли слезы — это происходило так часто, что моя подруга уже перестала удивляться. Тем не менее мы много смеялись. После пробежек я всегда возвращалась домой с покрасневшими щеками и твердой уверенностью, что могу справиться даже с самыми непреодолимыми трудностями. В такие дни мне было легче нести свою ношу.

Во время марафона вся семья пришла за меня поболеть. Мои близкие расположились на первом, тридцать втором и сорок втором километре. Старшие дети держали в руках таблички с надписями, размахивали пушистыми оранжевыми помпонами и выкрикивали слова поддержки. Лили сидела, ссутулившись, в своей коляске, абсолютно безучастная к происходящему. Лекарства не давали никакого эффекта. Я обняла ее и поцеловала. Я бежала марафон за нас обеих.

Моя мечта о марафоне помогала мне на два шага опережать отчаяние. Неожиданное, затянувшееся испытание, выпавшее на мою долю, позволило мне сосредоточиться на своей мечте и наполнить ее смыслом. Благодаря напряженному графику тренировок мне удалось выработать режим, набраться сил, укрепить отношения с подругой и в конечном счете преодолеть неопределенность этой непростой ситуации. Достижение поставленной цели убедило меня в том, что я могу справиться со всеми трудными задачами, решая их по одной.

Автор революционной теории о множественном интеллекте, психолог Говард Гарднер выделяет восемь различных типов интеллекта (см. главу 7). В современном обществе больше всего ценится логико-математический и вербальный интеллект; телесно-кинестетический, межличностный, музыкальный, натуралистический, пространственный и экзистенциальный ценятся гораздо меньше. Однако когда Эмили Ортон узнала, что у ее дочери Лили синдром Дауна, ее опорой стал не логико-математический и вербально-лингвистический интеллект, а экзистенциальный — другими словами, способность формулировать серьезные жизненные вопросы и искать на них ответы.

Диагноз Лили поначалу поверг Эмили в шок, и она встала перед выбором: погрузиться в свои страхи и горечи или превратить боль в мечту. Подготовка к марафону и участие в нем оказались для нее спасением и наполнили смыслом выпавшее на ее долю испытание.

Кроме того, благодаря им Эмили обрела надежду на то, что у дочери есть будущее, и поняла, что в силах справиться с трудностями и осуществить свою мечту. Невзгоды, с которыми мы сталкиваемся в жизни, могут стать нашим благословением, если использовать их как трамплин к реализации мечты, поскольку они заставляют нас делать то, что раньше казалось невозможным.

История Терезы Немешаньи — еще один пример рождения мечты из самых тяжелых испытаний. Когда Тереза оплакивала смерть своей матери, у нее появилась идея создать Honestly Now (honestlynow.tumblr.com) — сайт, который дает советы женщинам, ищущим ответы как на самые простые, так и на очень серьезные вопросы.

Тереза Немешаньи: мое откровение

Идея создать сайт Honestly Now («Откровенный разговор») возникла у меня в трудную минуту. Умерла моя мама, и я готовилась к участию в траурной церемонии. Мама была моим лучшим другом и всегда поддерживала меня; только она могла сказать мне правду. Примеряя красную блузку, я по старой привычке спросила: «Можно ли надевать красное на похороны?» — и в этот момент поняла, что больше никогда не услышу маминых советов и не почувствую ее теплых объятий. Отец умер незадолго до маминой смерти — и мне было ужасно одиноко. Казалось, близкие люди нуждаются во мне, но я не знала, смогу ли стать им опорой.

Понимая, что многим женщинам не к кому обратиться за помощью, когда она им крайне необходима, я приступила к разработке бета-версии сайта Honestly Now — цифровой платформы, где люди могли бы получать полезные советы, поддержку, а также честные ответы на важные для них вопросы. Первоначальный замысел касался проблем внешности: вы размещаете на сайте свою фотографию, а ваши друзья и эксперты голосуют. Была ли я слишком самонадеянной? Может быть, да, а может, и нет. Но я часто видела, как трудно женщинам научиться правильно себя подавать, особенно во времена перемен, таких как рождение ребенка, развод, проблемы со здоровьем и старение. Поэтому мне захотелось помочь им обрести уверенность в себе, поддерживать их и помогать устанавливать контакты с людьми, которые могут дать ценный совет. Кстати, будучи магистром делового администрирования, я сумела определить границы этого рынка, понять его суть и придумать, как сделать на нем бизнес. Разработав четкий бизнес-план, я вместе со своими подругами занялась поиском стартового капитала для запуска бета-версии сайта.

Когда я объясняла потенциальным инвесторам, каким вижу этот интернет-ресурс, некоторые из них понимали и поддерживали меня, тогда как другие явно не разделяли моей точки зрения. Уверенные в себе люди, венчурные инвесторы не склонны пересматривать свои решения. Одному известному инвестору трудно было оценить идею о предоставлении эстетических услуг.

«Слишком неопределенно», — заявил он. Однако когда я стояла тогда перед зеркалом, то думала совершенно не о советах по уходу за волосами. Возможно, такой сайт и нужен, но это не совсем то, чего я хотела.

В своей книге «Бизнес с нуля»^[2] Эрик Рис утверждает: то, что люди говорят, часто отличается от того, что они на самом деле делают. Запустив сайт Honestly Now, мы быстро это поняли. Его посетители задавали не очень много вопросов о внешности, а быстро переключились на другие, более сложные жизненные вопросы.

Например, Таня задала вопрос о благодарственных письмах: можно ли их пересылать через почтовый ящик в школе сына? Марта хотела знать, уместно ли использовать фотографию, снятую во время подводного плавания с аквалангом, в профиле на сайте Match.com. Во время развода женщина, не назвавшая своего имени, обнаружила, что у мужа роман с ее подругой, жившей по соседству. Поскольку их сыновья дружили, она спрашивала, следует ли ей рассказывать сыну о происшедшем. Все это было очень важно. И вполне реально. И весьма увлекательно.

Подумав немного, мы предложили посетителям сайта следующее: вы можете задавать вопросы, касающиеся любых сторон жизни. То, что важно для вас, важно и для нас — и мы найдем для вас совет по этому поводу.

По сути, такое расширение диапазона задаваемых вопросов приблизило нас к тому памяtnому событию, которое произошло со мной много лет назад. Когда я спросила маму, хорошо ли выгляжу в ее блузке, на самом деле мне нужно было знать, что я не одинока. Я нуждалась в том, чтобы кто-то сказал мне, что я приняла правильное решение, — это помогло бы мне почувствовать уверенность в себе. Женщины инстинктивно делятся проблемами с подругами: так они анализируют сложившуюся ситуацию и получают поддержку. Я хотела помочь им реализовать это естественное желание и сделать так, чтобы они в любое время и в любом месте могли обрести уверенность в себе.

Мы запустили новую версию сайта Honestly Now 2.0 и объявили о начале второго этапа финансирования. Нам еще многое предстоит сделать, особенно учитывая то, что по мере накопления опыта мы постоянно вносим в свой ресурс изменения. Огромный потенциал Honestly Now, а также ценность, которую он предлагает людям (возможность принимать правильные решения), вдохновляет нас и придает силы.

В один из самых тяжелых моментов своей жизни Тереза отыскала способ поддержать других женщин в трудные времена, что, в свою очередь, помогло ей наполнить смыслом собственную жизнь. Стремление осуществить мечту способно производить терапевтический эффект, поскольку мы часто сталкиваемся со сложными проблемами, обусловленными факторами, не поддающимися нашему контролю. Мечты заставляют нас действовать

и помогают поверить в успех, когда мы принимаем осознанное решение достичь своих целей.

Рассказывайте истории из своей жизни

Истории, услышанные в детстве, зачастую определяют наш выбор жизненного пути. Но те истории, которые мы рассказываем сами себе в зрелые годы, гораздо важнее, поскольку они определяют наше мироощущение. Они помогают нам придать смысл всему, что с нами происходит, а также позволяют обрести смелость мечтать. Доктор наук Роберт Аткинсон, автор книги *The Gift of Stories* («Ценность историй»), писал: «Сторителлинг^[3] способен изменить нашу жизнь. Таким свойством обладают обычные рассказы, мифы и сказки. Но эта преобразующая сила присуща также историям, которые мы рассказываем о своей жизни. С их помощью мы узнаем, что человек — существо духовное и что в самых впечатляющих историях отражается работа наших душ».

Семья Марии Карр (mariacarr.com) переехала в Соединенные Штаты с Кубы в качестве политических эмигрантов. Мария — профессиональная актриса, а также жена и мать. Когда они еще жили на Кубе, мама Марии, Мамина, рассказывала своим детям историю, которая кардинальным образом повлияла на мечты дочери.

Мария Карр: истории, которые питают душу

Только спустя много лет после нашего отъезда с Кубы мне снова захотелось съесть гороховый суп, хотя у мамы он всегда выходит очень вкусным.

Куба — благодатная тропическая страна, но коммунистический режим, господствующий здесь, существенно урезал количество доступных продуктов питания. После прихода к власти Фиделя Кастро их начали выдавать по карточкам. Но даже при наличии продуктовой карточки выбирать приходилось из того, что есть в магазине, а там зачастую просто ничего не было. Мама часами стояла в очередях, чтобы купить хоть какую-нибудь еду, пару туфель или что-то другое.

На протяжении очень долгого времени единственное, что мы могли достать, — это горох; но придать гороховому супу хоть какой-то другой вкус было нечем.

Мама постоянно покупала и готовила горох, потому что знала о его высокой питательной ценности. Порой мы по несколько недель подряд питались практически одним горохом. Мамина добавляла в блюдо все, что росло у нас на огороде, тем не менее чаще всего это была просто безвкусная зеленая каша. Нам с сестрами она так надоела, что каждого очередного приема пищи мы ждали с ужасом.

Мама наливала три тарелки супа — моим сестрам, Исис и Нине, и мне. Она кормила младшую сестренку Нину, а когда мы с Исис начинали хныкать, протягивала руку через стол и кормила с ложки и нас.

Мой отец в это время находился в исправительно-трудоустройственной колонии — его отправили туда за намерение уехать из страны. Поэтому мама растила нас одна, имея в своем распоряжении весьма скудные средства. Однажды она отправилась на задний дворик стирать и увидела у двери в кухню симпатичную маленькую лягушку. Мама всегда любила лягушек, а эта прищельца подсказала ей одну интересную мысль. Мама начала придумывать захватывающие истории об отважной лягушке по имени Антоника, преодолевавшей все препятствия благодаря своей смелости и творческому подходу. Антоника помогала нам мечтать о свободе и тех возможностях, которые могут перед нами открыться. Мама всегда рассказывала эти волнующие истории во время еды. Мы съедали все, что было у нас в тарелках, — мир Антоники отвлекал нас от безвкусной пищи, а Мамина (наша мама) знала, что ее дети накормлены, спокойны и готовы к будущим испытаниям и приключениям.

В 2007 году, во время подготовки телевизионного шоу на одном из местных телеканалов, я отчаянно боролась с собственной неуверенностью. В конце концов благодаря поддержке и мудрым советам одной из подруг я поняла, что ждала этого события большую часть жизни. Все, что мне было нужно, — это та уверенность в себе, которую всегда проявляла Антоника.

Со временем, лучше разобравшись в себе, я решила готовить вместе с мамой. Мы все любили мамину стряпню, но у меня не получалось так, как у нее. Я начала записывать мамини рецепты и фотографировать ее вкусные блюда. Кроме того, стала записывать рассказы своих родителей о жизни на Кубе и переезде в США. В какой-то момент я подсчитала, что у меня набралось девяносто рецептов. Девяносто — важное число для кубинских эмигрантов, поскольку именно столько миль от Кубы до города Ки-Уэст на юге Флориды. Сравнительно небольшое расстояние — но как же это далеко! Мое желание сблизиться с мамой благодаря совместному приготовлению пищи стало еще одной мечтой, которую мне хотелось осуществить, написав книгу *90 Miles, 90 Recipes: My Journey to Understanding* («90 миль, 90 рецептов. Мой путь к пониманию»). Теперь мне казалось, что мама такая же особенная, как и наш переезд в Соединенные Штаты.

Наблюдая за тем, как мама колдует над блюдами на кухне, я увидела в ней женщину с массой талантов. Готовя пищу вместе с ней, я начала ценить ее еще больше. Я поняла, почему для нее было так важно нас накормить. Питание тела — один из элементов подпитки души.

Сейчас у мамы серьезные проблемы со здоровьем. Несколько последних месяцев я уделяю большую часть своего времени уходу за ней. Хотя наша книга еще не опубликована, она уже доказала свою ценность, поскольку помогла мне взглянуть на мечты под другим углом зрения и понять, что жизнь, которой живу я и мои сестры, — это воплощение мечты наших родителей о свободе и широких возможностях, особенно для их детей.

Истории мамы Марии (Мамины) обладали трансформирующей силой. Подвиги лягушки Антоники помогли дочери преодолеть те трудности, с которыми она сталкивалась в детстве на родине. Много лет спустя Антоника стала яркой метафорой, придающей Марии уверенность в себе и напоминающей о жертвенности и наследии родителей. Эти детские рассказы помогли женщине открыть свой разум навстречу новым возможностям и наделили ее способностью мечтать.

Создайте историю своей жизни

Психолог Дэн Макадамс, автор книги *The Redemptive Self: Stories Americans Live By* («Спасительное “я”: истории, которыми живут американцы»), пишет: «[Наши личные] истории каждое мгновение обуславливают наше поведение и формируют не только видение прошлого, но и представление о будущем».

Наши жизненные истории во многих случаях определяют будущее и в то же время позволяют наполнить смыслом прошлое. История Эмили Ортон показывает, что ей под силу любая задача, а Марии Карр — что она уверенно справится с теми трудностями, которые могут возникнуть на ее жизненном пути. Певица и музыковед Мэйси Робинсон (macyrobison.com) наполнила свою жизнь смыслом, поставив музыкальный спектакль в стиле кабаре под названием «Дети будут слушаться. Размышления о материнстве».

Мэйси Робинсон: музыка наполнила мою жизнь смыслом

Будучи певицей, я предпочитаю исполнять песни, наполненные смыслом. Мне неинтересно петь ради красоты вокала. Из-за своей любви к сторителлингу я приняла участие в мюзикле, поставленном в стиле кабаре. В результате мне очень захотелось воспроизвести нечто подобное на одной из бостонских сцен, но я никак не могла приступить к делу. Думаю, в глубине души я считала, что на самом деле никому не нужны ни мой голос, ни моя история, ведь вокруг столько людей талантливее меня.

Благодаря поддержке Уитни я наконец решила создать собственное кабаре-шоу и рассказать в нем о том, что мне действительно интересно, — об опыте материнства. Я совсем недавно познала его и с восторгом приступила к осуществлению долгожданной мечты. Я разучивала песни и готовила спектакль, но что-то не складывалось. Продолжая совершенствовать материал, однажды я поняла, что история, которую я хочу рассказать, о том, как я стала женой и матерью. И тут снова возникли сомнения. Разве кто-то захочет слушать мать восьмимесячного ребенка?

Женщины, перед которыми мне предстояло выступать, были гораздо опытнее и мудрее меня. Но я чувствовала, что должна поделиться своей историей, и приступила к созданию шоу. Когда я работала над ним, слова песен, написанных другим автором для другого мюзикла, превратились в мои слова о собственной жизни.

История о том, как я готовилась к материнству (в том числе о той горечи, которую я испытала, потеряв мать в раннем возрасте), помогла мне составить более четкое представление о себе как матери и женщине. Мы должны рассказывать о себе. Это помогает установить контакт с другими людьми. И делать это можно наиболее удобным для нас способом. Для меня это было пение. Для кого-то может оказаться ведение блога, квилтинг, карьера или воспитание ребенка. Главное — что мы делимся с кем-то своей историей.

Мэйси испытала радость и удовлетворение, рассказав историю своей жизни посредством музыки. Она поведала о своем пути к материнству, заставив тысячи женщин по-новому взглянуть на свою жизнь, любовь и мечты. Истории жизни других людей помогают нам посмотреть на себя под иным углом. Рассказывая о себе, мы анализируем свои невзгоды и лишения, обретаем надежду на лучшее. Мечтая, мы наполняем жизнь смыслом: мечты поднимают нас над теми печальными, неприятными, причиняющими боль событиями, которые произошли с нами в прошлом, и помогают создать свою жизненную историю, отражающую более счастливое будущее. Кроме того, мечты позволяют лучше осознать ценность собственной жизни — той, которой мы живем сейчас и будем жить в дальнейшем.

Придайте форму прошлому, определите будущее

Не удовлетворяйтесь историями о том, как сложилась жизнь других людей. Создайте собственный миф.

Руми, персидский поэт

- Какие события, произошедшие с вами в прошлом, возможно, определяют ваше будущее и способность осуществить свои мечты?
- Какие невзгоды вы испытали в жизни? Можете ли вы сформулировать мечту, которая позволила бы понять, ради чего вы испытали горечь?
- Как сторителлинг помогает нам найти или вернуть свои мечты? Какие их признаки можно отыскать в тех историях о себе,

которые мы часто рассказываем (или не рассказываем)?

- Чем истории, рассказываемые себе, отличаются от рассказанных родным и друзьям? (Например, те, которые предназначены детям и ученикам, обычно хорошо продуманы и звучат гладко и уверенно. Истории, которыми я делюсь с равными, не столь безупречны. А те, что я рассказываю сама себе, редко бывают оптимистичными.)
- Поразмышляйте над словами писателя и теолога Фредерика Бешнера: «Бог призывает вас туда, где встречается глубочайшая радость и величайшая жажда». Если бы вам предстояло рассказать о своей жизни, сославшись на эту цитату, какую историю вы выбрали бы и как ее преподнесли — посредством слов, картин, танца, фотографий или песен?

Глава 2

Мечты помогают обрести голос и самого себя

Сделав перерыв в работе на Уолл-стрит, уйдя в долгосрочный отпуск, я начала брать уроки пения. Это был очень, *очень* большой риск для меня. Да, я изучала музыку в университете, но тогда занималась главным образом игрой на рояле. У меня хорошо получалось аккомпанировать вокалистам, исполнявшим классические произведения, бродвейские мюзиклы и религиозные песни, но мысль о том, чтобы выйти из-за рояля и спеть самой, внушала мне ужас.

Хотя в большинстве случаев мне удавалось петь без фальши, мои вокальные данные были весьма далеки от навыков игры на музыкальном инструменте. Учительница музыки очень точно охарактеризовала их такой колкой фразой: «Я уверена, что где-то есть вибрато. Нам просто нужно его найти».

Вернувшись к работе, я перестала брать уроки пения, хотя мне по-прежнему очень хочется научиться петь. Возможно, когда-нибудь я предприму еще одну попытку. Но я часто думаю о том, почему во мне живет такое острое желание петь? Почему мне так нравится смотреть вокальные реалити-шоу? Может, причина в том, что пение — это способ обрести свой голос, особенно голос в переносном смысле, тот, который говорит всем: «Вот кто я такая», «Вот что я должна сказать, сделать, чем поделиться с окружающими».

Как обрести свой уникальный голос

В своей книге *Writing to Change the World* («Слово способно изменить мир») Мэри Пайфер утверждает: «Голос показывает, кто мы такие и что мы видим; это эмоциональные струны, присущие только нам, — все наши достоинства и недостатки, выраженные словами, характеризующие нас наиболее ярко. Голос похож на снежинку: сложный, прекрасный и уникальный. Это глубинная сущность нашего “я”, которую мы предлагаем миру...»

Хрисула Уайнгар (chrysulawinegar.com) родилась и выросла в Австралии. Она работающая на дому мама с почти двадцатилетним опытом работы в компаниях — «голубых фишках»^[4]. Сейчас Хрисула пишет свою первую книгу под названием *When You Wake Up a Mother* («Когда проснешься матерью»). Ниже приведен ее рассказ о том, что означало для нее потерять свой голос, а затем постепенно обрести его вновь, найти свое «я».

Хрисула Уайнгар: «Боже мой, я оставила свой голос в автобусе»

Я не была против того, чтобы сидеть дома и воспитывать детей. Моя мама иногда не могла, а иногда просто не хотела делать это, и мне понятны обе эти причины. Мы с мужем всесторонне обсудили мое решение. В свое время он тоже оставался дома с двумя нашими старшими детьми, но параллельно строил свой бизнес, а я взяла на себя роль кормилицы. В некоторых семьях это работает. Но у нас все сложилось не очень удачно.

В большинстве случаев мне достаточно просто находиться дома. У меня замечательные дети. В их возрасте я не была такой умной, ни с кем не имела такой духовной близости и, разумеется, мне не было так интересно, как им. Мне нравится быть матерью своих детей. Тем не менее, просидев дома несколько лет, я поняла, что мне чего-то не хватает. У меня появилось чувство, что меня никто не слышит.

На протяжении восьми лет я помогала мужу вести дела его частной консалтинговой компании, предоставляющей консультации по вопросам искусства, а сейчас сама руковожу ее работой. Все это позволило мне почувствовать себя услышанной. Я люблю красивые вещи, и мне нравится делиться ими с другими людьми. Искусство обладает способностью говорить без слов и заполнять в наших душах те пустоты, о которых мы даже не подозреваем. Мне посчастливилось иметь доступ к такому визуальному общению. Но именно поступки, люди, слова заставляют меня почувствовать себя живой и помогают понять, что я не потеряла голос, не оставила его в автобусе, бесцельно блуждающем по улицам Нью-Йорка.

Пару лет назад в газете *New York Times* было опубликовано мое письмо к редактору. Невероятно! Всего в нескольких предложениях я смогла выразить то, о чем размышляла больше года. Тот факт, что письмо напечатали, связал меня с тысячами людей, разделявших мои мысли, и, самое важное, с тысячами людей, которым такие мысли даже не приходили в голову. У меня появилось чувство, что я веду разговор с целым Нью-Йорком.

Когда мне исполнилось двадцать с хвостиком, я заинтересовалась взаимоотношениями между организациями и семьями. Все это время мой разум был занят консалтинговым бизнесом и докторской диссертацией. Но недавно я поняла, что мне пока не нужен ни полноценный второй бизнес, ни звание доктора наук. По-настоящему мне нужно быть частью диалога. Я очень хочу принимать участие, пусть даже опосредованное, в обсуждении интересующих меня тем.

В итоге я создала блог Work. Life. Balance («Работа. Жизнь. Баланс»). Написание в нем постов позволяет мне выпустить на свободу те мысли, которые уже много лет бурлят в моей голове. В «Твиттере» я общаюсь с людьми эффектными репликами и получаю доступ ко всем нужным мне сведениям и дискуссиям. Я могу читать или слушать комментарии ровно столько, сколько позволяют остальные мои обязанности. Инструменты такого рода дают ощущение вовлеченности, участия, диалога — особенно когда и друзья, и незнакомые люди отвечают мне мудрыми, глубокомысленными комментариями. Я принимаю участие в увлекательном диалоге, слушаю, и мне тоже есть что сказать миру.

Тем временем двое моих старших детей подросли. Они начинают разбираться в людях, а их мышление развивается. Их способность к социальному взаимодействию расширяется, что позволяет общаться с ними на равных. Это идет на пользу нам всем. Я любила своих детей, когда они были младенцами, когда учились ходить и когда пошли в детский сад. Я восхищаюсь тем, как они учатся, развиваются. Я слушаю и пытаюсь понять их зарождающийся голос, а их стремление выслушать меня дает мне возможность сказать свое слово. Первые намеки на то, что они хотят понять меня, — это настоящий подарок, свидетельство того, что между нами начинают формироваться настоящие двусторонние отношения.

Когда я читаю, пишу, говорю и слушаю, то обретаю свое подлинное «я». Моя семейная жизнь и профессиональные интересы объединяются в единое целое. И я снова чувствую себя услышанной...

Мне особенно нравятся эти слова Хрисулы: «Я слушаю и пытаюсь понять их зарождающийся голос [детей], а их стремление выслушать меня дает мне возможность сказать свое слово». Истинный диалог (обмен мнениями и ощущение того, что тебя слышат), который многие (в том числе и я сама) поддерживают, используя социальные медиаплатформы, еще больше способствует обретению собственного голоса и поиску своей мечты.

Жизненные трудности укрепляют ваш голос

Во многих случаях мы обретаем свой голос тогда, когда жизнь преподносит нам трудные испытания. В книге *The Maiden King* («Король-девица») Роберт Блай и Мэрион Вудман отмечают: «Тысячи лет сильный голос был признаком сильной личности. Чем дольше человек оставался в ином мире (например, погрузившись в пучину страданий), тем сильнее становился его голос». Немало женщин после долгих лет невзгод и лишений, пытаясь изменить окружающий мир, во всеуслышание заявили о себе.

Художник, фотограф и автор книги *Photographing Childhood: The Image and the Memory* («Фотографии детей: образ и память») Ланола Стоун (lanola.com) делится воспоминаниями о том, как она погрузилась в бездну страданий, а затем выбралась из нее.

Ланола Стоун: возрождение творческого «я»

С ранних лет я испытывала сильную тягу к творчеству. Когда я немного подросла, фотография помогла мне выразить свои творческие идеи в виде образов. На протяжении следующих двух десятилетий я развивала этот дар, получая университетское образование и переехав в Нью-Йорк для учебы в магистратуре.

Должна сказать, что образы, создаваемые мной с помощью фотографии, появлялись в моем воображении сугубо интуитивно. Снимки, которые я относила к числу личных работ и считала не имеющими коммерческой ценности, часто отодвигались на второй план, поскольку я занималась созданием своего портфолио в качестве профессионального фотографа, чтобы зарабатывать этим на жизнь. Я знала, что личные работы поддерживают мой творческий дух, но урчание голодного желудка брало верх. Я воспринимала как должное все переполнявшие меня идеи и время от времени использовала их. Однако я никогда не ценила их по достоинству. Когда же я направила все силы на сохранение брака, эти яркие образы начали исчезать и в конце концов пропали совсем. Их отсутствие было ощутимым, а возникшая при этом пустота — очень глубокой. Я не представляла жизни без идей и образов и очень переживала из-за того, что они могут больше не вернуться.

Все мы чувствуем тот момент, когда наша жизнь идет наперекосяк. Это похоже на ощущение, возникающее, когда «идеальная» блузка становится слишком тесной, а у красивых туфель каблук оказывается чересчур высоким. Я знала, что гармония моей жизни нарушена, но все равно пыталась сохранить семью, стоя ровно на высоких каблуках и втягивая живот в тесной блузке. Если бы я только могла соответствовать ожиданиям мужа и сделать так, чтобы мой брак не развалился, равновесие вернулось бы в мою жизнь, правда? Но в браке все зависит от усилий двоих. Поэтому, как бы я ни старалась, одна я не могла сделать наш брак счастливым. Муж добивался своих целей, не считаясь со мной, но его ярость и неудовлетворенность жизнью все больше были направлены именно на меня. Его выпады в мой адрес становились все агрессивнее; он никогда не бил меня, но все чаще хватал и тряс. Я понимала, что это очень плохо, но подобное поведение стало для него нормой. Я приспособилась, но какая-то часть меня умерла...

Все мои усилия оказались напрасны, и в конце концов мы развелись. Наступило время, наполненное тяжелой тишиной одинокой жизни — жизни без мужа и без тех образов, которые когда-то танцевали в моем воображении. Эта тишина была оглушающей.

Я долго грустила и жалела себя, но потом осознала ценность своих творческих порывов, и это помогло мне совершить переход от подавленного состояния к настоящему счастью и удовлетворению, которые я испытываю

сейчас (всего два с половиной года спустя). Я горевала по утраченной жизни, но, окружив себя позитивными творческими идеями, стала подумывать о том, чтобы начать все заново. Подобно талантам и способностям, события прошлого по-разному проявляются в жизни, поэтому она зависит не от прошлого, а от того, как мы с ним поступаем.

Через шесть месяцев после развода меня уже переполняла масса интересных идей. Теперь я осознаю их ценность. Именно это осознание помогло мне окончить магистратуру, получить гранты и награды. Мои работы были выставлены на одной из самых престижных выставок-ярмарок современного искусства Art Basel Miami. Кроме того, я стала учителем и наставником начинающих фотографов, а в настоящий момент пишу книгу. Все это радует меня и приносит истинное удовольствие.

Теперь я ценю свой дар — и он никогда меня не подводит. Все эти образы — мой Белый Кролик^[5], увлекающий меня в мир приключений. Я не всегда знаю, что ждет меня в кроличьей норе или куда она приведет, но я твердо усвоила одно: очень важно доверять своему внутреннему «я». Мое творческое «я» возродилось и расцвело. В этом и состоит мое счастье.

Используйте силу слова

Сталкиваясь с жизненными трудностями, мы должны помнить о том, что у нас есть голос, ведь голос — очень сильный инструмент. Нам всем есть что сказать, но многим необходимо научиться говорить, будь то посредством написанных или произнесенных слов, образов, музыки, движений — любого канала, позволяющего выразить свои мысли. Мы учим детей использовать слова как альтернативу крику или драке со сверстниками в случаях, когда они не получают желаемого. Дети не всегда знают, как выразить свои эмоции; став взрослыми, мы, увы, тоже часто сталкиваемся с этой проблемой. Эмоции переполняют нас, но мы не находим нужных слов или нужного момента, чтобы выплеснуть их. Но следует помнить: слова наделены великой силой.

Падению Берлинской стены в 1989 году радовался весь мир. Во время двадцатилетней годовщины этого события я размышляла над тем, какие нужны убеждения и какой нужен голос для того, чтобы разрушить стену, — будь то километры бетона в бывшей коммунистической стране или невидимые, но не менее явные баррикады в офисе, обществе или семье.

Разве это случилось бы, если бы в 1987 году президент Рейган не обратился к Михаилу Горбачеву с призывом «Снесите эту стену!»? Возможно, и пала бы, но не так быстро. Тем не менее, по данным The

Wall Street Journal, чиновники Госдепартамента США, Совета национальной безопасности и Белого дома просили Рейгана воздержаться от этого призыва. Они предупреждали, что столь откровенные слова вызовут у Горбачева негодование, и это может привести к ухудшению отношений между двумя странами. Но Рейган настоял на своем — и Берлинская стена пала.

Говорите уверенно

Мои ставки в качестве аналитика Уолл-стрит были гораздо ниже ставок президента Рейгана. В моей ситуации речь шла о деньгах, а не о жизни и свободе людей. Тем не менее я изо всех сил старалась быть как можно более убедительной, присваивая акциям тот или иной рейтинг и предлагая их для покупки или продажи. Когда я повышала рейтинг, недовольство выказывали инвесторы, играющие на понижение. Если понижала, реакция была еще хуже: возмущались не только инвесторы, играющие на повышение, но и держатели акций, чистая стоимость которых могла упасть.

Со временем я поняла то, что знал президент Рейган. Самое надежное убежище — это собственные убеждения. Надежное не потому, что доказывает нашу правоту или обеспечивает популярность, а потому, что подтверждает приверженность ключевым ценностям. Четкая формулировка своих убеждений позволяет избавиться от чувства незащищенности и открывает путь к переменам.

Верность убеждениям может потребовать, чтобы мы говорили то, что другим, возможно, не понравится; но в этом нет ничего плохого. Вряд ли Горбачев хотел слышать слова «Снесите эту стену!», но ведь президент Рейган не бросил его под автобус, когда произнес их. Напротив, он как будто говорил: «Господин Горбачев, у вас есть шанс сделать нечто великое и достойное. Не исключено, что придется чем-то пожертвовать, но я верю: вы справитесь с этой сложной задачей».

Мне было трудно быть убедительной, давая оценку акциям компаний с точки зрения целесообразности их покупки или продажи. Очень не хотелось, чтобы люди на меня сердились. Но когда у меня появился босс, который призывал иметь свое мнение и отстаивать его, постоянно повторяя: «Ты ведь не божья коровка!» — стало гораздо

легче. Сила его уверенности в том, что я способна сделать что-то значимое в сфере анализа акций, входивших в мою компетенцию, оказалась для меня переломной. По всей вероятности, так же, как слова президента Рейгана для господина Горбачева.

И по-моему, это относится к каждому из нас.

Спичрайтеры Рейгана отговаривали его произносить этот призыв, поскольку он мог вызвать недовольство у того, к кому был обращен. В своей ситуации я боялась вызвать враждебность со стороны тех, с кем работала. Тем не менее, подобно тому как мир должен был услышать слова Рейгана, он должен услышать и то, что можем сказать ему мы. Наша женская точка зрения имеет большое значение. Очень важно вдохновлять других и выступать в поддержку великих и достойных вещей, о которых мы мечтаем. Пожалуй, главное, что я усвоила во время работы в финансовом секторе, — мы должны осознавать силу слова.

Жаклин Новограц в своей книге *The Blue Sweater* («Голубой свитер») приводит слова, сказанные однажды буддийским монахом Махой Госанандой: «Если вы живете в этом мире только разумом, значит, вы ходите на одной ноге. Если вы живете в этом мире только состраданием, вы тоже ходите только на одной ноге. Но если вы живете в этом мире как разумом, так и состраданием, значит, у вас есть мудрость».

Бывший адвокат Элизабет Дайонн (сейчас она готовится к защите докторской диссертации по политологии в Бостонском колледже) использует силу слова для того, чтобы защитить свою главную мечту — быть матерью.

Элизабет Дайонн: экономика материнства

Дети — дорогое удовольствие. Прогнозируемый объем расходов на воспитание одного ребенка составляет от 180–290 тысяч долларов до свыше миллиона в зависимости от выбранного семьей района проживания, имущества и образования.

Воспитание детей связано и с другими расходами. По данным одного из исследований, 93 процента высококвалифицированных женщин-специалистов, которые вышли на работу после отпуска по уходу за детьми, не смогли восстановить прежние карьерные позиции. Другими словами, неработающим матерям очень легко сойти с карьерного пути, но трудно на него вернуться. Согласно результатам еще одного исследования, после отпуска по уходу за ребенком заработок женщин-специалистов сокращается

на 10–15 процентов. Многочисленные опросы подтверждают тот факт, что после возвращения на работу на долю женщин все равно приходится непропорционально большая часть обязанностей по воспитанию детей и ведению домашнего хозяйства.

В своей противоречивой книге *Get to Work: A Manifesto for Women of the World* («Начните работать: обращение к женщинам мира») Линда Хиршман резко критикует высокообразованных женщин, решивших бросить работу ради воспитания детей. По мнению Хиршман, они наносят вред благосостоянию всех женщин, уступая давлению сексистской культуры. Позиция этих женщин закрепляет неравную оплату труда и «стеклянный потолок», ограничивающий продвижение женщин по карьерной лестнице по причинам, не связанным с их профессиональными качествами.

В одном из номеров журнала, издаваемого колледжем Уэллсли, особое внимание уделено выпускницам учебного заведения, которые предпочли сидеть дома и воспитывать детей. Одна из таких женщин заявила, что, поскольку она имеет возможность уделять больше времени выполнению родительских обязанностей, это делает ее более достойной матерью по сравнению с работающими женщинами. На что последние бурно отреагировали, написав редактору журнала возмущенные письма. Тем не менее в заявлении той выпускницы есть неоспоримая логика. Частичная занятость какой-либо работой (в том числе и такой, как воспитание детей) не делает человека несостоявшимся или неполноценным. Однако профессиональная пригодность неразрывно связана с количеством затраченных усилий и накопленным опытом. У разных людей бывают разные врожденные способности, но эффективность, как правило, повышается по мере накопления опыта.

Я прекратила адвокатскую практику, когда поняла, что в защите нуждается мой сын-аутист. Трое детей, четвертая беременность, две няни, домработница и трудная работа — все это оказалось выше моих сил. Мы с мужем подумывали нанять специалистов для обучения и медицинского ухода за нашим сыном-аутистом, но я просто не могла переложить на кого-то другого заботу о нем. Я должна была первой знать, в каком он состоянии и что с этим делать.

Мне непросто далось решение об отказе от адвокатской практики. Это означало лишиться друзей, четкого графика, заработной платы и социального статуса. Я полностью погрузилась в выполнение родительских обязанностей, хотя не имела в этом особого опыта. Это занятие до сих пор приводит меня в замешательство! Но если бы я продолжала работать, мне было бы еще труднее. Я сделала осознанный выбор, полностью понимая, на какой риск иду, и никогда не жалела об этом.

Философ Айн Рэнд считает, что жертвы не существует как таковой. Есть только рациональные решения, приближающие нас к конечным целям. Другими словами, сделанный нами выбор неопровержимо доказывает, что именно для нас приоритетно. Даже в бескорыстных поступках отображается определенный набор ценностей. Жизнь в соответствии с ними доставляет нам удовольствие, поскольку мы получаем больше, чем теряем.

В мире, где на всех не хватает ресурсов, точка зрения Айн Рэнд имеет вполне реалистичное обоснование. Мы отдаем то, что необходимо нам самим, в

обмен на то, в чем нуждаемся сильнее. У каждого из нас только одна жизнь, состоящая из ограниченного количества неуловимо истекающих секунд. То, как мы решаем провести каждый подаренный нам жизнью день, отражает наши ценности и приближает к конечным целям, даже если мы никогда не давали им четкого определения.

Мне посчастливилось в том смысле, что мое решение бросить работу и заняться семьей оказало положительное, даже чудодейственное воздействие на моего сына. Многие женщины принимают такие решения, не получая взамен столь явной отдачи. У меня по-прежнему есть определенные профессиональные цели, и я всем сердцем стремлюсь к их достижению, но к адвокатской практике уже не вернусь. Время, проведенное дома, позволило мне более четко определить свои ценности и понять, что я хочу сделать в жизни за оставшиеся дни, месяцы и годы.

Критика высокообразованных женщин, решивших отказаться от карьеры, не учитывает двух важных аспектов: во-первых, общество извлекает огромную материальную выгоду из того, что талантливые женщины (и мужчины) посвящают свою жизнь не только заботе о семье, но также городу, школе, церкви и политике. Если все талантливые люди будут работать по восемьдесят часов в неделю, кто позаботится о наших детях, обществе и культуре? Во-вторых, некоторые ценности носят нематериальный характер. Не все можно выразить в деньгах. Замечательно, что женщины представлены во всех профессиональных сферах, поскольку это расширяет диапазон их возможностей. Однако существуют ценности, которые не измеряются деньгами, такие как благополучие наших детей и нас самих. Кроме того, у нас есть шанс передать свои ценности будущим поколениям. Правильно воспитывая детей, мы оставляем неизгладимый след в жизни потомков. Безусловно, это разумный выбор, и он вполне оправдывает себя.

Учась использовать слова, мы верим: сказанное нами имеет большое значение, а наше мнение так же важно, как и слова поддержки. То, что мы думаем и говорим, способно пробудить в людях лучшие качества. К тому же наши мысли и слова могут стать важным инструментом осуществления наших собственных мечтаний. Например, если кто-то усомнится в правильности решения Элизабет бросить работу, у нее найдется как минимум пять аргументов в свою пользу. Такие аргументы есть у каждого из нас. Автор книги *Writing Down the Bones* («Как научиться писать из глубины души») Натали Голдберг говорит: «Как только вы научитесь доверять собственному голосу... у вас появится главный инструмент для достижения мечты».

Задействуйте свое имя

Использование имени — один из важнейших факторов обретения собственного голоса. В книге *The Checklist Manifesto* («Манифест о

контрольном списке») Атул Гаванде говорит о том, что в таких сложных областях, как хирургия, где допущенная ошибка может привести к трагедии, необходимо использовать проверочные листы. Один из самых важных пунктов контрольного списка мер по обеспечению безопасности при оперативном вмешательстве состоит в том, чтобы все присутствующие в операционном зале знали друг друга по имени. Гаванде пришел к выводу, что, если специалисты, участвующие в хирургической операции, знакомятся перед ее проведением, среднее количество осложнений и смертельных исходов сокращается на 35 процентов. Он называет такое явление феноменом активации: получив возможность назвать свое имя, человек с большей вероятностью объявит о наличии проблемы, когда обнаружит ее.

Во время недавнего визита в университетский городок я на собственном опыте убедилась, что имя придает человеку уверенность в себе. Когда на автостоянке я назвала свою фамилию охраннику, с которым не виделась несколько месяцев, он спросил: «Вас зовут Уитни?» На автостоянке каждый день бывает много известных людей, и все же этот человек запомнил мое имя. Я обнаружила, что, осознав это, я гордо выпрямилась на сиденье своего автомобиля. Развивая дальше тему позитивного влияния имен, нужно отметить следующий факт: многие наблюдатели отнесли огромный политический успех Билла Клинтона на счет его способности не только читать мысли людей, но и запоминать их имена.

Когда вы слышите или произносите свое имя, это укрепляет вашу уверенность в себе. И наоборот, если вас не называют по имени, это лишает вас уверенности. В качестве иллюстрации позвольте привести такой пример. Когда я писала эту главу, мы с коллегой занимались организацией одного бизнес-мероприятия. Когда впоследствии представляли его организаторов, мое имя случайно забыли назвать. Все сразу же поняли, что это просто упущение, но дело было сделано. Решив присоединиться к дискуссии (как я обычно и поступала), я не смогла перебороть себя. Поскольку меня не назвали по имени, в мою душу вползла неуверенность и я поняла, что не могу стать полноценным участником диалога.

Любые слова, которыми нас называют люди (или, если говорить обобщенно, наклеивают на нас определенный ярлык), оказывают

сильное воздействие на нашу идентичность. Книга *The Zookeeper's Wife* («Жена смотрителя зоопарка») — это история о поляках Яне и Антонине Забински, владельцах зоопарка, которые спасли от нацистов более трехсот евреев. Автор книги Диана Акерман очень трогательно пишет о том душевном потрясении, которое испытала польская эмигрантка Ева Хоффман, когда ей пришлось скрывать свое имя ради спасения жизни: «Не произошло ничего особенного, разве что небольшое психическое потрясение. Трюки с именами уносят их от нас не так уж далеко, но в эту щель проникает злой дух отрыва от своего “я”».

Собственные имена Евы Хоффман и ее сестры вдруг перестали существовать, хотя «были так же реальны, как наши глаза или руки». Новые имена на самом деле представляли собой не более чем «опознавательные ярлыки, бесплотные знаки, указывающие на объекты, которыми по какому-то стечению обстоятельств оказались мы с сестрой. Мы направляемся на свои места в комнате со множеством незнакомых лиц, а наши имена делают нас незнакомцами для самих себя».

Откройте, кто вы такой

Наши имена, наша идентичность, наши представления о том, кто мы такие, в значительной мере помогают нам раскрыть свои мечты. Разве многие из нас не говорили себе нечто в таком роде: «Я начну мечтать, когда закончу проект А, Б или В»? И в то же время мы спрашиваем себя: «Почему я откладываю все на потом? Мне ведь столько нужно успеть».

Возможно, мы все делаем наоборот и не должны дожидаться завершения проектов А, Б и В. Скорее всего, осмелиться мечтать и есть именно та цель, которой нам необходимо достичь уже сейчас, поскольку это ключ к выполнению пресловутых проектов.

В статье «Подростки, кризис идентичности и прокрастинация» психолог Тимоти Пичел пишет, что, если мы не знаем ответа на вопросы «Кто я?» и «Что я собой представляю?», мы в большей степени склонны откладывать дела на потом. Другими словами, чем больше люди знают о своей сущности, тем меньше их склонность к

прокрастинации. Тимоти Пичел так объясняет зависимость между идентичностью и самоофективностью человека: «Идентичность — это знание того, кто мы. Самоофективность — это убежденность в том, что мы контролируем свои решения и несем ответственность за их последствия... Это означает, что мы приносим пользу, меняем мир к лучшему. Следовательно, способность быть активным субъектом своей жизни зависит от нашей идентичности или знания того, кто мы такие».

В таком случае нам, скорее всего, лучше отложить в сторону все дела и сфокусироваться на своей идентичности и мечтах — или, как сказал консультант по вопросам управления Робин Дикинсон, ознакомившись с результатами исследований Тимоти Пичела, «сосредоточиться на том, кем мы должны быть, а не на том, что должны сделать». Когда мы вернемся к списку дел, то вполне можем обнаружить, что в действительности уже начали выполнять их.

Мечты помогают обрести свой голос и понять, кто мы. Когда у нас сформируется четкое представление о своей идентичности, мы сможем совершить что-то значимое и изменить мир к лучшему и наверняка произнесем те слова, которые помогут нам воплотить свои мечты в жизнь.

Используйте свои слова

Человеческий голос — самый прекрасный из инструментов, но на нем очень трудно играть.

Рихард Штраус, композитор XIX века

- Что если бы вы нашли слова, с помощью которых могли бы описать свои мечты и защитили бы их и людей, которых любите? Как вы считаете, поможет ли вам способность формулировать свои мысли (в устной или письменной форме) реализовать свои мечты?
- Если вы владеете каким-либо иностранным языком, вы чувствуете себя увереннее, когда говорите на нем? Это помогает вам бороться за свои мечты?
- Помогает ли вам участие в социальных сетях и возможность регулярно делиться с другими своим мнением (например,

ведение блогов или написание сообщений в «Твиттере») найти свои слова и путь к осуществлению мечты?

- Обычно мы знаем о желаниях наших детей, но просим сформулировать их словами. Почему это так важно для них? Почему важно для нас?
- Что вы можете сделать сегодня для того, чтобы обрести свой голос, довериться ему и тем самым получить инструменты, необходимые для осуществления своей мечты? Можете ли вы во всеуслышание заявить о том, чего хотите на самом деле?
- Почему умение произносить свое имя (ценить его и знать, как много оно значит) служит ключом к осуществлению вашей мечты?
- Если вы чувствуете, что вам нужно совершить нечто большее, что произойдет, если вы будете уделять своей идентичности хоть несколько минут в день?

Глава 3

Мечты позволяют достичь истинной зрелости

Не так давно на собрании, посвященном достижению жизненных целей, я выступала перед группой молодых девушек от тринадцати до семнадцати лет. При подготовке к этому мероприятию я не могла не вспоминать свои первые дни на Уолл-стрит.

Тогда я только начала работать ассистентом в отделе продаж акций инвестиционного банка Smith Barney. Рядом с моим столом находился «загон» — так мы называли место, где сидели недавно нанятые фондовые брокеры (преимущественно мужчины). Их работа сводилась к «холодному обзвону»^[6] потенциальных клиентов с целью открытия новых счетов и продажи акций. Поскольку этим двадцати с лишним мужчинам нужно было выполнять свою норму, а их уровень тестостерона зашкаливал, они постоянно прибегали к навязчивой рекламе акций, предлагаемых на продажу.

«Не обязательно быть гением, чтобы понять, что покупка этих акций имеет смысл», — убеждали они. Сомневающихся потенциальных клиентов-мужчин они поддразнивали: «Ну же, бросайте свои помпоны и включайтесь в игру».

Первая фраза мне нравилась, но вот вторую я воспринимала как оскорбление. В средней школе я входила в команду чирлидеров, и мне нравился чирлидинг^[7]. Это была важная часть моей идентичности в период учебы. А эти парни, по сути, приравнивали чирлидера к какому-то тьюфяку. Тем не менее чем старше я становлюсь, тем больше мне хочется сказать, причем не мужчинам, а женщинам: «Бросайте свои помпоны и включайтесь в игру!»

Возможно, именно поэтому история Джуди Душку, ассоциированного профессора государственного управления Саффолкского университета в Бостоне, нашла во мне такой сильный отклик. Мать четверых детей, приемная мать еще четверых детей, бабушка восьми внуков, прабабушка одного внука и основатель

THARCE-Gulu (test.tharcegulu.org), Джуди совершенно определенно включилась в игру.

Джуди Душку: совершила ли я доброе дело?

Свои лучшие идеи (и мечты) я почерпнула из тех церковных песен, которые пела мне в детстве мама, когда хотела донести до меня какую-то мысль, призвать к благородному поступку или сделать выговор за проступок. Одна из любимых песен мамы начиналась с таких слов:

Совершила ли я доброе дело сегодня?

Помогла ли тому, кто в беде?

Наверное, именно поэтому я создала неправительственную организацию для жертв войны на севере Уганды, известную под названием THARCE-Gulu (Trauma Healing and Reflection Center).

На протяжении двадцати пяти лет я преподаю курс сравнительной политологии, в рамках которого рассказываю студентам и о политических процессах в Африке. В последнее время я обращаю все большее внимание на тот печальный факт, что Африка слишком часто становится местом ведения опосредованных войн за стратегически важные объекты и стратегическое господство, а также за контроль над огромными природными богатствами континента. У меня появилась цель — провести необходимые исследования и попытаться понять, как возвращаются к жизни обитатели районов, разрушенных войной, и люди, вынужденные принимать участие в военных действиях.

В период с 2001 по 2003 год (я тогда была деканом в небольшом колледже, открытом моим университетом в столице Сенегала Дакаре) я сблизилась с военными беженцами из Сьерра-Леоне и Либерии. От них я узнала о распространенной практике отъема детей (их заставляли участвовать в жестоких войнах и совершать немыслимые поступки под угрозой смерти или пыток) у матерей и захвате девочек в рабство. Некоторые девочки по несколько лет жили с лидерами повстанцев, которые били и насиловали их, использовали в качестве поварих и носильщиц, а затем убивали. Кое-кому удавалось сбежать; многие любыми путями старались защитить своих детей. Если они все-таки находили для себя «дом», на них часто ставили позорное клеймо «дети-солдаты».

В 2008 году я встретила Лину Зедригу, специалиста по международному праву и активистку, работавшую в Уганде. Она оказывала поддержку похищенным когда-то детям, особенно матерям подросткового возраста, которые стремились вернуться к нормальной жизни. Вскоре после этого я вместе со студентами отправилась в Кампалу с целью изучения политических процессов в Уганде. Лина устроила нам встречу с бывшими детьми-солдатами из Гулу, с которыми она работала. Выслушав их шокирующие рассказы, я твердо решила, что должна им помочь.

В июле 2010 года я собрала группу из тринадцати женщин из Соединенных Штатов Америки, Канады и Мексики для участия в строительстве домов в городе Гулу в Уганде вместе с бывшими жертвами войны. Эти дома предназначались людям, которые потеряли своих детей во время войны и теперь воспитывали сирот. Мы приехали туда, чтобы оказать им помощь, и,

запачкав руки грязью, укладывали кирпичи из глины и делали из бамбука веревки для укрепления травяных крыш. Мы держали на руках младенцев, пели песни вместе с детьми и покупали полотняные сумки и одежду, сшитую местными женщинами. Мы восхищались их работой, смеялись и танцевали вместе с ними и плакали, когда они рассказывали о годах, проведенных в неволе, о том, что им довелось испытать и как они ждали дома своих детей, которых у них похитили.

Психологи из Гулу говорили, что возможность рассказать свою историю внимательному слушателю — один из самых действенных методов лечения психологических травм. Мы искренне надеялись на то, что наша готовность выслушать этих людей и выразить им сострадание, работая с ними плечом к плечу, внесет хотя бы небольшой вклад в их душевное выздоровление.

«Подбодрила ли я того, кто грустит? Помогла ли кому-то почувствовать себя счастливым? Если нет, значит, день прошел зря».

В перерывах между укладкой кирпича нам показывали огороды, на которых местные женщины выращивали овощи, а также школу, недавно построенную для самых маленьких детей. Люди там действительно очень бедны, но многие стараются забыть о прошлом и начать новую жизнь. Мы чувствовали себя частью их сложного пути к этой жизни.

Я не знаю, что THARCE-Gulu будет делать дальше. Несколько женщин, принимавших участие в поездке, хотят организовать свои группы и приехать еще раз. Есть также планы открыть мастерскую по арт-терапии в центре Лины, где угандийцы из Гулу и американцы будут работать вместе. Некоторые женщины решили помочь в строительстве пекарни тем матерям подросткового возраста из Гулу, которые намерены заняться бизнесом. Кроме того, есть много планов по поводу создания фильмов.

В день отъезда из Уганды я сильно отравилась и два дня пролежала в постели, испытывая приступы тошноты и тревоги. Но мной овладело чувство покоя, когда я вспомнила слова песни, которую пела мне мама: «Стала ли чья-то ноша легче сегодня благодаря моему стремлению помочь? Нашли ли больные и измученные помощь на своем пути? Была ли я там, где нуждались в моей помощи?»

Претендуйте на главное место в своей истории

То, что пытается сделать Джуди, — задача не из легких. Вообще-то не последнюю роль в ее целях играет возраст Джуди (ей уже больше шестидесяти лет), поскольку, для того чтобы «бросить помпоны» и включиться в игру, может понадобиться целая жизнь проб и ошибок. В журнале Harvard Business Review была опубликована статья под заголовком «Отсутствуют ли у женщин амбиции?». Ее автор, психолог Корнелльского университета Анна Фелс, отметила, что, когда десятки успешных женщин, с которыми она беседовала, рассказывали свои

истории, они «отказывались претендовать на главную, значимую роль».

Если бы доктор Фелс брала интервью у вас, как бы вы рассказали свою историю? Используете ли вы в речи слова, свидетельствующие о том, что в собственной жизни вы актриса второго плана? Например, если кто-то высоко оценивает приготовленный вами ужин, проведенное вами занятие или организованное мероприятие, вы вежливо отвечаете: «Благодарю вас» или произносите: «Не стоит об этом говорить»?

Попытавшись разобраться, почему женщины отказываются быть героинями собственных историй, Анна Фелс наткнулась на опросник гендерных ролей Сандры Бем, который подтверждает тот факт, что общество признает женственность женщины только в контексте отношений, когда она жертвует чем-то ради кого-то. Поэтому неудивительно, что истинной женщине трудно включиться в игру и рассчитывать на поддержку в достижении поставленных целей. Это объясняет также, почему женщина чувствует себя эгоисткой, когда не подчиняет свои нужды нуждам других людей.

Не так давно одна успешная женщина, занимающая должность главы компании, обратилась ко мне за помощью. Ситуация была связана главным образом с бизнесом, но отчасти и с ней самой. Просьба о помощи, по моим ощущениям, давалась ей трудно. Давать рекомендации по поводу работы ее компании? Проще простого. Но давать рекомендации ей лично?

Должна признать, что даже в кругу самых близких друзей мне достаточно сложно сказать: «Посмотрите, что я сделала», поэтому я редко это практикую. Если вы хотите увидеть, насколько мастерски большинство женщин умеют уходить от некомфортной для них темы, во время следующей встречи с подругами поинтересуйтесь, что они (а не их мужья или дети) сделали за прошедший год. Велика вероятность того, что каждая из них уклонится от прямого ответа.

«Главная разновидность дискриминации, с которой сталкиваются женщины, — это установка на то, что настоящая женщина должна отказаться от благоприятных возможностей, — утверждает Анна Фелс. — Когда на работе женщины говорят столько же, сколько мужчины,

или вступают в борьбу за высокие должности, их женственность подвергается резкой критике».

Я отнюдь не утверждаю, что поддержание отношений, забота о семье и размахивание помпонами в знак чьей-то поддержки второстепенны. Все эти качества присущи многим женщинам от рождения. Если мы откажемся от них или будем игнорировать, то утратим незаменимую часть своего «я». Но для того чтобы достичь истинной зрелости, мы должны научиться откладывать помпоны в сторону и осознать: мы способны действовать и можем предложить людям важное. Когда наконец мы это поймем, то позволим себе мечтать и поможем окружающим нас девушкам и женщинам делать то же самое.

Извлеките урок из мифа о Психее

Пытаясь заявить свои права на главное место в собственной жизни, мы можем извлечь очень важный урок из мифа о Психее. По мнению специалистов по юнгианской психологии Джин Болен и Роберта Джонсона, миф о Психее — одна из немногих историй, в центре которой находится психология развития женственности, а не мужественности. Эта история оказала на меня большое влияние.

Психея — смертная женщина, которая ищет своего мужа, бога любви Эроса, сына Афродиты. Афродита в приступе ревности устроила так, чтобы Психея вступила в брак с незримым чудовищем (хотя на самом деле это был Эрос). Однажды Психея увидела прекрасное лицо мужа и влюбилась в него, но тот рассердился на нее за вероломство и покинул. Ключ к воссоединению Психеи и Эроса находился в руках Афродиты (часто бывает так, что наше исцеление зависит от того, кто причинил нам боль).

Афродита приказала Психее выполнить четыре задания, символизирующие навыки, которыми она должна была овладеть. Каждое задание требовало от Психеи, как ей казалось, невозможного, поэтому поначалу ее охватил страх. Тем не менее, поскольку это был единственный способ воссоединиться с Эросом, Психея согласилась попробовать.

Задание 1: разобрать зерна (расставить приоритеты)

Афродита поручила Психее до рассвета разобрать огромную кучу перемешанных зерен ячменя и мака. Психее казалось, что за отведенное время сделать это невозможно, но ей на помощь пришла целая армия муравьев, которые помогли рассортировать зерна.

Данная задача говорит о необходимости анализировать имеющиеся возможности, невзирая на противоречивые чувства и привязанность к близким. Иногда следует отложить решение проблемы на завтра, предоставив армии трудолюбивых муравьев (нашему подсознанию) шанс во всем разобраться. Когда мы станем доверять своей интуиции, наступит полная ясность. Ниже приведен рассказ неработающей мамы Кристины Вик о том, как у нее появились мечты, когда она научилась правильно расставлять приоритеты.

Кристина Вик: просто жить

Мое «я» времен учебы в колледже точно разочаровалось бы в моей теперешней жизни. Тогда у меня все было распланировано: получить степень бакалавра по английскому языку через три года (галочка); несколько лет заниматься волонтерской работой (галочка); получить степень магистра по английской литературе (галочка).

Но затем я стала отклоняться от курса. Получить степень доктора философии? Не знаю... Занять преподавательскую должность, позволяющую впоследствии заключить бессрочный контракт? Снова не уверена. Родить троих детей (ой, четверых) и поставить у дома белый заборчик. Пожалуй, нет. Как оказалось, та девушка, которой я была в восемнадцать лет, не видела всей картины. Она не знала, что после получения диплома магистра я настолько устану от учебы, что мысль о ее продолжении станет для меня невыносимой. Не знала она также, что мне понравится заниматься тем, что я считала тогда рутиной: приготовлением пищи, обустройством дома и общением с детьми. Я редко в этом признаюсь, но даже уборка приносила мне удовольствие (за исключением стирки — это мое слабое место).

Когда я была моложе, я с пренебрежением относилась к любой сфере деятельности или профессии, которую нельзя было назвать строго академической. Не знаю, откуда во мне это взялось, поскольку родители поддерживали меня во всем и никогда не подталкивали в каком-то одном направлении. Тем не менее этот жизненный принцип определял все мои решения в начале взрослой жизни, заставляя чувствовать себя неудачницей, если с учебой что-то шло не так.

На втором курсе магистратуры я вдруг поняла, что глубоко несчастна, разочарована и сыта по горло учебой, но боялась признаться даже самой себе, что хочу все бросить. Мечта стать профессором определяла всю мою будущую жизнь, поэтому мысль о том, чтобы отказаться от нее, приводила меня в ужас. Что я буду делать? Смогу ли наполнить жизнь смыслом?

Немалую роль во всем этом играла также гордыня. Я всегда так громко заявляла о своих целях (с тех пор я все еще пытаюсь научиться поменьше

говорить), что мне было просто неловко не достичь их, особенно когда мои однокурсники активно добивались получения докторских степеней в разных университетах страны.

Мне стало немного легче, когда я переехала на восток и устроилась в редакцию местной газеты на условиях частичной занятости. В моем окружении теперь не было научных работников, и я поняла, что большинству людей не интересны ни роль женщин эпохи Возрождения, ни применение континентальной философии к современным текстам, ни анализ древних английских рукописей. Обычные люди просто пытаются зарабатывать на жизнь, стремятся обрести в ней равновесие и иметь немного свободного времени.

Через два года ко мне обратилась подруга моей подруги, которая открывала журнал об организации жизни (моя любимая тема и хобби). Она искала внештатных редакторов и хотела знать, заинтересует ли меня такое предложение.

Я сразу же сказала «да».

Одним из самых ярких моментов в этой работе стала для меня поездка в Северную Каролину, чтобы взять интервью у «реактивной хозяйки» Марлы Силлей. Это была первая деловая поездка, в которую я отправилась, хотя дома оставался шестимесячный ребенок. Мне понравилась Марла Силлей — очень веселая, жизнерадостная, чуткая женщина; мне также понравилось общаться с моим боссом и ужинать в ресторанах. Я смогла преодолеть страх полетов и посетила поместье Билтмор в Эшвилле. Эта поездка скорее напоминала отпуск, чем работу, поскольку обычно я проводила свои дни как Золушка: убирала дом, готовила еду, возила кого-то на автомобиле и пыталась проявлять терпение в общении с людьми.

Работа в журнале Organize не только позволила накопить опыт, который мне очень пригодился при создании сайта Store and Style, но и помогла усвоить один очень важный урок: для того чтобы задача представляла какую-то ценность, совсем не обязательно, чтобы она была весомой или исторически значимой. Она просто должна быть важной для меня. Еще лучше, если при этом она окажется еще и увлекательной.

Мне нравится редактировать тексты — что-то добавлять, переставлять местами или переделывать в статье, чтобы она стала безупречной. Нравится заниматься организацией жизни — помогать людям понять, как наведение даже небольшого порядка делает ее легче и приятнее. И я очень люблю готовить школьные завтраки, читать своему сыну на крыльце в ожидании школьного автобуса, выпекать что-то вкусненькое и разрисовывать ногти своей дочери. К счастью, мой образ жизни позволяет мне делать все это.

Оглядываясь назад, я очень радуюсь тому, что не стала получать докторскую степень, — я знаю, что бросила бы учебу. Я также рада тому, что мое университетское «я» больше не руководит моей жизнью.

Задание 2: добыть золотое руно (обрести власть)

Далее Афродита приказала Психее добыть золотое руно баранов солнца — огромных, агрессивных животных, бодающихся друг с

другом в поле. Эта задача тоже показалась Психее невыполнимой: если бы она вошла в стадо, бараны наверняка затоптали бы ее. На сей раз на помощь пришел тростник, растущий у берега реки: он посоветовал подождать до захода солнца, когда бараны разбредутся и лягут спать. Тогда Психея сможет безопасно снять пряди золотой шерсти с колючих кустов, о которые терлись животные. То, что Психея добыла золотое руно и осталась целой и невредимой, — метафора, которая означает, что каждой женщине под силу обрести власть, не утратив при этом врожденного чувства сопричастности и сострадания.

Задание 3: наполнить хрустальный флакон (достичь целей)

Афродита придумывала задания все более сложные и опасные, и на сей раз наказала Психее наполнить хрустальный флакон водой из неприступного источника, вытекающего из высокого утеса и охраняемого драконами. Эту, на первый взгляд, невыполнимую задачу помог Психее решить орел Зевса. Он мог видеть все с высоты, стремительно броситься вниз с небес и схватить когтями все, что ему нужно.

Выполнение Психеей этого задания символизирует способность женщины поставить цель, обойти все препятствия, которые неизбежно возникнут на пути, и достичь ее. Когда Джейми Дюбеи, живущая в Нью-Йорке, радикально сменила вид деятельности, ей стало легче достигать своих целей — а это важный аспект зрелости.

Джейми Дюбеи: мечта о создании школы

Станьте той переменной, которую вы хотите видеть в мире.

Махатма Ганди, политический лидер XX столетия

Когда-то я работала в самом сердце индустрии детской одежды, но мой труд не приносил мне удовольствия. Однажды в метро я увидела рекламу, которая круто изменила мою жизнь: я решила стать преподавателем и присоединилась к программе New York City Teaching Fellows (NYCTF). Размышляя над перспективой заняться преподаванием, я вспоминала идеалистический период учебы в колледже, когда горела желанием менять мир к лучшему. Мне так хотелось сделать что-то значимое. Это было моим самым сокровенным желанием.

С престижного места на 33-й улице, в самом центре Геральд-сквер, я перешла на работу в район Моррисания в Южном Бронксе, где устроилась учителем в одну из средних школ Нью-Йорка, пользовавшуюся дурной славой. Говорят, первый год преподавания — самый трудный. Через четыре дня после начала моей карьеры учителя произошла трагедия 11 сентября, и мне пришлось объяснять семи- и восьмиклассникам, почему упали башни-близнецы. А 12 ноября 2001 года во время крушения самолета в Белл-Харборе погиб отец одного из моих учеников. По причинам, которые до сих пор неизвестны, в январе 2002 года был уволен директор школы. Довольно долго я не имела ни малейшего представления о том, кто мой босс, какой будет наша школьная программа и как мы будем ее выполнять.

Я работала под руководством педагогов-наставников, а также продолжала учебу, чтобы получить степень и диплом магистра. Я делала все возможное, чтобы заполнить пробелы в знаниях моих учеников. Обнаружив, что они не знают основных географических особенностей разных стран, я нашла старые календари, вырвала из них нужные картинки и развесила их по всему классу. На передней стене, прямо над доской, я повесила страницу с фотографией ребенка из Афганистана. Посреди урока, на котором шла речь о Гражданской войне в США, поднял руку ученик по имени Джейсон. Должна признать, я не смогла скрыть крайнего удивления, поскольку мальчик редко был внимателен на уроках и никогда не задавал вопросов.

— Мисс, афганские девочки действительно выглядят именно так?

— Да, Джейсон.

— Вот это да! Я понятия не имел. Она похожа на мою кузину.

Пять лет спустя я жила на ферме площадью около 40 гектаров, расположенной в двадцати пяти километрах от ближайшего города в Пенсильвании. В то время я находилась в отпуске по уходу за ребенком и заботилась о своей девятимесячной дочери, а муж работал в местном колледже. Однажды после ужина я оторвала взгляд от экрана компьютера и сказала: «Дорогой, а не открыть ли мне свою школу?» Он сразу же ответил: «Действуй! А что это будет за школа?»

За время нашей совместной жизни я работала в обычной средней школе, преподавала на курсах послевузовского обучения, готовила учителей средней школы для NYSTF и активно изучала чартерные школы. Потратив много времени на беседы с разными людьми, а также на изучение инновационных моделей школ, таких как MET School, MATCH и KIPP, я чувствовала, что уже достаточно хорошо разбираюсь в прогрессивных тенденциях обучения.

Затем начались собеседования при поступлении на курсы подготовки руководителей школ. В самый разгар процесса я заболела. Но мне было необходимо попасть в такую программу, поэтому я уговорила врача отключить капельницу и снять с меня больничный браслет всего на один день — этого было достаточно, чтобы добраться до Нью-Йорка, пройти собеседование и вернуться в больницу. Я до сих пор не знаю, как мне все удалось.

Меньше чем через три недели я получила долгожданное письмо о зачислении на программу обучения. У нас оставалось два месяца на то, чтобы переехать в Нью-Йорк. Мужу пришлось отказаться от стабильной

карьеру и искать работу в другой области — и все это ради того, чтобы помочь мне осуществить свою мечту.

Во время учебы по программе подготовки руководителей средних школ мы узнали об инициативе Джоэля Клайна, который тогда возглавлял департамент школьного образования Нью-Йорка, о формировании в городе сети новых небольших школ. Мне и моей команде поручили составить проект такой школы и подать его в департамент образования. Совет колледжей предложил нам стать партнерами в создании школы международных отношений.

После нескольких месяцев подготовки у нас был только один шанс на то, что наш проект одобряют. На протяжении тридцати минут комиссия из десяти человек задавала нам вопросы по поводу наших идей. Еще никогда в жизни я не волновалась так сильно. И все же я знала, что иду по верному пути и меня ждет либо успех, либо поражение.

Через два дня после Рождества мне позвонили и сообщили, что наш проект школы Queens Collegiate одобрен и нам выделяют место на территории одной из школ на вершине холма, в сердце одного из самых разноликих районов Нью-Йорка — Квинса.

В детстве, когда мы жили в Пенсильвании, я мечтала о средней школе, ученики которой изучали бы иностранные языки и культурные традиции, а также общались бы со сверстниками из разных стран мира. В качестве директора школы Queens Collegiate я каждый день занимаюсь развитием международного сотрудничества, разработкой и внедрением полноценных учебных программ и формированием сообщества, в котором нашлось бы место для самых разных людей со свойственными им уникальными качествами.

Задание 4: наполнить сосуд мазью красоты (научиться говорить «нет»)

Чтобы выполнить четвертое, последнее задание Афродиты, Психее предстояло совершить опасное путешествие в мир, называемый в мифологии подземным царством (я бы назвала его юдоль скорби), и наполнить сосуд мазью красоты. Эта задача была труднее, чем традиционные испытания для героев. Психею предупредили, что на своем пути она встретит людей, которые будут настойчиво обращаться к ней с просьбами и ей обязательно нужно будет сказать «нет» ради выполнения своей миссии.

Позвольте привести в качестве иллюстрации следующий пример.

Каждый раз, когда я посещаю собрание родительского комитета школы, я неизменно берусь за какую-либо работу, в большинстве случаев достаточно серьезную. В один год я согласилась возглавить

комитет по культурному развитию, в другой — комитет по организации приемов. Вот как это происходит.

Во время собрания родительского комитета председатель спрашивает, кто хочет добровольно заняться той или иной работой. Когда в зале наступает неловкая тишина, мой мозг начинает проигрывать такой сценарий: хорошая мать должна добровольно браться за выполнение любых обязанностей в школе своих детей. За многие годы я была добровольцем гораздо реже, чем большинство других матерей, из-за напряженного рабочего графика. Я хочу быть хорошей матерью и хочу, чтобы другие считали меня таковой. Под влиянием импульса, почти непроизвольно я предлагаю свою кандидатуру. А уже через пять минут сожалею об этом.

Вы когда-либо говорили «да», хотя на самом деле намеревались сказать «нет»? Научиться говорить «нет», а значит, воспользоваться своим правом выбора, и стало четвертой и последней задачей Психеи.

Поставить цель и постараться достичь ее в условиях, когда окружающие взывают о помощи, особенно трудно тем женщинам, которые посвящают свою жизнь заботе о других. Тем не менее, произнося «нет», мы учимся устанавливать границы, использовать право выбора и, как ни парадоксально, говорить более действенное «да» тем, кто действительно в этом нуждается.

В своей книге «Гарвардская школа переговоров. Как говорить НЕТ и добиваться результатов»^[8] Уильям Юри пишет:

Этот урок [как важно говорить «нет»] я усвоил на заре своей карьеры. Его мне преподал хорошо известный и весьма успешный инвестор Уоррен Баффет. Однажды за завтраком он признался мне, что секрет его состояния кроется в способности говорить «нет». «Целый день я сижу и рассматриваю инвестиционные проекты. Я говорю: “Нет”, “Нет”, “Нет”, “Нет”, “Нет”, “Нет” — пока не нахожу именно то, что мне нужно. И тогда я говорю “да”. Все, что от меня требуется, — это несколько раз сказать “да”. Так я и сделал свое состояние. Любое важное “да” достается ценой тысячи “нет”».

Женщины особенно болезненно воспринимают необходимость говорить эти тысячу «нет», поскольку это требует перехода от мышления «или-или» к мышлению «как... так и...», а также выполнения того, что Уильям Юри описывает следующим образом: «Позитивное “нет” символизирует союз двух самых

основополагающих слов любого языка: “да” и “нет”. “Да” — это слово общения, “нет” — слово защиты». Психея отправляется в свой героический путь, сказав «да» Эросу. Она говорит «нет» всем остальным, для того чтобы сказать «да» себе самой и своему возлюбленному. Юри пишет об этом так: «Объединить эти два слова, создать союз “да” и “нет” — большое искусство. Такой союз позволит вам отстаивать собственные интересы и потребности, не разрушая драгоценных отношений с другими людьми». Мне очень нравятся слова, которые приписывают Опре Уинфри: «Мы ни за что не научимся говорить “да” до тех пор, пока не научимся говорить “нет”».

Выполнив четыре задания Афродиты, Психея научилась оценивать возможности и расставлять приоритеты; поняла, когда и как можно обрести власть, не продавая душу; узнала, как достигать своих целей и делегировать работу; а также научилась говорить «нет». И все же, несмотря на все эти достижения, героиня сохранила присущую ей женственность, ведь она не смогла бы совершить такое трудное, рискованное путешествие, если бы не делала это ради любимого. Преодолев все преграды, Психея достигла истинной зрелости.

В 2008 году я пошла на свой первый баскетбольный матч с участием команды Boston Celtics. Хотя я и сидела на трибуне, я не чувствовала себя только зрителем. Моя подруга Ким купила четыре билета и пригласила на матч меня и еще двух энергичных женщин, строящих карьеру в своих сферах деятельности. Мы смотрели игру (команда Boston Celtics одержала победу), а между решающими бросками общались и ближе узнавали друг друга. Мы делились своими мечтами и рассказывали о том, как их осуществляем. Может, мы и не бросали мяч в зону защиты, но играли в свою игру и подбадривали друг друга. В самом важном смысле мы действительно были участниками игры — только нашей собственной. Во мне до сих пор остается какая-то частица чирлидера, и мне это нравится. Тем не менее мечты научили меня, как и когда следует отбросить помпоны и включиться в игру.

Достигайте истинной зрелости

Отбросьте свои помпоны и включайтесь в игру.

- Если вы почувствуете себя героиней собственной жизни, это поможет вам мечтать?
- Когда в следующий раз будете рассказывать кому-то о своих победах и поражениях, задумайтесь: может быть, на самом деле вы ищете признания или просите о помощи? Учитывая выводы, к которым пришла Анна Фелс, подумайте: возможно, вы можете помочь своему собеседнику. Спросите у него, в чем именно он нуждается.
- После того как однажды вы отбросили свои помпоны на какое-то время, заметили ли вы, что, когда снова подняли их, были готовы подбадривать других людей еще усерднее?
- Как правильная трактовка мифа о Психее помогает нам осознать, что мечтать — важно?
- Когда мы мечтаем, ставим цели и достигаем их вопреки отвлекающим факторам, разве мы не говорим на какое-то время «нет» своим близким, для того чтобы получить возможность сказать им более основательное, отзывчивое «да»?

Глава 4

Мечты помогают нам учить своих детей мечтать

Со мной не раз так бывало, когда я хотела, чтобы одна из подруг составила мне компанию или сделала что-то, я снисходительно говорила ей: «Ты же можешь вызвать няню» или «Почему бы твоему мужу не присмотреть за детьми несколько часов?»

Когда подружки не поддавались на мои уговоры, я никак не могла понять почему. Мне это казалось таким простым, очевидным, особенно учитывая то, что мы не раз обсуждали, как важно уделять себе время. И все же, имея достаточно возможностей для того, чтобы отлучиться из дома на несколько часов, подружки отказывались делать это.

Позже, когда я руководила службой по связям с общественностью своей церкви в Большом Бостоне, однажды мне позвонили из вашингтонского бюро ВВС. Если журналисты хотели встретиться с членами моей церкви, на меня возлагалась обязанность организовать такую встречу. Как правило, у меня не возникало с этим проблем, но в тот раз я собиралась уехать из города. Мне нужно было поручить эту задачу кому-нибудь другому, и, к своему удивлению, я обнаружила, что это трудно сделать. Я чувствовала себя виноватой из-за того, что перекладываю свою работу на другого члена комитета. Ведь она тоже занята, как и я. К тому же я испытывала еще и страх, что в случае невыполнения задания могу «выпасть» из своей роли.

Каждый из нас, возможно, исполняет даже несколько ролей. Конкретная ситуация определяет, какую из них мы сейчас играем — дочери, сестры, матери, жены, врача, специалиста по инвестициям и тому подобное. И хотя каждая из нас представляет собой совокупность нескольких личностей, как правило, доминирует одна, связанная с тем, на что мы тратим больше всего времени. Поскольку предыдущие два десятка лет я в основном строила карьеру, основная моя роль — специалист. Когда мне удастся выполнить свои обязанности в общине или на работе, я укрепляю тем самым именно эту часть своей

личности. С другой стороны, делегируя или перекладывая на кого-то свои обязанности, я осознаю, будто себя ослабляю.

Парадоксально, что, хотя я и готова отказаться от части своей профессиональной идентичности, это все равно не высвобождает больше места для других сторон моего «я», таких как материнство. (Между прочим, именно эта часть моей жизни стала одной из причин того, что я взяла длительный отпуск на Уолл-стрит.) По словам писателя Герберта Уэллса, «когда узнаешь что-то новое, поначалу это всегда вызывает чувство, будто ты что-то утратил».

Я уверена, что с таким парадоксом рано или поздно сталкивается каждый. Для того чтобы найти другую сторону своего «я», нам порой приходится отказываться от какой-то части того, кем мы являемся сейчас. Решить эту головоломку мне помогла одна яркая метафора, о которой я узнала от Элисон Дженкинс, неработающей матери, проживающей в Японии.

Элисон Дженкинс: станьте своим собственным Бэтменом

Один из друзей моего отца всегда спрашивал: «Что лучше одного Мейделла?» В ответ мы с сестрой широко улыбались и хором отвечали: «Два Мейделла!» В нашем маленьком калифорнийском городке я была младшей сестренкой Брук, одной из дочерей Пэт и самой младшей дочерью мистера Мейделла (хотя люди часто думали, что мой папа — это мой дедушка). Я знала, что была частью большой семьи, но меня не покидало ощущение, что родственные связи определяют всю мою жизнь — что я чье-то что-то.

В подростковом возрасте я с семьей переехала в другой город и начала ходить в школу в другом штате, что дало мне возможность развить собственную идентичность. Однако после того как вышла замуж и родила детей, я почувствовала, что снова теряю ее. Я больше не маленькая сестренка Брук, но мама Макея и Гранта и жена Дэвида. Поскольку я дипломированный специалист по медико-социальному патронажу, до замужества вся моя жизнь была сфокусирована на оказании помощи людям и содействии социальным преобразованиям. Я люблю все эти стороны своей жизни и дорожу ими, но они мешают независимости моей личности, стремящейся быть чем-то для самой себя.

Благодаря вдохновляющим идеям Уитни я задумалась над тем, как стать героиней своей истории — и это действительно изменило мою жизнь. Как женщина и как социальный работник, я и по своей природе, и по образованию отношусь к категории людей, помогающих другим — как напарник Бэтмена Робин. И я осознала, что могу быть как Робин, так и Бэтменом.

Я никогда не чувствовала себя героиней. Через себя не перепрыгнешь. Тем не менее, глядя на свое прошлое под этим новым углом зрения, я вижу в нем небольшие геройские поступки. Вот несколько событий моей жизни,

достойных Бэтмена: я уехала из родного города, поступила в колледж, получила диплом и вышла замуж.

Раньше я сказала бы, что на этом все и закончилось. Теперь же считаю, что это было только начало. Я по-настоящему стала Бэтменом только тогда, когда родила первого ребенка. Роль неработающей мамы новорожденного не вызывала у меня особого восторга и, по правде говоря, порой немного утомляла.

Я попыталась перенять какой-то интересный опыт у окружавших меня женщин. Джуди научила меня вязать, Энн — шить. Стэйси показала, как переплетать книги. Хейди поделилась знаниями в области изготовления бижутерии — и это закончилось тем, что я начала продавать свои изделия бутикам. Я освоила тонкости кулинарии, изучала разные рецепты и пробовала применять новые продукты. А под влиянием брата пробежала марафон. И все это произошло за первый год. Анализируя все это, я воспринимаю свои действия как героические поступки в стиле Бэтмена, которые помогли мне найти в своей жизни место и лично для себя.

Мы, женщины, часто отождествляем героические поступки с теми спасательными операциями, которые совершаем. Кто, кроме нас, может прибежать домой и на скорую руку приготовить для своих друзей вкусные блюда из остатков продуктов, которые есть в холодильнике, умудрившись сделать и закуску, и десерт? Кто, кроме нас, способен вступить в переговоры с разбушевавшимися младшими сестрами и братьями, чтобы спасти злосчастный художественный проект? Мы можем навести порядок в затопленной прачечной и починить нечаянно разбитую лампу. В моем мире Робина («помощника») это типичный вечер понедельника, но это и героические поступки Бэтмена, наполняющие меня энергией.

Мне нравится играть роль Робина и быть своего рода прицепом к мужу и детям, поддерживать их во всем. Но, честно говоря, в роли Бэтмена (а муж и дети — в роли моего прицепа) я чувствую себя гораздо счастливее и отнюдь не случайно лучше справляюсь при этом и с ролью Робина.

Как справедливо утверждает Элисон, научившись играть и роль Робина, и роль Бэтмена, мы открываем дверь своим мечтам и, как следствие, мечтам своих детей. Мы должны признать: помимо страха примерить новую личность необходимо проанализировать и чувство вины, мучающее нас, когда мы делаем что-то для себя. Мечты Элизабет Килер менялись весьма неожиданно: сначала она хотела стать пианисткой, затем получить диплом магистра по английскому языку, а сейчас она учится на курсах МВА. Элизабет делится с нами смешанным чувством вины и приятного возбуждения, которое она испытывала, когда, отправляясь в неведомый путь, переключалась с одной мечты на другую.

Элизабет Килер: исповедь прыгуна со скал

Я не люблю экстремальные виды спорта и в глубине души презираю людей, которые бросаются со скал ради удовольствия. Я забочусь о своем теле с пристрастием параноика. Но порой, когда я размышляю о своей жизни, мне кажется, что я, возможно, и сама страдаю какой-то разновидностью помешательства — я бы назвала это «прыганием с профессиональных скал». Мое тайное резюме включает в себя такие разноплановые пункты, как «пианист», «химик-лаборант», «танцовщица» и «деловая женщина». Я постоянно с головой окунаюсь в очередное увлечение новой профессией. Позвольте мне сказать то, что еще больше навредит моей репутации: я двадцать раз переезжала в тринадцать разных городов в четырех странах на трех континентах, а также училась в шести университетах на протяжении десяти лет. «Любительница странствовать» — наверное, так подумали вы. «Географическая лихорадка, — заключила мама моей подруги. — Тебе кажется, что переключение с одного занятия на другое поможет тебе наладить свою жизнь». Иногда я представляю, как на моих похоронах люди будут говорить что-то в таком духе: «Она запуталась» или «Хорошая девушка, но ее внутренний компас вышел из строя».

Когда я в очередной раз пытаюсь изменить свою жизнь, то обычно задаю себе такие вопросы: что со мной не так? Почему я не могу оставаться на месте? Замешательство и неуверенность в себе сопровождали каждый мой переход к чему-то новому. В прошлом году, когда я размышляла над тем, как преуспеть в учебе на курсах MBA, меня снова начал мучить вопрос: где и когда я смогу обрести счастье? На этот раз я получила ответ, и он поразил меня до глубины души. «Оно у тебя уже есть», — сказал мой внутренний голос. Затем наступила пауза. А потом вспыхнул свет. Вдруг все прояснилось, и я поняла, что уже живу той жизнью, о которой всегда мечтала, ведь я прирожденный путешественник. Я представила себе, что стою в фуражке капитана за штурвалом корабля, одиноко бороздящего воды Атлантического океана.

Разумеется, я испытываю страх, начиная что-то совершенно новое, но это не главный фактор, сдерживающий мое стремление рисковать. Моя прошлая жизнь в качестве музыканта стала для меня вакциной от страха. Мне еще предстоит нечто столь же ужасающее, как исполнение фуги Баха перед профессором Энглум (который любил время от времени демонстрировать, как отрезает мне голову). Я часто испытываю страх, но для меня он стал старым надоедливый другом. Нет, самый сильный сдерживающий фактор, вне всякого сомнения, чувство вины. Я испытывала его каждый раз, когда принимала решение что-то изменить. Как будто какие-то голоса нашептывают мне, что эти перемены делают меня непостоянной, слабой и неадекватной. Возможно, дает о себе знать устоявшееся представление о том, что несдержанность и безрассудность заключены в самой женской природе. Частая смена решений пришла взамен прежней склонности юных девушек, затянутых в корсет, падать в обморок. Спокойствие, стабильность, ответственность — вот черты, которые должны быть присущи женщине. Не меняйся, не развивайся, будь зависимой, такой, как всегда, все время оставайся там же, где и раньше. Если бы я поступала так, как того требовала навязанная обществом мораль, я жила бы сейчас в сельской местности в Канаде и праздновала бы двенадцатую годовщину свадьбы вместе с мужем,

коровами, собаками и детьми. Может быть, кому-то это и подходит, но этот гарантированный рецепт освобождения от чувства вины был явно не для меня. Так почему же меня разъедает чувство вины за любовь к приключениям? Возможно, на то есть эволюционные причины, но одно я знаю точно: обратная сторона чувства вины — отсутствие развития. Для меня это катастрофа. Поиск в Google подтвердил мои умозаключения: «Человек, который ничем не рискует, ничего не делает, ничего не имеет и ничего собой не представляет. Возможно, он избежит страданий и горя, но он просто не сможет учиться, чувствовать, изменяться, расти, любить и жить» (Лео Бускалья).

Итак, чувство вины не покидает меня и сбивает с толку, но живущий во мне капитан заставляет плыть дальше, несмотря ни на что. На этой неделе я отправляюсь в очередную экспедицию, предварительно записавшись на продвинутый курс по прямым инвестициям, который запланирован на следующий семестр. Мой однокурсник снисходительно заметил, что это забавный поступок. Тем не менее, будучи опытным «прыгуном со скал», я точно знаю: после ощущения страха наступает приятное возбуждение, а если повезет — то и настоящий восторг, который я считаю высшей наградой. Хочу уточнить: я не призываю на протяжении всей жизни ежегодно менять работу (боже упаси!). Я просто откровенно выступаю в защиту безрассудных, разрушающих все границы, вызывающих осуждение окружающих, создающих ощущение свободного падения приключений (что бы это ни было), поскольку это того стоит. Не знаю, как вы, а я намерена надолго сохранить свою маленькую позорную привычку прыгать со скал — даже рискуя тем, что эпитафия на моем надгробии будет приводить людей в замешательство.

Женщины часто считают себя тихой гаванью, особенно в контексте семейной жизни. Но важно быть и кораблем, который может уплыть на поиски неведомых земель. Когда мы покидаем порт и уходим в плавание в поисках своей мечты, мы учим своих детей, друзей и коллег тому, что нужно ничего не бояться и следовать за мечтой.

Избегайте непрожитой жизни

В фильме «Вечер» (экранизации романа Сьюзан Мино) главная героиня Энн Грант на смертном ложе вспоминает события сорокалетней давности, когда ей было двадцать и она верила, что может осуществить свои мечты — выйти замуж и стать успешной певицей. По мере того как на экране разворачивается действие, мы понимаем, что ее жизнь, если говорить словами знаменитого психиатра Карла Юнга, осталась «непрожитой». Энн два раза неудачно выходила замуж, а ее мечта о карьере певицы так и осталась неосуществленной.

Старшая дочь Энн Констанция пытается жить несбывшейся мечтой матери о счастливом браке, и, на первый взгляд, кажется, что ей все удалось, хотя ее поведение свидетельствует об обратном, — и она упускает свое счастье. Между тем другая дочь Нина терпит неудачу в четырех профессиях, в том числе и как танцовщица; от нее тоже ускользают и счастье, и серьезные отношения.

Поскольку Энн не прожила жизнь своей мечты, ее дочери подсознательно пытались сделать это за мать, став носительницами ее, а не своих мечтаний. По мнению Карла Юнга, «самое тяжелое бремя, которое ложится на плечи ребенка, — это непрожитая жизнь его родителей». Этого нельзя допускать.

Когда Энн попросили назвать поистине счастливый момент в ее жизни, она вспомнила репетицию к одному выступлению, состоявшуюся около тридцати лет назад. Энн пела, а пятилетняя Констанция сидела рядом с аккомпаниатором мамы. В тот момент встретились две мечты Энн — о семье и пении. Она была счастлива.

Безусловно, уделять внимание нескольким мечтам одновременно труднее, чем сосредоточиться исключительно на чем-то одном. Но если, реализуя несколько целей, мы поможем нашим детям осуществить свои желания, разве это не стоит наших усилий?

Сосредоточьтесь сразу на нескольких мечтах

Положительное воздействие одновременного достижения нескольких целей, чередования ролей корабля и тихой гавани четко прослеживается на примере жизни Нэн Хантер — основательницы веселой, ориентированной на ребенка частной школы. А началось все с постановки пьесы во дворе дома Нэн в 1968 году.

Нэн Хантер: не откладывайте мечты на потом

В 1962 году муж предложил мне составить план жизни «на тот период, когда дети (а их у нас родилось восемь за тринадцать лет) покинут дом и тебе нечего будет делать». Я сразу же задумалась над этим и уже через два дня была одержима одной идеей — открыть детский театр, в котором дети будут учиться играть и ставить спектакли для друзей и соседей.

Шел 1967 год. Мы жили в Сан-Хосе (Калифорния) с тремя маленькими детьми в небольшом желтом доме в районе, где обитало много молодых семей. По всей вероятности, я получила из генофонда жизни ген энергии, которой хватило бы на десятерых. Сейчас это называют гиперактивностью.

Тем не менее эта энергия стимулировала меня превращать идеи в мечты, а мечты — в действия. В тот год лето было очень спокойным. И я подумала: «Зачем ждать, пока мои дети вырастут, чтобы открыть театральную школу?» В итоге я написала простую пьесу, сочинила несколько песен на знакомые мелодии — и в 1968 году во дворе нашего дома провела первое занятие с двадцатью соседскими ребятишками.

Той осенью наш первый ребенок пошел в детский сад, а я стала мудрыми глазами матери присматриваться к тому, что происходит в больших заведениях, называемых школами. К моему большому разочарованию, школы не были сосредоточены на детях. Там разрабатывали учебные программы, оценивали успехи учеников посредством проведения тестов и обучали ограниченному количеству предметов, таких как математика, чтение и обществоведение. В школах были талантливые программы для одаренных детей, к числу которых относили тех, кто показывал лучшие результаты по математике, чтению и навыкам мышления. Вместо того чтобы устроить пикет, штурмовать здание школы или сжечь его, я подумала, что однажды открою свою школу. На протяжении тринадцати лет я рассказывала об этой мечте друзьям, учителям и членам семьи. Многие смеялись, натянуто улыбались и пытались отговорить меня от этой затеи.

— Тебе не удастся это сделать, Нэн, у тебя слишком много детей.

— Ты не думаешь, что тебе нужно просто сидеть дома и заниматься тем, что ты должна делать?

— Где ты найдешь место для всего этого?

По мнению окружающих, я была несколько неорганизованной, но их сомнения только удвоили мою решимость добиться своего. В глубине души Я ЗНАЛА, ЧТО МОЯ МЕЧТА ОСУЩЕСТВИТСЯ.

Наступил 1981 год. Наш самый младший ребенок пошел в детский сад. В декабре объединенный школьный округ Сан-Хосе объявил о закрытии в конце учебного года девяти школ. Одной из них стала школа Хендерсона, которая находилась в пяти минутах ходьбы от нашего дома, в маленьком тихом районе — словом, идеальном месте.

Это был подходящий момент.

В феврале 1982 года я отправила в газету San Jose Mercury News пресс-релиз, в котором сообщалось, что деятельная мама открывает осенью школу. После его публикации мне позвонили около ста родителей. В тот день улыбка не сходила с моего лица.

У нас не было помещения, книг, учителей и формы. Но на протяжении следующих шести месяцев родители чередой шли в нашу пустую гостиную, садились на складные стулья и слушали мои рассказы о школе, в которой будет «талантливое обучение для каждого ребенка, поскольку у каждого ребенка есть талант». В школе моей мечты предполагалось учить детей таким предметам, как драматургия, искусство, естественные науки и иностранный язык, начиная с подготовительных групп детского сада.

Я провела собеседования с учителями и пообещала им работу. Составила учебный план и заказала книги, за которые нужно было заплатить до начала занятий. За две недели до открытия школы, которую мы назвали Almaden Country School, я подписала договор на аренду помещения. Родители

заранее внесли плату за обучение, так что у нас были деньги на покупку мебели и книг.

Я до сих пор хорошо помню день открытия школы в сентябре 1982 года. Сто девяносто маленьких мальчиков и девочек, от подготовительных групп детского сада до шестого класса, вышли на наш сияющий школьный двор в клетчатых сарафанах или темносиних шортах и голубых рубашках. На наших учителях были клетчатые фартуки, а на каждой парте лежало красное яблоко.

В течение двадцати восьми лет существования школы Almaden Country мы ежегодно ставили около двенадцати спектаклей. Я была режиссером спектакля «Рождественская песнь» минимум двадцать пять раз. Кроме того, вместе со своими тридцатью пятью внуками я организовывала работу летнего театра «Бабушкин лагерь».

Следующая моя мечта — открыть театр в том районе, где находится наша ферма, строительством которой я сейчас занимаюсь. Вы можете найти меня там на Рождество в окружении домовых и привидений, искрящегося снега и звенящих бубенчиков. Там будет царить дух праздника, а я погружусь в мечты вместе со своими внуками.

Мечтая и воплощая мечты в жизнь, Нэн Хантер не только продемонстрировала своим восьмерым детям, как превращать желаемое в действительное, но и создала среду, в которой учатся мечтать тысячи других детей.

Забойтесь не только о своих близких, но и о себе

Читая историю Нэн, я вспомнила одну из своих самых любимых детских книг — *The Country Bunny and the Little Gold Shoes* («Деревенская Крольчиха и маленькие золотые туфельки»); с ней меня познакомила дочь Нэн Кэтлин, что совсем не случайно. Книга, которую написал Дюбос Хейвард, а иллюстрировала Марджори Флэк, начинается со следующего предложения: «Мы слышали о Пасхальном Кролике, который приходит каждую Пасху перед восходом солнца и приносит яйца мальчикам и девочкам, поэтому думаем, что есть только один такой кролик».

Ниже приведены строки из книги, объясняющие, почему важно мечтать и как осуществлять мечты, заботясь при этом о близких и о себе.

1. *Когда-то я вырасту и стану Пасхальным Кроликом — вот увидите!*

Почти все маленькие девочки имеют четкое представление о том, что они хотят делать, а также о своем «кто я». Эта маленькая крольчиха решила стать Пасхальным Кроликом.

2. *Со временем она вышла замуж и однажды... у нее появились детки (двадцать один пушистый крольчонок), о которых ей нужно было заботиться.*

Когда мы становимся взрослыми, мы «разбираем зерна» имеющихся возможностей, невзирая на противоречивые чувства и привязанность к близким. Хотя маленькая крольчиха мечтала стать Пасхальным Кроликом, она также мечтала выйти замуж и завести детей. Крольчиха сделала свой выбор; прочитав эту историю дальше, вы поймете, что она с уважением относилась к нему.

3. *Однажды, когда дети Крольчихи подросли и стали маленькими крольчатами, она позвала их к себе и сказала: «А теперь мы с вами немного повеселимся».*

По мере того как крольчата росли, она помогала им поверить в себя и свою способность мечтать, вовлекая их в процесс мечтаний и поручая искать свои мечты. Ее дети оказались умными и способными.

4. *Ты показала себя не только мудрой, доброй и находчивой, но еще и талантливой. Приходи завтра во дворец — ты станешь моим пятым Пасхальным Кроликом.*

Эта история рассказывает о том, что мы можем придерживаться в жизни принципа «как... так и...». Деревенская Крольчиха способна позаботиться и о тех, кого любит, и о себе самой. Она мудрая и добрая и глубоко привязана к тем, кто ей дорог. Эта находчивая, умная, храбрая Крольчиха готова использовать все предоставившиеся ей возможности. В ходе их поиска она учит детей делать то же самое. Вовлекая крольчат в процесс, она прививает им навыки, которые позволят им открыть дверь навстречу своей судьбе.

Мы мечтаем, потому что мечты — это наша сущность. Мечтая и реализуя свои мечты, мы учим тому же своих детей.

Позвольте своим детям мечтать

Нам, родителям, порой бывает трудно осознать, что наши дети — независимые существа и их мечты не всегда совпадают с тем жизненным сценарием, который мы для них написали. Кристин Хаглунд, имеющая степень бакалавра и магистра по немецкой литературе, убедилась в этом на примере своего сына Питера, мечты которого абсолютно не совпадают с тем, о чем мечтает его мама.

Кристин Хаглунд: сквозь туман ожиданий

Помню, как я смотрела на своего спящего первенца. Несмотря на дымку истощения, которая заволокла мое хрупкое сознание, я не хотела пропустить ни одной улыбки новорожденного малыша. Помню, что испытывала смешанное чувство то ли ревности, то ли предательства, когда его глазки блуждали под тонкими веками. Он спал, а нейроны детского мозга переносили его в миры, которых я увидеть не могла. Я интуитивно чувствовала (хотя вряд ли описала бы это чувство словами), что он покидает меня, продолжая долгое прощание, начавшееся в тот момент, когда его крохотное скользкое тельце покинуло мое тело.

Боль, испытываемая мной после первой мучительной разлуки с сыном в момент его рождения, оказалась той гранью материнства, которая поразила меня больше всего и продолжает поражать даже сейчас. Я чувствую истинное удовольствие, наблюдая за тем, как раскрывается личность моих детей, но порой это чувство омрачает отчаянное желание остановить их, попросить подождать, взять меня за руку и позволить идти вместе с ними. А у приятного желания войти в их мечты есть, к сожалению, и неприглядная обратная сторона: я хочу, чтобы они оставались со мной в моих мечтах.

В детстве у меня было яркое и вполне конкретное представление о том, какая у меня будет семья, когда я вырасту. Я занималась музыкой и хотела стать дирижером, поэтому думала, что у меня будет десять детей: струнный квартет, пианист и духовой квинтет. Имена всех детей должны были заканчиваться на «ин»: Мэгин, Джастин, Робин, Эрин... (Что я могу сказать? Это ведь были семидесятые!) Я нашла рабочую тетрадь, оставшуюся у мамы со времен учительствования, и записала в ней продуманные во всех деталях графики занятий. Я нарисовала план дома своей мечты, в котором были общие спальни для детей, большая библиотека без мебели, но с множеством книжных полок и огромными подушками на полу, а также три комнаты для уроков музыки, расположенные далеко друг от друга, чтобы можно было заниматься одновременно. Я начала учиться готовить в мультиварке, поскольку знала, что после школы мои дети будут очень заняты (они будут ходить по меньшей мере в одну спортивную секцию и, разумеется, принимать активное участие в жизни общины и церкви). Хотелось бы мне, чтобы это было преувеличением!

К тому времени, когда я забеременела, я уже рассуждала более здраво, а токсикоз во время первого триместра вызвал у меня мысли о том, что трио

Брамса — это просто прекрасно... Но я по-прежнему считала, что задача моего первого ребенка — помочь мне осуществить мои мечты.

Однако у моего первенца имелся свой план на этот счет. Мне дважды стимулировали роды, поскольку сын готов был выйти только в подходящее для него время. Мы с мужем планировали назвать его Бенджамином, но, увидев его, поняли, что мальчика зовут Питер. Этого имени не было в списке возможных имен, и мы только какое-то время спустя узнали, что так звали одного из прапрапрадедушек нашего малыша. Уже тогда он преподнес мне самый ценный урок: каждый ребенок — удивительное существо, которое приходит (как блестяще выразился Стивен Спендер) «по коридорам света, где часы подобны солнцам — поющим, бесконечным». Дети принадлежат нам не в большей степени, чем цветы, горы или океаны. Я полюбила сына всей душой, а он научил меня, как надо любить, как создать защищенное место для его мечтаний и делиться с ним своими мечтами как подарком, а не размахивать ими как оружием.

У сына обнаружилось психическое расстройство аутического спектра, поэтому мой график был заполнен визитами к врачу и психотерапевту, а не уроками музыки. Питер мечтает об инструментах, механизмах, технических новинках и невероятно сложных машинах (однажды я нашла его свернувшимся в постели рядом с парой болторезов!) Мой сын не любит говорить о своих мечтах так, как люблю это делать я, описывая их в самых красочных подробностях. Мост между мирами наших мечтаний непрочный и шаткий; там дуют сильные ветры, и порой мы сбиваемся с пути. Но иногда в ясные дни, когда любовь рассеивает мглу моих ожиданий, я вижу проблески его мира — и он прекраснее, чем я когда-либо могла мечтать.

Кристина очень трогательно говорит о том, что, когда любовь к ребенку перевешивает ожидания, предъявляемые к нему, мы способны преодолеть барьер, который разделяет наши мечты и надежды и мечты ребенка. Я убеждена также в том, что, если мы проходим жизненный путь, не оставляя ни одну грань своей жизни непрожитой, мы в большей степени готовы создать своим детям условия для того, чтобы они прожили полноценную жизнь. Я испытала это на собственном опыте. Вот история, написанная мной в то время, когда моему сыну было десять лет.

— Мама, зачем ты меня расстраиваешь? — огорченно спросил мой десятилетний сын.

За день до проб на одну из ролей в спектакле местного театра, еще не зная, каким будет результат, я вдруг сказала:

— Понимаешь, Дэвид, для мальчиков твоего возраста не так уж много ролей, так что не расстраивайся, если тебя не возьмут.

Мне казалось, что я подбадриваю сына, но, после того как я произнесла эти слова, он спросил, почему я не оказываю ему моральной поддержки. В конце концов, одно из правил нашей семьи звучит так: Джонсоны всегда

поддерживают друг друга. «Но, но... — начала я оправдываться сама перед собой, — я ведь просто пытаюсь защитить его и не хочу, чтобы он расстраивался». Неужели? Защитить его или себя? «Мама, зачем ты меня расстраиваешь?»

Я постоянно, изо дня в день призываю всех, с кем общаюсь (особенно женщин), к тому, чтобы они осмеливались мечтать. Но своему ребенку сказала: «Не расстраивайся, если тебя не возьмут».

Если я способна заявить такое своим детям, но не друзьям и коллегам, проблема, по крайней мере отчасти, кроется во мне самой. Лев Толстой писал, что, «говоря о семье, мы порой не знаем, где заканчиваемся мы и начинаются другие».

Это заставляет меня задуматься: моя мама тоже говорила мне такие обескураживающие слова? (А ее мама — ей, и так далее во всех поколениях?) Когда наши родители на разные лады произносили слова «не расстраивайся», кто-нибудь из нас слышал в них «я люблю тебя»? Или вместо этого мы слышали: «Я в тебя не верю. Думаю, на самом деле ты не способен это сделать»?

К счастью, у меня появилась возможность сыграть второй дубль буквально через несколько месяцев, когда Дэвид захотел принять участие в пробах на шоу «Привидение!» с Раффом Раффманом, транслируемом на канале PBS в стиле шоу с Дональдом Трампом Apprentice («Кандидат») с участием детей от десяти до четырнадцати лет. Я знала, что у моего сына мало шансов туда попасть — и не только потому, что на пробы пришло около 350 детей. Дэвиду исполнилось десять лет. Если бы я занималась подбором актеров, то предпочла бы выбрать детей постарше.

Но я учусь на своих ошибках, поэтому не сказала ни слова. Это было *очень* трудно. Мне пришлось изо всех сил сдерживать слова, которые буквально рвались из моих уст, просясь наружу, как посаженные в клетку собаки, которым очень хочется бегать. Но я промолчала — и даже превзошла себя. Вместо «Ты можешь расстроиться» сказала: «Дэвид, я счастлива, что ты ищешь то, что тебе нравится, и пытаешься добиться своей цели».

Может, мы и не слышали слов поддержки от своих родителей, но ведь мы можем поступать по-другому: наши дети имеют шанс услышать эти слова от нас.

Английский поэт Александр Поуп написал такие строки: «Не ведая грядущего, мы сами живем, подвигнутые небесами»^[9]. Если у нас есть собственные неосуществленные мечты, то, вместо того чтобы внушать детям мысли о них, мы можем позволить себе в какой-то степени оставаться «не ведая грядущего». Давая детям возможность сосредоточиться на своей жизни, мы надеемся, что они будут жить, «подвигнутые небесами». Вместо того чтобы прожить свою жизнь через детей, мы можем стать очевидцами той судьбы, которую они выберут для себя сами.

Мечтайте, подавая пример своим детям

Когда узнаешь что-то новое, поначалу это всегда вызывает чувство, будто ты что-то утратил.

Герберт Уэллс, английский писатель-фантаст

- Мечтали ли вы в последнее время (пусть даже несколько часов) о чем-то таком, что просто не позволили бы себе сделать?
- Если вы неожиданно обнаружите, что у вас часто возникает такое желание, пообещаете ли вы себе в следующий раз все-таки сделать это, даже если прекрасно осознаете, что испытаете легкий дискомфорт? (Как вы почувствуете себя через несколько дней — все еще неловко или немного счастливее?)
- Как способность быть Бэтменом помогает нам лучше справляться с ролью Робина?
- Если бы вам пришлось писать письмо своим детям, вы могли бы выделить два-три пункта из того, что *делаете прямо сейчас*, для того чтобы снова обрести ощущение собственного «я»? Если да, можете ли вы перечислить их? Если нет, что это должно быть?
- Что для вас значит сказать своим близким «нет» в ближайшем будущем, чтобы со временем сказать им «да»?

Песня, которую поет мать у колыбели, сопровождает человека всю его жизнь до гроба.

Генри Бичер, священник и борец за отмену рабства

- Что из сказанного детям касается не их, а нас? Что из сказанного детям действительно касается их? Что они на самом деле

слышат?

- Как понимание собственных целей и возможностей помогает нашим детям добиваться своих целей и раскрывать свои возможности?
- Матери учат дочерей мечтать. Но разве дети смогут мечтать, если мы сами ни о чем не мечтаем?

Часть II

МЕЧТАЙТЕ. СМЕЛО ИЩИТЕ СВОИ МЕЧТЫ

Оставьте в своем сердце тайное тихое место, в котором смогут обитать ваши мечты.

Луиза Дрисколл, американская поэтесса

В предыдущих главах мы рассматривали вопрос, почему важно мечтать. Возможно, вы всегда были готовы мечтать, но никогда не могли толком разобраться, о чем мечтаете? Или уже воплотили одну мечту в жизнь и думаете, что же делать дальше? Может быть, вы поняли, что некоторые ваши мечты вступают в противоречие друг с другом? В этой части книги мы с вами попытаемся раскрыть вашу сегодняшнюю мечту, проанализировав истории других женщин, которые стараются сделать то же самое. Вы научитесь играть роль главной героини своей жизни. Кроме того, мы обсудим, как найти в жизни место мечте. Затем поищем благоприятные возможности среди ваших врожденных талантов, компетенций, знаний и убеждений. А вдруг вы поймете, что ваша следующая мечта — не где-то за горами, а совсем рядом. И в самом конце этой части мы с вами попробуем разобраться в противоречивых желаниях и правильно расставить приоритеты. Не исключено, что в результате вам понадобится внести коррективы в свои мечты с учетом текущих обстоятельств или обнаружится, что ваши стремления пока не соответствуют вашим способностям.

Глава 5

Станьте героиней своей истории

Итак, вы уже знаете, почему важно мечтать. Теперь вы, вероятно, думаете: «Я готова мечтать, но понятия не имею, что у меня за мечта!» Одни точно знают, чего хотят; другие пребывают в неведении. У большинства из нас приблизительное представление о своей мечте, она по-прежнему остается туманной и неопределенной, поэтому придется потрудиться, чтобы четко ее обозначить. Вы можете своим мечтам обрести форму, задав себе следующие вопросы:

- Что вам нравилось делать, когда вы были ребенком?
- Что делает вас счастливой?
- Какими были самые трудные события в вашей жизни?
- Как ваши основные убеждения помогают или мешают осуществлению ваших целей?

Когда вы ответите на эти вопросы, ваши мечты обретут более четкие очертания. После этого нужно проанализировать свои возможности и попытаться счастья с другими мечтами.

Подготовьтесь мечтать

Прежде чем углубиться в изучение деталей ваших мечтаний (мы непременно сделаем это в данной части книги), очень важно провести небольшую подготовительную работу, своего рода разминку перед, чтобы вложить в игру все свои мысли и душу. Если вы привыкли сидеть на скамье запасных, вам будет нелегко включиться в игру и стать в ней ключевым игроком.

Итак, давайте начнем с разговора о реалити-шоу. Я без всякого смущения признаю, что очень люблю их. Все началось с шоу American Idol («Американский идол»), а в недавнем прошлом я пристрастилась к шоу So You Think You Can Dance («Думаешь, ты умеешь танцевать?»), Project Runway («Проект “Подиум”») и The Next Food Network Star («Новая звезда Food Network»). Исследователь мифологии Джозеф Кэмпбелл не писал непосредственно о реалити-шоу, но следующие его слова объясняют успех этого жанра: «Герой

отваживается отправиться из мира повседневности в область удивительного и сверхъестественного; там он встречается с фантастическими силами и одерживает решающую победу: из этого исполненного таинств приключения герой возвращается наделенным способностью нести благо своим соплеменникам»^[10].

Происходит ли то же самое в реалити-шоу? Мы своими глазами видим людей, которые надеются на то, что их позовут в мир приключений, помогут стать героем и обрести благо. Когда мы смотрим шоу и голосуем за любимых участников, то какую-то часть себя видим в них и нам кажется, что мы тоже стали героями.

Финалисты реалити-шоу действительно умеют петь или танцевать, шить или готовить. Но они вызывают у нас эмоции потому, что даже не подозревают о мере своего таланта. Видя, как сомневающиеся в своих способностях участники программы получают признание судей и зрителей, мы задумываемся: «Может, я такая же замечательная, но просто не догадываюсь об этом?» Если этого участника шоу открыли (или выбрали), может, так произойдет и с нами? Хотя победитель бывает только один, нас переполняет вдохновение, когда мы видим, как множество героев ставят себя в центр своей жизни, преодолевая страх и чувство незащищенности.

Сыграйте главную роль

Заявив права на главное место в своей жизни, можно приступить к поиску своей мечты. Если вы склонны держаться в тени и жить мечтами других людей, вам понадобится изменить мышление, для того чтобы найти и осуществить собственные мечты. Начало изменениям можно положить, рассказывая истории о себе, в которых вы играете главную роль, или читая о женщинах, реальных или вымышленных, воплотивших свои мечты в жизнь.

Я рассказываю истории, в которых занимаю центральное место, в своем блоге Dare to Dream. Вести его я начала не только потому, что была убеждена: у меня есть что сказать людям, — но и потому, что хотела найти свой голос. Обретая себя и становясь героиней своей истории, я надеюсь вдохновить на это и других женщин.

Для вас играть главную роль в своей жизни может означать нечто иное, чем для меня. Хотя путь каждого из нас состоит из одних и тех же основных элементов, его детали могут отличаться. Рассказывая истории, в которых мы видим себя героинями, мы начинаем верить: то, что мы делаем, имеет значение. Возьмем в качестве примера историю Ателии Лесюэр, соосновательницы Shabby Apple (shabbyapple.com). После окончания колледжа она собиралась работать в сфере международного развития. Но, по иронии судьбы, возможность стать центром своей жизни появилась у Ателии тогда, когда серьезные проблемы со здоровьем нарушили ее карьерные планы и ей пришлось на некоторое время вернуться домой.

Ателия Лесюэр: удачные неудачи

Шлеп! Я посмотрела на смеющуюся публику и потрясенного партнера. Как танцевать дальше с травмированной ногой?

«Работайте с тем, что у вас есть; используйте свои ограничения», — советовал мне профессор Мозес. Какая банальщина! Но теперь, когда я больше не могла прыгать, я решила дотанцевать танец, держась за стену. Танец до сих пор мое любимое занятие.

В средней школе я написала, что хочу быть модельером — но, к сожалению, не умела шить. Однажды я попробовала смоделировать и пошить костюмы для танцевального вечера. К большому огорчению одной танцовщицы и удовольствию молодых людей из числа зрителей, ее костюм развалился на части посреди выступления. На этом, как мне казалось, моя карьера модельера завершилась.

«Работайте с тем, что имеете». Три года спустя я окончила магистратуру, но из-за проблем со здоровьем мне пришлось вернуться домой и жить с родителями. Я изучала права женщин и международное развитие, но — вот неудача! — в штате Юта не было работы в этой области... Кроме того, я не могла работать по много часов подряд. Это ограничение научило меня фокусироваться на главном.

У Эмили Маккормик, вместе с которой мы основали Shabby Apple, был свой набор неудач. Совсем недавно у нее родился ребенок, и она не имела возможности посвящать все свое время построению карьеры маркетолога, но все же не хотела терять навыков в этой сфере. Обсуждая, чем бы заняться, мы вспомнили, как нам нравилось одевать школьных подруг в симпатичные платья, и в итоге решили запустить линию одежды, сфокусировавшись именно на платьях.

«Используйте свои ограничения...» Поскольку у нас было мало опыта, мы засели за книги по этой теме и прочитали их немало. (Две наши любимые — The McGraw-Hill Guide to Starting Your Own Business («Руководство McGraw-Hill по организации собственного бизнеса») Стивена Харпера и The Fashion Designer Survival Guide («Справочник по выживанию для модных дизайнеров») Мэри Гелхар.) Однако еще многого мы не знали —

профессионального жаргона, например. Помню, как я внимательно слушала, что говорят владельцы магазинов на выставках розничных товаров; впоследствии один владелец фабрики спросил меня, где я получила образование, поскольку я использую «такие оригинальные выражения!».

Из-за ограниченного опыта мы не до конца понимали правила, действующие в индустрии моды; хотя на самом деле это пошло нам на пользу. Например, мы не знали, что нужно нанять дорогостоящую оптовую компанию, чтобы та представляла нас покупателям, — задача, с которой большинство оптовиков не справляются, из-за чего многие компании терпят неудачу. А так как мы сами покупали себе одежду через интернет, мы просто обошли оптовиков и открыли свой интернет-магазин.

Еще одно ограничение, которое сработало в нашу пользу, заключалось в нехватке финансирования. Поскольку наша компания была небольшим стартапом с недостаточным оборотным капиталом, нашелся только один производитель тканей, согласившийся с нами сотрудничать. Но он предоставил нам на выбор всего два типа тканей: хлопковый поплин и трикотажное полотно из полиэстера и спандекса. Учитывая то, что каждый шов, сгиб, пуговица или складка на платье требовали дополнительных расходов, а средств на это у нас не было, мы старались делать модели платьев достаточно простыми, чтобы их можно было легче, быстрее и лучше шить.

Мы столкнулись со множеством ошибок и препятствий, прежде чем довели процесс шитья одежды до совершенства. Однажды нам с Эмили пришлось самим срезать пуговицы с пятисот неправильно сшитых платьев. Еще одна проблема возникла с производителем, «передумавшим» шить наши платья, на продажу которых мы уже заключили контракты, за два дня до того, как он должен был отгрузить их. Увы, не все неудачи бывают удачными.

Что касается ограничений при создании моделей, тут мы с Эмили быстро нашли общий язык, но нам было нелегко убедить производителей в том, что мы действительно хотим, чтобы у наших платьев были рукава, более высокие вырезы и длина минимум до колен. Хотя у нас порой опускались руки, все это помогло нам создать свой бренд и по большому счету содействовало популярности Shabby Apple.

В жизни каждого человека бывают неудачи. Некоторые из них иногда невозможно преодолеть. Но вопреки всем сдерживающим факторам, а может, и благодаря им мне посчастливилось заниматься любимым делом.

Когда выяснилось, что Ателия не сможет осуществить свою мечту о работе в сфере международного развития, она нашла новое увлечение. Создавая свой бизнес, Ателия вместе с напарницей прошла тернистый путь, но ее любовь к простой, красивой одежде была вознаграждена огромным успехом Shabby Apple.

Мадлен Уолбергер, мать четверых детей и консультант по охране здоровья, работающая в фармацевтической отрасли, стала героиней собственной истории еще на первом курсе университета.

Мадлен Уолбергер: жить в мире грез, быть может [\[11\]](#)

Прыжок, прыжок, и еще прыжок. Во время учебы на первом курсе Стэнфордского университета я входила в состав команды по легкой атлетике и потратила бесчисленное количество часов на отработку тройного прыжка. Как для первокурсницы учеба была для меня приоритетной, но при этом мне очень хотелось знать, чего я способна достичь благодаря университетским тренерам и круглогодичным тренировкам. В средней школе у меня был замечательный тренер, но я могла посвящать спорту только три месяца в году. В университете я с радостью ухватилась за возможность развить как интеллектуальные, так и физические способности.

Я стала тренироваться буквально через неделю после начала учебного года и вскоре узнала, что в Стэнфорде уже давно держится рекорд в тройном прыжке среди первокурсников — 11,92 метра. Это дальше, чем я когда-либо прыгала, но я считала, что такой результат лежит в пределах возможного. Помню, когда пришла в тот день домой после тренировки, мои голени были обернуты льдом. Тем не менее я быстро преодолела два пролета бетонной лестницы, ведущей к моей комнате в студенческом общежитии, и там красиво ручкой и маркером вывела цифру 11,92 на карточке для записей. Затем повесила карточку так, чтобы видеть ее и с письменного стола, и с постели. Это и была моя высокая мечта, и я стремилась к ней, когда бегала, прыгала, выполняла силовые упражнения и принимала участие в соревнованиях.

Мне нравились тренировки, состязания, поддержка команды; но, за исключением немногочисленных личных успехов некоторых из нас, для меня и моих товарищей это были долгие восемь месяцев упорного труда. Не раз у меня возникало желание снять карточку со стены еще до окончания сезона, но я не сделала этого.

По складу характера я не мечтатель. Когда я осознала это, у меня возник вопрос: «Почему? Почему мне так трудно мечтать?» Думаю, я нашла ответ — даже два ответа.

Я принимаю решения, исходя из анализа сложившейся ситуации. Ставлю перед собой высокие цели и мыслю, опираясь одной ногой на веру, а другой — на реальность. Я анализирую факторы, имеющие отношение к моему решению, прошу совета у высших сил, а затем пытаюсь найти оптимальный вариант, занять лучшую позицию и (или) наметить правильный курс действий для себя и своей семьи. А свои личные предпочтения или интересы учитываю редко. Мой подход не идеален, но он обеспечил много весомых и благоприятных результатов.

Я не люблю неудач. А вероятность осуществления любой мечты всегда не так уж велика. Поэтому иногда я перестраховываюсь и, оставаясь в зоне комфорта, ставлю перед собой высокие цели только в тех областях, в которых достаточно сильна или имею поддержку. В противном случае даже не пробую.

Я хочу научиться мечтать. Хочу прислушиваться к своей интуиции и определять, что мне нравится делать, независимо от того, насколько это целесообразно с практической точки зрения. Возможно, еще не наступило время для осуществления всех моих стремлений, но я могу испытать эту концепцию и помечтать просто так, ради самого процесса.

Три недели назад я повесила на стене карточку, которая напоминает мне о моем новом желании. Там сказано: «Жить в мире грез, быть может, я отважусь!» Я прикрепил ее на двери своей спальни, но она дважды падала на пол. Тогда я прикрепил ее на зеркале в ванной, но она свалилась и оттуда.

Мне кажется, в этом скрыта определенная метафора. Подобно воздействию гравитации на мою самодельную табличку, стремительный темп жизни, ее неожиданные повороты и мое чувство незащищенности — все это упрямо пытается пресечь мои попытки выйти за пределы практических и неотложных нужд. Тем не менее я твердо решила попробовать. Я определила несколько сфер личных интересов, которыми буду заниматься в следующем году. Вот две из них:

- написать четыре эссе и поделиться ими с близким кругом друзей;
- определить от трех до пяти методов обучения, которые можно развить и применить при выполнении моих просветительских обязанностей в церковной общине и летнем лагере моих детей.

Моя карточка-напоминание закреплена теперь на стене клейкой лентой.

В дни учебы в университете после заключительного тренировочного сбора я сняла со стены карточку, на которой была так красиво разрисована моя цель в тройном прыжке. Увы, мне не удалось ее добиться. После того как я посвятила столько времени ее достижению, мне было больно от того, что я проиграла.

У меня до сих пор сохранилась та карточка с первого курса с цифрой 11,92. Она лежит в ящике в гараже. Возможно, я снова прикреплю ее — рядом с новой карточкой: «Жить в мире грез, быть может, я отважусь!»

Как у Мадлен и Ателии, у каждой из нас есть шанс стать героиней своей истории, который зачастую представляется в критический момент. Отважившись его использовать, мы начнем развиваться, выявлять свои мечты и будем сами собой в большей степени, чем когда бы то ни было.

Выслушайте точку зрения женщины

Мы можем научиться «выходить на сцену», послушав рассказы женщин, которые уже сделали это. А если вы считаете (как и я), что женщины принципиально отличаются от мужчин, значит, вы понимаете, как важно выслушать их мнение. К сожалению, многие женщины, даже весьма успешные, отказываются заявить о праве на главное место в своей жизни и своих историях, поэтому найти уверенных в себе женщин среди наших близких достаточно трудно. Не менее, если не более сложно найти интересные истории о женщинах в литературе. Миф о Психее и отдельные фрагменты в Книге притчей

Соломоновых — известные всем исключения, по иронии судьбы написанные тысячи лет назад.

Пресса, рассчитанная на массового читателя, тоже отдает предпочтение мужчинам. По данным Общественно-политического центра Анненберга женщины занимают только три процента ключевых должностей в ведущих СМИ. Авторы статей, публикуемых в основных интеллектуальных и политических журналах, тоже преимущественно мужчины. Между тем, по данным проведенного Columbia Journalism Review анализа одиннадцати журналов, издаваемых в период с октября 2003-го до мая 2005 года, соотношение количества статей, написанных мужчинами и женщинами, варьировалось от тринадцати к одному в National Review до семи к одному — в Harper's Magazine.

Как видите, очень много историй, публикуемых в СМИ, отражают мужскую точку зрения. Это объясняет, почему нам так трудно поверить в то, что мы, женщины, можем мечтать. Именно поэтому нам нужно решиться на это.

Черпайте вдохновение из книг и фильмов

Несколько книг и фильмов помогли мне занять главное место в своей жизни и, самое важное, научили меня мечтать (наперекор скептикам, к числу которых относилась и я сама). Позвольте их перечислить:

- Rachel Naomi Remen, My Grandfather's Blessings (Рэйчел Ремен «Благословения моего дедушки»).
- Katharine Graham, Personal History (Кэтрин Грэхем «Личная история»).
- Barbara Corcoran, If You Don't Have Big Breasts, Put Ribbons on Your Pigtails (Барбара Коркоран «Если у вас небольшая грудь, завяжите банты в свои косички»).
- Jacqueline Novogratz, The Blue Sweater (Жаклин Новограц «Голубой свитер»).
- Julie and Julia («Джули и Джулия»), фильм с участием Мэрил Стрип.
- Кэтрин Строкетт «Прислуга» [\[12\]](#).

- Miss Congeniality II («Мисс конгениальность – 2»), фильм с участием Сандры Баллок.

Девочкам я рекомендую такие книги:

- DuBose Heyward, *The Country Bunny and the Little Gold Shoes* (Дюбос Хейвард «Деревенская Крольчиха и маленькие золотые туфельки»).
- Мадлен Л'Энгл «Трещина во времени»^[13].
- Роальд Даль. Матильда^[14].
- Frances Hodgson Burnett, *A Little Princess* (Фрэнсис Ходжсон Бернетт «Маленькая принцесса»)^[15].
- Julie Berry, *Secondhand Charm* (Джули Берри «Старая подвеска»).
- Shannon Hale, *Book of a Thousand Days* (Шеннон Хейл «Книга тысячи дней»).
- Алан Брэдли «Сладость на корочке пирога»^[16].

Заявите о праве на главную роль в историях о рождении

Одно из лучших мест для поиска историй, в которых мы играем главную роль, — это истории о рождении, нашем собственном или рождении наших детей. При каких обстоятельствах мы пришли в этот мир? Что обрел мир в результате нашего рождения? В день своего рождения мы были героинями. Возможно, именно потому мы так любим этот праздник. Он напоминает нам о том, что мы героини своих историй.

Доктор общественного здравоохранения, дипломированная медсестра Дебра Бингем — перинатальный консультант с более чем тридцатилетним опытом. Она помогает руководителям больниц повысить уровень охраны материнства и детства, а также является президентом организации Lamaze International^[17]. Дебра высказала массу интересных мыслей по поводу роста материнской смертности при родах в США. В блоге Dare to Dream она написала: «В США повышается уровень материнской смертности и количество родовых травм. В действительности такого роста не наблюдалось с начала 1970-х. Кроме того, в 2007 году Соединенные Штаты заняли сорок первое место по материнской смертности среди развитых стран. Эти

негативные тенденции и все более ухудшающиеся показатели выглядят совершенно непонятными в государстве с таким большим объемом ресурсов. Почему охрана материнства стала ориентированной не на матерей и новорожденных, а на больницы и медицинский персонал? Почему в нее вкладывается столько средств, а результаты такие плохие?»

Дебра Бингем утверждает, что установки людей обуславливают их поведение: «То, как женщины и мужчины обсуждают процесс беременности и рождения ребенка, может оказать либо негативное, либо позитивное воздействие на женщин, вовлеченных в такую дискуссию. Наши слова — мощный инструмент, который либо укрепляет, либо подрывает силу женщины и ее организм».

Бингем предлагает при очередном обсуждении темы рождения ребенка задать себе следующие вопросы:

- Включает ли такое обсуждение истории о силе женщины, или основная роль в нем отводится не женщине и ее организму, а медсестрам, врачам или медицинской аппаратуре?
- Основано ли такое обсуждение на предположении о том, что физиология женщины позволяет ей родить и вырастить детей, или предполагается, что организм женщины на самом деле несовершенен и нуждается в медицинском уходе и вмешательстве?

Высказывания Дебры Бингем носят разоблачительный характер. Размышляя над ними, я начинаю осознавать, что в значительной степени утратила контроль над ситуацией, когда рожала своих детей. Наблюдения Дебры — это суровое напоминание о том, насколько глубоко укоренилась в нас склонность перенаправлять, отводить от себя имеющиеся ресурсы и возможности. Мы умудряемся уступить место в центре своей жизни даже тогда, когда выполняем свою сугубо женскую работу.

Так почему бы нам не рассказать истории о своем рождении или рождении или усыновлении наших детей, сделав это так, чтобы мы снова оказались их главными героинями? Почему бы нам не рассказать истории, в которых мы заявляем о своей силе как дарительниц жизни и

признаем, что наше тело изначально создано именно для этой цели? Можем ли мы при этом поделиться историями о том, как даем жизнь своим мечтам? Я убеждена, что можем. На самом деле я уверена в этом. Как сказала однажды бывший премьер-министр Великобритании Маргарет Тэтчер, «если вам нужно, чтобы что-то было сделано, попросите об этом женщину».

Для того чтобы реализовать свои мечты, мы должны занять главное место в своей жизни и играть в ней ведущую роль. Мы должны верить, что у нас есть для этого ресурсы и они принадлежат нам по праву рождения.

Станьте главной героиней

Герой отваживается отправиться из мира повседневности в область удивительного и сверхъестественного: там он встречается с фантастическими силами и одерживает решающую победу; из этого исполненного таинств приключения он возвращается наделенным способностью нести благо своим соплеменникам.

Джозеф Кэмпбелл, американский фольклорист и исследователь мифологии

- Как способность стать героиней собственной истории поможет вам открыть свои мечты?
- Присутствуют ли в вашей жизни какие-либо элементы стремления к приключениям, пути испытаний и обретения блага уже сейчас?

У тебя и так есть такое, чего нет у Предмета. И это и есть твое главное оружие. Но ты должна сама обнаружить его!

Миссис Которая из книги Мадлен Л'Энгл «Трещина во времени»

- Какие книги и (или) фильмы побуждают вас мечтать?
- Помогают ли они не забывать о своей мечте, когда вы впадаете в отчаяние?

Все дети рассказывают мифы о своем появлении на свет. Так уж мы устроены. Хотите лучше понять человека, увидеть его истинную сущность? Попросите его рассказать

о собственном рождении. То, что вы услышите в ответ, не будет правдой — это будет фантастическая история. Но именно из таких историй мы узнаём самое главное.

Диана Сеттерфилд, американская писательница [\[18\]](#)

- Какова история вашего рождения? Вы младший ребенок в семье или самый старший? Это было счастливое или печальное событие?
- Какова история рождения или усыновления ваших детей?
- Что происходит, когда вы претендуете на свое законное место в рождении детей?
- Как история о вашем рождении помогает вам раскрыть свои мечты?

Глава 6

Создайте пространство для своих мечтаний

Когда я ушла из Merrill Lynch, для того чтобы реализовать несколько предпринимательских идей (а это означало, что я, единственный кормилец в семье, перестала зарабатывать деньги), в целях экономии нам пришлось переехать из дома площадью более пятисот квадратных метров в небольшой городской дом. Все наше имущество предстояло разместить на площади, составлявшей всего четверть того, что у нас было. Принцип «всему свое место» казался вполне уместным, но мне не удавалось реализовать его на практике. Создавалось впечатление, что эту задачу невозможно поделить на части, поэтому, вместо того чтобы приступить к работе, я попросту игнорировала ее.

Одна хорошая подруга предложила мне помощь. «Давай для начала приведем в порядок бумаги в твоём кабинете наверху, — сказала она. — Мы будем делать это поэтапно. Вначале проведем предварительную, а затем более тщательную сортировку». Вместе мы постепенно разложили все бумаги и папки по местам.

Большие мечты меня не пугают, а вот необходимость справляться с мельчайшими организационными задачами обычно парализует. Возможно, в вашем случае все наоборот. Может быть, вы инстинктивно знаете, как и где хранить свои вещи, и делаете это красиво, но достижение большой мечты лежит для вас за гранью возможного. Если это действительно так, советую использовать поэтапный подход к решению сложных задач и осуществлению мечты.

Выделите место и время для мечты

Шаг 1. Наведите порядок и создайте пространство, в котором будете мечтать. Им может стать ваш стол, кабинет, автомобиль или постель.

Шаг 2. Выделите в сутках определенный отрезок времени для того, чтобы мечтать. Это может быть раннее утро, после того как дети уйдут в школу, время утренней гимнастики или поздний вечер. Наши дети

выделяют время (или мы заставляем их делать это) для выполнения домашних заданий, вот и нам нужен такой же дисциплинированный подход.

В августе 2007 года я написала в своем блоге: «Прошло почти восемь месяцев с тех пор, как я начала работать с Клейтоном Кристенсеном (профессором Гарвардской школы бизнеса и автором концепции подрывных инноваций) и Мэттом Кристенсеном над созданием инвестиционного фонда, но до настоящего момента не позволяла себе думать о том, что это действительно произойдет. Как ни странно, такое ощущение возникло внезапно. И не потому, что мы с Клейтоном договорились о моей доле участия в фонде (мы сделали это еще раньше), а один институциональный инвестор проявил к нему интерес (на самом деле так и было). Просто мы нашли для фонда офис — и он стал реальностью. Теперь у нас появилось физическое пространство, маленький уголок, предназначенный для единственной цели — содействовать созданию фонда и осуществлению моей мечты. Когда я думаю об этом, то вспоминаю все те особые места, куда ходила, будучи ребенком, чтобы шить, читать, играть на рояле или кататься на коньках. Сейчас я хожу в офис».

Есть ли у вас место, где вы можете помечтать, поразмышлять о том, кто вы и кем хотите быть?

Просите помочь вам ресурсами

На первый взгляд, выделить нужное пространство не так уж сложно. На практике все иначе. Когда мы следуем за мечтой, то отодвигаем что-то на второй план (возможно, то, что делаем для другого человека). Разумеется, мы просим при этом о предоставлении ресурсов, таких как место, время или деньги. Многие из нас уже забыли, как это делается. К счастью, маленькие девочки помнят об этом.

Когда моей дочери Миранде было семь лет, она спросила меня, можем ли мы вместе сходить на балет «Щелкунчик». Тогда она просто нуждалась в моем внимании, поскольку я стала уделять больше времени работе и меньше — общению с детьми. Я не была удивлена этой просьбе, но меня поразила способность Миранды прямо сказать, чего она хочет. Мне, например, это дается с трудом, да и большинству

моих подруг тоже. Вспомните, когда в последний раз какая-нибудь из знакомых женщин просила о чем-то, делая это без каких бы то ни было угрызений совести или манипуляций? Часто ли женщины открыто заявляют о своих желаниях?

Вот о чем я подумала: свойственные нашей культуре представления о женственности не допускают, чтобы женщина просила о ресурсах, таких как время, деньги или даже похвала. Если же мы все-таки делаем это, то чувствуем себя эгоистками; велика вероятность того, что окружающие тоже сочтут нас такими.

В то Рождество в нашем доме было много прекрасных подарков, но для меня самым лучшим стала возможность повести Миранду на «Щелкунчик», как когда-то водила меня моя мама, и услышать, как дочь просит меня об этом, ничуть не беспокоясь о том, что может поставить под удар свою женственность.

Яника Диллон, мать четверых детей, имеющая степень магистра по организационному поведению, делится с нами поразительной историей о том, как она создала для себя личное пространство.

Яника Диллон: отпуск, проведенный дома

Еще в октябре прошлого года наша семья запланировала во время весенних каникул навестить друзей и посетить исторические места в Пенсильвании. Для того чтобы организовать эту поездку, я сделала следующее:

- проанализировала информацию о том, где мы будем питаться, что нужно увидеть, какова плата за вход, оптимальный маршрут и т. п.;
- составила список того, что нужно упаковать и сделать (перечень занял две страницы);
- сходила в библиотеку и взяла там детские книги и записи о Геттисберге, Вэлли-Фордж и других исторических местах;
- позаботилась о том, чтобы дети не скучали в дороге, а также купила много продуктов;
- выстирала вещи, упаковала сумки, пропылесосила автомобиль, освободила холодильник и навела порядок во всем доме.

Вы еще не устали? Я — да. Перед самым отъездом я вдруг поняла, что путешествие длиной в неделю — последнее, что я хочу предпринять. И я сказала мужу: «Знаешь, на самом деле мне не хочется ехать. Я просто хочу пять дней побыть дома совершенно одна». Это было похоже на чудо: он сразу же согласился, как и наши четверо детей. Через несколько минут они уехали — без меня.

Совершенно неожиданно я оказалась одна в идеально чистом и тихом доме. Мне не хотелось никуда выходить; я просто наслаждалась одиночеством. А затем составила длинный список того, что собираюсь сделать.

Я позвонила своим восьмидесятивосьмилетним бабушке и дедушке и проговорила с ними целый час. Через несколько минут мне позвонила близкая подруга по средней школе. Мы проговорили два часа — наша дружба как будто не прерывалась.

Когда я начала разбирать папки на письменном столе, то нашла там маленькие клочки бумаги, на которых неразборчивым почерком были написаны телефонные номера. Я вдруг поняла, что, сфокусировавшись на муже и детях, прервала много дружеских отношений и упустила массу возможностей. Занимаясь семьей и детьми, я заполнила свой разум таким количеством текущих дел, что даже забыла, как звучит собственный голос. Когда же спокойный момент наступил, я не знала, как использовать свободное время и что мне хотелось бы сделать.

Мне казалось, что, когда все уедут, мне будет одиноко. Я думала, что целыми днями стану слушать аудиокниги и их герои составят мне компанию. Но не чувствовала одиночества. Мне нравилась тишина, которая позволяла услышать собственные мысли; мне было интересно, что я придумаю дальше; мне нравилось вставать рано утром со множеством новых идей в голове.

Однажды утром я проснулась с намерением внести коррективы в празднование Дня патриота в моем городе. Каждый год он проходит по следующему сценарию: воссоздается картина скачки Пола Ревира^[19], затем проходит мини-парад, мэр произносит речь, выступает школьный оркестр и устраивается праздничный обед. У меня возникла мысль привлечь к процессу городское историческое общество, а также предложить местному университету и другим городским и коммерческим организациям финансировать размещение стоек с литературой на историческую тематику, с тем чтобы дети могли узнать больше о Поле Ревире и истории нашего города.

Я с удивлением обнаружила, что способна настолько сильно увлечься какой-то идеей, что готова выйти за пределы своей зоны комфорта, для того чтобы осуществить ее. В обычной жизни я часто отбрасываю действительно интересные идеи, поскольку у меня просто нет времени на их развитие и реализацию. Возможно, сейчас, вдали от шума и суеты, я смогу установить для себя систему приоритетов — во всяком случае до следующего раза, когда смогу сделать паузу.

Американский фольклорист и мифолог Джозеф Кэмпбелл писал: «У вас должно быть место, определенный час дня или что-то в этом роде, где вы забудете о том, что было в газетах утром, кто ваши друзья, что вы кому-то должны и чем кто-то обязан вам. Это место, где вы сможете почувствовать и дать волю тому, кто вы и кем могли бы стать. Это место для творческих размышлений. Поначалу вам может показаться, что там ничего не происходит. Но если у вас будет такое священное место и вы будете им пользоваться, со временем что-то непременно произойдет».

Когда я разговаривала со своими давними подругами, многие из них были поначалу шокированы тем, что я осталась дома одна, без мужа и детей. Но затем, осознав, чего я этим добилась, они с энтузиазмом восклицали: «О да, это именно то, что мне тоже хотелось бы сделать!»

Сейчас у меня идеальный отпуск, который я провожу дома. Я настоятельно рекомендую вам последовать моему примеру.

Яника благоразумно признала, что ей требуются время и место, для того чтобы обрести внутреннюю гармонию и найти свои мечты — и она поступила храбро, попросив о необходимых ресурсах. Честь и хвала ее мужу и детям, которые поняли ее и дали то, в чем она больше всего нуждалась!

Помимо места и времени, некоторые наши мечты могут потребовать еще и денег. Большинство из нас пожертвуют всем ради счастья своих детей, но, когда мы просим о финансовых ресурсах для осуществления своей мечты, у нас возникает ощущение, будто мы желаем невозможного. Мне тоже ужасно трудно делать это — по всей вероятности, именно поэтому я сама зарабатываю деньги. (Так мне не приходится их просить у кого-то.) Давайте же не будем сейчас думать о том, как просить деньги. Подумаем лучше, как их потратить.

Инвестиции в мечту

Поразмышляйте немного над высказыванием Чарльза Диккенса: «Годовой доход 20 фунтов при годовом расходе 19 фунтов 96 пенсов приносит счастье. Годовой доход 20 фунтов при годовом расходе 20 фунтов 6 пенсов ведет к нищете».

Мы должны тратить меньше, чем зарабатываем. Я полностью с этим согласна. Но что происходит после того, как мы усвоим этот базовый принцип управления деньгами? Как мы их тратим? Отражает ли характер расходов наше восприятие окружающего мира? Помогает ли нам то, как мы привыкли распоряжаться деньгами, осуществлять свои мечты?

Когда мы тратим деньги на содержание дома, а также питание, одежду и развитие своих детей, разве мы не делаем тем самым вклад в их счастье, идентичность, а в идеале — и в наше общее желание иметь крепкую семью? А как насчет средств, выделенных на сбережения и инвестиции? Когда мы занимаемся благотворительностью, разве мы не отдаем свой голос в пользу мира, в котором заботимся и о собственном благе, и о благе окружающих? Существует много замечательных

способов потратить деньги. Но мне хотелось бы знать: выделяем ли мы в своем бюджете место для личных стремлений?

Нам, женщинам, может казаться, что у нас нет денег (или времени, или разрешения) на мечты. Но не забывайте о том, что Психее не нужно было стричь всех баранов, чтобы получить всю их шерсть. Ей хватило той шерсти, которую они оставили на колючих кустах. Она смогла совершить героический поступок, раздобыв немного золотого руна. Вы тоже можете это сделать, уделив себе немного времени и немного денег. Считайте их первым взносом в свою мечту.

Если сейчас вы испытываете чувство дискомфорта и думаете: «Я не могу просить о времени, месте или деньгах для себя», вспомните о токсикозе в начале беременности. Согласно одной из теорий, когда плод начинает расти, организм женщины сигнализирует о вторжении «неприятеля» и запускает механизм противодействия, как делает это с микробами, вирусами и пересаженными органами. Утренняя тошнота порой невыносима. Но когда мы впервые держим на руках новорожденного, месяцы токсикоза кажутся сущей ерундой. Создание пространства для новой части себя может вызвать определенный дискомфорт — но разве не верно также и то, что, давая жизнь ребенку, мы становимся сами собой в большей степени, чем когда бы то ни было?

В 50-х годах XX столетия известная писательница и поэтесса Энн Линдберг написала в своей книге *Gift from the Sea* («Дар моря»):

Если бы женщины были убеждены в том, что один выходной или час уединения — вполне приемлемое желание, они нашли бы способ исполнить его. Однако они считают потребность в этом настолько неправомерной, что даже не пытаются ничего предпринять. Достаточно взглянуть на тех женщин, которые не используют имеющихся у них финансовых средств или времени и энергии для уединения, чтобы понять: у этой проблемы не только экономические корни. Это скорее вопрос внутренних убеждений, чем давления внешних факторов — хотя, разумеется, внешние факторы действительно существуют и делают эту задачу более трудной... Все это кажется совершенно необъяснимым. Что угодно другое послужило бы более веским оправданием. Если кто-то выделяет время для деловой встречи, похода к парикмахеру, благотворительного мероприятия — это воспринимается как должное. Но если бы этот кто-то сказал: «Я не могу прийти, потому что это мое время для уединения», его сочли бы грубым... и пришлось бы ему приносить извинения.

Вы понимаете, о чем говорит Энн Линдберг? Далее она пишет: «Возможность побыть одному — чуть ли не самое важное время в жизни человека. Некоторые процессы происходят только тогда, когда мы одни. Художник знает: он должен находиться в одиночестве, чтобы творить, писатель — чтобы размышлять, композитор — чтобы сочинять музыку, праведник — чтобы молиться. Женщинам уединение необходимо для того, чтобы снова обрести свою истинную сущность, которая станет незаменимой основой всей сети ее отношений с другими людьми».

Когда мы выделяем время, создаем пространство и вкладываем деньги в свои мечты, мы делаем инвестиции в свою истинную сущность. Казалось бы, мы просим о том, что нужно лично *нам*, но наши близкие тоже получают огромную отдачу от этих инвестиций.

Раскройте в себе того, кем вы могли бы стать

По словам Джозефа Кэмпбелла, для того чтобы понять, кто вы и кем могли бы стать, необходимо заявить свои права на личное время и пространство.

- Почему так важно создать пространство для того, чтобы мечтать?
- Есть ли у вас такое место, где вы можете мечтать? Это физическое пространство или время дня?
- Как способность попросить о том, что нам нужно, помогает осуществить мечты?
- Знаете ли вы женщин, которые открыто заявляют о своих желаниях? Как они просят об этом и удается ли им это получить?
- Вы устраивали себе отпуск, во время которого оставались дома одни? Помогало ли вам это приблизиться к осуществлению своей мечты?

Каждый раз, когда тратите деньги, вы отдаете свой голос за такой мир, к которому стремитесь.

Анна Латте, писательница и общественный деятель

- Проанализируйте, на что вы тратите деньги в течение каждого месяца. Какую сумму выделяете на мечты своих детей, супруга, родственников, друзей, всего мира? Сколько денег вы тратите на свои мечты?
- Как мы можем воспользоваться советом Чарльза Диккенса, чтобы сделать первый взнос в свои мечты?
- Если сейчас вы не зарабатываете денег сами, найдутся ли в вашем семейном бюджете средства, предназначенные только для вас? Устраивает ли вас то, как в вашей семье распределяются деньги?

Стремиться вперед — значит потерять покой, оставаться на месте — значит потерять себя.

Сёрен Кьеркегор, датский философ

- Когда вы думаете о создании пространства для своей мечты, испытываете ли вы дискомфорт, беспокойство или даже физическое недомогание?

Глава 7

Составьте список сильных сторон и компетенций

Предположим, ваш ребенок пришел домой из школы со следующими оценками в таблице успеваемости:

математика — отлично;
география — отлично;
обществоведение — отлично;
английский язык — удовлетворительно;
французский язык — отлично.

Что бы вы подумали? Что сказали?

Доктор философии Лора Робертс — ведущий автор статьи *How to Play to Your Strengths* («Как использовать свои сильные стороны»), опубликованной в журнале *Harvard Business Review* — в своем докладе *Women at Their Best: Authentically Engaging Strengths for Maximal Contributions* («Женщины на высоте: как максимально раскрыть свой потенциал») отметила, что мы мимоходом похвалили бы ребенка за оценки по математике, географии, обществоведению и французскому языку, но уделили бы гораздо больше времени тому, чтобы понять причины удовлетворительной оценки по английскому языку и поиску выхода из сложившейся ситуации. «Мы увидели бы только оценку “удовлетворительно”», — утверждает Лора Робертс.

Происходит ли то же самое с вами? В моем случае все обстоит именно так. В 2005 году исследователи Барбара Фредриксон и Марсиаль Лосада опубликовали работу под названием *Positive Affect and the Complex Dynamics of Human Flourishing* («Позитивный аффект и комплексная динамика процветания человека»), в которой утверждали: для того чтобы нейтрализовать или устранить негатив, на каждое наше негативное замечание мы должны произнести три позитивных. Что касается брака (а я допускаю, что и детей тоже), это соотношение возрастает с 3:1 до 5:1.

Используйте свои сильные стороны

Как мы можем мечтать, действительно меняя что-то к лучшему (в своих семьях, обществе, на работе и в мире), если обращаем внимание только на то, чего, по нашему мнению, нам не хватает?

Доктор Лора Робертс утверждает, что, если использовать свои сильные стороны, можно *научиться мечтать*. По ее мнению, у нас есть четыре типа сильных качеств, которые она определяет так:

Врожденные способности.

Компетенции, которые нам удалось развить.

Принципы и убеждения.

Идентичность (половая, расовая, этническая и религиозная принадлежность).

Когда мы знаем свои сильные стороны, у нас появляется ощущение собственного «я» и уверенность в себе; кроме того, мы в большей степени готовы ценить и поддерживать других. Используя свои сильные стороны, мы занимаем центральное место в собственной жизни и помогаем окружающим тоже стать героями своих историй.

Итак, приступим к составлению списка своих сильных сторон. В данной главе мы поговорим о врожденных способностях и приобретенных компетенциях. В следующих главах пойдет речь о принципах и идентичности.

Определите свои врожденные способности

Врожденный (прил.) — имеющийся, свойственный от рождения или определяемый генетическими факторами; природный, естественный.

Для того чтобы выявить свои врожденные способности, можно задать себе несколько вопросов:

- Что вы любили делать в детстве и почему вам это нравилось?
- Какой у вас тип интеллекта?
- Что помогает вам чувствовать себя сильной

Вспомните свое детство

Когда я была маленькой девочкой, я любила играть на пианино; кроме того, мне очень нравилось кататься на коньках. Мое ощущение собственного «я» многократно усиливалось, когда я скользила по льду. По пути на каток мы часто слушали песню Хелен Редди I Am Woman («Я — женщина») на нашем восьмидорожечном проигрывателе. (Думаю, желание говорить «мы, девочки» появилось у меня в достаточно юном возрасте — лет в десять.) Я любила также кататься на лыжах и играть в доджбол. Что касается последнего, я гордилась тем, что меня выбирают на роль вышибалы чаще многих девочек и даже некоторых мальчиков. Я делала все возможное, чтобы победить, и часто могла подтвердить это вывихнутыми пальцами.

Чтение было еще одним моим любимым занятием в детстве. По субботам мы с сестрой часто читали книги о приключениях Нэнси Дрю^[20], лежа на двухъярусной кровати в нашем доме на Дамбартон-авеню. Книги и сейчас остаются моими любимыми друзьями; а моя дочь часто спрашивает, зачем я пишу на полях.

Помимо всего прочего, мне еще нравилось шить. Мама возила нас с сестрой в торговый центр Pruneyard, и мы покупали там выкройки и ткани. В четвертом и пятом классах я спешила после уроков домой, чтобы сшить новое платье, костюм для катания на коньках или ночную рубашку. Какое же это было удовольствие надеть сшитый своими руками наряд! Самым первым моим изделием стал матросский костюм: платье из голубой хлопчатобумажной ткани с белым воротником и красной лентой, сшитое в матросском стиле. Я надела его в первый день занятий в четвертом классе.

Размышляя над тем, чем любила заниматься в детстве, я могу раскрыть свои врожденные способности, особенно когда перехожу от воспоминаний о том, что я делала, к анализу причин того, почему мне нравилось это делать. Мое ощущение собственного «я» и умение добиваться успеха сыграли важную роль в моей жизни, а появились тогда, когда я играла на рояле, каталась на коньках и лыжах, играла в доджбол и читала книги о Нэнси Дрю.

В детстве мы делали то, что нам нравилось. Анализ детских увлечений и поможет определить или заново открыть свои врожденные способности. Став взрослыми, мы зачастую больше не

занимаемся тем, что любили в детстве, но все же это накладывает отпечаток на увлечения, присущие нам в зрелом возрасте. Более того, когда мы обнаруживаем, что получаем истинное удовольствие от чего-то, это значит, что мы, по всей вероятности, используем при этом врожденные способности. Именно так произошло с Мэри Хэтч: она помнила о том, что любила делать в детстве, что и позволило ей осуществить свою мечту о создании компании по дизайну интерьера.

Мэри Хэтч: создайте что-нибудь прекрасное

С самого раннего детства я любила творить. Мне нравится создавать что-то прекрасное из чего-то обычного. Я люблю открывать для себя новое пространство и находить новые возможности.

В детстве я очень увлеклась планировкой комнат, а когда родители уезжали куда-то, перекрашивала мебель и добавляла к ней новые детали. В колледже я начала сама проектировать мебель. Кроме того, я люблю составлять букеты.

Поскольку меня всегда привлекал дизайн, я записалась на заочные курсы по дизайну интерьера в одном из учебных заведений Нью-Йорка. В мае 2003 года я открыла студию дизайна, но последние три года была сама себе клиентом, поскольку отремонтировала старый лодочный домик и домик для гостей в нашем поместье в Нью-Гемпшире.

В начале 2008 года журнал Architectural Digest объявил о проведении своего первого конкурса. Представить свою работу в такое крупное издание по дизайну интерьеров было одной из целей всей моей жизни. Я знала: вероятность того, что ее выберут для публикации в журнале, невелика. Тем не менее я сфотографировала свой лодочный домик, отправила заявку в редакцию, а затем поехала в Нью-Йорк и заняла очередь у офиса Decoration and Design Building, ведущего дизайнерского центра Нью-Йорка.

Когда пришло время встретиться с одним из редакторов журнала, я очень волновалась. Показывая ей фотографии «до» и «после», я поняла, что ее заинтересовала моя работа, и испытала чувство удовлетворения достигнутым. А когда она спросила, можно ли оставить эти фото, чтобы показать их Пейдж Риз — главному редактору издания, я, разумеется, дала согласие, а затем буквально на крыльях покинула место встречи. Для меня было очень важно, что мой проект понравился тому, кто занимает столь высокое положение в моей сфере деятельности. Я не победила в конкурсе, но теперь знала, что конкурентоспособна, — и это оказалось чертовски приятно.

Проанализировав, что нам нравилось делать в детстве, мы непременно откроем свои врожденные способности и заветные мечты. Если же мы еще не разобрались, какие у нас таланты, значит, пора снова навестить площадку, на которой мы играли в детстве.

Определите свой тип интеллекта

Еще один способ определить врожденные способности — пересмотреть свои представления об интеллекте с точки зрения теории множественного интеллекта. Существует только один тип интеллекта или несколько? По словам французского романиста XIX столетия Марселя Пруста, «истинный путь открытия — это не поиск новых земель, а взгляд на мир новыми глазами».

Несколько лет назад, когда я ходила на курсы повышения квалификации, преподаватель заметил: «У вас хорошие способности к математике». Я подумала тогда: «Неужели это действительно правда?» Я точно помню тот момент, когда решила, что у меня нет математических способностей. Первые мысли об этом у меня появились в пятом классе; мы как раз приступили к решению написанных в учебнике задач. В шестом классе учительница сказала, чтобы я прекратила задавать вопросы по поводу формулировок задач и разбиралась в них сама. Мне казалось, что я не смогу этого сделать. Поэтому я пришла к окончательному выводу: «У меня нет способностей к математике».

В Соединенных Штатах Америки многие девочки и женщины убеждены, что математика — не их стихия. Напротив, мальчишки и мужчины с этим предметом на ты. Между тем мы живем в обществе, в котором ценятся математические способности. Вывод, сделанный мной в школе, был спорным, поскольку на самом деле не соответствовал действительности.

Давайте предположим, что он оказался правильным и у меня действительно неладит с математикой. Означает ли это, что я глупа? Нет, потому что это не единственный тип интеллекта из всех, которыми может обладать человек. По мнению Говарда Гарднера, существует несколько типов интеллекта, и к их числу относится не только вербальный и логико-математический, но и музыкальный, пространственный, телесно-кинестетический, натуралистический, межличностный, внутриличностный и экзистенциальный интеллект.

Вербальный интеллект — это способность формулировать свои мысли словами в письменной и устной форме. **Математический интеллект** подразумевает умение делать расчеты. В большинстве

школ и высших учебных заведений оцениваются именно эти два типа интеллекта. Если во время учебы и даже какую-то часть трудовой жизни вы чувствовали себя глупым (как это часто бывало со мной) только потому, что не демонстрировали выдающихся лингвистических или математических способностей, значит, вам пора взглянуть на себя новыми глазами. Пришло время узнать, насколько вы умны, способны и компетентны.

Ниже перечислен еще ряд областей, в которых можно проявить свой интеллект.

Музыкальный интеллект. Вы играете на каком-либо музыкальном инструменте, хорошо поете или сочиняете музыку? Вы способны организовать конференцию или какое-либо другое мероприятие, поставить спектакль или произнести речь? Значит, вы обладаете музыкальным интеллектом.

Пространственный интеллект. У вас есть склонность к архитектуре, дизайну интерьера или ландшафта, к организации физического или виртуального пространства? Вы разрабатываете дизайн инструментов, мебели или игрушек?

Телесно-кинестетический интеллект. Вы воспринимаете мир посредством осязания и имеете склонность к физическому труду? Вы рисуете, изготавливаете мебель, занимаетесь скрапбукингом, шьете, танцуете, играете в теннис?

Натуралистический интеллект. Вы можете назвать различные растения и насекомых? Каждый, кто занимается приготовлением пищи, строительством домов или защитой окружающей среды, использует свои натуралистические способности.

Межличностный интеллект. Можете ли вы проанализировать поведение и чувства других людей, определить их мотивацию и эффективно работать с ними? Способны ли вы понять, чего хотят ваши дети или коллеги, и сделать так, чтобы все были довольны?

Внутриличностный интеллект. Вы можете определить свои чувства, цели, страхи, сильные и слабые стороны? Если вы анализируете свою жизнь и вносите в нее изменения, готовы ли вы сказать, что сейчас более счастливы, чем пять лет назад?

Экзистенциальный интеллект. Можете ли вы поставить себе следующие вопросы и поразмышлять над ними? Кто я? Для чего

живу? В чем мое предназначение? Могу ли я стать героиней своей истории? Многие великие мировые лидеры, такие как Махатма Ганди и Уинстон Черчилль, искали на них ответы, помогая нам наполнить смыслом жизнь и стать на путь преобразования и спасения. Кинематографисты тоже занимаются решением этих вопросов. «Звездные войны» — хороший пример. Экзистенциальный интеллект необходим для того, чтобы мечтать и понять, кто мы такие и в чем заключается наша миссия на Земле.

В самом ли деле возможно взглянуть на себя новыми глазами? Я уверена, что да. Вот простой пример. Когда я занималась обустройством дома под руководством подруги, обладающей пространственным интеллект, то нашла видеокассету со своим тренингом. Я впервые смотрела ее шесть лет назад, и тогда мне казалось, что я глупая, толстая и говорю невнятно. Все, что я увидела, показалось мне плохим. Теперь я воспринимаю все совсем по-другому: просматривая эту видеозапись, я нахожу в себе то, чем можно гордиться.

Возможно, мы не всегда обладаем интеллект в традиционном, академическом смысле слова, но все мы действительно умны. Свойственный нам тип интеллекта — это часть списка наших сильных сторон. Если при анализе перечня типов интеллекта вас осенит, значит, вы приблизились к пониманию еще одного аспекта своей мечты.

Маркус Бакингом, бывший исследователь Института Гэллага и один из авторов книги «Добейся максимума. Сильные стороны сотрудников на службе бизнеса»^[21], изучавший факторы повышения эффективности работы, пишет:

Мы легко упускаем из виду свои сильные стороны, поскольку они привлекают внимание самым простым способом: их использование позволяет нам чувствовать себя увереннее. Вам остается только научиться сосредоточивать внимание. Большую часть времени мы сфокусированы на выполнении работы, поэтому у нас не хватает времени на то, чтобы обратить внимание, какие чувства мы при этом испытываем. Но когда вы осознанно приложите усилия к тому, чтобы понаблюдать за собой во время работы (или во время игры, если уж на то пошло), то обнаружите, что испытываете в течение дня то, что я называю «сильными моментами», — время, когда вы чувствуете себя энергичными, любознательными и успешными. Эти моменты — лучшая подсказка относительно того, в чем заключаются наши сильные стороны.

Простой акроним SIGN, придуманный Маркусом Бакингом, поможет вам распознать свои сильные качества.

S (Success) — **успех**. Испытываете ли вы чувство удовлетворенности после завершения определенной задачи?

I (Instinct) — **инстинкт**. Ощущаете ли вы инстинктивное желание решить эту задачу?

G (Grows) — **рост**. Активизируются ли нервные импульсы в вашем мозге? Сфокусирован ли ваш разум на решении данной задачи?

N (Needs) — **потребности**. Удовлетворяет ли эта задача одну из ваших потребностей?

Осознание этих сильных моментов и определение способностей, которые проявляются особенно ярко, когда мы чувствуем себя энергичными, любознательными и успешными, поможет не только определить свои мечты, но и обрести уверенность в том, что они осуществимы.

Определите свои навыки

Еще один способ узнать свои сильные стороны — проанализировать собственные компетенции.

В отличие от врожденных способностей компетенции — это приобретенные в ходе повседневной жизни навыки. Например, вы привыкли вставать в шесть часов утра, потому что делаете это каждый день на протяжении двадцати лет. Возможно, вы поставили перед собой цель научиться рано вставать, или работа требует, чтобы вы поднимались до рассвета. Еще один источник компетенций кроется в тех трудностях, которые приходится преодолевать. Мы становимся компетентными в чем-то, потому что сталкиваемся с определенной проблемой, подавляем страх и развиваем в себе сильные качества, чтобы разрешить ее, причем порой сами удивляемся, на что, оказывается, способны.

Давайте начнем с умений, формирующихся при систематическом повторении определенных действий, например выполнении родительских обязанностей. Когда рождается первый ребенок, многие из нас представления не имеют, что с ним делать. Но со временем мы уже прекрасно справляемся с уходом за ребенком, поскольку полностью погружаемся в процесс. Хотя порой возникает ощущение

паники, большинству из нас удастся уберечь детей от опасности — и это учит нас быть хорошими людьми и полезными членами общества. Выполнение родительских обязанностей — это компетенция, формирующаяся со временем и включающая в себя много разных навыков, применимых и к реализации наших стремлений.

Развивайте свои компетенции

Мне, например, удалось овладеть испанским языком. Я изучала его в школе, а также когда больше года жила в миссии в Уругвае. Впоследствии мне предоставилось много возможностей практиковаться в испанском, поскольку моя работа была в значительной степени связана с Латинской Америкой. Благодаря владению испанским языком я лучше понимаю другую культуру, а также с любовью и уважением отношусь к тем испанцам и латиноамериканцам, с которыми встречаюсь. Я считаю, что это напоминает процесс перевода идей с одного языка на другой. Перевод (как в переносном, так и в буквальном смысле) — это навык, которым я часто пользуюсь как в бизнесе, так и в межконфессиональной работе. Но, пожалуй, самое важное, что я обрела свой голос на испанском, и это помогло мне обрести свой голос и на родном языке. По-испански я говорю более просто и смело и, по правде сказать, гораздо чаще, чем по-английски.

Есть у меня еще одна развитая способность — это умение анализировать деятельность той или иной компании и разрабатывать финансовую модель, позволяющую определить, создает она ценность или разрушает ее. Кроме того, я поднаторела в обосновании инвестиций. Поначалу мне не удавалось ни то ни другое — достаточно спросить об этом моего начальника из отдела анализа акций. Я очень переживала по этому поводу, но упорно продолжала попытки и со временем освоила эту работу. Создав множество финансовых моделей, написав сотни аналитических отчетов, я стала настоящим профессионалом своего дела.

Иногда мы стремимся стать компетентными в той или иной области. Но бывает и так, что определенный навык формируется, когда мы делаем то, что вынуждены делать, как в случае Эми Шеневарк.

Летом 2009 года она вместе с детьми временно переехала из Огайо в Нью-Гемпшир, чтобы присматривать за младшей сестрой Бекки, пока та в связи с трудной беременностью и последующей хирургической операцией вынуждена была лежать в постели и не могла заботиться о своей семье.

Эми Шеневарк: забота о близких

Помню, как однажды вечером слушала по Национальному общественному радио рассказ Ли Вудрафф (жена тележурналиста Боба Вудраффа) о том, как она ухаживала за мужем, получившим серьезную травму мозга во время репортажа из Ирака для канала ABC News. В тот момент я подумала: «Вот это да! Как хорошо, что это происходит не со мной. Не знаю, как люди справляются с этим». Я помню, как мама ухаживала за своим отцом. Сначала она каждую неделю ездила к нему домой, затем забрала его к нам, а потом дедушку пришлось поместить в дом престарелых. Я знаю, что мама отдавала отцу все свое свободное время, мысли и энергию.

Когда Ли Вудрафф начала отвечать на вопросы людей, которые тоже попали в такую ситуацию, я почувствовала какую-то связь между ней и теми, кто звонил на радиостанцию. Эти незнакомые друг с другом люди сразу же становились друзьями, потому что понимали, какую ношу они несут: неослабевающее, непрекращающееся, порой угнетающее, во многих случаях утомительное и изматывающее физическое служение одному из членов семьи.

Когда летом 2009 года мне самой пришлось ухаживать за сестрой, все эти мысли пронеслись в моей голове, но я спрятала их подальше, потому что знала: они могут погубить меня. Я тяжело трудилась, присматривая за сестрой, ее детьми, своими детьми, за ее ребенком с дефектами развития, а также (хотя и на большом расстоянии) за своим мужем. Я готовила еду и убирала дом, как обычно, только для большего количества человек. Возилась в огороде. Собирала необходимые медицинские препараты и материалы, изучала медицинское оборудование, заказывала его доставку, совершала ошибки и училась тому, как всегда быть на шаг впереди. Я делала дренаж, устанавливала гастростомическую трубку, вставляла катетер, делала питательные смеси, следила за приемом лекарств.

Однажды в продуктовом магазине я ждала, пока просканируют мои покупки. Вдруг какое-то устройство издало звук, который напоминал медицинский сигнал тревоги в доме сестры. Я очень испугалась, так как подумала, что у Бена возникли проблемы с подачей кислорода или у Бекки закончилось лекарство в капельнице. И успокоилась только тогда, когда вспомнила, где нахожусь.

Хотя я ухаживала за сестрой два месяца, мне казалось, что прошла целая жизнь. Я забыла, как выглядит мой дом, кто мои друзья, как пахнет мой муж. Все это заставило меня задуматься над тем:

- как людям, которые ухаживают за кем-то, удается держаться?
- кто поддерживает их, когда они хотят сделать перерыв или нуждаются в нем?

- как они справляются с эмоциональным истощением?
- как долго они должны отодвигать свои мечты на задний план?
- не слишком ли они устают, чтобы мечтать?

Забота о Бекки и ее семье приносила мне глубокое удовлетворение, поскольку я очень люблю их, а еще потому, что я успешно справилась с тем, на что, как мне раньше казалось, не была способна. Но работа никогда не заканчивалась, и, хотя я все же спала по ночам, времени для отдыха у меня не оставалось. Я знала также, что для меня это временная ситуация — всего два месяца жизни. Но это помогло мне понять, как живут люди, ухаживающие за близкими длительное время, и позволило по-новому взглянуть на собственную жизнь.

Постоянный уход за больным человеком не входил в планы Эми (у нее было шестеро своих детей, требующих внимания), но она успешно справилась с задачей. Кроме того, она научилась с сочувствием и пониманием относиться к тем, кто посвящает уходу за близкими все свое время.

Преодолевайте трудности

Возможность развить компетенции может появиться в кризисной ситуации, как произошло с Бруксли Борн, первой женщиной — президентом юридического журнала Стэнфордского университета и одной из лучших студенток. Впоследствии она стала экспертом по товарным фьючерсам. В администрации Клинтона Бруксли возглавляла комиссию по торговле товарными фьючерсами, поэтому понимала, что произойдет, если не усилить регулирование мультитриллионного рынка производных ценных бумаг. Но к ней не прислушались ни в правительстве, ни на финансовых рынках; в итоге за один только 2008 год стоимость американского рынка деривативов сократилась на восемь триллионов долларов. С тех пор Бруксли Борн называют Кассандрой кредитного кризиса. (В греческой мифологии Кассандра была наделена не только даром пророчества, но и проклятием: никто не верил ее предсказаниям.)

Бруксли Борн довелось испытать на себе резкие, безжалостные нападки со стороны весьма влиятельных людей. Но она была права, а ее оппоненты ошибались. Тем не менее, слушая или читая интервью Бруксли, я не чувствую в ее голосе ни гнева, ни упреков — только вежливость. Она ни за что не выбрала бы для себя эту ситуацию. Бруксли Борн вспоминает, как просыпалась по ночам в холодном поту.

Но она извлекла урок из этого испытания — а мы можем научиться этому у нее.

Иногда мы сами решаем развить какие-то компетенции, иногда — нет. Как бы там ни было, если мы делаем что-то достаточно долго, то можем добиться успеха в этом. По словам поэтессы Эмили Дикинсон, «удача — не дело случая, а тяжкий труд. Драгоценную улыбку судьбы надо заслужить».

Вкладывайте в любимое дело максимум усилий

В книге «Гении и аутсайдеры» Малкольм Гладуэлл сформулировал правило, которое назвал «правилом 10 тысяч часов»^[22]. Вот что он пишет по этому поводу: «Вот уже много лет психологи всего мира ведут оживленную дискуссию о том, что большинство из нас сочли бы решенным уже давно. Это вопрос: существует ли врожденный талант? Ответ очевиден: да, существует. Однако же не каждый ребенок, играющий на фортепиано, становится известным пианистом».

Гладуэлл ставит под сомнение исключительную роль врожденного таланта, ссылаясь при этом на результаты исследования, согласно которому будущие исполнители мирового класса к двадцати годам прозанимались музыкой около 10 тысяч часов, просто хорошие студенты — около 8 тысяч часов, а будущие учителя музыки — около 4 тысяч. Следовательно, людей, обладающих достаточными способностями для поступления в одно из лучших музыкальных учебных заведений, отличает только то, насколько упорно они работают. Вот и все. Кроме того, лучшие исполнители занимаются не просто больше, и даже не намного больше остальных. Они работают гораздо, гораздо интенсивнее и упорнее. Далее Гладуэлл подкрепляет свою точку зрения цитатой из книги Дэниела Левитина (ученого-психолога и музыканта) *This Is Your Brain on Music* («Ваш мозг и музыка»): «Из многочисленных исследований вырисовывается следующая картина: о какой бы области деятельности ни шла речь, для достижения мастерства, соразмерного со статусом эксперта мирового класса, требуется 10 тысяч часов практики». Следовательно, талант действительно важен, но возможность постоянно практиковаться в своем деле — еще важнее.

Эти выводы обнадеживают тех, у кого есть мечты. По большому счету мы с вами мечтаем заниматься тем, что опирается на наши врожденные способности и сильные стороны, поскольку эти занятия вселяют в нас энергию — ведь это наш дар. Составив список того, что мы любили делать в детстве, определив свой тип интеллекта, а также проанализировав, что нам нравится сейчас и что помогает чувствовать себя сильными, мы значительно продвинемся к определению своих сильных сторон. Во многих случаях мы развиваем свои компетенции именно тогда, когда сталкиваемся с самыми сложными проблемами. Такие компетенции и есть наши сильные стороны, или важные инструменты, с помощью которых мы формируем и осуществляем свои мечты. И наконец, нам необходимы благоприятные условия, в частности ресурсы, для того чтобы добиться своих целей. Мы можем достичь успеха в любимом деле. Нам просто нужно немного попрактиковаться в нем.

Определите свои врожденные способности и приобретенные компетенции

- Как знание своих сильных сторон поможет вам мечтать?
- Можете ли вы определить свои врожденные способности на основании того, что любили делать в детстве? Почему вам это нравилось?

Слишком многие переоценивают качества, которыми не обладают, и недооценивают качества, которые у них есть.

Малкольм Форбс, издатель

- Прочитав о теории множественного интеллекта, можете ли вы назвать присущий вам тип интеллекта, о котором вы раньше не знали?

Глупец ищет счастья за горами, умный — под ногами.

Джеймс Оппенгейм, американский поэт

- Если бы вам пришлось на протяжении недели каждый день записывать, что вам нравится делать, что бы значилось в этом списке?

- К каким проектам или начинаниям вы испытываете наибольший интерес?

Что если все то, что вы считаете в себе неправильным, на самом деле ваш особый дар?

Лиз Страусс, специалист по стратегиям в социальных медиа

- Что вы научились делать благодаря трудностям, с которыми столкнулись?
- Возникают ли у вас новые мечты под влиянием компетенций?

Глава 8

Определите свои убеждения

Итак, мы выяснили, что выявление сильных сторон — ключ к пониманию того, в чем суть наших мечтаний. В предыдущих главах мы обсуждали врожденные способности и приобретенные компетенции. Третья категория сильных сторон — это наши принципы, в том числе религиозные убеждения, определяющие нашу суть. Независимо от того, принадлежим мы к сильной религиозной традиции или нет, у каждого есть базовые принципы и убеждения, которые руководят нашими действиями и представляют собой важнейшую часть нашего истинного «я». Именно они помогут нам раскрыть и сформулировать свои самые сокровенные мечты.

Примерно через полгода после того, как мы с мужем переехали в Нью-Йорк, я ждала поезда метро на станции «Линкольн-центр» и увлеченно рассказывала группе женщин из своей церкви о фильме, который посмотрела в центре Линкольна за пару дней до этого. Мне так нравилось жить в Нью-Йорке, открывать его для себя и учиться чему-то новому, что я была счастлива. Послушав несколько минут мой восторженный рассказ о киноленте, одна из женщин, немного моложе меня, мать двоих детей, снисходительно заметила: «Пора бы тебе начать рожать детей».

Вот и лопнул мой мыльный пузырь.

Это произошло двадцать лет назад, но я до сих пор помню все детали. Мне было больно. Честно говоря, я знаю, что и сама иногда говорила нечто столь же обидное и осуждающее другим женщинам. Но это замечание, высказанное женщиной, принадлежавшей к той же религиозной конфессии, что и я, заставило меня задуматься: неужели я плохая, потому что у меня нет детей? Неужели я поступаю неправильно, пытаясь сделать карьеру? Согласно культуре моей церкви, главная задача женщины — родить детей; карьера не считается таким же важным или подходящим делом, как материнство. Кроме того, бытует мнение, что карьера и материнство несовместимы.

Я должна была разобраться в этом; именно эти ключевые вопросы мне следовало себе задать и найти на них ответы. В то время решение

заниматься карьерой, отложив на какое-то время рождение детей, было для нас с мужем единственно правильным. Тем не менее я очень хотела стать матерью, но в реальной жизни столкнулась с необходимостью зарабатывать деньги, пока муж учится. Более того, я хотела работать и делать карьеру. Я понимала, что все эти противоречия нужно как-то примирить.

Через десять лет мне пришлось принять еще одно трудное решение. Я уже была начинающей мамой. К тому времени я ушла из сферы банковских инвестиций и занялась анализом рынка акций, а муж проходил стажировку после получения докторской степени и выполнял свои обязанности в церкви. В довершение всего я проучилась уже почти половину срока в магистратуре Нью-Йоркского университета. В тот период семья была для меня главным приоритетом, поэтому университет я бросила. Время от времени я сокрушаюсь по поводу отсутствия у меня диплома магистра делового администрирования, но тогда решение бросить учебу было правильным.

Мечты, навеянные глубокими убеждениями

Глубокие убеждения могут ограничивать наши мечты, но, если мечты связаны с тем, что нам дорого, те же самые убеждения могут стать основой для появления новых стремлений. Нейлан Макбейн, выпускница Йельского университета, основательница и главный редактор проекта «Мормонские женщины» (The Mormon Women Project, mormonwoman.com), служит примером того, как мечты рождаются под влиянием глубоких убеждений.

Нейлан Макбейн: проект «Мормонские женщины»

Я родилась и выросла в Нью-Йорке, более того — на Манхэттене. Училась я в одной из таких школ, как та, в которую ходила в свое время Джеки Кеннеди и которую показывали в сериале *Gossip Girl* («Сплетница»). Мои родители — оперная певица и адвокат, что делает меня представительницей богемы с чувствительностью, свойственной обитателям Уолл-стрит. Я продолжила образование в музыкальной школе Джуллиарда по классу фортепиано и Йельском университете, где изучала английский язык и литературу.

Но есть одно слово, которое определяет мою суть в большей степени, чем все эти громкие названия: я член церкви мормонов^[23]. И не просто мормон, а женщина-мормон. Когда я знаколюсь с людьми, на них сначала производят впечатление и даже подавляют все эти известные названия и

места, ставшие съёмочными площадками для многих фильмов. Но затем на их лицах появляется выражение недоумения, когда они узнают, что я по три часа в неделю провожу в церкви, признаю живого пророка и верю в то, что «Книга Мормона» — это слово Божье. «Но разве вы не мыслящий человек?» — всем своим видом как будто спрашивают они. Или, как проболтался один из моих близких нью-йоркских друзей однажды вечером, когда немного выпил: «Как меня угораздило подружиться с мормонкой?»

Человек, черпающий сведения исключительно из СМИ, по вполне понятным причинам мог бы подумать, что женщина моего происхождения не может быть связана с организацией, которая (как ее часто представляют) рассматривает женщин исключительно в роли жены и матери и имеет отношение к полигамии (хотя никто не знает точно, какое именно). Однако он еще больше удивился бы, узнав, что самый передовой легион мормонского движения — умные, энергичные, деятельные женщины. И я задумалась: почему о нас никто не знает?

Часть проблемы заключалась в том, что многие мормонские женщины просто не догадываются, что принадлежат к числу этих умных и энергичных. «Если бы я была настоящей мормонкой, я бы не получила диплом магистра. Не работала бы и не хотела бы работать. Я бы хотела стать матерью, растить детей и сидеть дома», — сказала мне одна молодая женщина-режиссер. Как наша культура дошла до того, что в ней свобода волеизъявления (способность делать выбор, которая считается в нашей вере самым достойным аспектом человеческой природы) подавляется настолько, что молодая, талантливая женщина стыдится своих стремлений?

Истинные мормоны никогда не ставят под сомнение важность супружества и материнства. Тем не менее я знаю многих женщин, которые остаются верны себе, своим талантам, интересам и семьям. Благодаря молитве, вере и достигнутому ценой больших усилий пониманию нашей уникальной миссии этот баланс стал не только возможен, но и обязателен в системе, которая признает ценность каждого человека. Повзрослев, я начала замечать, что многие мормонские женщины подвергаются остракизму со стороны окружающих и даже порой уходят из церкви, потому что не уверены, согласуется ли их выбор с общепринятыми правилами. Под влиянием этих впечатлений у меня возникло желание рассказать о женщинах, ставших для меня примером для подражания, а также разыскать тех из них, кто принял продуманные, взвешенные решения по поводу своего места в жизни.

Я основала проект «Мормонские женщины» для того, чтобы пролить свет на огромную силу и многообразие семи миллионов мормонских женщин во всем мире. Этот проект представляет собой цифровую библиотеку, в которой собраны интервью с женщинами Церкви святых последних дней. Я надеюсь, что рассказы о женщинах, сделавших свободный, осознанный выбор в жизни и оставшихся при этом верными своей религии, позволят понять, что значит быть мормонкой в наши дни.

Фаустина Оту, ставшая членом церкви в столице Ганы Аккре, — такая же мормонка, как и молодая мама из Юты, занимающаяся воспитанием детей.

То же самое можно сказать о Мирне Кастеллар, бывшей наркоманке из Нью-Йорка.

Карен Байби — не менее любящая мать троих сыновей, хотя и делает успешную карьеру в сфере менеджмента международного спорта, планируя спортивные мероприятия в рамках чемпионатов мира и Олимпийских игр. Учитывая, что на незамужних женщин приходится самая большая доля членов церкви, Дженни Ридер, которая стремится получить докторскую степень, можно только похвалить, а не осуждать за то, что она еще не вышла замуж.

Убедительность наших историй подкрепляется парадоксом, возникающим в тот момент, когда мы их рассказываем: мы видим одновременно и распространенность, и уникальность своих личных обстоятельств. Вера в общее учение объединяет нас в сообщество людей разного возраста и этнической принадлежности, живущих в разных местах. В то же время каждая история настолько своеобразна, что нельзя ставить под сомнение силу личных миссий, а также обязанность каждой из нас сделать что-то для себя.

Мечты Нейлан сформировались под влиянием религиозной идентичности, а стремление помочь мормонским женщинам увидеть многообразие в их рядах возникло благодаря глубоким убеждениям, навеянным ее родителями, церковью, а также тем, что она росла и училась в Нью-Йорке.

Когда мне было двадцать с небольшим, я мечтала заниматься миссионерской работой — эта мечта родилась из веры в Бога. Подобно Эбигейл Адамс, я верила и продолжаю верить в то, что «вера — единственный надежный и прочный фундамент жизни». Моя любимая детская писательница Мадлен Л'Энгл разделяет эти чувства. Вот что она написала по поводу своей книги «Трещина во времени» (за которую получила медаль Джона Ньюбери^[24]): «Если я когда-либо и написала книгу, в которой говорится о том, что я думаю о Боге и Вселенной, то именно эту. Она мой хвалебный псалом».

То, во что мы верим, стимулирует нас единственным в своем роде способом. Сравните опыт написания хвалебного псалма Мадлен Л'Энгл с опытом Рании Идлиби. Идлиби — американка — мусульманка палестинского происхождения — соавтор книги *The Faith Club* («Клуб веры»), в которой представительницы трех разных религий рассказывают о своей жизни после терактов 11 сентября 2001 года. Рания Идлиби пишет: «Когда город начал оплакивать жертвы, церкви и храмы открыли свои двери, чтобы люди могли получить эмоциональную поддержку. Я испытывала острую потребность в том, чтобы какая-либо мечеть или мусульманский религиозный лидер

поддержали мою семью в то ужасное время. Мне нужна была религиозная община, безопасное пристанище, где мы могли бы найти успокоение». В тот трагический момент Рания искала спасения в вере.

Тогда мусульманам в Америке приходилось особенно трудно. Идлиби испытала на себе давление как со стороны единоверцев («мусульман за рубежом, которые сомневались в будущем американских мусульман»), так и со стороны представителей других религий («события 11 сентября усилили стереотипы и предрассудки»). В итоге Рания снова обратилась к религии. Она пишет: «Начав изучать ислам, я прочитала историю о ночном полете пророка Мухаммеда и его вознесении на небеса, где рассказывалось о том, как он ехал верхом на волшебном крылатом коне, на котором до него уже ездили Иисус, Моисей и другие библейские пророки. Когда Мухаммед поднимался в Царство Божье по лестнице, украшенной драгоценными камнями, другие пророки приветствовали его как брата и пророка».

Под влиянием этой истории, признанной *канонической*, у Идлиби возникла мысль: «Было бы замечательно найти мать-христианку и мать-еврейку и написать вместе с ними детскую книгу о связи между иудаизмом, христианством и исламом». Однако итогом бесед Рании Идлиби с Сюзанной Оливер и Присциллой Уорнер стала не детская книга, а сборник духовных размышлений под названием *The Faith Club: A Muslim, a Christian, a Jew — Three Women Search for Understanding* («Клуб веры. Мусульманка, христианка, еврейка — путь трех женщин к пониманию»). Глубокие убеждения оказались для Идлиби не только утешением, но и тем, благодаря чему она нашла и осуществила свою мечту.

Даже если мы не знаем, хотим ли отстаивать свои прочно укоренившиеся убеждения, они все равно существуют и оказывают влияние на нашу жизнь. Пенелопа Транк — основательница блога и социальной сети *Brazen Careerist*, цель которой — помочь молодым людям строить карьеру, пишет:

Я начинаю думать, что религия — это самая эффективная подготовка к успешной карьере.

Этот пост я пишу накануне Дня искупления^[25]. Я постоянно пытаюсь разобраться с тем, как религия согласуется с моей жизнью. Иногда мне кажется, что ей нет места. И я не могу решить, что мне делать со своими

детьми в День искупления, поэтому отправляю их в школу. Сама я за восемнадцать лет ни разу не ходила в школу в этот день. Так что я знаю, что это вызывает не очень хорошие чувства.

Мне бы хотелось не беспокоиться из-за религии. Я мыслящий человек и чувствую себя прекрасно, делая свое дело. Но одно я знаю точно: религия — это отличная подготовка к тому, чтобы добиться успеха в профессиональной жизни... Так что, хоть я и веду себя в День искупления как плохая иудейка, все же, по-моему, все карьерные вопросы сводятся на самом деле к одному: в чем цель жизни?

Когда мы мечтаем, исходя из своих убеждений (по сути, задавая себе вопрос о смысле собственной жизни и отвечая на него), мы верим в значимость того, что делаем. А поистине судьбоносные мечты рождаются из поиска ответов на самые серьезные вопросы о нашей миссии на Земле.

Согласуйте свои мечты с убеждениями

Порой бывает нелегко объединить мирскую и духовную жизнь, которая так или иначе связана с нашими принципами, а возможно, и религией. Разве не было у каждого из нас моментов, когда нам хотелось бы не принимать в расчет эту часть себя? Но то, во что мы верим, и есть наша сущность. А убеждения — источник наших сильных сторон.

В завершение этой главы я хотела бы поделиться рядом своих глубоких убеждений, или направляющих принципов, благодаря которым я поверила в то, что мечты — неотъемлемая и очень важная часть нашей жизни.

Готов поклясться жизнью: Бог точно знал, где должно тебе быть.

Стиви Уандер, автор песен и музыкант

Эти строки песни из альбома *Songs in the Key of Life* («Песни в ключе жизни») содержат в себе все, что я думаю о своей жизни и о себе. Каждый из нас находится именно там, где ему суждено быть. Следовательно, мы можем научиться всему необходимому, достичь того, для чего созданы, и помочь тем, кому должны помочь. В общем, во всем том, кто мы, где находимся и что делаем, есть свой смысл.

Наши убеждения — наше единственное прибежище.

Уитни Джонсон (автор этой книги)

Как я уже говорила в главе 2, мой путь к постижению этого принципа (или максимы) был очень тернистым. Поскольку я работала инвестиционным аналитиком, моя задача как раз и состояла в формировании мнения о том, следует покупать или продавать те или иные акции. Но в детстве меня (как и большинство девочек) учили отказываться от своих ресурсов, в том числе от взглядов и убеждений. Такое воспитание мешало мне прямо и открыто выразить свое мнение, поскольку это неизбежно вызывало чей-либо гнев в мой адрес. Тем не менее жизнь научила меня говорить правду доходчиво и мягко, а дальше пусть все идет своим чередом.

Быть счастливым дома — высший итог всех амбиций.

**Сэмюэл Джонсон, английский литературный критик,
лексикограф и поэт**

В наши дни это мудрое изречение Сэмюэла Джонсона так же правдиво, как и в XVIII веке. Если моя мечта не способствует укреплению отношений с близкими людьми, если из собранного мной руна не сплетается нить, которая привязывает меня к тем, кого я люблю, значит, мне нужно мечтать о другом.

Желание творить — одно из самых глубоких стремлений человеческой души.

Дитер Ухтдорф, немецкий религиозный лидер и авиатор

Когда мы творим, мы мечтаем — и счастливы. Об этом легче сказать, чем сделать. Но вот результат — эта книга.

Я прошла испытание.

Галадриэль, героиня трилогии «Властелин колец» Джона Толкина

Когда Фродо, вдохновленный великодушием и мудростью леди Галадриэль, предложил ей Кольцо, она категорически отказалась принять его, сказав при этом: «Не стану отрицать: я всем сердцем желала попросить тебя о том, что ты мне предлагаешь. И наконец оно явилось. Ты по собственной воле отдаешь мне Кольцо! ...И я буду не темной, но прекрасной и ужасной, как Утро и Ночь! ...Я буду крепче, чем корни земли. И все будут любить меня и познают отчаяние!»

Как бы мне ни хотелось делать добро, как только я получу эту силу, она может разрушить меня. Я хочу пройти испытание, как это сделала Галадриэль.

Для Бога совпадения — единственный способ сохранить анонимность.

Альберт Эйнштейн, физик и философ

Мы сами решаем, воспринимать совпадения как случайность или как след Бога в нашей жизни. Точно так же мы сами выбираем, какими увидим двери к нашим мечтам — открытыми или закрытыми.

Кольца и другие украшения — не подарки, а лишь жалкое подобие. Истинный подарок есть часть себя... Отдай мне то, во что ты вложил свою душу. Вот почему поэт приносит стихотворение, пастух — ягненка, фермер — зерно... а девушка — вышитый собственной рукой платок. Каким холодным, безжизненным становится подарок, если вы идете и покупаете мне то, что является частью не вашей жизни, произведением не вашего таланта, а ювелира.

Ральф Уолдо Эмерсон, американский поэт, писатель и философ

В одном абзаце Ральф Уолдо Эмерсон сказал о наших сильных сторонах то, на что мне понадобилось три главы. Когда мы раскрываем свои сильные стороны или, как я иногда их называю, нашу волшебную силу, а затем делимся ими с окружающими, мы делаем им истинный подарок. Если мне удастся помочь кому-то раскрыть дар, которым этот человек может поделиться с другими, я испытываю возвышенное чувство удовлетворенности достигнутым.

*И уши твои будут слышать слово, говорящее позади тебя:
«Вот путь, идите по нему».*

Книга пророка Исаии, 30:21

Я привожу эту цитату в самом конце главы, так как в моем понимании она служит основой наших мечтаний. В ней говорится о том, что мечты — это неотъемлемая и очень важная часть нашей жизни, что мы можем открыть их и обрести смелость, необходимую для их осуществления. Поверьте в себя. Доверьтесь интуиции, поскольку ее создал Бог, я убеждена в этом.

То, во что мы глубоко верим, вдохновляет наши мечты и наполняет их смыслом, создавая уникальные условия и возможности. Однако мы можем найти свое предназначение только в том случае, если согласуем мечты с убеждениями. Сформулировав дорогие нашему сердцу убеждения, мы непременно поймем, что именно в них берут начало наши мечты.

Мечтайте, опираясь на свои убеждения

- Если мы хотим жить счастливо, нам необходимо знать цель своей жизни. И мечтая, мы пытаемся найти ее и достичь, не правда ли?
- Как ваша система убеждений, будь то религия или философские воззрения, помогает делать правильный выбор и наполняет смыслом мечты?
- Каковы принципы, направляющие вашу жизнь?

Глава 9

Используйте свои женские сильные стороны

Четвертый этап процесса определения сильных сторон сводится к изучению своей идентичности (пол, религия, расовая и этническая принадлежность) и анализу того, как эти грани личности влияют на наши мечты. В предыдущей главе шла речь о таких понятиях, как принципы, ценности и религиозные убеждения. Из этой главы мы узнаем, что быть женщиной — неоспоримое преимущество и что гендерная идентичность оказывает огромное влияние на направленность наших мечтаний.

В Ветхом Завете есть история об Авигее и ее муже Навале, подданных царя Давида. (Кстати, это тот самый Давид, который перехитрил Голиафа.) В Библии Навал описывается как «человек жестокий и злой нравом». Когда слуги Давида пришли к нему за припасами, Навал отказал им. Разъяренный Давид поклялся убить его. Чтобы спасти мужа, Авигея «взяла двести хлебов, и два меха с вином, и пять овец приготовленных, и пять мер сушеных зерен, и сто связок изюма, и двести связок смокв». Она распростерлась перед царем, моля о прощении за проступок Навала.

Царь Давид простил Авигею, сказав ей: «Иди с миром в дом твой; вот, я послушался голоса твоего и почтил лице твое». В этой истории важно не столько милосердие Давида, сколько храбрость Авигеи — и ее сила. Она была готова пожертвовать жизнью ради своего грубого, глупого мужа. Готовность женщин отдать все, даже свою жизнь, ради тех, кого они любят, и есть наша сила, равно как и доброта по отношению к тем, кто, возможно, и не заслуживает нашей любви.

В мифологии мы видим такую силу у Психеи, которая готова выполнить непомерно трудные задания, чтобы воссоединиться с Эросом (у римлян — Купидоном). Мы, женщины, руководствуемся в своих действиях любовью, а присущее нам стремление к супружеству, рождению детей и созданию счастливой семьи оказывает сильнейшее влияние на наши мечты. Подтверждение этому можно увидеть в

истории, которой поделилась в блоге Dare to Dream моя подруга Джейн Джонсон. Снимая сюжет для программы CBS The Early Show («Утреннее шоу»), Джейн встретила с одной пожилой женщиной из китайского города Шаньтоу, которая взяла к себе новорожденного ребенка, брошенного родителями из-за врожденного дефекта «волчья пасть», и поклялась позаботиться о малыше.

Возможно, по этой причине многих из нас привлекает идея микрокредитов — системы кредитования, в рамках которой небольшие кредиты предоставляются преимущественно женщинам из стран третьего мира, что помогает им изменить свою жизнь к лучшему. Когда мы встречаемся с женщинами, столкнувшимися с жестоким обращением, но все же делающими все возможное, чтобы накормить и одеть своих детей (как в Уругвае), мы инстинктивно ощущаем с ними родство. Мы понимаем, почему они поступают так, и разделяем их готовность пожертвовать всем ради тех, кого они любят. У себя дома я вижу матерей, которые изо дня в день кормят и одевают своих детей, напоминают им о домашних заданиях, занятиях музыкой, работе по дому и о том, что они должны заботиться о братьях и сестрах. Матери редко сдаются. Но время от времени у них бывают срывы. По всей вероятности, этого бы не случилось, если бы мы не испытывали такой привязанности к своим близким. Тем не менее в большинстве случаев женщины проявляют мягкость и чуткость.

Повседневные заботы женщин, а также то, что мы делаем ради других, заслуживают похвалы и одобрения. Но нет никаких гарантий, что награда будет получена. Как правило, она откладывается порой на десятилетия. Мы часто делаем то, что делаем, без какой бы то ни было надежды на благодарность. В этом и есть женская сила — та самая, которая поддерживает нас, когда мы мечтаем о материнстве, как Джулия Блейк.

Джулия Блейк: я живу жизнью своей мечты

Я не уверена, надо ли обвинять блог Dare to Dream в том, что он отвлекает меня от моей мечты. За девятнадцать лет супружеской жизни и семнадцать — материнства отвлекающие факторы стали для меня нормой. В свое время я училась на подготовительных медицинских курсах и иногда сожалею о том, что не поступила в медицинский колледж. Я часто смотрела на матерей, которые стали деловыми женщинами, врачами, инвесторами, художниками, архитекторами и писателями, и мечтала быть похожей на них. С тех пор как у

меня появились дети, я открывала успешные направления бизнеса, руководила кампаниями по сбору средств, покупала товары, которые рекламируются в журнале Boston Baby, занималась ремонтом домов и делала многое другое — и все это будучи «неработающей» мамой. И все же ни одна из этих задач не была моей главной мечтой.

В тот период, когда я нашла блог Dare to Dream, я ошибочно полагала, что утрачу свой потенциал, если не буду стремиться к какой-либо большой цели, не имеющей отношения к моим материнским обязанностям. Однако со временем я отбросила эти искаженные представления и поняла, что уже достигла своей главной мечты и не хочу, чтобы более мелкие желания подавляли ее. Я поняла: моя мечта — наслаждаться успешным браком и семьей.

Когда я вышла замуж и родила детей, процесс осуществления моей мечты только начался. Когда в родовой палате мне на грудь положили моего первенца, я стала другим человеком. Я почувствовала, что моя жизнь наполнилась смыслом, которого в ней раньше не было. Сейчас мне по-прежнему не приносит радости то, что мои неблагодарные отпрыски игнорируют все, чему я их научила, передают плохие привычки младшим детям, дерутся друг с другом и оставляют спортивную форму в шкафчике на целый год. От меня требуется так много, что сделать все порой не под силу. Я пытаюсь с юмором относиться к тому, что мне не дано осилить все сразу: стирать, убирать, готовить, делать утреннюю зарядку и принимать душ.

Прошлой осенью я осознала, что взяла на себя слишком много обязанностей, хотя прекрасно понимала, что так и должно быть. Я получаю глубочайшее удовлетворение, занимаясь воспитанием детей. Например, я испытываю истинное счастье, когда кормлю своих мальчишек. Они искренне признательны мне за ту пищу, которую я для них готовлю. Когда я возлагаю на себя обязанность накормить всю футбольную команду, я не заказываю еду в кейтеринговой компании, чтобы облегчить себе жизнь, а готовлю обед сама, от начала до конца. Мои мальчишки видят, что я уделяю время им и их друзьям. Надо признать, мне нравится слышать, что мой обед показался команде самым лучшим. Для меня это более чем достойное вознаграждение за труд. Домашние дела — лишь дополнение к моей мечте, но они приносят мне счастье. Если я могу быть счастлива, занимаясь ими и вовлекая в них своих детей, значит, работа по дому — важный аспект моей мечты.

Я люблю просыпаться утром и решать, что мне нужно сделать. У меня нет начальника или клиента, которые навязывали бы мне свою волю. Если у меня нет настроения заниматься стиркой, дети могут сделать это сами или надеть что-то другое. Если я не уберу в доме, это беспокоит разве что меня саму. Когда я пропускаю поход в магазин или не готовлю, мы едим овсяные хлопья. Мне нравится иметь возможность выбора.

Я хожу на спортивные соревнования, в которых участвуют мои дети, помогаю им практиковаться в игре на пианино и выполнять домашние задания, читаю им книги, слушаю их рассказы, учу чистить унитаз и правильно развешивать одежду, ухаживаю за ними, когда они болеют, и делаю многое другое. А важнее всего то, что я каждый день могу свободно выбирать, в чем хочу стать лучше, кому хочу посвятить свою жизнь, что хочу создать и чего достичь. По какой-то счастливой случайности я оказалась там, где больше не испытываю

чувства вины за то, что делаю и чего не делаю. Возможно, это связано с тем, что я решила для себя: этой мечты вполне достаточно.

Менее чем через два года мой старший сын покинет наш дом. Я ценю каждый день, проведенный вместе с ним. Когда дом покинет младший сын, я подумаю о новых мечтах, но пока текущая мечта отнимает все мои силы.

Заботимся ли мы о своих детях или чужих (будучи тетями, учителями, общественными деятелями или соседями), наши женские сильные стороны, такие как неутомимость, бесстрашие и доброта, оказывают очень большое влияние на здоровье и благополучие семьи и общества, и даже на будущее человечества в целом. Материнство во всех его проявлениях берет свое начало в женской природе, поэтому для многих из нас (хотя и не для всех) именно оно является самой заветной мечтой.

Заботьтесь о себе

Автор книги *The Blind Side* («Невидимая сторона») Майкл Льюис написал статью под названием *The No-Stats All-Star* («Звездный игрок с нулевой статистикой»), посвященную профессиональному баскетболисту Шейну Баттье, выступающему за команду *Houston Rockets*. Вот что он говорит о Баттье: «В НБА Шейна Баттье воспринимают в лучшем случае как заменяемую шестерню в машине, приводимую в движение суперзвездами. Однако каждая команда, в которой он когда-либо играл, обретала магическую способность побеждать. Похоже на то, что этот спортсмен помогает команде, используя едва заметные, не поддающиеся количественному измерению способы, которые, по всей видимости, наносят вред его личным интересам».

Едва заметные, не поддающиеся количественному измерению способы...

Льюис продолжает:

Игра Баттье представляет собой своеобразное сочетание очевидных слабых и почти невидимых сильных сторон. Когда он выходит на игровую площадку, его товарищи по команде начинают играть лучше, причем гораздо лучше, а соперники — хуже, и намного. Возможно, сам он делает мало подборов, но обладает уникальной способностью увеличивать количество подборов своих товарищей по команде. Он нечасто бросает мяч в корзину, но, если делает это, у него получаются самые эффективные броски...

Играя в защите, Баттье, как правило, опекает самых результативных игроков НБА; тем не менее ему удается существенно сократить процент попаданий. Мы называем его Лего. Когда он выходит на площадку, все фрагменты игры становятся на свои места.

Возможно, наши мужья, дети и коллеги по работе не понимают, что именно мы делаем. Тем не менее благодаря нам все происходит как по волшебству. Как и в случае с Шейном Баттье, одно лишь наше присутствие как будто заставляет всех работать слаженнее. Я не знаю, почему так получается, но эта «магия» объединения усилий разных людей и укрепления их сильных сторон — талант, которым обладают многие женщины. Вот почему нам так хорошо удается поддерживать других людей и быть для них тихой гаванью. Однако этот же талант можно использовать и для собственного блага, стряхнув пыль со своей мечты и облачившись в костюм Бэтмена.

Позаботиться о себе или помечтать — нам необходима эта передышка, чтобы мы могли заботиться о других. И все мы прекрасно знаем, когда это не в наших силах, поскольку у каждого есть свои границы возможного. Когда они нарушаются, нас одолевает обида. Мы начинаем манипулировать людьми, чтобы получить то, что нам нужно. Наша обида может перерасти в гнев, который (если не обуздывать его) грозит превратиться в ярость и депрессию. А депрессия — это ярость, обращенная внутрь себя. Если нас охватило чувство гнева, следует прислушаться к себе и попытаться понять причины. Гнев говорит о том, что что-то пошло не так, что нужно позаботиться о чем-то или ком-то (вполне вероятно, о себе самих). Гнев или грусть могут быть предупреждением о нарушении наших границ возможного, замечательным примером установления которых поделилась Эйприл Перри, содиректор The Power of Moms (powerofmoms.com). Она считает каждый день материнства исключительной привилегией, но даже она часто не справляется со всей домашней работой. Одна из дочерей Эйприл сказала однажды: «Мама, помнишь, как ты говорила, что хочешь быть такой мамой, которая каждый день делает шоколадное печенье? Так вот, единственное, что мы делаем каждый день, — это опорожняем посудомоечную машину!»

Эйприл Перри: мама тоже человек

Матери обладают удивительной способностью любить и заботиться о своих семьях. Мы прекрасно понимаем, что после рождения детей наша жизнь изменится. Их смех, улыбки, милые шалости и любовь, которую они излучают (даже в грудном возрасте), дорогого стоят. Проблемы возникают тогда, когда мы становимся мученицами и забываем о том, что мы женщины.

Помню, как я впервые задумалась о том, куда подевалась Эйприл. Это произошло во время ланча с тремя моими детьми. Не успела я откусить кусочек сэндвича, который сделала для себя, как кто-то из детей захотел молока. Второму понадобился сыр, а третий попросил открытый, а не закрытый сэндвич. Мне не понравилось чувство досады, которое я тогда испытала, поэтому, когда мы все сели за стол в следующий раз, я поступила немного по-другому.

Подав каждому ребенку еду (а также салфетку, напиток и столовые приборы), я спросила: «У всех есть то, что нужно? Говорите сейчас, потому что я собираюсь сесть и спокойно поесть. Я не буду вставать из-за стола, пока не закончу, потому что мама тоже человек. Давайте скажем это все вместе: "Мама — тоже человек". Верно. Я тоже сажусь обедать. Все готовы? Отлично!»

Понадобилось несколько дней тренировки, прежде чем дети прекратили дергать меня посреди обеда, но мое заявление все-таки сработало. Иногда мне приходится подавлять смех за обеденным столом, поскольку возможность съесть целую тарелку еды за один присест приводит меня в состояние крайнего возбуждения. Теперь мой сын говорит: «Мама, можешь дать мне еще один рогалик с джемом, когда закончишь есть?» Мне хочется поцеловать его и сказать: «Да благословит тебя Бог, сынок!»

Меня удивило, как быстро все согласились с тем, что я тоже человек. Мои дети хотят, чтобы я была счастлива. Они не стремятся быть слишком требовательными. Просто они дети и говорят мне о своих желаниях. Мне всего лишь необходимо научиться делать то же самое.

Поддерживайте эмоциональную связь

Эйприл учится устанавливать границы, заботиться о себе, чтобы иметь возможность заботиться о других. Интересно, что эмоциональная сонастроенность мешает сохранять эти границы. Это качество считается присущим женщине, кем бы она ни была — матерью, дочерью или сестрой. Тем не менее, когда мы кому-то что-то отдаем, привязанность к близким может как ограничивать наши мечты, так и способствовать их осуществлению.

Например, эмоциональная отзывчивость подсказывает нам, как строить отношения с другими людьми и когда следует пожертвовать чем-то ради сохранения отношений. Нас редко просят о жертвенности — мы просто знаем о ней. В библейской истории об Авигее все происходит так стремительно, что этот момент можно упустить. Навал

и Давид под воздействием своего эго вступают в схватку. Авигея не хочет, чтобы ее муж погиб. Ей необходимо уладить ситуацию — и очень быстро. И она точно знает, что нужно делать. В Библии нет отрывка, в котором подробно описывались бы ее размышления.

Подобный сценарий встречается так часто, поэтому мы даже не осознаем, что происходит. Приведу несколько примеров. Ваш муж не уверен в том, какой шаг в отношении карьеры ему следует предпринять или как реализовать свой следующий ход. Вы знаете, на что он способен и как ему помочь. Или у вашего ребенка возникли трудности в школе, и вы знаете, как помочь ему в учебе или в общении с одноклассниками. А вот еще один сценарий: вы принимаете участие в собрании у себя на работе или в местном сообществе. Другие участники тоже слышат, что говорят выступающие, но вы понимаете даже то, что остается недосказанным. В итоге вы предлагаете решения, которых не видят остальные.

В книге Орсона Карда *The Call of Earth* («Зов Земли») героиня по имени Хашит «живет, постоянно осознавая все связи и отношения между людьми, которые ее окружают. Способность чувствовать эту паутину — самое важное, что есть у нее в жизни, поскольку это позволяет ей наблюдать, как люди сближаются и отдаляются друг от друга, создавая сообщества и разрушая их».

«Да» — ключевое слово при формировании связей. Женщины знают, как говорить «да», как устанавливать контакты с другими людьми и строить отношения. Такое сильное качество женщин, как коммуникативность, хорошо служит нам как дома, так и в обществе.

Во время особенно трудного периода моей карьеры подруга Стейси Петри посоветовала мне прочитать статью профессора Гарвардской школы бизнеса Бориса Гройсберга под названием *How Star Women Build Portable Skills* («Как выдающиеся женщины формируют переносные навыки»). В ней шла речь о том, что женщины, как правило, менее болезненно по сравнению с мужчинами переживают переход на другую работу благодаря «переносимости» своих навыков.

По мнению Гройсберга, «женщины научились создавать за пределами своих организаций внешние сети клиентов, помощников и прочих специалистов, и эти сети не разрушаются, когда они уходят... Причина не в том, что они женщины, а в том, что они [женщины] часто

оказываются в изоляции, за пределами офисной властной структуры и им приходится преодолевать организационные барьеры. Поэтому они просто вынуждены формировать внешние сети».

Именно это невольно делала и я, для того чтобы справиться с должностными обязанностями. Я должна была выполнять свою работу, но при этом не получала необходимых ресурсов в компании. Поэтому, применив творческий подход, я начала устанавливать связи за ее пределами. Помимо всего прочего это позволило мне приобрести компетенцию, которая стала одной из самых сильных моих сторон.

Используйте формальную власть

Из вышесказанного не следует, что нам не нужно овладевать определенными навыками или что формальная или явная власть не имеет значения, особенно если речь идет о мечтах. На самом деле это тоже важно.

Я всегда с большим нетерпением жду публикации списка 100 самых влиятельных женщин мира в журнале Forbes. По словам редакторов издания, при его составлении «в Forbes анализируют кандидатуры женщин, стоящих во главе стран (таких как канцлер Германии Ангела Меркель), крупных корпораций (таких как руководитель PepsiCo Индра Нуйи) или влиятельных некоммерческих организаций (таких как председатель попечительского совета благотворительного фонда Роберта Вуда Джонсона Райза Лавиццо-Мюррей). Рейтинг определяется по двум критериям: известность (по количеству упоминаний в прессе) и масштаб организации или страны, которую возглавляет женщина».

Мне нравится, что у этих женщин есть формальная власть. Они могут говорить тихо — и их все равно услышат. Кроме того, у них есть «большая дубинка», или необходимые средства (как правило, финансовые), для того чтобы претворить свои слова в действия. Для женщин обладание формальной властью — поразительное достижение, особенно учитывая то, что нам неизменно внушают: женщина может быть женственной только тогда, когда что-то кому-то отдает. Я же хочу делать это еще лучше — мы все стремимся к этому. Некоторые политические замыслы не будут реализованы, бизнес-

концепции не получают финансирования, а несправедливость не будет устранена до тех пор, пока мы не научимся делать это лучше. Другими словами, для того чтобы осуществить свои мечты, нужно осмелиться сделать нечто такое, что несвойственно нам как женщинам. Когда мы признаем существование этого камня преткновения, мы станем с большей готовностью искать и осуществлять свои мечты.

Осознайте, что вы способны на многое

Для женщин очень важно применять свои врожденные коммуникативные способности. При этом нельзя позволять окружающим думать, что нам все удастся только благодаря тому, что мы женщины.

Когда я работала инвестиционным аналитиком, меня считали компетентным специалистом, что подтверждали результаты опросов, проведенных разными организациями, в том числе журналом Institutional Investor. Но лишь к концу первых десяти лет работы в качестве аналитика я сама поверила в то, что чего-то стою. Я превосходно проводила встречи между главами компаний и клиентами (потенциальными инвесторами), добивалась больших успехов в маркетинге своих идей и умела распознавать потребности клиентов (предполагается, что женщины должны это уметь). Однако все эти навыки не были оценены по достоинству в моей компании. Хотя я прекрасно справлялась с разработкой финансовых моделей, анализом бизнеса и выбором акций, мои коллеги не раз пренебрежительно говорили: «Уитни добивается успеха при помощи навыков межличностного общения». Мне понадобилось немало времени, чтобы научиться игнорировать эти ехидные замечания и понять: клиенты платят Merrill Lynch за получение доступа к результатам моих исследований лишь потому, что считают меня ценным источником информации. Возможность работать со мной была для них важной, даже решающей, но одной только моей «деликатности» было бы для этого недостаточно.

Энн Криттенден высказывает примерно такую же мысль в книге *If You've Been a Mother You Can Do Anything* («Если вы были матерью, вы можете все»): «Что может быть более трансформирующим, чем

превращение несмышленного, требовательного младенца в мыслящего, сострадательного, трудолюбивого, законопослушного взрослого человека? Совершенно очевидно, что родители, которым удастся помочь ребенку раскрыть весь свой потенциал, и есть истинные трансформационные лидеры». Я бы добавила к сказанному следующее: родители, в частности матери, обманывают сами себя, веря в то, что суть хорошего воспитания сводится к применению навыков межличностного общения.

Проявляйте терпение и старайтесь видеть перспективу

Терпение — еще одна сильная сторона женщин. Большинство из нас знают, что такое жертвовать ресурсами и временем ради того, чтобы помочь своим близким стать теми, кем они хотят стать. И обусловлена такая жертвенность историческими причинами. Мужчина всегда был кормильцем в семье, поэтому все ресурсы направлялись на то, чтобы он мог заработать на обеспечение семьи.

Женщины живут совсем иначе. Нам приходится одновременно уделять внимание многим аспектам жизни. В большинстве случаев из-за свойственной нам склонности делать что-то для других мы откладываем на потом свои заветные мечты (кроме заботы о близких). Да и на воплощение мечты увидеть своих детей счастливыми, ответственными взрослыми людьми потребуются не один десяток лет. Поэтому нам крайне необходимо терпение. Наша жизнь состоит из отдельных фрагментов, но мы не видим картины целиком. Однако со временем все эти фрагменты, как пазлы, сложатся в единую картину. Не забывайте: Джулии Чайлд было за тридцать, когда она пошла на кулинарные курсы; больше сорока, когда она стала кулинарным тренером; и за пятьдесят, когда увидела свет ее книга «Уроки французской кулинарии»^[26]. Порой, для того чтобы наши мечты сбылись, требуется время.

Сарен Лузли получила диплом бакалавра в колледже Уэллсли и диплом магистра педагогики Гарвардского университета. Она одна из основательниц сайта The Power of Moms (powerofmoms.com). Благодаря таким качествам, как терпение и способность видеть перспективу, Сарен сумела использовать свое стремление решать

крупные проблемы в странах третьего мира для того, чтобы улучшить ситуацию в местном сообществе и помочь женщинам обрести радость в материнстве.

Сарен Лузли: сила матерей

В рамках базового университетского курса я изучала историю развития стран третьего мира, а затем повышала уровень знаний в магистратуре. В годы учебы мне казалось, что я знаю массу блестящих способов решения многих жизненно важных проблем. Но по определенным причинам мне так и не удалось реализовать свои идеи.

Я занималась интересными вещами: работала в детских домах в Восточной Европе, ездила с гуманитарной миссией в Кению и Боливию, принимала участие в организации волонтерских проектов в масштабах всей страны, внедряла программы в школах для бедных, а затем начала рожать детей.

Когда наконец я нашла подходящего мужчину, период моей репродуктивной способности приближался к концу, поэтому мы быстро создали семью и активно занялись решением вопроса продолжения рода. Я родила пятерых детей всего за пять лет, поскольку жизнь приготовила мне приятный сюрприз — подарила близнецов.

Я всем сердцем любила своих малышей и благодарила судьбу за то, что сбылась моя мечта о семье, но мне было очень трудно растить их. Я пыталась обеспечить их базовые потребности и при этом чувствовала, что моя мечта изменить мир отодвигается все дальше и дальше. В промежутках между укладыванием детей спать и заменой памперсов я бралась за самые разные общественно значимые дела. Кроме того, проводила тренинги и консультации, выполняла ту или иную работу для церкви и помогала создавать некоммерческую организацию, сотрудничавшую с детскими домами в Болгарии. Тем не менее моя жизнь сводилась главным образом к будничным и во многих случаях не очень приятным делам. Разве мне не было уготовано нечто большее?

Однажды я прочитала слова матери Терезы, которые мне запомнились: «Мы не можем делать великих дел, только малые дела, но с великой любовью». Материнство, по всей вероятности, ярчайший пример самой длинной цепочки малых дел, воздействие которых (при наличии огромной любви и вдумчивого подхода) может ощущаться на протяжении нескольких поколений. Я осознала: возможно, мое «дело», цель всей моей жизни находится прямо у меня под носом. Растить детей, способствовать улучшению ситуации в местных школах, быть хорошей соседкой и подругой, учиться у других матерей и поддерживать их — вполне вероятно, все это представляет собой еще более «великое» дело, чем любое другое, которым я могла бы заняться.

Мои дети знают о проблемах, существующих в мире, и молятся по вечерам о болгарских сиротах, для которых мы каждое Рождество собираем пожертвования. Но я также надеюсь, что они поняли и то, на что мне понадобилось много лет: даже самые малые дела, позволяющие улучшить окружающий мир, порой доставляют больше удовлетворения, чем попытки повлиять на множество людей и принимать участие в масштабных проектах.

Позаботиться об одиноком соседе не менее важно, чем отправить деньги сироте. Предложить дружбу ребенку, оставленному без внимания в школе, так же важно, как и накормить голодающих в Африке. Выполнять волонтерскую работу в классах моих детей и помогать им делать домашнее задание не менее важно, чем изменить к лучшему систему образования в целом. Помочь интересным, целеустремленным матерям найти друг друга и поделиться своим опытом так же важно, как и помогать некоммерческим организациям накапливать ресурсы и знания.

Малые дела имеют очень большое значение. Без них невозможны великие дела. Мы с вами способны изменить мир к лучшему, если будем менять свое окружение по одному человеку, одной матери, одной семье за раз, и начинать надо прямо здесь и сейчас и в первую очередь с себя.

Мечты Сарен, на первый взгляд, противоречат друг другу: сложно посвятить себя материнским заботам и улучшить ситуацию в самых бедных странах мира одновременно. Подобно многим женщинам, она мечтала изменить мир к лучшему и не стала ждать, пока подрастут дети, а нашла возможность осуществить это, пусть и несколько иначе. Я не сомневаюсь, что однажды Сарен вернется к первоначальной мечте о помощи в решении проблем странам третьего мира, но ее способность видеть перспективу позволяет ей получать истинное удовольствие от того, что она делает сейчас.

Дорожите присущими женщинам сильными качествами

Книга Рика Риордана «Перси Джексон и море Чудовищ»^[27] — вторая из серии детских романов, основанных на древнегреческой мифологии. В ней рассказывается о том, как полукровки Перси Джексон (сын Посейдона) и Аннабет (дочь Афины) отправились на поиски волшебного золотого руна, чтобы исцелить с его помощью магическое дерево, защищающее их Лагерь. Причем надо было успеть это сделать прежде, чем на Лагерь напали бы чудовища.

После того как баран был принесен в жертву, золотое руно развесили на дереве, стоявшем в самом центре царства. Героиня романа Аннабет говорит об этом так: «Руно принесло тем землям процветание. Животные перестали болеть. Растения лучше росли. Земледельцы собирали обильные урожаи. О болезнях забыли. Вот почему Ясон хотел получить руно. Оно могло вдохнуть жизнь в землю, на которой находится. Оно исцеляет болезни, придает силы всему живому, очищает атмосферу».

Второе задание Психеи было тоже добыть руно, обладающее целительной силой. Для этого Психее следовало дождаться захода солнца, чтобы бараны разбрелись и она могла спокойно собрать пряди руна с колючих кустов. Способность Психеи добыть золотое руно, не подвергая себя опасности, — это метафора задачи, стоящей перед каждой женщиной: обрести власть, не теряя при этом чувства сопричастности и сострадания. Руно символизирует умение делать свое дело, помогая другим и придавая им сил.

В процессе поиска сильных сторон важно проанализировать свою идентичность, в том числе такой ее аспект, как пол. Женщины порой теряют из-за этого некоторые возможности — как Юнис Шрайвер, основательница специальных Олимпийских игр для умственно отсталых людей. Говорят, отец Юнис как-то раз сказал, что она стала бы отличным политиком, если бы была мужчиной. Однако мы открываем для себя эти возможности, когда избавляемся от страха ради тех, кого любим, когда пытаемся определить свою эмоциональную сонастроенность, врожденные навыки формирования отношений и способность видеть отдаленную перспективу. Наши женские сильные стороны не всегда получают должную оценку или признание. Как пишет Сет Годин, «чем легче представить что-то в количественной форме, тем меньше его ценность». Когда мы осознаем, какие способности и таланты присущи женщинам, у нас появится еще один инструмент, приближающий нас к мечте.

Цените свою женственность

Раньше люди смотрели на игровую площадку и говорили, что мальчики играют в футбол, а девочки ничего не делают. Но девочки не не делали ничего — они разговаривали. Они обсуждали друг с другом окружающий мир. И они стали гораздо более сведущими в этом вопросе, чем мальчики.

Кэрол Джиллиган, американский психолог

- Вы когда-нибудь думали о том, что способность проявить твердость ради близких людей — одна из сильных сторон женщины?
- Как эмоциональная сонастроенность и навыки формирования отношений определяют ваши мечты?

- Может, подобно Джулии Блейк, вы уже живете жизнью своей мечты?
- Придают ли ваши мечты больше сил вам и вашим близким?

Глава 10

Найдите правильный масштаб своей мечты

В мифе о Психее (см. главу 3) говорится о том, какие качества женщине следует развить, чтобы стать полностью сформированной личностью. Психея могла воссоединиться с возлюбленным только при условии выполнения четырех заданий, сложность которых порой заставляла ее усомниться в своих возможностях. Точно так же каждая из нас может стать такой, какой себя видит, преодолевая возникающие трудности.

Подобно Психее, современные женщины должны уметь расставлять приоритеты и анализировать свои мечты, невзирая на противоречивые чувства и привязанность к близким. Научиться доверять своим суждениям — один из самых главных навыков, которым нужно овладеть, чтобы достичь истинной зрелости. Расставлять приоритеты следует «на свежую голову», предоставив своему подсознанию (хранилищу глубоких убеждений и принципов) возможность все тщательно взвесить. Прислушиваясь к своей интуиции, мы получим ниспосланные свыше подсказки, позволяющие определить правильный масштаб своей мечты. Рассмотрим в качестве примера историю Ребекки Нильсен — матери девочек-двойняшек, обладательницы диплома МВА Гарвардской школы бизнеса и в прошлом старшего директора United Health Group.

Ребекка Нильсен: как я определила правильный масштаб своей мечты

Много лет назад я поставила перед собой цель возглавить Красный Крест. В то время я считала, что учеба в школе бизнеса и овладение навыками управления в частном секторе — важные аспекты подготовки к руководству крупной неправительственной организацией. Когда я обратилась к преподавателю химии с просьбой дать мне рекомендации, он ответил: «Ребекка, я не вижу вас в бизнесе. Я вижу вас руководителем Красного Креста».

Я не могла сдержать улыбки. Я упомянула об этой мечте в заявлении о приеме в школу бизнеса, а также во время вступительного собеседования. После каждого занятия я записывала в дневнике свои мысли о том, как знания в области бренд-менеджмента, стратегии, управления или финансов помогут мне работать в благотворительной сфере. И я ставила перед собой

реальную, осязаемую цель — возглавить Красный Крест. После окончания школы бизнеса на протяжении пяти лет я работала в здравоохранении, развивая общие навыки управления.

Прошло какое-то время. Сейчас я неработающая мать двух замечательных дочерей. Полностью погрузившись в их воспитание, я больше думаю о том, как бы отоспаться, а не о сборе пожертвований на ликвидацию последствий стихийного бедствия. Тем не менее я помню о предостережении поэта Лэнгстона Хьюза, утверждающего, что, если мечту отложить, она может «в изюм превратиться, как виноград, оставленный на солнце сушиться», — и использую любую возможность, чтобы поразмышлять об этой цели. Благодаря переоценке своей мечты я определила несколько важных ориентиров: наслаждаться тем временем, которое я провожу со своими девочками, и продолжать уделять им максимум внимания в ближайшие годы. Теперь у меня есть конкурирующие мечты, однако я по-прежнему надеюсь, что смогу добиться успехов в осуществлении каждой из них, но не обязательно одновременно. Через несколько дней после того, как я написала в блоге этот пост, умерла моя тетьа. Она прожила прекрасную жизнь и добилась выдающихся профессиональных результатов. И она делала все поэтапно. Когда старший ее ребенок пошел в детский сад, тетьа начала писать. В последующие годы она опубликовала двенадцать книг. В основу ее самых заметных работ положен опыт воспитания детей.

Думаю, в моей жизни наступит период, когда я вновь вернусь к мечте возглавить Красный Крест. Кроме того, я считаю, что мой материнский опыт станет ценным подспорьем в работе по оказанию гуманитарной помощи.

Возможно, мне придется выбрать другой, более подходящий масштаб для своей мечты, поскольку традиционного управленческого резюме у меня не будет, но я не впадаю в уныние. Если мне не удастся возглавить крупную некоммерческую организацию, я смогу войти в состав ее попечительского совета, заниматься гуманитарной работой на местном уровне, а также последовать примеру своих родителей и принять участие в длительной гуманитарной миссии за рубежом. Возможно, это позволит мне изменить мир к лучшему. Хотя моя цель может меняться, ее суть — использовать свои навыки в гуманитарной сфере — остается неизменной и вполне достижимой.

Позвольте себе оплакать несбывшиеся мечты

Хотя сейчас Ребекка ищет оптимальный масштаб своей мечты, это не всегда возможно сделать. Моя подруга Салли Харкер однажды сказала за обедом: «Мне нравится в твоём блоге почти все, особенно истории о женщинах, осуществивших свои мечты. Но как быть с теми, кому это так и не удалось?» Для того чтобы подкрепить свою точку зрения, она прислала ссылку на карикатуру в журнале *New Yorker*, в которой хорошо одетая женщина спрашивает у продавца элитного магазина: «Что вы можете предложить, чтобы заполнить темные пустоты в моей душе?»

Я отвечу на это риторическим вопросом: вы реализовали все свои мечты? Я — нет. У вас в душе есть пустоты, которые вам не удается заполнить — во всяком случае тогда, когда хотелось бы? У меня есть. Когда мечты остаются неосуществленными, это вызывает грусть — и мы должны с уважением относиться к этому чувству. Не совсем верно писать свои истории в попытке заполнить пустоты в душе, и подавать в них себя как героинь, и делать большие пожертвования. Рассмотрим в качестве примера историю Джилл Боумен, адвоката по защите интеллектуальной собственности из Остина. Джилл ведет юридический блог для стартапов Law for Startups, а также вдохновляющий сайт по развитию карьеры для молодых женщин lookilulu.com.

Джилл Боумен: резкие перемены и неожиданные повороты

Я мечтала стать адвокатом с правом выступления в судах, участвовать в крупных судебных процессах и выигрывать их. Но моя мечта оказалась под угрозой из-за беременности двойней, которая меня едва не убила. В буквальном смысле слова. Во время беременности я испытала и шок, и трепет. Она повлекла за собой гибель, разрушение и возрождение моей идентичности и юридической карьеры.

Я работала адвокатом по защите интеллектуальной собственности в крупной юридической компании в Чикаго, когда беременность спровоцировала у меня сердечную недостаточность. После пятнадцати лет бесплодия беременность стала для меня приятным сюрпризом. Однако ее последствия — сердечная недостаточность и необходимость отказаться от юридической практики — привели в шок.

Хотя удалось обойтись без трансплантации сердца, со временем я поняла, что мне понадобится «пересадка» карьеры. Когда мое сердце более-менее пришло в норму, я мужественно попыталась вернуться к своей мечте и любимой работе. Но оказалось, что мне не под силу перенести многочасовой рабочий день и поездки, которых требовало участие в судебных процессах. Хроническая боль в груди, два малыша и недовольный муж изматывали меня. В юридической компании ко мне относились исключительно благосклонно и всячески поддерживали, но у меня не хватало жизненной энергии на то, чтобы совместить разные аспекты своей жизни.

Не справившись с нагрузкой, я отказалась от первоначальной мечты. Отступила, затаилась и перегруппировалась. Затем сделала годичный перерыв в юридической практике, чтобы отдохнуть, восстановить силы, побыть с детьми и открыть для себя новые возможности.

За это время я переосмыслила свое отношение к карьере. Я много беседовала с женщинами, которые пытались совмещать мечту о материнстве с карьерными амбициями. Мне удалось определить, что наполняет меня энергией и вызывает интерес; это оказалось консультирование, обмен информацией и писательский труд. Я поняла, что хочу помочь людям

(особенно женщинам) избежать страданий, чем бы они ни были вызваны — незнанием законов или непониманием того, какие возможности открыты перед ними.

Я оценила свои активы. Во-первых, я «ходячий учебник» по праву в области интеллектуальной собственности. На протяжении многих лет я занималась вопросами ее кражи и разрешением споров в этой сфере и часто видела, какие ошибки совершают компании. Кроме того, за более чем двадцатипятилетнюю карьеру я многое узнала о профессиональной деятельности и возможности найти работу, которая приносила бы удовлетворение и достойное вознаграждение с учетом индивидуальных сильных сторон и интересов. Я начала искать новую область применения своим знаниям и нашла способы принести людям пользу, решив сфокусироваться на консультировании и помощи начинающим компаниям избежать юридической ответственности и защитить свою интеллектуальную собственность.

Для того чтобы делиться своими знаниями, я создала блог IP Law for Startups («Законодательство об интеллектуальной собственности для стартапов»), в котором даю базовые уроки по таким темам, как коммерческая тайна, торговая марка, авторское право и патенты, а также рассказываю, как избежать серьезных ошибок, разрушающих ценность интеллектуальных активов. Лишь немногие стартапы, особенно те, которые принадлежат женщинам и редко получают венчурное финансирование, могут воспользоваться услугами крупной юридической компании. Я испытываю чувство глубокого удовлетворения, когда мне удается помочь какой-либо компании разработать стратегию, позволяющую ее владельцам защитить интеллектуальную собственность, и поддержать их мечты в сфере бизнеса.

Но у меня была еще одна мечта — помочь молодым женщинам понять, какие у них карьерные перспективы. Вместе с сестрой Джули Симмонс мы создали сайт lookilulu.com, на котором женщины рассказывают о своих наблюдениях, карьерном пути и о том, как им удается совмещать материнство с профессиональной деятельностью. Когда мы с сестрой росли на ферме, нам трудно было представить, что женщина может сделать успешную карьеру. С помощью lookilulu мы хотим помочь молодым женщинам увидеть то, чего не видели мы: мечты не развиваются линейно, они многократно меняются и делают неожиданные повороты.

На собственном горьком опыте я убедилась, что с течением жизни мечты действительно могут меняться. Я поняла, что очень важно искать новые мечты, когда старые становятся неосуществимыми. Уверена, что в будущем у меня появится много мечтаний. Я всегда открыта для них.

В постскрипуме к своему посту Джилл пишет: «В детстве я не планировала становиться юристом. Девочка из маленького городка в сельской местности, я боялась мечтать. Я любила естественные науки, но вместо поступления в медицинский колледж выбрала низкооплачиваемую работу в лаборатории и планировала бросить ее после рождения детей. Но оказалось, что я не могу их иметь. Когда

примерно в тридцать лет я поняла, что мечтать — неотъемлемое право даже в моем случае, то поступила на юридический факультет университета. Защита интеллектуальной собственности объединяет мою любовь к праву и науке».

Когда Джилл была молода, она мужественно расширила границы своей мечты и нашла нестандартный подход. Когда у Джилл родились дети, она снова трансформировала свои мечты. Новые мечты оказались во многих отношениях гораздо масштабнее и были ориентированы на оказание помощи более широкому кругу людей.

Лори Лин Прайс, специалист по биостатистике в медицинском центре Тафтса и профессиональный генеалог (bridgingthepast.com), мечтает о том, что еще не сбылось, — выйти замуж и стать матерью.

Лори Лин Прайс: мост между прошлым и будущим

Я поступила в колледж с планами выйти замуж еще во время учебы и твердым намерением закончить ее, несмотря на замужество. Поэтому я была совершенно застигнута врасплох, когда однажды утром проснулась и поняла, что до окончания колледжа осталось несколько недель, а у меня нет никаких перспектив выйти замуж.

Хотя диплом для меня был очень важен, я планировала свою карьеру исходя из того, что буду неработающей мамой, и даже не думала о работе вне дома. Однако курс обучения подходил к концу и мне нужно было принять какое-то решение. Не будучи уверенной в том, чего я хочу — поступить в магистратуру или найти работу, — я решила пройти интернатуру в Кливлендской клинике, чтобы определить планы на будущее.

С тех пор прошло уже двенадцать лет; я по-прежнему не замужем, но все же с удовольствием вспоминаю о тех возможностях, которые появились у меня за этот период. Работа в таком престижном медицинском центре, как Кливлендская клиника, открыла мне путь к получению должности практически в любом медицинском исследовательском учреждении. Мой босс предоставил мне полномочия, что было нетипично для специалиста с моим опытом. Со временем я получила степень магистра по статистике и переехала в Бостон, получив работу в Медицинском центре Тафтса.

Кроме того, у меня была возможность много путешествовать как по Соединенным Штатам, так и за границей: я побывала в Египте, Израиле, Португалии, Мексике и Канаде. Я получила еще дипломы и занималась самыми разными хобби, такими как фотография, изготовление открыток и ювелирных украшений, генеалогия. Если бы я вышла замуж еще в годы учебы в колледже, на все эти занятия у меня могло бы и не найтись времени или денег.

Не так давно я вернулась в магистратуру для изучения истории. Во время учебы в колледже я планировала изучать этот предмет, а также статистику, но в конце концов решила остановиться на последней дисциплине. Впоследствии оказалось, что это было мудрое решение: моя карьера

специалиста по биостатистике очень увлекательна, хорошо оплачивается и, самое важное, доставляет мне удовольствие.

Кроме того, я объединила знания по истории и генеалогии и разработала курс лекций для специалистов по генеалогии под названием «Мост в прошлое», в котором рассказывается о влиянии исторических событий на повседневную жизнь обитателей колониальной Новой Англии. Одна из моих самых любимых лекций посвящена сопоставлению образа жизни удивительных колониальных женщин с жизнью современниц.

Моя жизнь существенно отличается от той, какой я ее представляла в юности. Я думала, что стану женой и матерью. Мне было больно наблюдать за тем, как пять моих младших сестер выходят замуж и рожают детей, тогда как я по-прежнему одна. И все же мне удалось использовать все те возможности, которые открывались передо мной. Сейчас у меня появились новые мечты, а счастье приходит в мою жизнь совершенно неожиданными путями.

Лори Лин ищет новые пути осуществления своих мечтаний. Она признает: ей доставляет боль тот факт, что она до сих пор одинока. Однако она осознает, что положение незамужней женщины открыло для нее массу других перспектив. Во многих случаях неподвластные нам обстоятельства вынуждают искать мечты более подходящего масштаба, а также просто осознать, что не все зависит исключительно от нас.

Я осознала это после того, как у меня случился выкидыш. Когда нашему сыну исполнилось два года, мы с мужем были готовы завести еще одного ребенка, и я без каких-либо проблем забеременела — точно так же, как и в первый раз. Однако мои тщательно разработанные планы рухнули, когда уже на первом месяце беременности я потеряла ребенка. Эмили Нильсон, получившая степень бакалавра по музыке в Массачусетском университете в Бостоне, рассказывает, что она узнала о разбитых мечтах после того, как у нее произошел выкидыш.

Эмили Нильсон: все времена года прекрасны по-своему

В обычный осенний день вы можете найти меня в саду, где я собираю овощи и фрукты, нюхаю цветы и наслаждаюсь природой. И этот сад люблю не только я: в любую минуту здесь можно встретить ребенка с полной пригоршней зеленой фасоли, забрызганного соком спелых помидоров, или моего мужа. Наш сад, наполненный щедрыми дарами природы и любовью, как будто продолжение нашего дома.

В прежние годы о саде заботился либо мой муж, либо я в зависимости от того, у кого на это было больше времени и сил. «Смотритель» сада разбивал огород, сажал растения и ухаживал за ними вместе с детьми. Все это кажется

само собой разумеющимся, не так ли? Однако я обнаружила, что все далеко не так просто и в этом году мой сад выглядит совсем по-другому — по причине, о которой вы даже не догадываетесь. Дело в том, что в феврале я потеряла ребенка на шестнадцатой неделе беременности.

Шестнадцать недель я взращивала самый драгоценный, самый прекрасный плод, который может произвести на свет род человеческий. Я запланировала его, лелеяла и заботилась о нем. А затем, когда я уже была уверена в том, что ничто не помешает мне насладиться урожаем, мой драгоценный плод умер. Вот так. Никакого урожая, никакого плода. Никакого милого, нежного младенца, который стал бы моим.

Через несколько месяцев, когда мы с мужем начали обсуждать посадку огорода, я испытывала только безразличие, усталость и изнеможение. Уход за участком — тяжкий труд. Теперь, спустя немного времени, я понимаю, что тогда просто не хотела вкладывать сердце и душу во взращивание того, что потребует сил и здоровья, а затем может погибнуть. Я не хотела быть «смотрителем» нашего сада. Между тем муж был занят делами и пытался преодолеть свою печаль, поэтому тоже не стал им заниматься.

Все лето и осень я старалась не выходить в сад. Но на этой неделе, придя на задний двор, чтобы собрать для детей что-то на огороде, я посмотрела на участок с жухлой травой, стоявший в окружении плюща и разноцветных роз, и испытала острое сожаление о том, что мы так запустили его.

В этот момент мне в голову пришла одна ясная мысль, обнадеживающая, прекрасная, которую я приписываю Богу, — мысль, напомнившая мне: все времена года прекрасны по-своему. Они начинаются и заканчиваются, приходят и уходят. Сейчас, в ноябре, в моем неухоженном саду нет никаких плодов не потому, что мы его забросили. В это время все сады пустеют, поскольку закончился сезон.

А следующей весной наступит новый сезон, незатронутый прошлыми невзгодами; и деревья снова расцветут. Я испытала радость и облегчение. У нас был шанс снова начать заботиться о своем саде и вернуть ему былую красоту. Почти в тот же момент я осознала, что, подобно саду, наша семья тоже может преодолеть последствия удара судьбы.

Сейчас я ношу еще одного ребенка — и благодарна Богу за то, что смогла понять простую истину: одни времена года приносят грусть, а другие — счастье. Горечь одной поры может сопровождаться приятным предвкушением той радости, которую принесут следующие времена года.

Эмили решила мечтать о ребенке — прекрасном новом члене семьи. Но, увы, ее мечте не суждено было сбыться. Осмеливаясь мечтать, мы готовимся произвести на свет частичку себя. Мы живем в ожидании чуда. Но иногда мечта умирает. И это превращается для нас в трагедию.

Однако со временем мы находим в себе силы осмыслить происшедшее и рассказываем об этом свою историю. Оплакав несбывшуюся мечту, мы берем себя в руки и снова начинаем мечтать.

Именно так поступила Шауни Потир — мать и блогер (71toes.com). Недавно она запустила проект I Love Lucy («Я люблю Люси»), для того чтобы собрать средства на исследования по борьбе со слепотой. У младшей дочери Шауни обнаружили синдром, который вызывает потерю зрения.

Шауни Потир: проект «Я люблю Люси»

После рождения каждого ребенка (а их у меня пятеро) я впадала в состояние эйфории. Я сидела с ним на кровати в больничной палате и пристально всматривалась в его глаза, а мое сердце разрасталось до размера арбуза от избытка любви. Эти младенцы были воплощением моей мечты — мечты стать матерью.

Переживая новые ощущения, я мечтала о том, какой полной и приносящей удовлетворение будет жизнь моих детей. Разумеется, мы, матери, не допускаем даже мысли о том, что у детей могут быть проблемы со здоровьем или на их долю выпадут тяжелые испытания. Я мечтала только о хорошем. Однако после рождения пятого ребенка, Люси, мои большие мечты кардинально изменились. Она ненавязчиво познакомила меня с реальностью.

Люси родилась не только с лишним пальцем на ноге и парой родимых пятен — у нее обнаружили еще и задержку развития. Даже в три месяца она не улыбалась, несмотря на все мои попытки как можно сильнее напрягать мышцы своего лица, чтобы показать ей, как это делается. Люси могла переворачиваться так долго, что это казалось вечностью. Она поздно научилась сидеть и почти до двух лет не ходила.

Мы с мужем измучились от беспокойства. Когда мы ходили от одного врача к другому, пытаясь разобраться, в чем проблема, я поняла, что со своими первыми четырьмя детьми жила в мире иллюзий. Все они развивались вполне нормально. На одной неделе научились играть в «ку-ку». На следующей уже умели показывать поцелуйчики. Затем начали говорить слова — сначала по одному, а затем целыми десятками. Это было нормальное развитие.

Люси пришлось проходить курс логотерапии, а затем физиотерапии. Ей делали МРТ и тесты на проверку слуха, во время которых ее приходилось держать на руках, поскольку она была очень беспокойным ребенком. В лаборатории, где делали анализы крови, я подружилась с медсестрами, и они помогали мне держать Люси во время бесконечных заборов крови для различных анализов, которые назначал врач-генетик.

В прошлом году одним зимним днем раздался звонок, которого мы ждали. Нам сообщили, что у Люси синдром Барде–Бидля — редкая болезнь, вызывающая проблемы с сердцем и почками, ожирение и, самое ужасное, слепоту.

В тот момент мир как будто померк для меня, а мысли вихрем закружились в голове. Я беспокоилась о муже, который всегда стремился «исправлять» то, что пошло не так, но решить такую проблему было не в его власти. Меня

волновало, смогут ли другие дети получить достаточно нашего внимания, учитывая особые потребности Люси.

У меня обрывалось сердце, когда люди заговаривали с нами о фонде для слепых и азбуке Брайля, занятиях для маленьких детей, на которых учат ходить с костылями, о проблемах с сердцем и почками, вызванных этим синдромом, риске диабета и пересадке почек.

Синдром Барде–Бидля не был частью той жизни, о которой я мечтала для своей дочери, лежа в больничной палате после ее рождения. Что же будет с моими мечтами? Я потеряла все свои большие мечты и позволила страху проникнуть в душу. Сможет ли Люси выполнять обычные жизненные функции? Будут ли у нее друзья? Не останется ли она зависимой от нас навсегда? А как насчет моей мечты о том, что когда-то она станет женой и матерью?

Через год после того, как Люси поставили диагноз, я вдруг осознала, что именно жизненные трудности больше всего помогают нам развиваться. А трудности есть у всех, как и мечты, так и не ставшие реальностью. Проблемы, с которыми мы сталкиваемся, постепенно формируют нашу личность — и у нас появляются другие мечты.

Когда изменились мои мечты в отношении Люси, изменились и мои материнские мечты. Все то прекрасное, чего я желаю своим детям, по-прежнему присутствует в них, но борьба за Люси, против угрожающей ей слепоты, лечение которой может быть найдено, зажгла во мне огонь.

Это настоящая радость — бороться за нечто такое, что больше меня самой и моей семьи.

То, что довелось пережить Шауни, не редкость для родителей. У каждого из нас есть мечты в отношении детей, но порой либо из-за генетической аномалии, либо из-за индивидуальных особенностей ребенка они умирают или меняются. Шауни обрела покой и силу, придав мечтам новое направление. А есть ли в вашей жизни мечты, направление которых необходимо изменить?

Придайте мечтам новое направление

Несколько лет назад мне предстояло посетить один торжественный прием. По этому случаю я впервые в жизни пошла платье на заказ. Должна признать, оно было роскошным, но для меня это событие означало еще и раскрепощение. Я выбрала ткань в тон к моему цвету кожи, волосам и даже к особенностям моего характера. Самым приятным оказался момент, когда портниха сняла с меня мерки. Не я должна была соответствовать платью, а платье — мне. То же самое можно сделать и с мечтами. Они могут быть либо обычными, либо (при малейших усилиях с нашей стороны) приспособленными к

нашим потребностям. Из своих сильных сторон — талантов, компетенций, принципов и идентичности — мы можем создать мечту, подходящую нам во всех отношениях.

В большинстве случаев оптимизация масштаба мечты подразумевает сокращение размаха одной мечты с целью высвобождения места для другой. Однако очень важно оставаться открытыми и для увеличения масштаба своих стремлений. Возьмем, к примеру, Меган Нельсон, которая не решалась подать заявление о приеме на юридический факультет, но после нашего разговора собирается сделать это.

А вот еще пример: Мелисса Д'Арабиан, победительница пятого сезона телевизионного шоу The Next Food Network Star, обошла тысячи других кандидатов. До участия в конкурсе Мелисса не работала, так как она мать четырех маленьких дочерей. Решив попробовать свои силы, она осмелилась мечтать, хотя поначалу и сомневалась в себе. Она хорошо готовила и выполняла эту работу для одной семьи, чтобы оплачивать учебу в школе бизнеса, — но у нее не было профессиональной базы. Многие люди, в том числе и Мелисса, сбрасывали ее со счетов как всего лишь неработающую маму и повара-любителя. На протяжении нескольких месяцев мы наблюдали, как она постепенно из неуверенной в себе женщины превращалась в смелого, решительного человека, способного мечтать о большем и бороться за свою мечту.

Мы должны позволить себе мечтать, мыслить шире и масштабнее. Однако порой мы сталкиваемся с необходимостью корректировать свои мечты, приспособив их к жизненным обстоятельствам. Приспособить мечты к сложившейся ситуации, проанализировать имеющиеся возможности и правильно расставить приоритеты — грандиозная задача, для выполнения которой нам необходимо положиться на интуицию, глубинное ощущение собственного «я» и ключевые убеждения и принципы. Но если мы справимся с этой задачей, мы сможем создать для себя идеальную мечту.

Какая вам нужна мечта: обычная или оригинальная?

Будь очень осторожна, если позволяешь кому-то определять, что хорошо, а что плохо для тебя^[28].

Лоис Макмастер Буджолд, американская писательница-фантаст

- Почему научиться анализировать имеющиеся возможности и присваивать им определенный приоритет — одна из важнейших задач, обеспечивающих развитие женщины?
- Есть ли у вас мечты, которые в настоящее время пересекаются друг с другом? Как вы определяете их приоритетность?
- Если вы откладываете какую-то мечту на потом, не думали ли вы завести дневник, в котором можно было бы записывать, как то, что вы делаете сейчас, поможет вам достичь ее в будущем?
- Некоторые мечты могут оставаться неосуществленными неопределенное время. Относитесь ли вы к этой потере с уважением?
- Несбывшиеся мечты могут открыть новые возможности, новые мечты и принести настоящее счастье. Какие несбывшиеся мечты высвободили ресурсы (время, деньги и энергию), которые можно вложить в ваши теперешние желания?
- Не пора ли придать новое направление одному из своих стремлений или изменить его?
- Есть ли в вашей жизни занятие, от которого пришлось отказаться, хотя в прошлом вы любили его? Можете ли вы объединить свои детские навыки с навыками, приобретенными во взрослой жизни, для того чтобы рассказать себе новую историю, более соответствующую вам теперешней?
- Есть ли у вас мечта, масштаб которой необходимо увеличить? Что ради этого следует сделать? И почему вы все же не решились на это?

Часть III

ДЕЙСТВУЙТЕ. ОСУЩЕСТВИТЕ СВОИ МЕЧТЫ

О чем бы вы ни мечтали, приступайте! В смелости есть и гений, и сила, и волшебство.

Гете, немецкий поэт

Женщины, как никто другой, умеют добиваться результата. Нас невозможно удержать, когда мы делаем что-то для окружающих, помогая им осуществить свои мечты. А как насчет ваших только что обретенных или заново открытых мечтаний? Вы осознали необходимость мечтать; вы даже знаете, какова ваша мечта, но боитесь приступить к ее реализации. Прежде всего откажитесь от традиционного планирования, поскольку мечты рождаются на пути открытий. Став на него, вы окажетесь не там, где начинали, но, не сделав первого шага, не сможете никуда прийти. Далее вам необходимо собрать свою команду мечты — группу наставников и экспертов, чирлидеров и таких же мечтателей, которые понимают ваши цели и помогут вам их достичь. Считайте женщин, с которыми познакомились на страницах книги, членами своей команды мечты. Попробуйте понять, что вас ограничивает. По всей вероятности, вы уже привыкли довольствоваться тем, что имеете. Подобно тому как мечты порой лежат прямо под носом, необходимые для их осуществления ресурсы тоже могут быть у вас под рукой. Проявите инициативу и назначьте своим мечтам свидание, причем несколькими одновременно — ведь вам не нужно брать на себя обязательства по отношению к тем из них, с которыми вы «встречаетесь». И последнее — дерзайте! Наберитесь смелости! Как только вы станете истинной героиней своей истории, перед вами откроются новые горизонты и вы увидите, насколько вы прекрасны, в вашей жизни начнут происходить удивительные перемены.

Глава 11

Станьте на путь открытий

Во второй части книги мы дали своим мечтам определение, оживив их едва различимые очертания. Начали мы этот процесс с подготовительной работы, научившись претендовать на главную роль в своей жизни и выделять в ней место для мечты. Затем мы определили свои сильные стороны (к числу которых относятся врожденные способности, приобретенные компетенции, убеждения и принципы и женская идентичность), после чего проанализировали, как они помогают найти и даже в какой-то степени определить наши мечты. Кроме того, поговорили о важности выбора правильного масштаба своих мечтаний, полагаясь при этом на собственные суждения.

Мечты рождаются на пути открытий

Процесс мечтаний состоит из открытий. Мечтая, мы рисуем в своем воображении нечто аморфное, а когда ставим перед собой задачи, направленные на достижение цели, наши стремления начинают обретать очертания. Нам почти всегда кажется, что мы знаем, куда идем; в действительности же это не так. К счастью, в этом мы не одиноки.

По данным профессора Колумбийского университета Амара Бхайди, в 90 процентах процветание успешных компаний обеспечила не первоначальная стратегия, разработанная основателями. Применительно к нашей теме этот принцип прозвучит так: в 90 процентах случаев первоначальный план не обеспечивает осуществления мечты. Развивая эту мысль дальше, можно прийти к такому выводу: мечта, которая, по нашему мнению, должна сделать нас счастливыми, редко оправдывает ожидания. Возьмем в качестве примера историю Джин Пейс — магистра изящных искусств в области писательского мастерства и матери четверых детей, которая живет в штате Индиана. К своему большому удивлению, Джин обнаружила, что самая заветная ее мечта — быть хранительницей домашнего очага и стать искусным поваром (tastycheapskate.blogspot.com).

Джин Пейс: вкусная экономия

Поскольку я родилась через одно поколение после феминистской революции, мне казалось, что я могу мечтать о чем угодно. Я могла стать врачом, юристом, певицей или писательницей. Могла путешествовать, преподавать. Передо мной был открыт весь мир — за исключением одного маленького темного уголка: я не могла освоить навыки ведения домашнего хозяйства. Это было не в моде. Учиться шить или готовить, думать или говорить о рождении детей — только не этим мы занимались с подругами. И разумеется, совсем не к этому призывали нас школьные учителя и психологи. Мне безумно нравились кулинарные шоу, и я была готова потратить на это немного денег, тем не менее так и не научилась готовить (и даже есть, поскольку постоянно беспокоилась по поводу своей фигуры).

После получения двух дипломов, путешествий, работы и службы в церкви я вышла замуж. Как и следовало ожидать, у меня появился ребенок. И я по-настоящему полюбила его — безоглядной, отчаянной материнской любовью. Это несколько удивило меня. А еще больше удивили мечты, открывшиеся для меня, когда я ушла с работы, чтобы ухаживать за малышом.

Как ни странно, я чувствовала, что у меня появилось больше времени, ведь раньше жизнь была заполнена учебой, работой и болезненным стремлением к совершенству и сверхдостижениям.

Я не готовила мозги, как Джулия Чайлд, а варила что-нибудь простое. Начала с полуфабриката Hamburger Helper. Я стояла над мясом, которое постепенно меняло цвет и запах, — и это пробуждало во мне что-то первобытное, глубоко личное и возбуждающее. У меня получилось! Я смогу накормить семью. Это ощущение очень напоминало то, что я испытывала, когда впервые кормила ребенка грудью. Это была первая версия того чувства, которое возникло, когда через какое-то время я сама вырастила продукты для нашего стола. По правде говоря, это было волнующее, даже опьяняющее чувство.

После первого удачного блюда я постепенно (очень постепенно) перешла к более сложным вещам. Я готовила яйца с помидорами и острым соусом. А однажды сделала картофельное пюре из свежего картофеля — и оно было гораздо вкуснее, чем из полуфабриката.

Моя мечта вдруг трансформировалась и стала ассоциироваться с детьми, домом, нашей мини-усадьбой, как я любила ее называть. А еще она была связана с кулинарией. По мере накопления опыта я стала экспериментировать с рецептами и применять творческий подход к приготовлению разных блюд. И хотя моя жизнь была ограниченной, мне она казалась более полноценной, чем когда бы то ни было.

Я начала обмениваться рецептами со знакомыми по электронной почте. Стала искать советы и новые рецепты в интернете. Постоянно читала что-то о продуктах, садоводстве, животных и земле. И с каждой очередной беременностью училась прислушиваться к сигналам своего организма. Я постоянно обменивалась рецептами с друзьями и родственниками.

И однажды вечером на меня нахлынул просто поток интересных идей. Накануне я пыталась сократить расходы на питание хотя бы на 200 долларов — а это непростая задача, если вы любите готовить. Я думала о комментариях политиков и журналистов по поводу того, что у бедных людей

не хватает денег и времени на приготовление «полноценной пищи». В тот же период мы с мужем (который работает парамедиком) обсуждали пагубное воздействие курения на людей и общество в целом. Мне стало интересно, могут ли люди прокормиться на те деньги, которые тратят на сигареты. А затем я подумала: сможет ли моя семья из шести человек прожить на эти деньги? Это был волнующий, пугающий и будоражащий разум эксперимент. Мне понравилась моя идея.

Через полгода появился на свет блог The Tasty Cheapskate («Вкусная экономия»). В нем я размещала рецепты, комментарии о еде и семейной жизни, а также заявила о бюджетной задаче: наша семья из шести человек попытается питаться за 6 долларов в день. Признаю, это граничит с одержимостью; но я стараюсь держать все под контролем. В процессе поиска и осуществления своих самых приятных мечтаний я поняла одно: они могут так и остаться мечтами, если у вас не хватает времени посидеть в сторонке, желательно с чем-нибудь вкусеньким в руке и пухленьким малышом на коленях.

Сейчас Джин Пейс мечтает не о том, к чему стремилась раньше, но, когда она решилась стать героиней своей истории, ее жизнь наполнилась «самыми приятными мечтами».

Профессор Колумбийского университета Рита Макграт так описывает планирование, основанное на открытиях: «Когда речь идет о работе в областях с высоким уровнем неопределенности, следует применять подход, отличающийся от традиционного планирования. В ходе последнего правильность плана определяется тем, насколько близки полученные результаты к плановым показателям».

По сути, традиционное планирование сводится к составлению контрольного списка. В обычный школьный день мы можем запланировать проснуться в 5:30, собрать детей в школу, сложить вещи в шкаф, заняться стиркой, сделать гимнастику, поработать пару часов над каким-то проектом, забрать детей из школы и отвезти на внеклассные занятия, приготовить и съесть ужин, выполнить домашнюю работу, почитать книгу, лечь спать. В конце дня мы оцениваем степень выполнения плана по количеству пунктов, с которыми нам удалось справиться. При традиционном планировании нам известно, что нужно сделать и что будет происходить, поэтому мы можем выделить необходимые ресурсы на весь проект или на день вперед.

Напротив, планирование, основанное на открытиях, не сводится к составлению контрольного листа. Предполагается, что план будет

меняться, поскольку по мере поступления новой информации нам придется вносить в него соответствующие коррективы. Вспомните хоть о своей жизни после рождения ребенка. Каждая молодая мама могла бы написать целую книгу о планировании, основанном на открытиях. Как можно что-то планировать, когда у вас в доме новорожденный? Мы стремимся планировать свою жизнь и порой даже тешим себя тем, что способны на это, но мы не в силах предсказать, как пройдет тот или иной день или ночь. Вы можете сказать себе: «Если я хорошо высплюсь сегодня, то завтра сделаю утром зарядку». Но все равно вам неизвестно заранее, как пройдет ночь. Только утром вы примете решение о том, как распределить свои ресурсы. Я привела в качестве примера уход за новорожденным ребенком, но в действительности материнство — всегда непредсказуемый процесс.

Когда мы размышляем о своей жизни, поиск ответов на большинство по-настоящему серьезных вопросов — это всегда открытие чего-то нового. Возьмем в качестве примера учебу в колледже. Основатель сайта MyMajors (mymajors.com) доктор Фриц Групп утверждает, что «в 80 процентах случаев студентам, поступающим в колледж, еще предстоит выбрать профилирующий предмет, тогда как 50 процентов тех, кто уже сделал выбор, со временем меняют его, причем многие по два-три раза за годы учебы».

Моя карьера развивалась по мере того, как я открывала для себя что-то новое. Приехав в Нью-Йорк, я изучала музыку и понятия не имела, кем хотела бы стать, если не музыкантом, а через какое-то время — матерью. Написание этой книги тоже представляет собой процесс открытий. В общих чертах я знала, что хочу сказать, но систематизация идей происходила по мере писания. Большинство из нас хорошо знакомы с традиционным методом планирования. Однако нам не так хорошо дается мышление, основанное на открытиях, которое помогает нам осуществлять мечты. И в этом нет ничего удивительного. Традиционный образ мышления подразумевает контроль, а мышление, основанное на открытиях, — свободу.

Недавно моя подруга, профессор психологии одного из престижных университетов Бостона, делилась со мной впечатлениями, полученными во время занятий со студентками выпускного курса. Эти

молодые девушки упорно работали над тем, чтобы поступить в университет, и потратили более 100 тысяч долларов на получение образования, но перед самым окончанием вуза их охватил панический страх. Некоторые просто рыдали, задавая себе вопрос: «Что же дальше?» Моя подруга пришла к выводу, что эти девушки научились добиваться успехов в достижении конкретных, измеримых, краткосрочных целей, которые можно было описать одной простой фразой: «*Вот что я делаю*». Но они не знали, как найти ответы на серьезные, хоть и не совсем четкие вопросы, например «*В чем мое предназначение?*».

Студенты выпускного курса не одиноки в своей неопределенности. Большинство из нас время от времени начинают размышлять о своей миссии в мире. Однако в хорошие времена жизнь напоминает нам о том, что мы должны наслаждаться процессом открытий и можем довериться интуиции и высшей силе, которая поможет нам найти свой жизненный путь.

Ева Тимоти, которая родилась и выросла в Болгарии, не только стала на путь открытий благодаря работе фотографа, но еще и составила хронику фотографий. Ее монография *Lost in Learning: The Art of Discovery* (lostinlearning.com; «Погрузившись в процесс познания. Искусство открытия») была опубликована в 2010 году.

Ева Тимоти: погрузившись в процесс познания

Когда я была маленькой девочкой, рассказы отца уносили меня в далекие земли и времена. Одни истории были вымышленными — разные сказки, «Тысяча и одна ночь», болгарский фольклор и тому подобное. Другие, основанные на европейской истории, посвящались Александру Македонскому, Леонардо да Винчи, Христофору Колумбу и прочим выдающимся людям. Хотя во всех этих историях шла речь о прошлом, те события не казались такими уж далекими. На протяжении более двух тысяч лет Болгария находилась на перекрестке всех крупных цивилизаций — и большую часть этого периода была под властью чужеземных правителей, сначала Александра Македонского, затем греков, потом наступил черед Османской империи и наконец советской оккупации.

Поскольку я жила при коммунистическом режиме, то страстно стремилась к свободе. Когда я рассказывала людям о своей мечте уехать в Соединенные Штаты Америки, большинство из них смеялись. В то время мысль об иммиграции казалась абсурдной. Истории, которые рассказывали мне родители о величайших исследователях и независимых мыслителях, помогли мне сохранить надежду на то, что когда-нибудь я попаду в Америку.

После падения Берлинской стены появились реальные шансы уехать и жить в Америке. Было только одно небольшое препятствие: я не говорила по-английски. В то время мне исполнилось четырнадцать лет, и я еще никогда в жизни не хотела так сильно что-то изучать. Я брала с собой в кинотеатр карточки для записей, чтобы во время просмотра американских фильмов с субтитрами записывать фразы, которые произносят актеры. Когда меня застали за чтением Шекспира на уроке русского языка, то тут же отправили в кабинет директора. Я старалась поговорить с каждым американцем, которого мне удавалось встретить. Хотя книги никогда не были моим любимым подарком на день рождения, я просто влюбилась в огромный англо-болгарский словарь, который мне подарили родители на пятидесятилетие. Я сдала экзамен и благодаря щедрости известных специалистов по воспитанию детей Ричарда и Линды Эйр, а также дружбе их дочери Сарен получила возможность осуществить свою мечту об учебе в Соединенных Штатах.

Двадцать лет спустя я отправилась в еще одно увлекательное путешествие, обещавшее много новых открытий, — путешествие, связанное с фотографией. Во многих отношениях моя настоящая работа — это продолжение юношеских начинаний.

Несколько лет назад я прочитала книгу *The Discoverers* («Первооткрыватели»), написанную историком и бывшим главой Библиотеки конгресса Дэниелом Бурстином. Когда я читала о том, как, готовясь к путешествию через океан, Колумб делал многочисленные заметки на полях одной из книг по географии, я подумала: «Вот было бы здорово увидеть книгу, в которой написано что-то его собственной рукой!»

К тому времени я уже начала фотографировать старые книги, оставшиеся у меня со времен жизни в Оксфорде. История о Колумбе натолкнула меня на мысль сфотографировать рукописи, инструменты и другие артефакты так, чтобы получился целый рассказ о тех удивительных людях, о которых я читала.

И я приступила к делу. Сначала нашла копию *Imago Mundi* («Картина мира») — карты мира XIV столетия с пометками Колумба — и объединила этот документ со старым компасом, положив начало целому проекту. Затем я отправилась в музей истории научных приборов Гарвардского университета, чтобы сфотографировать артефакты эпохи Возрождения. Я купила копии рукописей Галилео Галилея, Леонардо да Винчи, Исаака Ньютона, Роберта Гука, Генделя и других. Я ходила по антикварным магазинам и нашла там очки, призмы, миниатюрную подзорную трубу и прекрасное увеличительное стекло того периода.

Линза, которая позволяла рассматривать детали, фокусировала свет и делала возможным процесс познания в те далекие времена, стала символом проекта. Кроме того, все эти предметы напоминали мне о том, что открытия, которым мы сегодня воздаем должное и о которых рассказываем детям, стали возможны благодаря людям, смотревшим на мир с любопытством и стремлением исследовать его.

Путь открытий интересен тем, что никогда не знаешь, куда он приведет. Разве могла юная Ева предположить, что когда-то действительно будет жить в США, воспитывать троих детей, фотографировать артефакты величайших первооткрывателей всех времен и составит из этих фото книгу, получившую широкое признание?

Безусловно, размышляя о своей карьере после ухода с Уолл-стрит в 2005 году, я понимаю, что это был путь к чему-то совершенно иному, чем то, что я представляла себе с самого начала. Я попыталась реализовать несколько идей, но ни одна из них не сработала. Кроме того, я участвовала в создании двух стартапов. Один сразу же потерпел крах, а другой добился некоторых успехов, но затем тоже прекратил существование. Я составила бизнес-план строительства многофункционального комплекса, для реализации которого требовалось нанять архитектора, но дальше дело не продвинулось. Еще я решила заняться написанием детских книг. Одна уже полностью иллюстрирована и готова к печати, а для второй у меня есть только текст. Параллельно я вела переговоры о своем возвращении с несколькими крупными компаниями Уолл-стрит. Мне казалось, что я готова вернуться к анализу акций. Однако, оглядываясь назад, я понимаю, что мой уход был не случайным, ведь я не сохранила даже копий электронных таблиц с результатами своих исследований.

Те два года открытий были для меня очень важными. Я проводила больше времени с детьми, что дало мне возможность гораздо лучше их узнать, поскольку я более осознанно выполняла свои материнские обязанности. Начала вести блог Dare to Dream, для того чтобы пробудить у женщин желание мечтать. В своей церкви я занималась различными мероприятиями по связям с общественностью, включая и создание сайта Know Your Neighbor («Узнайте поближе своего соседа»), который должен способствовать развитию чувства гражданского долга у членов церкви. Во время работы над этим проектом я познакомилась с Клейтоном и Мэттом Кристенсенами и впоследствии основала вместе с ними инвестиционную компанию Rose Park Advisors.

В 2007 году я поняла, что пришло время вернуться на Уолл-стрит, но уже в другой роли. Порой, прекращая заниматься чем-либо, мы

бросаем это полностью. И все же я пятнадцать лет шла к тому, чтобы стать компетентным аналитиком. Разве логично совсем отказаться от этих знаний? Для меня ответ был однозначен: нет. Поэтому даже тогда, когда я начала вести собственный блог и написала еще один бизнес-план, который тоже оказался не совсем удачным, я постепенно двигалась к одной из своих текущих целей — стать сооснователем инвестиционной компании. Так что сейчас я уже совсем не там, где планировала быть, уходя из Merrill Lynch. Тем не менее эта мечта более закономерна, поскольку основана на моих сильных сторонах, врожденных способностях и приобретенных компетенциях.

Иногда нужно взять резкий старт, чтобы стать на путь открытий. Один из способов рассчитать следующие шаги — составить список людей, которыми восхищаешься, и провести с ними интервью. Иногда есть возможность сделать это, иногда нет, — это не столь важно. Формулируя вопросы, мы вносим ясность в то, что нам необходимо знать. А задавая их, можем определить следующие шаги. Именно так поступила Яника Диллон (см. главу 6), когда рассматривала шанс получить ученую степень по истории. Она составила список вопросов, и ей повезло: она смогла побеседовать с профессором истории Гарвардского университета Лорел Ульрих, лауреатом Пулитцеровской премии за книгу *A Midwife's Tale* («История повитухи»), автором книги *Well-Behaved Women Seldom Make History* («Приличные женщины редко делают историю») и матерью пятерых детей.

Яника Диллон: интервью с одним из моих героев

Яника Диллон. Вы специализировались на изучении образа жизни женщин в разные исторические эпохи. Как вы думаете, какие преимущества у наших современниц по сравнению с ними?

Лорел Ульрих. О самом большом преимуществе говорит Кристина Пизанская, которая еще в 1405 году написала в своей книге *The Book of the City of Ladies* («Книга о граде женском»): «В мире нет ничего, что было бы не под силу женщине».

Согласно традиционным представлениям, женщина должна заниматься исключительно домом, но, когда возникло движение за равноправие, перед женщинами открылось много новых возможностей. Из книги Кристины Пизанской мы узнаем, что женщины играли в обществе самые разные роли: были изобретателями, лидерами, садовниками, религиозными героями и королевами. Если проанализировать длительный исторический период, женщины всегда вносили большой вклад в экономику своей страны — всегда!

Диллон. С какими препятствиями вы столкнулись, прежде чем стали такой писательницей, какой хотели?

Ульрих. Время. Найти время для того, чтобы писать, и заставить себя использовать те его ограниченные отрезки, которые иногда появлялись. Например, я составляла путеводитель по Бостону и его пригородам *Beginner's Boston* («Бостон для новичка») в те дневные часы, когда дети спали, — и мне приходилось выбирать между попытками что-то написать и желанием поспать. Поверьте, это был трудный выбор.

Я каждый день встаю перед дилеммой, пожалеть себя и немного отдохнуть, пока я не смогу продуктивно работать, или оставить все как есть? Писательский труд дается мне очень, очень тяжело, а писать нужно ежедневно. Иногда выходит только по одному абзацу в день. Когда я показываю студентам свои никуда не годные черновики, они испытывают некоторое утешение: «О, да у нее тоже есть проблемы!»

Диллон. Кто помогал вам на этом пути и в какой помощи вы нуждались?

Ульрих. Самую большую помощь и поддержку мне оказывал муж. Зачастую он лучше меня знал, что действительно делает меня счастливой. Кроме того, он взял на себя часть работы по дому и уходу за детьми. А еще неплохо зарабатывал. Все это солидное подспорье. Мне не нужно было работать ради денег. Я впервые официально устроилась на работу, только когда мне было уже больше сорока лет.

Второй по значимости стала поддержка женщин Церкви святых последнего дня из Большого Бостона и Нью-Гемпшира: они верили в меня.

Диллон. А как ваши дети вписывались в эту картину?

Ульрих. Я получала высшее образование по одному курсу за один раз. Мой старший сын учился в начальной школе, когда я начала, и пошел в колледж — когда закончила. Я получила диплом бакалавра в 1960 году, диплом магистра — в 1971-м, а диплом доктора философии — в 1980-м, мне тогда было сорок два года. Мой старший ребенок на пятнадцать лет старше самого младшего. Мои дети — просто молодцы. Они всегда относились ко мне снисходительно и с пониманием и до сих пор шутят по поводу моей рассеянности.

Диллон. Вы когда-нибудь думали о том, что девочка из небольшого городка в Айдахо станет обладательницей Пулитцеровской премии и профессором Гарвардского университета?

Ульрих. Нет, конечно. Я даже не представляла себе, что буду заниматься тем, что делаю сейчас, или что окажусь там, где нахожусь в настоящее время. Так что я не планировала свою жизнь. Я дала бы людям совет, который можно кратко сформулировать в виде старого клише: «Цвети, где посажен». Чем бы вы ни занимались, делайте это с легким сердцем и радостью, не рассчитывая на награды. Я старалась писать, вкладывая в это душу и делая свои работы доступными и понятными для обычных людей. Я никогда не стремилась писать книги, ориентированные исключительно на других историков.

Кстати, я не считала, что добилась максимального уровня доступности в книге *A Midwife's Tale*, поэтому ее успех стал для меня неожиданностью. Но процесс написания приносил мне настоящее наслаждение. Это был поистине трансформирующий опыт. Пятнадцать минут славы — весьма волнующее

событие, но не это поддерживает нас в жизни. Если вы не получаете удовольствия от мелких аспектов своей работы, значит, вам, скорее всего, не понравится и ее конечный результат. Лучший признак того, что вы будете счастливы, — это когда вы с радостью беретесь за дело.

В этой истории много полезного для тех, кто стремится осуществить свои мечты. Лорел Ульрих любила писать, любила историю и открыла путь к мечте, к которой шла долгие годы. Для того чтобы повторить, как постановка вопросов помогает нам определить следующие шаги, давайте повторно сформулируем вопросы, которые Яника Диллон задала Лорел Ульрих:

- С какими препятствиями я столкнусь на пути, который позволит мне стать такой писательницей, какой я хочу стать? (Другими словами, с какими препятствиями я столкнусь на пути осуществления своей мечты?)
- На чью поддержку я могу рассчитывать?
- Какая помощь мне понадобится на пути к моей цели?
- Как уравновесить заботу о других и о себе?

Янике Диллон удалось побеседовать с человеком, которым она искренне восхищается. Многим из нас вряд ли улыбнется такая удача. Когда мы кем-то восторгаемся, то практически всегда видим в этом человеке отражение части себя. Если мы формулируем, что именно нас восхищает и чему мы хотели бы научиться, мы как будто говорим: «Это та часть моего “я”, которую я хочу сделать лучше. Моя интуиция подсказывает мне, что вы можете дать мне пару ценных советов».

Продвигаясь по пути открытий, давайте еще раз проанализируем первое задание Психеи — сортировку зерен. В старинной аллегорической истории, рассказанной пророчицей по имени Альма, говорится о том, как определить, какие зерна хорошие (а в контексте данной книги — какие мечты нам подходят и что следует предпринять для их осуществления). Сначала необходимо посеять зерно. Это априорная предпосылка. Нам действительно следует протестировать некоторые свои мечты, чтобы узнать, насколько они созидательны и есть ли смысл в их осуществлении:

- поскольку такая мечта расширяет границы души. Правильно стремиться к тому, что укрепляет наши отношения с близкими;
- такая мечта просветляет разум. Если мечта нам подходит, у нас начинает появляться множество новых идей. У каждого это происходит по-своему, но я знаю: если в моем разуме открываются двери ко все новым и новым возможностям, идея действительно хороша. Если идея плоха, таких возможностей нет;
- мы чувствуем сердцем и понимаем разумом, что мечта нам подходит, доставляет радость. Хорошая мечта расширяет границы души и просветляет разум.

Подобно посеву зерен исследование мечты — это процесс роста и трансформации. А сбор богатого урожая (обретение радости) — результат поиска и осуществления подходящей мечты.

Откройте приятным неожиданностям

Когда мы готовы искать способы осуществления своей мечты, мы открываемся для приятных неожиданностей, как это произошло с фотографом Сэиди Шамвей (saydiphotography.blogspot.com) — не только матерью, но и обладательницей диплома бакалавра колледжа Уэллсли и диплома магистра по социальной работе Колумбийского университета.

Сэиди Шамвей: фотография, которая изменила мою жизнь

Я планировала поступить в колледж, возможно, окончить магистратуру, а затем выйти замуж, немного поработать и завести детей. Все так и было. Может быть, не в такой последовательности и не так быстро, как я ожидала, но все действительно сбылось. Неожиданностью для меня оказалось то, что произошло потом.

Я родила двоих детей с перерывом в шестнадцать месяцев — это был мой сознательный выбор. Я размышляла так: я посвящу часть своей жизни материнству, а затем продолжу профессиональную карьеру. Этот план казался мне вполне разумным, но осуществить его оказалось не так просто, как я себе представляла.

Поначалу я думала, что первые полтора года с двумя маленькими детьми будут очень трудными, а затем станет легче. Но когда моему старшему ребенку исполнилось два, я была еще очень далека от ощущения, что у меня все под контролем. Я не чувствовала себя мамой, которой всегда хотела быть. Раньше я думала, что, став матерью, буду весело открывать жизнь вместе со своими детьми: читать с ними книги, показывать им чудеса

природы, учить их что-то мастерить, готовить пищу и помогать людям. Мне казалось, что я стану особенной мамой — мне будет доставлять удовольствие спонтанный образ жизни, но при этом дети будут ходить по струнке и я научу их быть вежливыми, принимать правильные решения, быть послушными и трудолюбивыми.

В действительности большую часть времени я чувствовала себя уставшей и неорганизованной. У меня не было четкой стратегии поддержания дисциплины. Я теряла самообладание чаще, чем мне хотелось бы признавать, и едва справлялась с кучей стирки, не говоря уже о еженедельных походах в библиотеку. Я ходила туда раз в месяц, причем в большинстве случаев — чтобы отнести назад полную сумку непрочитанных книг, которые уже пора было сдавать.

Примерно в это время одна моя близкая подруга сфотографировала меня с сыном Чарли на пляже и отправила мне этот снимок по электронной почте. Я распечатала его и буквально часами разглядывала. Смирившись с тем, как выглядят на фото мои волосы и нос (порой это все, на что мы обращаем внимание), я впервые увидела прекрасную, подлинную реальность своего материнства.

На фото была запечатлена сцена, которая совершенно не соответствовала тому, что я чувствовала в реальной жизни. Со снимка на меня смотрела не изможденная, замученная мать, которой я себя считала, а счастливая, довольная жизнью женщина, которая любит ребенка, сидящим у нее на коленях. На этой фотографии был схвачен крохотный момент совершенства, присутствующего в моей жизни.

Я повесила фото на холодильник, чтобы оно каждый день напоминало мне о радостях материнства. Я высоко ценю это материальное свидетельство того, какой мамой я хочу быть и какими хочу видеть своих детей — довольными, счастливыми, безмятежными и радостными.

Немецкий философ XIII столетия Мейстер Экхарт сказал: «Когда душа желает что-то испытать, она создает перед собой образ этого опыта и входит в собственный образ». Наше с Чарли фото на пляже — это тот опыт, который хочет испытать моя душа.

Я всегда любила искусство фотографии, но только благодаря озарению, вызванному тем конкретным снимком, поняла, насколько действенной она может быть. Я начала брать фотоаппарат с собой на работу, чтобы снимать клиентов социальной службы в тот момент, когда они общаются со своими детьми. Я была поражена тем, что в их случае эти фото сделали то же самое, что и для меня тот снимок на пляже.

Все это изменило и мою философию фотографа. Теперь я рассматриваю фотографию как инструмент, позволяющий раскрыть эмоции и связи между людьми, ухватить истинные моменты близости в отношениях, а не просто правильную позу или улыбку. Я искренне надеюсь, что моя работа помогает людям создавать образы того, к чему стремится их душа, — образы настолько материальные, что они могут представить себя в них и стать такими, какими хотят быть.

Сэйди казалось, что ее жизнь далека от мечты об идеальном материнстве, но благодаря счастливой случайности, такой как обычная фотография, сделанная близкой подругой, она по-иному взглянула на свою мечту. Это новое видение позволило Сэйди оценить силу искусства фотографии, и она с энтузиазмом окунулась в него, чтобы помочь и другим женщинам увидеть в ином ракурсе свои мечты о материнстве.

Мечты и открытия

Традиционное планирование, в котором многие преуспевают, станет для нас хорошим помощником на пути к осуществлению мечты, но по большому счету мечтать — значит постепенно продвигаться к выполнению своей миссии на Земле. Вполне вероятно, цели, которые, как нам кажется, мы должны преследовать, будут существенно отличаться от того, к чему мы стремимся на самом деле. Средства их достижения тоже окажутся несколько иными, чем мы ожидали. Когда мы пытаемся найти и осуществить свои мечты, интервью с людьми, которые уже сделали то, к чему мы пока только стремимся, может придать импульс начать движение.

Экспериментируя и анализируя разные возможности (другими словами, совершая ошибки), мы поймем, хотим ли сохранить прежний курс или лучше двигаться в другом направлении. Как и в случае с посевом зерен, когда мы находим подходящие мечты, они приносят нам радость.

Проанализируйте имеющиеся возможности

- В каких сферах вашей жизни традиционное планирование обеспечивает требуемый результат?
- В каких сферах вы считаете более эффективным планирование, основанное на открытиях?
- Какие действия (из тех, что можно выполнить за один-два часа) вы можете предпринять прямо сейчас, чтобы приблизиться к своей мечте? Что нового вы при этом узнаете? (Помните: вы можете узнать больше, если что-то пойдет не так, как ожидалось.)

- Если бы вам предстояло провести интервью с человеком, которым вы восхищаетесь или который уже добился того, к чему вы стремитесь, какие вопросы вы ему задали бы?

Когда душа желает что-то испытать, она создает перед собой образ этого опыта и входит в свой собственный образ.

Мейстер Экхарт, немецкий философ

- Вы когда-либо хотели сфотографировать то, чего хотите достичь? (Вы можете также вырезать фотографии или картинки, олицетворяющие вашу цель, из газет и журналов.)
- Способствует ли ваше стремление осуществить свою мечту укреплению отношений с близкими людьми?
- Приносят ли вам радость действия, направленные на поиск и осуществление мечты, а также она сама? Если да, продолжайте в том же духе и уделяйте больше времени этим идеям и этому пути. Если нет, проанализируйте сложившуюся ситуацию и начните все сначала.

Глава 12

Создайте свою команду мечты

Не так давно у меня выдался ужасный день: я плакала, плакала и плакала, не переставая. Я была настолько расстроена, что не хотела видеть никого, за исключением мужа, который знал о моем эмоциональном срыве, и пыталась найти убежище в ближайшей библиотеке. В поисках утешения я отправила подруге электронное письмо, рассказав в общих чертах о случившемся. Подруга сразу же мне позвонила. Сначала я не снимала трубку, но она звонила снова и снова. В конце концов я набралась мужества и ответила на звонок. Да, мужества. Потому что я боялась, что если начну вспоминать о произошедшем, то снова расстроюсь.

В книге Мэдлин Ливайн *The Price of Privilege* («Цена привилегий») есть глава под названием «Когда имеешь все, за исключением самого необходимого. Изоляция богатых мам». В ней автор пишет: «Опытные практикующие врачи отмечают неожиданно высокий уровень депрессии, тревоги, одиночества и просто несчастья среди состоятельных матерей». Мэдлин пришла к выводу, что богатые матери могут быть самыми разными: яркими, склонными к соперничеству, настойчивыми, оберегающими, интересными и забавными. Но они не признают своей уязвимости, во всяком случае публично. Признать это — все равно что открыть всем свои оскорбленные чувства, потребность в эмоциональной поддержке, горечь, согласиться с тем, что все не так хорошо, как хотелось бы.

Во время разговора с подругой я посетовала, что мне очень грустно. Около десяти минут она слушала меня, а затем сказала: «Это действительно трудно». Я не просила, не нуждалась и не хотела слышать никаких глубокомысленных рассуждений. Но подруга выслушала меня, а поскольку я знала, что она беспокоится обо мне, ее слова принесли мне облегчение.

Откройте для себя силу сестринства

В статье под названием *UCLA Study on Friendship Among Women* («Результаты исследований дружбы между женщинами, проведенных

Калифорнийским университетом в Лос-Анджелесе») Гейл Берковиц пишет: «У женщин стресс вызывает выработку в организме ряда химических веществ (в частности, окситоцина), которые помогают им поддерживать дружбу с другими женщинами. Когда мы по-настоящему дружим с кем-то, вырабатывается больше этого гормона; он подавляет стресс и оказывает успокаивающее воздействие».

Если сестринские отношения способны поддержать нас в трудные времена только потому, что мы так устроены, то представьте, какие возможности они открывают, когда мы делимся с кем-то своими мечтами и испытываем позитивный стресс вследствие их осуществления. Для того чтобы воплотить мечту в жизнь, мы должны стать уязвимыми, а это испугает любого; но если мы все-таки сделаем это, то построим мост к счастью. Я называю процесс поддержки и создания условий для осуществления желаний других женщин словом «сестринство». В жизни Стефани Сопер, бывшего консультанта по вопросам образования, которая, прислушавшись к своей интуиции, стала на путь эмоционального исцеления, сестринство сыграло решающую роль, поскольку способствовало преодолению творческого кризиса.

Стефани Сопер: портрет художника

После пятнадцатилетнего перерыва я решила снова начать рисовать. Два года я наблюдала за тем, как раскрываются мечты моей подруги Жанны Тейлор (и сопровождающие их страхи). Меня взволновало то, что она отважилась мечтать, но я не была уверена, что у меня хватит смелости сделать то же самое. Помимо Жанны еще две мои подруги, Джен и Микаэла, постоянно уговаривали меня снова начать рисовать. Они и сами пытались добиться своей цели стать писательницами и опубликовать книги. Причем обе настолько талантливы, что мысль о возможной неудаче мне кажется нелепой. Но я знаю также, что человеку свойственно саботировать собственные цели.

Несколько недель назад мы с Микаэлой разговаривали по телефону, пытаюсь убедить друг друга в том, что нам действительно следует рисовать (писать). Внезапно у нас обеих одновременно появилось ощущение, что мы должны пообещать друг другу писать (в ее случае) и рисовать (в моем) по три часа в неделю, а по четвергам отчитываться о проделанной работе. Самое удивительное, что обязательства, которые мы взяли, дали нужный результат. Мы контролировали друг друга примерно четыре недели подряд. В итоге Микаэла почти окончила один рассказ, а я — новую картину, а также три картины, которые оставались недописанными целую вечность, и начала еще

одну. Дело было не только в рисовании картин и написании рассказов — нам удалось выявить свои страхи и преодолеть их.

В конце концов я смогла закончить картину, которая вобрала в себя всю мою горечь из-за того, что у меня нет детей. Не знаю, что было труднее — нарисовать картину или признать эту горечь. На ней был изображен лес, растущий у берегов реки. Год назад я поняла, чего не хватает этому пейзажу, — образов тех пятерых малышек, которых я всегда хотела иметь. А река на картине была Рекой горьких слез. До прошлой недели я не могла заставить себя нарисовать этих детей. Как ни странно, завершение работы над картиной принесло мне облегчение.

Картина написана краской темпера, работать с которой мне было наиболее комфортно. Темпера (плакатная краска; мы ею рисовали еще в детском саду) имеет насыщенный, яркий цвет. Она достаточно дешевая и быстро высыхает, что позволяет почти сразу насладиться результатом своей работы.

Однако я предпочитаю темперу по другой причине: я не пишу масляными красками, потому что их использование означало бы истинную приверженность живописи, то есть то, что я считаю себя настоящим художником, а не просто человеком, который немного рисует, — а я избегала этого.

Десять лет назад я купила прекрасный набор масляных красок, палитру и кисточки, но все это оставалось нетронутым до сегодняшнего дня. Мне пришлось откручивать крышечки щипцами, чтобы открыть их (своего рода метафора, как мне кажется). И втайне я надеялась на то, что краски уже засохли и ими нельзя пользоваться, но они все еще были свежими, так что у меня не нашлось никаких оправданий.

Я пока еще не очень хорошо рисую. Но, как ни странно, готова продолжать попытки. Для перфекциониста, привыкшего добиваться успеха во всем, это серьезное изменение перспективы. В формуле «осмелиться мечтать» ожил элемент «осмелиться». Проделав уже достаточно много работы на холсте, я решила, что он слишком велик. Я сделала неправильный выбор.

Взяв холст поменьше, я нарисовала более оптимистичный рисунок. На нем был изображен кораблик, отплывший далеко от берега; он олицетворял мою способность и готовность отправиться в глубокие воды собственных эмоций, для того чтобы обрести целостность своего «я».

Я спокойно отношусь к тому, что рисунок далек от совершенства.

Мне нравится, что я занимаюсь тем, чем действительно хочу заниматься, хотя у меня это не очень хорошо получается и мне может не понравиться результат, который я получу в итоге. Мне нравится, что нужно учиться, а не считать себя настоящим экспертом.

На это действительно нужно решиться.

Стефани лично убедилась, как важно для женщины мечтать, а затем осуществлять свои желания. В детстве у нее было три мечты: иметь телепатические способности, стать художником и врачом. Хотя Стефани и нельзя считать врачом в традиционном смысле слова, она

все-таки помогает людям исцелиться. Она снова рисует (во многом благодаря поддержке подруг), а значит, воплощает в жизнь свои мечты.

Мало кому из нас удастся мечтать в одиночку. Женщинам это особенно трудно, поскольку навыки, применяемые нами в любом деле, во многих случаях не получают должного внимания или оценки. Именно поэтому для нас так важно создать группу поддержки. В нее могут входить наши друзья, друзья наших друзей, или знакомые знакомых, или люди, с которыми мы встретились благодаря счастливому стечению обстоятельств. Важно, чтобы в нее входили не только наши близкие, но и люди, которые *знают, как сделать* то, что мы хотим сделать.

Поддерживайте связь с важными незнакомцами

В книге *Consequential Strangers* («Важные незнакомцы») Мелинда Блау и Карен Фингерман пишут о той важной роли, которую в нашей жизни играют люди, на первый взгляд не имеющие к нам никакого отношения. На самом деле они «привносят в нее новизну и обеспечивают информацией, позволяют нам проявить разные аспекты своего “я” и открыть для себя новые возможности». Для того чтобы проиллюстрировать эту точку зрения, авторы книги приводят результаты исследования, проведенного в группе афроамериканских женщин, живущих в бедных районах. «Эти здравомыслящие женщины были не просто ответственными или строгими матерями, они имели сильную поддержку со стороны семьи — сестер, тетя и дальних родственниц. Кроме того, они прекрасно ладили с членами местного сообщества и людьми, не принадлежащими к ближайшему окружению, знакомство с которыми открывало двери для их детей в библиотеки, приходские и специализированные школы, позволяло участвовать во внеклассных программах, быть членами скаутского движения и других организаций, способствующих улучшению жизни».

Для меня слова «обеспечение благоприятных возможностей для детей» звучат как музыка из мечты, а важные незнакомцы способствуют осуществлению этого. Прочитайте следующий отрывок из книги Мелинды Блау и Карен Фингерман:

Аналитики социальных сетей и ученые, определяющие и оценивающие закономерности и динамику отношений, пришли к единому мнению: большинство из нас предпочитают считать себя независимыми агентами, идущими по жизни под музыку своих iPod. Однако коммуникации с другими людьми тоже помогают нам двигаться дальше. К сожалению, сети очень напоминают транспортные пробки. Вы можете видеть автомобили, едущие вокруг, — другими словами, близких вам людей. Однако только с вертолета можно разглядеть всю картину — свое социальное окружение... Людей, которые едут рядом с вами долгие километры, не так уж много. А вот люди, которые находятся на периферии вашей жизни (не члены семьи и не близкие друзья), в большинстве случаев сопровождают вас на определенном участке пути и удовлетворяют некоторые ваши потребности.

Окружение отражает наше прошлое и потенциал. Взглянув на свою жизнь с высоты этих людей, мы можем лучше понять ситуацию, в которой оказались, принимаемые нами решения и способы устранения проблем... В общем, ваша жизнь в равной степени зависит от того, с кем вы общаетесь и кто вы такой. Следовательно, способность привлечь в свое окружение нужных людей — важнейший механизм психологической адаптации в нашем сложном мире.

Важные незнакомцы сыграли решающую роль в осуществлении моей мечты о карьере. В частности, одним из них был Джим Коулс, старший банковский служащий и, по сути, мой начальник в Smith Barney. Когда я была беременна первым ребенком (Дэвидом, ему сейчас пятнадцать лет), босс хотел уволить меня, поскольку догадывался, что я знаю о его некомпетентности. Так он и поступил бы, если бы я не показывала превосходные результаты в работе. Но тут вмешался Джим Коулс. Я мало его знала, но на несколько месяцев он стал частью моего окружения и привлекал меня к участию в специальных проектах, пока я не ушла в отпуск по уходу за ребенком. После того как я вернулась, Джим способствовал моему переходу в отдел анализа акций, который определил всю мою дальнейшую карьеру.

Многие члены сообщества блога Dare to Dream играют очень важную роль в жизни друг друга. В начале 2009 года Элизабет Дайон посоветовала Сарен Лузли (мы вместе учились в колледже Уэллсли) связаться со мной и написать гостевой пост в моем блоге. Во время последовавшего за этим общения мы сблизились. Чуть позже Сарен и ее партнер по бизнесу Эйприл Перри предложили мне стать членом консультационного совета организации Power of Moms. Сарен и Эйприл мечтают помочь тысячам матерей установить контакты друг с

другом. Они расширили свое окружение, включив в него людей, с которыми не были знакомы, по крайней мере близко знакомы, что позволило им приблизиться к осуществлению своей мечты.

Выскажите вслух свое желание

Еще один важный элемент установления контактов с незнакомцами состоит в умении четко формулировать свои цели. На первый взгляд это кажется очевидным, но, учитывая, с каким трудом многим из нас это дается, хочу подчеркнуть, как важно открыто заявлять о своих желаниях. Именно так поступила Стефани Даль, магистр дошкольного воспитания, когда у нее появилась мечта стать матерью. Вы можете прочитать об этом больше в блоге [A Lovely Problem to Have \(alovelyphroblemtohave.blogspot.com\)](http://alovelyphroblemtohave.blogspot.com).

Стефани Даль: заявите о своей мечте

В детстве я не была одержима идеей стать матерью, когда вырасту. Мне это казалось естественным ходом событий. Я поступлю в колледж, выйду замуж, а затем стану матерью. Несколько лет мы с мужем пытались зачать ребенка, применив как подход «поживем-увидим», так и подход «пожалуйста, доктор, помогите нам». Ни один из них ни разу не сработал.

Людам с нормальной фертильностью порой трудно понять, что такое бесплодие. Я стремилась стать матерью, но не могла зачать ребенка — и чувствовала себя из-за этого не совсем полноценной женщиной и женой. Я хотела родить детей больше всего на свете. В ходе лечения мы дошли до того, что решились на экстракорпоральное оплодотворение. Но именно в тот момент желание иметь биологических детей показалось нам эгоистичным и бессмысленным, поскольку мы знали, что тысячи детей, рожденных и нерожденных, в нашей стране и во всем мире, нуждаются в семье. Мы начали процедуру усыновления. Сделав это, я заявила вслух о своей мечте стать матерью.

- Я рассказала о ней акушеру-гинекологу, который осматривал меня перед операцией по удалению подозрительного нароста на яичнике.
- Я объявила об этом на работе.
- Я создала сайт. Процесс усыновления ребенка требует значительной бумажной волокиты, поэтому ведение сайта позволило мне еще громче заявить о своей мечте.
- Я обсудила ее с врачом, проводившим медицинский осмотр перед усыновлением, чтобы определить мою физическую пригодность к воспитанию ребенка.
- Я обсудила ее с сотрудницей социальной службы, которая оценивала мой дом и психическое здоровье.
- Я поговорила о ней с пастором, которому необходимо было засвидетельствовать состояние моего духовного здоровья.

Теперь вопрос был не в том, стану ли я матерью, а в том, когда это произойдет. Нам сказали, что придется ждать год или даже больше. Однако уже через две недели после того, как мы уладили все формальности, нас выбрала одна потенциальная биологическая мать, и вскоре родилась наша дочь. Мы привезли девочку домой из больницы, когда ей было всего три дня. Мы обнимали ее, укачивали, пели ей песенки и улыбались. Я не могла сдержать слез радости. Когда девочке исполнилось четыре недели, мы узнали, что я беременна. Через восемь месяцев я родила здоровую девочку. Теперь у меня две дочери с разницей в возрасте девять месяцев.

Люди часто выдвигают предположения, почему мне в конце концов удалось забеременеть. Некоторые говорят, что свою работу сделали материнские гормоны. Другие считают, что я просто успокоилась. Не знаю, какая из этих версий правильная, но одно знаю точно: если бы я не выразила вслух свою мечту стать матерью, этого так бы и не произошло. Наши слова, заявления — это вербальный образ наших намерений и желаний. Когда мы произносим молитвы вслух, они начинают жить в реальном мире.

Стефани на собственном опыте убедилась, что способность вслух заявить о своем желании — один из важных факторов его осуществления. Тем самым мы как будто обращаемся к важным для нас незнакомцам с просьбой помочь и стать членами нашей команды мечты.

Устанавливайте контакты

Как упоминалось в главе 3, третье (на первый взгляд невыполнимое) задание Психеи заключалось в том, чтобы наполнить сосуд из бурной реки, текшей среди скал и охранявшейся драконами. Вместо того чтобы рисковать жизнью, Психея уговорила посланного Зевсом орла спуститься к реке, наполнить сосуд и улететь в безопасное место.

Для того чтобы осуществить свои мечты, порой нам нужен такой «орел» — человек, обладающий навыками, связями или знаниями, которые нам крайне необходимы, но которых мы не имеем. Поскольку мы, женщины, умеем преодолевать трудности, то можем рассчитывать на помощь, даже если поначалу задача кажется невыполнимой. Когда цель требует выхода за рамки традиционных женских сетей контактов, это может создать определенные проблемы, но мы все равно добьемся своего. У каждой из нас есть своя социальная сеть, или ближайшее окружение. Мы знакомы с людьми, которые знают других людей, а те знают еще кого-то, и так до бесконечности. Любая из нас может открыть дверь возможностей для кого-нибудь. У одних это получается

лучше, у других хуже. Когда кто-то готов перекинуть нам мост в свой мир, он делает нам настоящий подарок. Возьмем в качестве примера книгу «Лев, колдунья и платяной шкаф»^[29]. Когда Люси открыла дверь в волшебный мир Нарнии, она позвала с собой туда своих братьев. Такая возможность и право есть у каждой из нас.

Выражайте признательность и отвечайте взаимностью

Когда люди выражают готовность сопровождать нас на нашем пути какое-то время, очень важно ответить им тем же. Самое меньшее, что мы можем сделать, — это выразить свою признательность и отдать должное тем, кто нам помогает, или самим помочь другим людям. Комментируя книгу Данте «Божественная комедия», Томас Элиот^[30] признал важность принципа взаимности: «Ад — это место, в котором ничто соединяется с ничем».

Помимо тысяч женщин, поделившихся со мной своими историями, в мою команду мечты о публикации этой книги вошли еще две женщины: Эми Джеймсон помогла концептуальным редактированием моих набросков, а Мелисса Стэнтон придала содержимому книги окончательный вид, выполнив построчное редактирование текста. Проанализировав динамику отношений с членами моей команды, я сделала ряд важных наблюдений:

- 1. Начинайте с краткосрочных проектов.** Если вы хотите создать компанию или некоммерческую организацию, то, прежде чем расширять границы отношений с членами своей команды, поработайте с ними над каким-либо краткосрочным проектом, например на благо местного сообщества или школы, где учатся ваши дети. В моей жизни бывали случаи, когда я слишком поспешно начинала новый проект, не изучив как следует своих партнеров (а они, в свою очередь, меня). Со временем мы обнаружили, что не можем работать вместе, поскольку у нас разные график, видение и подход к принципу «отдавать и получать», поэтому дальнейшее сотрудничество казалось весьма бесплодным. Я даю вам этот совет как женщина, которая, возможно, не накопила богатства, зато обрела мудрость.

2. **Доверьтесь компетентности партнеров.** После того как вы реализуете несколько небольших проектов и выработаете правила сотрудничества, очень важно положиться на компетентность своих партнеров. Приведу в пример такой случай. Когда я в общих чертах описала свое видение логотипа для блога Dare to Dream художнику-иллюстратору Брэндону Джеймсону (мужу Эми), он предложил мне совсем не то, на что я рассчитывала, — и, надо признать, мне его вариант абсолютно не понравился. Поскольку мне нравились предыдущие работы Брэндона, я согласилась несколько дней подумать над его идеей и в итоге поняла, что его видение идеально, просто идеально! Логотип прекрасно передавал мысль о том, что, *когда женщины объединяют усилия, они испытывают чувство сестринства, которое помогает им осуществить свои мечты.*
3. **Осознайте, что партнеры не могут хорошо делать то, в чем преуспели вы сами.** Если мы выбираем кого-нибудь для участия в проекте, потому что они умеют делать то, чего не умеем мы (будь то веб-дизайн, фотография или бухгалтерия), можно с уверенностью утверждать, что в чем-то мы будем лучше, чем они. Если мы можем использовать особые знания и навыки разных людей, значит, у нас есть все необходимое для создания своей команды мечты.
4. **Отдайте партнерам должное в виде признания их заслуг и оплаты.** Если те, с кем мы сотрудничаем, хорошо делают свое дело, следует отдать им должное за это. Заплатите причитающиеся им деньги, если ваше сотрудничество носит коммерческий характер, а также старайтесь говорить как можно большему числу людей, насколько важна их работа. То, что человек не просит у вас похвалы или оплаты, не означает, что он не хочет этого или не нуждается в этом. Многие просто не знают, как попросить о вознаграждении, или не понимают, какие их навыки представляют ценность для вас. Мы можем сделать своим друзьям и коллегам большой подарок, если поможем им осознать свою ценность.

В мою команду мечты входит Эми Джеймсон (aplusbworks.com) — независимый литературный агент и редактор-фрилансер. Она узнала о роли важных незнакомцев в критический для своей мечты момент, а затем и сама помогла одной незнакомке осуществить свою мечту.

Эми Джеймсон: помоги мечтать другому

В двадцать три года я переехала в Нью-Йорк, но представления о том, кем хочу быть, не имела. Вскоре я устроилась ассистентом в литературное агентство. Тогда я даже не знала, что такое литературный агент. Сейчас, двенадцать лет спустя, я литературный агент с собственным независимым бизнесом. Я выступаю от имени авторов, помогая им отправлять рукописи в издательства, обсуждать условия контрактов, улаживать разногласия, и часто бываю их чирлидером, психотерапевтом и консультантом.

Работая в нью-йоркском агентстве, я пыталась занять более высокую должность, чем место ассистента, и через шесть лет меня повысили до младшего агента. Когда я впервые пришла в компанию, меня предупредили, что секретари — это секретари, а агенты — это агенты, заявив, что не продвигают по службе своих сотрудников. Хотя я и занималась клиентами других агентов, я делала все то, что обычно делают агенты. К сожалению, несмотря на мой многолетний добросовестный труд, я постоянно чувствовала пренебрежительное отношение к себе со стороны руководства.

Много лет я предавалась мечтам о том, как уйду из агентства и открываю собственный бизнес; но в конце концов решение было принято за меня. Совершенно неожиданно меня уволили. В тот момент мне казалось, будто под ногами разверзлась пропасть. Но, как выяснилось, это был лучший сценарий из возможных для меня в том агентстве. Мне действительно следовало двигаться дальше, а поскольку у меня не хватало смелости сделать это самой, высшие силы подтолкнули меня в нужном направлении.

Время было выбрано самое подходящее. Через несколько недель я узнала, что беременна первым ребенком, и примерно тогда же случайно столкнулась за обедом с подругой моей подруги. С ней произошла практически такая же история, как и со мной. Она много лет проработала в крупном агентстве, где чувствовала себя недооцененной и забытой. Незадолго до нашей встречи она уволилась и открыла свой бизнес.

Тот обед сыграл решающую роль в моей жизни. Я и раньше мечтала работать на себя, но, услышав историю этой женщины, действительно смогла осуществить свою мечту. Я считаю ее членом своей команды мечты, хотя она была просто случайной знакомой. Она дала мне то, в чем я нуждалась тогда больше всего. Многие люди тоже поддержали мою мечту. Мой муж Брэндон был, есть и, вероятно, всегда будет самым важным членом моей команды мечты. Он всячески помогал мне: как партнер по бизнесу, технический консультант, собственный художник-иллюстратор и веб-мастер; он всегда готов меня выслушать, понять и одобрить. Большую поддержку я получала и от своих клиентов, которые храбро покинули надежную гавань крупного агентства, чтобы отправиться со мной в неведомые воды. Без них реализация моей мечты была бы невозможной.

Недавно я приняла осознанное решение стать членом команды мечты другого человека. Один мой знакомый попросил меня взять к себе в качестве стажера его студентку, которая хотела стать литературным агентом. Я только недавно родила третьего ребенка и с трудом справлялась с выполнением своих многочисленных обязанностей. Время было не совсем подходящее. Тем не менее я согласилась пообедать с Терри (так звали студентку), хотя и задавала себе вопрос, во что же ввязываюсь. Но ее история растрогала меня. Терри — одинокая мать четырех взрослых детей, в свое время она упустила возможность сделать карьеру из-за необходимости заботиться о семье. Теперь же она снова пыталась получить диплом бакалавра по английскому языку и литературе, продолжив обучение, прерванное из-за рождения детей. Терри рассказала мне, что много лет назад у нее сформировалось собственное представление о том, чем должен заниматься литературный агент, и она поняла: помогать другим людям опубликовать свои книги — это даже более волнующее занятие, доставляющее истинное удовлетворение, чем увидеть опубликованной собственную работу. Меня поразили ее слова — я-то думала точно так же. Во мне возникло желание помочь Терри воплотить свою мечту в жизнь, и я предложила ей стать моим стажером. На самом деле только сама Терри может осуществить свою мечту, но я с удовольствием помогу ей овладеть необходимыми для этого инструментами.

Мечтать лучше вместе, но иногда бывает трудно найти людей, которых можно было бы включить в свою команду мечты. В этом и состоит цель моего блога Dare to Dream и сформировавшегося в нем сообщества. В Dare to Dream важные незнакомцы могут встретиться и помочь друг другу, дать полезные советы и поделиться ресурсами. Я мечтаю о том, чтобы со временем сообщество блога оказывало не только моральную поддержку и обменивалось знаниями, но и накопило деньги, которые можно было бы инвестировать в мечты его членов. Перефразируя слова экономиста Джона Кейнса, мы должны быть достаточно смелыми, чтобы использовать ограниченные средства, вкладывая их в других людей и тем самым поддерживая их. Хрисула Уайнгар (см. главу 2) описала меня однажды как «инвестора в акции, людей, идеи и мечты». Думаю, она достаточно точно ухватила суть того, к чему я стремлюсь. Я хочу делать инвестиции в мечты людей посредством своих слов, знаний, связей, а в перспективе и при помощи своего капитала в качестве венчурного инвестора. Это и есть моя мечта. И я заявляю о ней во всеуслышание.

Делайте инвестиции друг в друга

Окружение отражает наше прошлое и потенциал.

**Мелинда Блау и Карен Фингерман, авторы книги
Consequential Strangers**

- Философ от бизнеса Джим Рон однажды написал: «Вы — среднее из пяти человек, с которыми проводите больше всего времени». Мечтая, окружаете ли вы себя настоящими мастерами поддержки, координаторами процесса воплощения мечтаний?
- Каким смелым проектом вы занимаетесь сейчас или планируете заняться в будущем? Есть ли у вас своя команда мечты?
- «Когда мы произносим молитвы вслух, они начинают жить в реальном мире», — написала блогер Стефани Даль. О чем вам необходимо заявить во всеуслышание, чтобы собрать свою команду мечты?
- Помогают ли важные незнакомцы осуществить вашу мечту? Где вы их нашли?
- Вознаграждаете ли вы должным образом людей, делающих для вас ту или иную работу? Если они говорят: «Вы не должны мне платить», настаиваете ли вы на каком-либо ином виде благодарности, особенно если это женщины?
- В кого вы делаете инвестиции? В состав чьей команды мечты вы входите?
- В какой степени вы как родители являетесь членами команды мечты своих детей? Сотрудничаете ли вы с ними и полагаетесь ли на их сильные стороны, избегая микроменеджмента?

Глава 13

Проложите себе путь к мечте

После того как я окончила первый курс университета, моя мама объявила, что у нее больше нет денег. Совсем не это я хотела от нее услышать, но что поделаешь! Я вернулась домой, получила место секретарши в компании Príam, расположенной в Кремниевой долине, и начала откладывать все заработанные деньги. Через год я вернулась в университет, зная о том, чего не знала раньше: не исключено, что мне придется самой пробивать себе путь в жизни, и я могу сделать это.

Во время экономических спадов многие из нас оказываются в подобной ситуации. Пытаясь пережить трудные времена, мы думаем о том, что хотели бы, но не можем сделать для себя, членов своей семьи или компаний, которые хотим расширить или создать.

Но вот как все обстоит на самом деле: какими бы ни были времена, плохими или хорошими, для осуществления своей мечты у многих из нас нет самого нужного или того, что мы таким считаем. В 2007 году журнал Entrepreneur совместно с компанией Corporate Research Board проанализировал ситуацию в 95 тысячах компаний, чтобы составить список 500 самых быстрорастущих американских компаний. Только 28 процентов из них получили банковские кредиты или кредитные линии, тогда как 18 процентов финансировались частными инвесторами и всего 3,5 процента — венчурными. Другими словами, больше половины компаний, вошедших в этот список, развивались и процветали, несмотря на ограниченный доступ к финансовым ресурсам, которые многие посчитали бы необходимым условием для ведения бизнеса.

Используйте имеющиеся активы

Для того чтобы осуществить свои мечты, необходимо использовать те навыки, время и деньги, которые у вас уже есть. Другими словами, нужно начинать с того, что имеешь, а не фантазировать:

- будь у меня дом больше, я была бы организованнее;
- будь у меня домработница, я была бы самой лучшей мамой;

- будь у меня такая благодетельница, как Опра, моя некоммерческая организация встала бы на ноги;
- будь у меня инвестор, я могла бы открыть свой бизнес.

Участница марафона и мать пятерых детей Эмили Ортон (см. главу 1) хорошо сказала об этом: «Пытаясь найти деньги, время и место для осуществления своей мечты, нужно думать не о том, чего не можем или не имеем, а о том, как добиться результата». Безусловно, многие предприниматели из списка 500 самых быстрорастущих компаний искали финансирование, но не получили его, тем не менее все равно начали свое дело. Возможно, в их жизни сложилась ситуация «Действуй, иначе нечего будет есть», поэтому они были весьма заинтересованы в том, чтобы их бизнес заработал. Решимость этих предпринимателей оказалась настолько сильной, что 61 процент из них получили прибыль уже на протяжении первого года существования их стартапов.

Дизайнер интерьеров Дана Кинг сформулировала свою миссию следующим образом: «Сделать хороший дизайн доступным каждому». Ее история служит замечательным примером того, как предприниматель фокусируется не на том, чего ему не хватает, а на том, как воплотить мечту в реальность. Когда презентация, сделанная Даной для участия в телевизионном шоу Next Design Star («Новая звезда дизайна») на канале HGTV, не была принята, она решила попробовать снять собственную программу, хотя ей пришлось действовать вопреки ограниченному финансовым ресурсам и очень ограниченному запасу знаний в сфере современных технологий.

Дана Кинг: как я стала гиком

С компьютерами (я ласково называю их конфьюзерами^[31]) у меня давно сложились отношения любви и ненависти. Железо слишком тяжелое. Софт слишком уязвимый. Я давно ждала появления устройства, которое не требовало бы ученой степени, для того чтобы установить программы, и каких-то специальных навыков, чтобы на нем работать.

Но вот в продажу поступил iPhone — и моя жизнь круто изменилась.

Теперь я могу уверенно и грамотно взаимодействовать с цифровым устройством. Спасибо тебе, Стив Джобс, — единственный гик (кроме моего мужа Дэна), которого я уважаю. iPhone повышает мою самооценку.

Больше двадцати лет я полагалась на Дэна, поскольку он помогал мне работать с электронными устройствами. Из-за моей цифровой неграмотности

наш брак неоднократно оказывался на грани краха. Самые жаркие споры между нами разгорались из-за моей незаинтересованности, недоверия и неприязни к всевозможным гаджетам, которые не способны читать мои мысли и автоматически определять желания.

Поскольку компьютер не стал бы со мной разговаривать, я вымещала свое разочарование на Дэне. В наши дни нельзя бездействовать, иначе тебя сразу же оставят позади в туманном кибергалактическом пространстве, где все только и делают, что ведут блоги, создают сайты, оставляют сообщения в «Твиттере», регистрируются в сети Facebook. И все это может негативно сказаться на ваших мечтах и надеждах.

Люди учатся тому, чему хотят научиться. Я не хочу осваивать современные технологии, но стремлюсь к успеху. Я хочу стать медиамагнатом, как Рэйчел Рэй или Опра Уинфри, и мечтаю создать медиаплатформу, на которой могла бы обучать других и распространять свои взгляды на творческий подход к жизни. Мое заявление и демонстрационный ролик, отправленные в HGTV, не заметили. Ну и черт с ней, со студией. Мне просто нужны видеокамера и оператор монтажа, может, еще продюсер, ну и куча денег или спонсоры. Но у меня ничего этого нет. Значит ли это, что моя мечта умрет?

Однажды утром Дэн разбудил меня со словами:

— Думаю, тебе нужен собственный блог.

— Но у меня уже есть блог, — напомнила я ему.

— Не просто блог, а видеоблог, — повторил муж. — Чтобы размещать там видео того, что ты делаешь. Тебе не понадобятся ни съемочная группа, ни спонсоры. Все, что тебе будет нужно, — портативная видеокамера. А монтаж отснятого материала ты сможешь делать сама.

Дэн хорошо знает, когда можно поддерживать мои начинания, поскольку в случае неудачи именно он попадет под удар. Поэтому для меня его предложение означало, что он в меня верит. Предложить мне взяться за цифровой проект — все равно что навлечь торнадо на наш дом.

Дэн убедил меня в том, что вести видеоблог не так уж сложно, если я уделю немного времени обучению и прекращу лить слезы. За исключением последнего, в остальном он оказался прав. В кратчайшие сроки (около двадцати часов) я смонтировала свой первый короткометражный фильм (его продолжительность всего семь минут) с музыкой и титрами. Теперь я могу сама вести, снимать и выпускать в эфир собственное шоу. Кто бы мог подумать?!

С тех пор мой видеоблог превратился в полноценный сайт, который привлек внимание продюсера ТВ-шоу с местного телеканала. Он попросил снять фильм о моем клубе дизайна (я продвигаю эту концепцию в своих постингах) и бесплатно сделал для меня рекламный ролик. Если картина передает тысячу слов, то видео говорит еще больше. Другими словами, гораздо легче показать, кто я, чем рассказать об этом.

Меня до сих пор многое расстраивает, но я говорю себе, что время лечит. И когда-нибудь я стану настоящим гиком — ради самосовершенствования и своих мечтаний. Как показали мне Стив Джобс и Дэн, гики могут потрясти мир!

Учитывая опыт Даны в создании видеоблога, я спросила ее о том, как ей удалось самостоятельно пройти путь до выпуска собственного ТВ-шоу. Вот что она мне посоветовала.

Начните с того, что вы можете сделать. «Я не могла позволить себе лучшую видеокамеру или съемочную группу и операторов монтажа, поэтому просто взяла портативную камеру и начала снимать себя. Мне кажется, людям нравится нарочитое несовершенство таких видео. То, что я считала ограничением, стало активом».

Позвольте другим приобщиться к вашему делу. «Стоя у входа в Goodwill, я снимала видео о шопинге в магазинах экономкласса. Проходивший мимо мужчина предложил снять меня. Он не спрашивал, зачем или что я делаю, но обратил внимание на то, как весело я провожу время, и захотел приобщиться. Со мной постоянно происходит нечто подобное. Пока я задумываюсь о том, как самой снять видео, кто-нибудь обязательно приходит мне на помощь. На самом деле ограничения делают более забавным то, чем я занимаюсь».

Превратите нехватку ресурсов в благоприятную ВОЗМОЖНОСТЬ

Дана мечтала о медиаплатформе, но ей казалось, что у нее нет для этого необходимых ресурсов. Однако вскоре она поняла, что у нее достаточно возможностей для того, чтобы начать. В конце 2008 года один из моих партнеров по бизнесу Клейтон Кристенсен высказал мнение, что экономический кризис «однозначно положительно повлияет на инновации», поскольку, «когда напряженность достигает пика, а ресурсов явно не хватает, люди готовы переосмыслить базовый подход к ведению бизнеса». Правильность этой гипотезы подтверждает исследование Фонда Кауффмана, по данным которого «51 процент компаний, входящих в список Fortune 500, начали свою деятельность в период кризиса, или медвежьего рынка, или и того и другого».

О чем бы ни шла речь — об открытии новой компании или осуществлении мечты, — можно вспомнить много случаев, когда недостаток ресурсов оказывался благом, а не проклятием. Если мы немного поразмыслим, то обязательно найдем подобные примеры в жизни своих друзей, родственников и даже собственной жизни. Разве у большинства детей были бы столь широкие возможности в спорте, музыке или других внеклассных занятиях, если бы их родители не

искали любой способ перераспределить ограниченный семейный бюджет? Разве у детей было бы так много шансов заниматься тем, что им интересно, если бы родители не умели договариваться о совместном использовании автомобилей, не следили за порядком на школьных мероприятиях и не одалживали деньги в случае необходимости, чтобы их отпрыски могли принять в них участие? Разве появился бы на свет интернет-магазин Shabby Apple, если бы его создательницам хватало времени, денег и здоровья? (Для того чтобы вспомнить историю появления этой компании, прочитайте еще раз главу 5). Если бы мои родители могли заплатить за обучение в университете, разве приобщилась бы я к корпоративной жизни в период расцвета Кремниевой долины? Разве я вообще пошла бы на Уолл-стрит, если бы мне не нужно было работать ради того, чтобы муж мог окончить учебу?

У каждого из нас есть шанс самостоятельно добиться успеха, если только мы старательно его поищем. По всей видимости, мужчины лучше знают, как это сделать, поскольку на их долю приходится 88 процентов основателей компаний из списка журнала Entrepreneur 500 самых быстроразвивающихся американских компаний. Я часто задаю себе вопрос: не способны ли женщины активнее добиваться своих целей? Испытывая хроническую нехватку ресурсов (то ли из-за гендерного неравенства в оплате труда, то ли из-за излишних трат ресурсов, чтобы соответствовать социальным ожиданиям), женщины находятся под постоянным прессингом ограниченного бюджета и времени. Из-за этого давления мы стали экспертами в умении добиваться результата, невзирая на обстоятельства. Многим из нас хорошо известно, как превратить недостаток ресурсов в преимущество.

Вспомните второе задание Психеи — добыть золотое руно баранов солнца. Тростник, растущий у берега реки, посоветовал ей подождать до захода солнца, когда бараны разбредутся и лягут спать и Психея сможет снять пряжи золотой шерсти с колючих кустов, о которые терлись бараны. Для меня это замечательный пример того, как начать с малого и в конечном итоге выполнить поставленную задачу, не подвергая себя риску. Осуществляя свои мечты, мы можем поступить так же. Вы удивитесь, как много можно при этом сделать. Это очень

важно, поскольку позволяет сфокусироваться на том, что мы действительно *можем*, вместо того чтобы жаловаться на ограниченность ресурсов. Но есть одно неперемное условие: нужно избавиться от чрезмерного перфекционизма — основного препятствия на пути к осуществлению мечты.

Дайте отпор перфекционизму

В детстве я многое делала очень хорошо, поэтому могла позволить себе быть перфекционисткой. В средней школе мое стремление к совершенству начало создавать мне проблемы. Я не записалась на курс углубленного изучения истории США, не учила алгебру и начала анализа, а также экономику, поскольку боялась, что не получу по этим предметам оценку «отлично». У меня были высшие баллы по тем дисциплинам, которые я изучала, но, оглядываясь назад, я думаю, что, учитывая выбранную мной карьеру, получить «хорошо» по алгебре и началам анализа было бы гораздо лучше, чем вообще не изучать этот предмет. Перфекционизм, в большинстве случаев формирующийся в молодом возрасте, иногда бывает деструктивным. Об этом рассказывается в истории Тониты Уайт, которая обучает французскому языку методом погружения, а также работает консультантом по связям с общественностью, агентом по операциям с коммерческой недвижимостью и специалистом по розничной торговле.

Бонни Уайт: получайте удовольствие от процесса

Однажды я прочитала своему маленькому сыну Джошу сказку, а затем предложила ему сделать рисунок к ней. Эта идея пришлась по душе творческой натуре малыша, поэтому он устроился рядом со мной с карандашами и бумагой, чтобы отобразить свое видение истории, которую мы только что прочитали. Но стоило Джошу начать рисовать, как он расстроился. Когда я спросила его, что случилось, он сильно разволновался и стал яростно черкать карандашом по бумаге. Затем, взглянув на меня своими большими печальными глазами, из которых струились слезы, сказал: «Ничего не получается. Я не могу нарисовать так, как вижу!»

Воображение Джоша и его прошлый опыт чтения профессионально иллюстрированных книг превосходили его координацию движений и физические способности. Умения сына соответствовали уровню трехлетнего ребенка, поэтому его рисунок отличался милой неуклюжестью, но малышу хотелось иметь навыки опытного иллюстратора. В итоге Джошу показалось, что у него ничего не вышло, и он позволил ощущению собственной неполноценности подавить желание рисовать.

Я много раз вспоминала об этом, когда расстраивалась из-за работы, которая не дотягивала до моих ожиданий. Воображение пробуждает в нас желание стремиться к чему-то. Однако тот факт, что у нас не получается сделать что-то идеально с первой попытки, совсем не означает, что у этого занятия нет никаких достоинств. Делая шаг вперед, к следующему этапу своей жизни, я спрашиваю себя: могу ли я принять то, что находится между моим воображением и максимальными усилиями, или останусь здесь, на безопасной стороне своих достижений? Могу ли я получить удовольствие от того, что делаю, несмотря на всю неуклюжесть попыток приблизиться к осуществлению мечты?

История Бонни знакома многим женщинам. У каждой из нас есть свое видение большой, прекрасной мечты, но после первой же неудавшейся попытки достичь ее мы прекращаем к ней стремиться. Если мы не готовы принять несовершенство, продвигаясь к своим целям, то можем легко застрять в самом начале пути, «на безопасной стороне своих достижений», как сказала Бонни. И не забывайте о том, что за нами наблюдают: если мы сдаемся, потому что наша мечта несовершенна, какой пример мы подаем своим детям?

Для того чтобы научиться самостоятельно прокладывать себе путь к мечте, необходимо делать больше с меньшими затратами, применяя творческий подход. Перфекционизм требует, чтобы каждая деталь была выполнена именно так и не иначе, а это во многом полная противоположность принципу самостоятельного достижения успеха. Дженнифер Томас имеет диплом бакалавра по итальянскому языку и истории искусств, а также планирует получить степень магистра истории искусств, окончив Институт изящных искусств Нью-Йоркского университета. Кроме того, в прошлом она занималась сбором средств для Центральной больницы штата Массачусетс в Бостоне. В своей истории Дженнифер рассказывает о том, как она использует имеющиеся в ее распоряжении ресурсы.

Дженнифер Томас: у меня в голове живет Людовик XIV

Я много лет изучала искусство, поэтому мой опытный глаз сразу же выхватывает из общей картины его достойные образцы. Красота питает мою душу, но порой и причиняет ей боль. Оказывается, существует профессиональная болезнь, когда голова забита прекрасными вещами, которые придумали или создали другие люди. В такой голове достаточно трудно найти место для собственных идей. Еще хуже то, что живущий во мне профессиональный критик всегда смотрит на окружающий мир с намерением

сделать его лучше. Именно поэтому, как бы тяжело я ни трудилась над чем-то, все равно вижу только недостатки.

Не так давно (вскоре после возвращения из поездки во Францию) я на несколько дней улетела в родной город на свадьбу любимого брата. Мои родители готовили празднество в прекрасном дворе своего дома, поэтому работы было очень много. Я приехала пораньше, чтобы им помочь, и энергично взялась за дела, оставшиеся в мамином списке.

Я унаследовала перфекционизм не от матери, которая занимает весьма разумную позицию «достаточно хорошо — это уже хорошо»; она ученый и по образованию, и по характеру. Так что задачи в мамином списке были довольно легкими, но последние его пункты оказались весьма далеки от совершенства. Через шесть часов после выхода из самолета я уже составила собственный список и начала работать. Я что-то сажала, подрезала, красила — причем делала это в каком-то лихорадочном темпе. Я постоянно думала: «Все ради свадьбы Дэвида!» Я набрала себе помощников и разработала подробный график, но все равно начала паниковать: катастрофически не хватало времени. Скоро я стала впадать в отчаяние. В этот момент к нам зашел еще один мой брат и, посмотрев на происходящее, сказал: «У тебя в голове живет Людовик XIV, и ты должна выгнать его оттуда, ведь нам надо заняться делом».

Он был совершенно прав. С тех пор эти слова не выходят у меня из головы. Я могу вспомнить множество случаев, когда Людовик и ему подобные разрушали мои мечты. Слишком часто меня парализует как собственное восприятие красоты, так и то, чего достигли другие люди. Прием в саду? «Подумай о Версале!» Но разве можно жить по таким стандартам? Пожалуй, самый показательный пример — тот рождественский вечер, который я провела в слезах, потому что мои праздничные приготовления не самым идеальным образом отражали мои творческие идеи. Я чувствовала себя неудачницей. Муж был озадачен: «Разве все это могло быть еще лучше?» Я позволила своим представлениям о совершенстве уничтожить результаты упорного труда и испортить нам праздник. Именно это была истинная и единственная осечка того дня.

Думаю, у меня в голове появятся какие-то грандиозные мечты, но в моем распоряжении нет тех ресурсов, которые были у короля-Солнце. У меня нет уединенного места, или покровителя, или бюджета, или персонала. У меня нет даже письменного стола. Я часто вижу конечный результат во всех деталях, но становлюсь слепой, когда нужно найти способ достичь его или хотя бы приблизиться к нему. Поэтому я часто выхожу из игры еще до ее начала — Людовик побеждает.

Все это означает, что мой брат прав и Людовик должен уйти. Я осознаю, что, если когда-нибудь захочу воплотить в жизнь большую мечту и сделать нечто совершенное своими руками, то должна найти компромисс между идеальным и реальным положением вещей и каким-то образом научиться поддерживать диалог с совершенством, не позволяя ему заглушать мой собственный голос. Поэтому я приняла твердое решение выбросить Людовика из головы в этом году. Пусть возвращается в Версаль. Трудно представить себе лучшее место для жизни в изгнании.

История Дженнифер довольно забавна, но показательна: она учит нас тому, что, стремясь к совершенству, мы можем так и не начать что-то делать. Единственная реальная неудача — позволить диктату перфекционизма лишить нас сил и навсегда оставить в ожидании тех «необходимых» ресурсов, которые якобы должны появиться, прежде чем мы возьмемся за воплощение в жизнь своей мечты.

Начните оттуда, где вы сейчас

Для того чтобы проложить путь к мечте, следует начать оттуда, где мы сейчас находимся, и с того, что имеем. К тому же нужно осознать, что у нас есть гораздо больше, чем мы думаем. Возможно, вы никогда не получите все необходимые ресурсы, но это не значит, что нужно сидеть и ждать у моря погоды. Только приступив к делу, можно чего-то добиться. Одна из моих любимых бизнес-мантр звучит так: «Относитесь терпеливо к росту и с нетерпением — к прибыли». Относиться с нетерпением к прибыли — значит использовать имеющиеся ресурсы и осознавать, что именно начинающие компании с ограниченным финансированием добиваются успехов. Если мы сделаем это с самого начала, то можем рассчитывать, что рост непременно будет.

Способность справляться с задачей самостоятельно чаще всего рождается из необходимости и помогает принять решение мечтать. Джолин Роквуд — магистр теологических наук Гарвардской школы богословия. Ее мечта — добиться того, чтобы все дети (включая и ее собственных) из их маленького городка могли получить качественное образование в сфере искусств. Джолин приступила к работе с чистого листа и создала общественную программу развития искусств, которая получила признание и уважение в масштабах всей страны.

Джолин Роквуд: создание общественной программы развития искусств

Я до сих пор помню разочарование, которое испытала, когда мой муж Фред объявил о «заманчивом» предложении о работе от компании из маленького городка с численностью населения около пяти тысяч человек, расположенного в сельскохозяйственном районе, на северо-западе штата Индиана. Я только что окончила магистратуру и родила третьего ребенка, а мой старший ребенок вот-вот должен был пойти в школу. Муж заверял: «Поживем там всего несколько лет, накопим опыта, а затем переедем в другое место». Однако когда мы побывали в этом городке, у нас появилось

ощущение, что именно здесь мы должны жить, — и в 1977 году мы совершили этот серьезный шаг.

Я сразу же влюбилась в этот маленький город и его обитателей, которые приняли нас весьма благосклонно. Но все же мне не хватало некоторых возможностей, имеющихся в большом городе. Моя подруга Джанель, переехавшая сюда незадолго до нас, тоже обратила на это внимание, поэтому мы стали возить детей в Цинциннати (около часа езды) на уроки музыки, драмы и танцев. Однажды, возвращаясь на машине домой, мы размышляли о том, чтобы в наших школах была программа обучения искусствам, которой могли бы обучаться все дети, в том числе и наши.

Прослушав тренинг «Искусство и образование», проходивший в Индианаполисе, мы с Джанель обратились в три муниципальных школы с предложением о внедрении своей программы. Поначалу нам приходилось настойчиво ее рекламировать. В конце каждой презентации мы передавали по кругу лист для сбора подписей, в котором должны были подписаться учителя, не возражавшие против прихода художников в их классы. Шести-восьми подписей в каждой школе было бы достаточно, для того чтобы дело сдвинулось с мертвой точки.

Далее нам следовало получить грант на реализацию программы. Я никогда не писала такую заявку, но мне казалось, что я смогу это сделать. Свой первый грант в размере двух тысяч долларов мы получили от комиссии по вопросам искусств штата Индиана, что покрыло половину затрат. Для того чтобы раздобыть оставшуюся сумму, мы с Джанель уговорили местные компании пожертвовать 1500 долларов за первый год. Еще 500 долларов мы получили, пригласив владельца самого крупного бизнеса в городе на ужин, в ходе которого наши дети сыграли на пианино, скрипке и виолончели. Когда мы упомянули о создании программы, которая откроет всем детям доступ к изучению искусств, и посоветовали, что у нас не хватает средств на ее реализацию, он сразу же выписал чек на оставшиеся 500 долларов и пообещал оказывать нам поддержку в будущем. На протяжении следующих десяти лет наши потребности росли, поскольку мы увеличивали количество и продолжительность курсов обучения; за десять лет наши расходы выросли с 4 до 40 тысяч долларов, и мы подавали заявки на получение все более крупных грантов. В конце концов в Национальном фонде поддержки искусств в Вашингтоне приняли решение использовать нашу программу в качестве примера, рассказав о ней во время слушаний в конгрессе.

Для того чтобы воздать должное нашим начинающим живописцам, я организовала конкурс «Презентация молодых художников». Его участники должны подать свои работы на рассмотрение специалистов, а затем получить письменный отзыв с указанием оценки. Работы победителей мы выставляем в одном из художественных салонов города. Звание победителя такого конкурса стало очень престижным и выигрышно выглядит в заявлении о приеме в колледж.

В дальнейшем я сформировала городской совет по вопросам искусств, чтобы наша программа охватила не только школы, но и весь город. Вскоре появилась организация Rural Alliance for the Arts (RAA, Сельский альянс в поддержку искусств), инициировавшая создание городского театрального кружка. За двадцать лет мы поставили более сорока мюзиклов и спектаклей,

которые посмотрели тысячи местных жителей. Кроме того, RAA — один из спонсоров фестиваля музыки и искусств, проходящего в Бейтсвилле; на нем всегда выступает оркестр симфонической и популярной музыки из Цинциннати. Сегодня я собираю средства на строительство центра исполнительского искусства в нашем городе.

Организовать программу развития искусств в системе школьного образования было нелегко: потребовался многолетний упорный труд и огромная поддержка со стороны семьи. Я до сих пор поражаясь тому, как небольшая идея, возникшая в 1982 году, превратилась в успешную общественную программу развития искусств.

Делите задачи на части

Приехав в Нью-Йорк, я так сильно хотела добиться успеха, что еле сдерживала свой перфекционизм. Я открыла для себя несколько хитрых приемов — например, как разбивать задачи на более мелкие, чтобы они не казались невыполнимыми, или приказывать себе уделять всего пять минут на то, чтобы собрать все, что нужно, а затем двигаться дальше. Вот почему я так охотно принимаю участие в программе выполнения новогодних обещаний *Resolutionary Challenge*, инициированной Хезер Стейкер еще в 2008 году и рассчитанной на двенадцать недель, начиная с января. Во время ее проведения, чтобы достичь поставленных целей, мы разбиваем процесс на крошечные этапы. Каждый день можно заработать десять очков, по одному очку за задачу. Как правило, список задач на день составляется примерно так:

- выпить восемь стаканов воды;
- заниматься физическими упражнениями тридцать минут;
- быть готовой показать себя миру к 11:00;
- съесть две порции фруктов и три порции овощей;
- вымыть посуду перед тем, как отправиться спать;
- полакомиться одним маленьким вкусным блюдом в день;
- уделить пятнадцать минут себе лично.

Программа *Resolutionary Challenge* построена таким образом, что, если даже я выполню только пять из десяти задач, запланированных на день, это все равно окажется на одну-две задачи больше, чем обычно. В результате возникает ощущение успеха. Такой подход в конечном итоге позволяет распрощаться с перфекционизмом. Если я не успеваю что-то сделать за один день, то могу наверстать упущенное на

следующий. Кроме того, за выполнение программы хотя бы на 60 процентов предусмотрены призы, например подарочный сертификат на маникюр. Этот подход применим и к процессу поиска и осуществления мечтаний. Нужно поделить его на небольшие, выполнимые ежедневные задачи, связав их с конкретной мечтой и награждая себя призами за их реализацию. Например: «Я обязуюсь уделять десять минут в день написанию книги. В случае выполнения я получу (приз назовите сами)».

Если мы готовы проложить путь к мечте, значит, наверняка поделили ее на мелкие составляющие и можем ослабить свое стремление к безупречному выполнению задач. Это позволяет нам больше успевать (потому что мы меньше дел откладываем на потом) и показывать детям, как бороться с перфекционизмом. Кроме того, мы можем прекратить что-то делать, если поймем, что эта задача не стоит того, чтобы ее решать. И самое важное: можно с восторгом отважиться мечтать, избавившись от парализующего страха неудачи.

Забудьте о несбыточных мечтах

Готовность проложить себе путь к мечте помогает понять, насколько она реализуема. Начав с того, что имеем, мы сможем найти подходящую мечту. Вот что я написала по поводу того, как это сделать.

Зеркало Еиналеж

Целую неделю я думала о мечтах, которые мне никак не удавалось осуществить, и не могла прийти ни к какому выводу. Но вдруг увидела, как дочь увлеченно читает очередную книгу о Гарри Поттере. С мыслями о Гарри я и отправилась спать. «Постарайся решить эту проблему. Попытайся еще немного, а затем усни», — вертелось в моей голове. Другими словами, сделай так, как Психея, — позволь муравьям рассортировать зерна.

Утром я вспомнила о зеркале Еиналеж, которое, как пишет автор романов о Гарри Поттере Джоан Роулинг, «показывает нам не больше и не меньше, чем самые сокровенные, самые отчаянные наши желания».

После того как профессор Дамблдор нашел Гарри замороженно глядящим в зеркало Еиналеж в заброшенной комнате замка Хогвартс, он объяснил ему, что зеркало очаровывает человека, а потому таит в себе опасность: «Ты, никогда не знавший семьи, увидел своих родных, стоящих вокруг тебя. Рональд Уизли, всю жизнь находившийся в тени своих братьев, увидел себя лучшим учеником школы и одновременно капитаном команды — чемпиона по квиддичу^[32], обладателем сразу двух кубков, — он превзошел своих братьев. Однако зеркало не дает ни знаний, ни правды. Многие люди, стоя

перед ним, ломали свою жизнь. Одни из-за того, что были зачарованы увиденным. Другие — потому что не могли понять, сбудется ли то, что предсказало им зеркало, гарантировано им это будущее или просто возможно? Нельзя цепляться за мечты, забывая о настоящем».

Думаю, у каждого из нас есть отчаянные желания — то, чего мы заслуживаем как никто другой, но не имеем и не можем иметь, во всяком случае так, как мы их себе представляем.

Я прошу вас остановиться на минутку и подумать о своем отчаянном желании, поддержать его в руках и проанализировать. Под покровом того, что мы не можем иметь, можно найти зерна мечты, которая осуществима.

Гарри не в силах вернуть своих родителей, но он может жить в окружении любящих его и дорогих ему людей. Рон не может быть единственным ребенком в семье, но он может выделиться, отправившись вместе с Гарри и Гермионой в героический путь.

Разве каждый из нас не заставлял себя очарованным или увядающим перед собственным зеркалом Еиналеж? Я пытаюсь избавиться от иллюзий и пробивать себе путь в жизни. Не сомневаюсь, что и вы делаете то же самое.

В моем окружении часто звучит замечательный афоризм: «Используй до конца, сноси до нитки и довольствуйся тем, что имеешь». У нас могут быть самые грандиозные мечты, но даже они начинаются с маленьких шагов по пути к их достижению. Другими словами, их осуществление начинается с попыток добиться чего-то своими силами. Когда мы по полной используем имеющиеся ресурсы, избегая лотерейного мышления и избавляясь от вымышленной потребности во внешних ресурсах, мы способны запустить процесс осуществления своих мечтаний.

Начните с того, что имеете

Пытаясь найти деньги, время и место для осуществления своей мечты, мы должны думать не о том, чего мы не можем или не имеем, а о том, как добиться результата.

Участница марафона и мать пятерых детей Эмили Ортон

- Размышляя о своей мечте, готовы ли вы назвать две или три вещи, которые можете сделать, начав с имеющихся в вашем распоряжении времени, денег, места и знаний?

Когда напряженность достигает пика, а ресурсов явно не хватает, люди становятся гораздо более открытыми тому, чтобы переосмыслить свой базовый подход к ведению бизнеса.

Клейтон Кристенсен

- Какие ограничения возникают на вашем пути к мечте? Используйте ли вы недостаток ресурсов как возможность переосмыслить свой план и тем самым повысить шансы на успех?

Глава 14

Пригласите мечту на свидание

К настоящему моменту вы уже составили список своих сильных сторон, проанализировали детские надежды, вспомнили о том, что делает вас целеустремленными и счастливыми, и начали собирать по кусочкам возможные мечты. Несколько месяцев назад я открыла для себя сайт кулинарных рецептов SuperCook (supercook.com), на котором, введя список имеющихся ингредиентов, получаешь рецепт блюда, которое можно из них приготовить. Эта идея показалась мне весьма интересной — если предположить, что у каждого из нас под рукой достаточно таких «ингредиентов». Я убеждена, что на самом деле в нашем распоряжении гораздо больше возможностей, чем мы осознаем.

Прокладывая путь к мечте, мы ставим перед собой определенную цель и начинаем искать навыки и знания, необходимые для ее достижения. Придерживаясь подхода, применяемого на сайте SuperCook, мы определяем имеющиеся ресурсы и думаем, что можно сделать с их помощью. То, что обычно мы имеем больше, чем нам кажется, было наглядно продемонстрировано во время непродолжительного шоу на канале TLC под названием I've Got Nothing to Wear («Мне нечего надеть»). В ходе этого шоу, состоявшего из шести выпусков, профессиональный стилист делит одежду героя на две категории: то, что еще можно носить, и то, что нужно переделать. Предметы одежды из второй категории отправляются в мастерскую, где три модельера сортируют, распарывают, перекраивают и шьют из них новые, модные вещи (например, вышедшие из моды широкие брюки могут превратиться в вечерний наряд). Тем временем стилист ходит с гостем программы по магазинам и покупает четыре или пять классических нарядов, чтобы дополнить ими гардероб из переделанной одежды. В конце шоу стилист создает лукбук^[33] и показывает гостю, как сочетать и комбинировать предметы гардероба, состоящего теперь из старой одежды, новых классических нарядов и переделанных вещей.

В ходе размышлений над мечтами я предложила бы использовать ряд таких сравнений: *то, что еще можно носить*, — метафора для обозначения наших сильных сторон, то есть, по сути, имеющихся «ингредиентов». *Новые классические наряды* — один или два навыка, которые понадобятся для осуществления мечты; их приобретение не обязательно потребует больших затрат времени и ресурсов. И *переделанная одежда*. Скорее всего, у каждой из нас есть любимые наряды, возможно, доставшиеся по наследству от бабушек и мам, которые не подходят нам или не соответствуют нашему образу. То же самое можно сказать и о сильных сторонах — когда-то эти качества помогли нам пережить трудные времена, но теперь настала пора отправить их в «мастерскую» и приспособить для других целей. Составляя список своих сильных сторон, мы ищем способ по-новому использовать старые навыки и овладеть новыми и тем самым создаем лукбук своих возможностей. В нем мы можем найти две или три мечты, которые нам хотелось бы «примерить» на один-два дня, или, иначе говоря, исследовать.

Ингредиенты, необходимые для приготовления блюда; одежда, необходимая для создания своего стиля; сильные стороны, необходимые для осуществления мечты, — все это действительно предоставляет множество возможностей. После того как мы «введем свои ингредиенты», а поисковая система нашего воображения сгенерирует на их основе список возможных мечтаний, приходит пора записать их на бумаге.

Не исключено, что вас удивит полученный результат. Именно это произошло с Мелиссой Стэнтон, бывшим редактором журналов People и Life и автором книги *The Stay-at-Home Survival Guide: Field-Tested Strategies for Staying Smart, Sane, and Connected While Caring for Your Kids* («Руководство по выживанию для неработающих мам. Проверенные на практике стратегии для того, чтобы оставаться элегантной, сохранять рассудок и не потерять связи, воспитывая детей»).

Мелисса Стэнтон: не думайте — пишите!

Мечтала ли я стать неработающей мамой?

Нет, во всяком случае я так не думала. Но недавно я поняла, что сидеть дома и воспитывать детей (чем я занимаюсь вот уже почти восемь лет), возможно,

и есть та неосознанная мечта, которая стала явью.

В минувшем году, впервые за мою карьеру домохозяйки, все трое моих детей стали весь день находиться в школе. Воспользовавшись вновь обретенной свободой, я занялась просмотром накопившихся за два десятилетия папок и коробок, в том числе и коробок с бумагами, оставшимися после моего ухода из журнала People, где я работала ведущим редактором. В тот период в моей жизни произошло несколько важных событий: муж принял предложение о работе в Балтиморе, когда у его босса с Уолл-стрит наступили тяжелые времена; а я работала и присматривала за ребенком, ежедневно совершая длинные поездки в офис и обратно; кроме того, произошли теракты 11 сентября. Под влиянием всех этих событий я пришла к выводу, что пора пересмотреть свои приоритеты и жить по-другому.

В хаосе, сопровождавшем мое решение оставить карьеру, которой я добивалась и тяжело выстраивала пятнадцать лет, я не понимала, что начинаю осуществлять свою мечту. За девять месяцев до этого я участвовала в тренинге по карьерному росту, и в его ходе инструктор предложил нам записать три личные цели, которых мы хотим достичь за один год. У задания был такой лозунг: «Не думайте — пишите».

Перебирая бумаги, я нашла материалы того тренинга, в том числе и список целей:

1. У меня будет карьера, которая позволит уделять больше времени семье.
2. Я рожу второго ребенка.
3. Мы с мужем будем лучше обеспечены материально и сможем выплатить часть долга.

Как оказалось, через год после того, как я это записала, все исполнилось, правда, с некоторыми поправками:

1. После ухода из журнала People я стала работать фрилансером.
2. Вместо второго ребенка родила сразу двух.
3. Новая работа мужа позволила нам жить на его зарплату.

Я добилась своих целей — другими словами, мои мечты сбылись.

Во время столь грандиозного перехода от активной трудовой жизни к статусу домохозяйки у меня появилась еще одна цель. Я решила написать книгу, которая была бы посвящена не давним спорам о том, стоит ли матерям работать или лучше сидеть дома и воспитывать детей, а стала бы своего рода «группой поддержки» для женщин, имеющих детей. По меткому выражению одного критика, эта книга была рассчитана на «каждую маму, которой кажется, что ее работа одновременно лучшая и худшая в мире».

Одни женщины наслаждаются каждой минутой жизни, посвященной исключительно заботе о детях, другим трудно дается роль мам, целыми днями сидящих дома. Далеко не каждая женщина считает такую роль своим призванием. Я убеждена, что воспитание детей — это работа, а сидящие дома мамы — именно «работающие» мамы. Никому не дано наслаждаться своей работой каждую минуту. Если домохозяйка не всегда испытывает удовольствие от своего статуса, это не значит, что она плохая мать, или

сожалеет об уходе с работы, или не любит своих детей, или не понимает, как ей повезло.

Я получила множество отказов от агентов и издателей, которые не хотели опубликовать мою книгу, ссылаясь на то, что в ней нет твердой позиции («Матери должны сидеть дома с детьми» или «Матери должны работать»). Но затем мое предложение попало на стол редактора, которая поняла, что это нужная книга, и согласилась ее издать.

Разве я могла предположить, что когда-нибудь напишу книгу о жизни неработающих матерей? Однозначно нет. Но ведь мечтателям приходится жить в реальном мире; точно так же и сами мечты (выраженные в виде целей) рождаются под воздействием его реалий.

Мои новые мечты, о которых я не только думаю, но и отважусь здесь написать, состоят в следующем:

1. Написать книгу для неработающих мам, которые стремятся снова вернуться на оплачиваемую работу.
2. Самой вернуться на оплачиваемую работу и сделать карьеру, которая бы не ущемляла интересы моей семьи и позволила бы мне хорошо зарабатывать.

А какие мечты вы отважитесь записать на бумаге?

После написания этого эссе Мелисса нашла работу, которая оказалась даже более дружественной по отношению к семье, чем прежняя. Она все еще намерена написать книгу для мам, мечтающих о карьере. Однако теперь, с увеличением нагрузки, для достижения этой цели ей понадобится чуть больше времени.

Составляя список сильных сторон, вы, наверное, записывали свои мысли и идеи и даже делали пометки на полях. Я советую вам и впредь так поступать. У вас еще будут возникать интересные идеи. Если они привлекут ваше внимание, запишите их, например, на карточках и приколите их к большой доске. Пусть это будет ваш набор мечтаний. Может, у вас уже есть любимая мечта — та, что вы всем сердцем хотите осуществить. Или, как у меня, имеется десяток полусформировавшихся желаний, которые вы хотели бы испытать. В таком случае выделите время на их анализ, устроив «тест-драйв».

Если вы такая же перфекционистка, как и я, вам будет очень-очень трудно начать. Однако я верю в эффективность метода, который назвала «пригласить мечту на свидание»: когда мы назначаем мечте свидание без каких-либо обязательств перед ней, это многое упрощает. Именно так два года назад решила поступить Кристи

Уильямс, бывший консультант по вопросам управления компании Bain и специалист по корпоративной стратегии, а сейчас счастливая мама.

Кристи Уильямс: пять мечтаний, которым я хочу назначить свидание

Цели всегда занимали главное место в моей жизни. Мне нравится чувствовать себя дальновидной и продуктивной, и, достигая их, я испытываю истинное удовлетворение. Прочитав статью Уитни «Найдите в своей жизни место мечте», я поняла, что, хотя и продолжаю ставить перед собой цели, у меня больше нет мечты.

В напряженные годы после окончания колледжа я занималась интересной работой, побывала во многих странах мира, встретила с замечательным мужчиной, вышла за него замуж и стала матерью. За этот период я добилась того, о чем мечтала в средней школе и колледже. Но в это волнующее время у меня не было потребности в новых мечтах. Сейчас же темп моей жизни замедлился, и я снова могу найти им место в ней.

Но о чем мне мечтать?

Мне нужны мечты, на полную реализацию которых понадобилось бы от пятнадцати до тридцати лет, но чтобы работать над ними можно было уже сейчас, поскольку интенсивность моей материнской нагрузки постепенно снижается. Много недель я размышляла над этим и в конце концов нашла пять интересных идей. Каждая олицетворяет собой то, что приносит мне удовольствие, но я пойму, заслуживают ли они статуса мечты, только когда проведу с ними какое-то время. Итак, хотя у меня счастливый брак, в этом году я намерена ходить на свидания — свидания со своими мечтами, для того чтобы определить, какие из них заслуживают моего внимания.

Мечта № 1. Литературное творчество (не беллетристика).

Мое первое свидание прошло успешно: я написала и опубликовала пост своих мечтах. Это был интересный, стимулирующий и полезный опыт. Я хочу написать статьи еще на две интересующие меня темы и найти еще два места, где их можно было бы опубликовать. В дальнейшем я планирую поразмышлять о том, как сделать литературное творчество более гармоничной частью своей жизни.

Мечта № 2. Бизнес-консалтинг.

Я зарабатывала этим на жизнь, и в целом мне это нравилось. Я люблю читать о бизнесе и обсуждать с мужем дела его начинающей компании. Несколько первых свиданий с этой мечтой выльются в мозговой штурм. Как заниматься консалтингом в свободное время? Кого заинтересует специалист, предоставляющий консультации на ограниченных условиях? Один из вариантов — сосредоточиться на творческих людях, продающих творения своих рук через собственные сайты, общие порталы или при помощи мелких предпринимателей. Я могла бы помочь им разработать стратегию, определить целевой сегмент рынка, установить цены на продукты и т. д.

Мечта № 3. Преподавание.

Начать осуществление этой мечты достаточно легко: нужно просто собрать друзей на разовое занятие (дискуссию). Первое свидание — найти интересную тему, второе — подготовить материалы и пригласить людей. Впоследствии это могло бы привести к чему-то более конструктивному —

например, проведению в местной средней школе (в которой учится много детей из малоимущих семей) занятия, посвященного подготовке к колледжу.

Мечта № 4. Политика.

Возможно, моей мечтой на долгосрочную перспективу станет участие в чьей-либо предвыборной кампании. Сейчас я пытаюсь проанализировать кандидатов на пост губернатора Калифорнии. Если кто-нибудь из них мне понравится, я поищу способ поддержать его. Или выберу более простой путь: присоединюсь к обсуждению политических вопросов на одном из сайтов, посвященных политике.

Мечта № 5. Участие в соревнованиях по бегу или триатлону.

Разумеется, в настоящих чемпионатах я, скорее всего, не буду участвовать никогда, но есть же любительские забеги. Для начала я выберу пять интересных для себя забегов и стартую с местного — на 10 километров.

Если в этом году я сфокусируюсь на своих мечтах, то обязательно найду то, что меня вдохновит, поможет достичь просветления, наполнит энергией и радостным ожиданием, пока я буду заниматься поиском ответа на вопрос о том, кем хочу стать.

Кристи получила два интересных предложения о предоставлении консультационных услуг от владельцев небольших нью-йоркских компаний, но из этого ничего не вышло. Однако не страшно, главное — исследовать свои мечты, *назначить им свидание*. Или, как написала Мадлен Уолбергер, *поиграть со своими мечтами*.

Несколько лет назад я пригласила на свидание мечту, по моему мнению, довольно легкомысленную. Я ни в коем случае не планировала оставлять мужа и детей без присмотра ради своего увлечения роком, но однажды увидела объявление подруги об открытии рок-лагеря Ladies Rock Camp, где женщины учатся играть на музыкальных инструментах и писать песни, и поняла: мне действительно хочется это попробовать.

Несколько недель я размышляла о предоставившейся возможности. В начале года мы с мужем и детьми побывали в гостях у наших друзей Рене и Троя Трайб. Трой и трое его старших отпрысков организовали рок-группу. После ужина они исполнили для нас классические песни 1970-х *Smoke on the Water* («Дым над водой») и *Takin' Care of Business* («Делай, что должно»). Это был самый яркий момент нашего отдыха в тот уик-энд.

Я поймала себя на мысли: почему бы и нет?

Мы традиционно привыкли останавливаться на этапе создания образа своей мечты либо потому, что не хотим расстраиваться или

становиться уязвимыми, либо потому, что не считаем себя вправе для изучения предоставившейся возможности делать то, что нам хочется. Или просто проявляем здоровый прагматизм. Зачем тратить время на то, чем на самом деле мы не собираемся заниматься?

В этом есть определенная ирония. Если мы позволим себе пойти дальше воображения и исследования, зная, что в любой момент можем его прекратить, это действительно многое упрощает. У нас и без того масса обязательств, которые мы хотим и должны выполнять, — перед Богом, семьей, друзьями, обществом, работой и, самое важное, перед самими собой.

Однако некоторые вещи не требуют от нас никаких обязательств. Мы можем заниматься ими день, неделю или даже месяц, а затем при желании бросить и приступить к изучению чего-нибудь другого.

Попробовав «примерить» мечту на несколько минут или хотя бы на день, мы можем испытывать чувство дискомфорта, поскольку, по сути, просим о чем-то для себя. Так как люди из нашего окружения (члены нашей семьи, или друзья, или даже мы сами) могут посчитать некоторые мечты недостаточно важными, легкомысленными, смешными или бессмысленными, мы можем и не довести начатого до конца. Именно так произошло в случае с Ladies Rock Camp. Я зарегистрировалась и забронировала номер заранее, но буквально за два дня до открытия сборов отменила поездку. Мне было очень грустно, но порой обстоятельства, не зависящие от нас, мешают нам заняться исследованием новых возможностей. Но я задаю себе вопрос: может быть, причина в том, что мы просто боимся?

Никогда не следует игнорировать новые возможности, а если по тем или иным причинам мы все же сделали это, нужно вернуться к их изучению, как только представится удобный случай. Ребекка Мензи (beantown.menzie.org) — любительница заниматься выпечкой, квилтингом^[34], садоводством, триатлоном и ведением блога, рассказывает, какой важный урок преподнесла ей дочь о том, как исследовать возможности и не сдаваться ни при каких обстоятельствах.

Ребекка Мензи: не звезда беговой дорожки, но все равно звезда

Прошлой осенью моя четырнадцатилетняя дочь Кристина изъявила желание заняться бегом. Представьте себе мое удивление, если учесть, что я никогда

не видела, чтобы Кристина бегала, а командными видами спорта она не занималась со времен учебы в начальной школе, когда входила в состав футбольной команды (и то, насколько я помню, это продолжалось всего два сезона). По правде говоря, я подумала, что дочь шутит, но она подняла эту тему еще пару раз, а затем пошла и записалась сама! В субботу накануне начала тренировок Кристина надела спортивный костюм, взяла мои старые кроссовки и сказала: «Я скоро вернусь. Хочу пробежаться». Я почесала затылок и хмыкнула. А дочь отправилась бегать.

Через пару недель я спросила Кристину, каким именно видом бега она занимается. Она ответила: «100 метров. Я не могу бегать на длинные дистанции». Это снова меня озадачило. В нашей семье нет и никогда не было спринтеров. Ни одного. «А другими видами бега ты занимаешься?» — поинтересовалась я. «Нет. Только стометровка». Когда я обсудила с Кристиной время, за которое она преодолевает эту дистанцию, а также как она справляется с соревнованиями, мне стало ясно, что звезд с неба дочь не хватает. Мы с мужем задумались, стоит ли это 240 долларов, которые мы платим за занятия. Но у нас возникло ощущение, что для Кристины это значит гораздо больше, чем возможность стать королевой беговой дорожки, поэтому мы решили поддержать ее. Мы сходили несколько раз в школу, чтобы поприсутствовать на тренировках и соревнованиях. Купили для нашего «спринтера» спортивную одежду, командный тренировочный костюм и кроссовки с шипами. Кроме того, обсудили, какую пользу принесут дочери занятия бегом и пойдет ли это на пользу ее здоровью. Она больше не растет, поэтому для нее важно поддерживать активный образ жизни, чтобы оставаться в форме. Она всегда может заниматься бегом трусцой — это требует минимального снаряжения, просто вставай и беги. Бег трусцой улучшает психическое и физическое состояние. Кроме того, это полезно для костей.

Хотя мы и спрашивали дочь, за какое время она пробегает дистанцию и какое место занимает на соревнованиях, это всегда было вторичным по сравнению с тем, сколько сил она вкладывает в забеги. Мы задавали ей такие вопросы: что ты чувствуешь после финиша? Что было хорошо? Хочешь ли ты что-либо изменить? Кристина часто финишировала последней. Поначалу это беспокоило и расстраивало ее. Никто не любит плестись в хвосте. Но с каких это пор последний ассоциируется с неудачником? Я рассказала дочери, как бросила заниматься бегом в средней школе из-за боязни не показать хороших результатов в соревнованиях. И я позволила страху неудачи одержать над собой победу. Я испытываю невероятную гордость за свою дочь, решившую заняться видом спорта, о котором она раньше ничего не знала. Так что, хотя Кристина и не звезда беговой дорожки, она все равно звезда.

Ребекка восхищена нежеланием дочери отступить от мечты о беговой дорожке, несмотря на то что девочка много раз финишировала последней. Порой наши дети подают нам замечательный пример, и в данном случае Кристина учит свою маму тому, как испытать мечту.

Как и на первой встрече с возлюбленным, назначая свидание мечтам, мы порой чувствуем себя неловко, да и при исследовании новых возможностей все может пойти не так, как хотелось бы, ведь мы ступили на неизведанные земли. *Вот пост, который я написала для своего блога после одной особенно трудной недели.*

Если что-то стоит делать, делайте, пусть даже плохо

Всегда будьте в чем-то новичком.

Билл Бакстон, ведущий исследователь Microsoft

Нам необходимо забыть то, чему нас учили в школе. Посмотрите на Google. Все ее продукты находятся в состоянии бета-тестирования.

Пол Гиллин, журналист, специализирующийся на технологиях

Если что-нибудь действительно стоит делать, имеет смысл сделать это, пусть даже плохо.

Гилберт Честертон, английский философ и писатель

Прочитав приведенные выше цитаты, я почувствовала, что немного расслабилась и усмирила свой перфекционизм. Оказывается, все то, что нам стоит делать (растить детей, выходить замуж, строить карьеру, дружить и мечтать), мы делаем порой из рук вон плохо.

На прошлой неделе у меня, например, все получалось так плохо, что мне захотелось все бросить. Именно поэтому слова Гилберта Честертона, процитированные моей подругой Лизой Бойс, стали для меня настоящим подарком.

Будьте новичком.

Пребывайте в состоянии тестирования.

Делайте что-то, пусть даже плохо.

Когда вы начинаете испытывать мечты, у вас может возникнуть смешанное чувство волнения и страха; возможно, вы даже станете защищаться. Значит, вы приблизились к своей мечте, как когда-то Яна Тейлор — основательница компании Mind Full Tutors (mindfulltutors.com).

Янна Тейлор: если вы начинаете защищаться, значит, вы близки к своей мечте

Осенью 2007 года я основала репетиторскую компанию Mind Full Tutors. Уже несколько лет я мечтала заняться этим бизнесом, но никак не могла решиться.

Перед получением степени магистра по образованию в Гарвардском университете я помогла создать одну успешную репетиторскую компанию. Но после окончания университета работала в рамках благотворительной программы подготовки учителей и не планировала открывать собственный бизнес. Хотя работа в некоммерческой организации много значила для меня, я не чувствовала себя счастливой. Мои должностные обязанности не позволяли использовать мои сильные стороны и были весьма далеки от процесса обучения студентов.

Когда я жаловалась по этому поводу друзьям, многие из них говорили: «Когда ты, наконец, откроешь свое дело?!» И каждый раз я искала оправдания: «У меня нет возможности сделать это», «Сейчас я даже думать об этом не могу» или «Может быть, когда-нибудь... не знаю».

Я часто задавала себе вопрос: почему я оправдываюсь?

Во-первых, я защищала себя от возможных переживаний. Я очень хотела, чтобы моя мечта осуществилась. Но приступить к ее реализации означало подвергнуть себя риску неудачи. Я не знала, как отреагирую, если ничего не получится.

Во-вторых, я не признавала своей неискренности. В глубине души я знала, что подлинная жизнь для меня ассоциируется с открытием собственной репетиторской компании. Но, понимая, что это трудно и рискованно, сопротивлялась.

Эти два фактора свели на нет мою веру в успех.

Спустя еще несколько месяцев неудовлетворенности работой я все же решила попытаться счастья, написала бизнес-план, и через пять месяцев открылась Mind Full Tutors. Когда я поделилась этой новостью со своими близкими, все они отреагировали примерно одинаково: «Наконец-то!»

Так что же видели мои друзья, чего не видела я?

Они видели открытую дорогу к успеху, а я — только препятствия. Они видели достоинства, а я — недостатки. Они говорили «Почему же нет?» а я — «Потому что...». Они видели мою потребность любить свою работу и жить ради определенной цели, а я искала компромисс из-за одолевавшего меня страха.

Я поняла, что близкие люди могут сыграть важную роль в нашей жизни, привязывая нас к нашим мечтам. Они напоминают нам, чего мы можем достичь и в чем наше предназначение. Некоторые люди могут отвлекать нас от наших целей — это действительно так. Но тот, кто хорошо вас знает, видит ваше истинное «я».

Компания Mind Full Tutors работает уже почти год. Я счастлива, потому что каждый день делаю этот мир лучше — по одному студенту за раз.

Часто, когда мы уже готовы погрузиться в мечту и в глубине души считаем правильными советы наших близких, вдруг испугавшись, мы отказываемся от решительных действий. Именно так произошло

четыре года назад с Rose Park Advisors. Стоило мне заговорить с Кристенсенами о создании хедж-фонда, как в голове тут же пронеслась мысль: «Я поработаю над этим совсем недолго; все это временно». А когда муж поддержал меня: «Почему бы тебе не сделать это?» — я, как всегда, подумала: «Нет, скорее всего, я не смогу».

В минувшем году я пригласила на свидание мечту о создании платья для участия в конкурсе, проводившемся в Shabby Apple. Я не умею рисовать, но в детстве любила шить. У меня есть такая приобретенная компетенция, как способность объединять людей и идеи (в данном случае я попросила талантливого художника помочь мне). И самое важное: я хотела сделать это «просто так», а я привыкла с уважением относиться к своим желаниям. Поэтому и попробовала.

У меня также есть желание, которое я тестирую весьма тщательно, — снять документальный фильм. Я знаю, что он будет о женщинах и, возможно, о мечтах. Но больше пока ничего не знаю. Надеюсь, мне помогут мои врожденные способности к музыке.

Такие приобретенные компетенции, как создание и руководство компаниями, тоже мне пригодятся, как и способность придумывать сюжет. Прежде чем приступить к осуществлению этой мечты, мне придется назначить ей еще много свиданий, учитывая, что потребуются настоящий сценарий и финансирование. Но я хочу ее исследовать. Кто знает, может, в портфеле Rose Park Advisors появился капитал, предназначенный для вложения в компании, владельцы которых — женщины, что позволит мне снять документальный фильм? Я еще не знаю. Да мне и не нужно знать. Сейчас я исследую мечты, играю с ними, назначаю им свидание. Это и есть мой «лукбук» возможностей.

Играйте с мечтами, встречайтесь с ними, определяйте их очертания

Я верю, что Господь сотворил меня для определенной цели. Он также сотворил меня быстрым. Когда я бегу, то чувствую: Он доволен мной.

Эрик Лидделл, знаменитый легкоатлет, герой фильма «Огненные колесницы», получившего премию «Оскар»

- После прочтения нескольких предыдущих глав у вас, по всей вероятности, возникло много идей по поводу своих сильных сторон. Если вы этого еще не сделали, предлагаю записать их на карточках и разложить перед собой — это и будет ваш «лукбук» возможностей.

Если что-то действительно стоит делать, имеет смысл сделать это, пусть даже плохо.

Гилберт Честертон, английский философ и писатель

- Какие две или три мечты вы готовы исследовать? Не хотите ли вы не только подумать о них, но и записать на бумаге? Если нет, то почему?
- Бывало ли с вами такое: в начале года вы написали о своих желаниях, а год или два спустя оказалось, что этим запустили процесс их осуществления?
- О каких возможностях вы думали или мечтали, но пока еще не изучали?
- Что вы так сильно хотите сделать, что готовы решиться, даже если получится плохо? Это может служить признаком того, что пора перейти от исследования мечты к ее испытанию, а затем и к осуществлению.
- Бывало в вашей жизни нечто, что заставляло вас защищаться, после чего вы осознавали, что делали это только потому, что приблизились к своей мечте?

Глава 15

Бросьте смелый вызов мечте!

Порой независимо от того, выбрали мы мечту или продолжаем экспериментировать с ее поиском, нам нужно бросить ей вызов. Размышлять о своей мечте — одно, а воплощать ее в жизнь — совсем другое; это может потребовать мужества, смелости и даже дерзости.

Эллен Галински, специалист по детскому образованию и сооснователь Института семьи и труда, в своей книге о воспитании детей «Я сам! Или как мотивировать ребенка на успех»^[35] пишет, что один из важнейших навыков, которому мы должны научить своих детей, — умение преодолевать испытания, ждущие их в жизни. Галински раскрывает эту тему, анализируя, как дети учатся справляться со стрессом. Ссылаясь на мнение профессора Миннесотского университета и специалиста по механизмам преодоления стресса у детей Меган Гуннар, Галински пишет: «Если вы никогда не позволяете детям выходить за рамки дозволенного, как они справятся со взрослой жизнью, в которой часто приходится делать больше, чем в ваших силах?» По мнению Эллен Галински, для детей лучший способ научиться справляться со стрессом — наблюдать за тем, как это делают их родители.

Бросая вызов жизненным трудностям, мы учим детей преодолевать испытания, выпадающие на их долю, а значит, наделяем их способностью мечтать. Кроме того, мы можем воплотить свои мечты в реальность только тогда, когда выходим за рамки того, на что (как нам кажется) способны, и готовы рискнуть, бросив вызов своим мечтам.

Осмелитесь стать неработающей мамой

Самое смелое решение, которое может принять женщина, — стать неработающей мамой. Для того чтобы сказать «да» своей мечте, придется сказать скептикам тысячу «нет». И я имею в виду не просто мечту о рождении детей, а их воспитание, ради которого женщина бросает работу, заявив о своем праве на роль матери. Рэйчел Хатчинс — яркий пример человека, решившегося на такой поступок.

Рэйчел Хатчинс: истинная зрелость

У меня было очень беспокойное детство; помню, я думала, что, когда вырасту и у меня появится семья, все будет по-другому и я обеспечу своим детям стабильность. Я чувствовала себя обязанной не допустить тех ошибок, которые совершали мои родители, и мечтала стать лучшей мамой в мире. Мне казалось, что для этого нужно не работать. Я приняла такое решение очень рано, что негативно сказалось на моей учебе в колледже, поскольку я не ставила перед собой никаких академических целей. Все, чего я хотела, о чем мечтала и на что надеялась, — это материнство. Эта мечта увлекала меня так сильно, что я не видела никаких других вариантов развития своей жизни.

На первом курсе колледжа, познакомившись с замечательным парнем, я обручилась с ним. Несмотря на озабоченность моих родителей (и мою тоже), хотя мне и было всего восемнадцать лет, я уверенно двигалась дальше, поскольку была убеждена: замужество и материнство — правильный и, по сути, единственный для меня путь. Через девять месяцев мы с радостью приветствовали рождение нашего первенца. Его появление лишь укрепило мою веру в то, что мы приняли правильное решение и я делаю именно то, что хочу и должна делать. Материнство стало для меня естественным развитием событий. У меня не было ощущения, будто я чем-то жертвую.

После того как в нашей семье появились еще две прекрасные маленькие дочурки, а я преодолела послеродовую депрессию, мы приняли решение больше не заводить детей. Мне было тогда всего двадцать пять лет. Я чувствовала себя неудачницей, поскольку когда-то мечтала о большой семье. Какое-то время меня не покидало ощущение, что моя мечта умерла. Тем не менее решение остановиться на трех детях было таким же правильным, как и решение их иметь.

Материнство — это прекрасная, изматывающая, порой непосильная и во многих случаях неблагодарная работа. Больше всего я падаю духом, когда мне кажется, будто я подвожу своих детей, потому что бываю вспыльчивой и эмоционально отстраненной или замечаю в них признаки свойственного мне негативного поведения. Я очень огорчаюсь, если мы не можем обеспечить детям больше возможностей. Кроме того, расстраиваюсь и тогда, когда встречаюсь с матерями, которые делают свою работу гораздо лучше, чем я. Это действительно очень тяжело. И все же я понимаю: с первых мгновений жизни нашего первенца я полностью посвящаю себя детям и точно знаю, что обеспечиваю им лучшее детство, чем то, которое было у меня. И нахожу утешение в этом.

Недавно старшая дочь позвонила мне с занятий и попросила привезти кеды, которые она забыла взять (такое бывает довольно часто). Я так и сделала, а чуть позже в тот же день она сказала: «Мама, я так рада, что ты дома и можешь привезти мне что-то, если я забываю». Когда одна из моих дочерей заболела и не пошла в школу, она тоже сказала: «Мама, я так рада, что ты дома и можешь за мной поухаживать, когда я болею. Что бы я делала, если бы ты была на работе?» Для меня очень важно помогать своим детям даже в подобных мелочах, поскольку это делает меня такой матерью, какой я хочу быть.

Многим мои достижения могут показаться незначительными, но для меня они огромны. Посвятив свою жизнь детям, я поистине обрела себя. За тринадцать лет материнства благодаря тому влиянию, которое оказывают на меня дети, я прошла серьезный путь развития и стала уже совсем не той женщиной, какой была в девятнадцать лет, когда родила первого ребенка. Теперь, когда все мои девочки учатся в школе, а мне исполнилось тридцать два года, я с волнением думаю о том, что еще ждет меня впереди. Но независимо от того, чего я еще достигну в жизни, ничто не будет для меня таким важным и не принесет такого удовлетворения, как материнство.

Поскольку у Рэйчел Хатчинс было не безоблачное детство, ей понадобилось настоящее мужество для решения посвятить свою жизнь материнству. Она приняла его осознанно, объявив о главной мечте и найдя в себе смелость вкладывать в своих детей все мысли и душу. В жизни Рэйчел не все так идеально, как она себе представляла, и порой, когда она думает о том, справится ли со всеми материнскими обязанностями, ее одолевает беспокойство, но она все равно делает то, что считает нужным.

Мечтайте даже во времена сомнений

В зрелом возрасте, для того чтобы добиваться осуществления своих мечтаний, может понадобиться немалая смелость. Именно это почувствовала менеджер по связям с общественностью незамужняя Лиза Полсон, которая, живя в прекрасной квартире с четырьмя гардеробными, однажды решила научиться вязать.

Лиза Полсон: жизнь, версия 5.0

Великий античный философ-стоик Эпиктет говорил: «Счастье и свобода начинаются с понимания одного принципа: одни вещи подвластны нашему контролю, другие нет».

Ах, как мне хотелось бы обрести эти счастье и свободу! Но вместо этого я только злюсь и жалею на то, что старею.

А если конкретнее, то мои руки стали похожи на тающее мороженое, которое вот-вот потечет. Когда я наклоняюсь, мой живот напоминает комковатый пудинг, свисающий, как гамак. Вокруг глаз образовалась сетка морщин. Мои колени хрустят, когда я поднимаюсь со стула. Я с трудом спускаюсь по лестнице, держась за перила. Все эти признаки старости угнетают меня, хотя я и не воспринимаю их как нечто неожиданное.

А еще я стала плохо видеть. Без очков я даже не вижу, кто звонит мне по телефону. Без них я не могу читать газету и не в состоянии прочесть инструкцию к лекарствам. А ведь мне всего сорок семь лет!

Люди говорят, что я замечательно выгляжу для своего возраста (что бы это ни значило). Я занимаюсь физическими упражнениями (кардиотренажер и

пилатес), стараюсь правильно питаться... Я действительно пытаюсь приостановить увядание организма. Но где-то в глубине души понимаю, что по большому счету оно необратимо. Я уже безвозвратно перешла от развития к старению и точно знаю, что это неподвластно моему контролю.

Возможно, я чувствую себя так, потому что, будучи женщиной, привыкла уделять внимание своей внешности. Или причина в том, что я не лишена тщеславия и меня волнует то, как я выгляжу. Как бы то ни было, эти изменения отзываются в каждой частичке моего «я». Бетт Дэвис была права, когда говорила, что старость — занятие не для слабонервных.

Стареют не только мое лицо и сухожилия, но и мои душа, разум, восприятие будущего, приоритеты, сожаления, страхи, надежды. Как найти способ двигаться дальше, переступив черту, за которой нет возврата?

Эпиктет напутствовал: «Обстоятельства не должны соответствовать нашим ожиданиям. Все идет своим чередом. Люди ведут себя так, как им свойственно. Примите то, что имеете».

Во второй половине жизни человеку необходимы новые методы, новые правила. Кто-то оставляет надежды и мечты о прекрасном будущем, полном приключений, кто-то — о здоровых коленях и гладкой коже. А еще кто-то осознает: самый красивый путь — просто принять ситуацию.

Через три года мне исполнится пятьдесят. Я постараюсь принять то, что меня уже есть, а также постичь всю глубину того, что я уже знаю, что собой представляю и кого люблю. Это мой подход к созданию программы «Жизнь, версия 5.0» (моя жизнь в пятьдесят лет) — новой версии меня самой. Это более спокойный и узкий подход к мечтам, но более глубокий подход к жизни.

Смело посмотрите в лицо своим страхам

Мечты требуют храбрости. Приступить к их осуществлению — все равно что войти в тоннель. Одна только мысль о том, чтобы оказаться перед входом в тоннель на пути к своей мечте, способна лишить нас присутствия духа, но, когда мы углубляемся в него, погружаясь в неизвестность, происходит выброс адреналина, вызывающий стресс, и нам очень хочется вернуться к пассивному мечтанию. Нас начинают одолевать сомнения, а из головы не выходит мысль: «О чем я только думала, решаясь на это?»

Что же дальше? Иногда мы решаем отступить. Я уже два года работала над осуществлением своей мечты, когда мне позвонил специалист по подбору персонала и предложил снова заняться анализом акций. Я сразу знала, что скажу «нет», но дала ответ лишь через двадцать четыре часа: мне просто хотелось почувствовать себя нужной. В других случаях мы принимаем решение двигаться дальше, демонстрируя отчаянную храбрость, будучи готовыми на все.

(Например, чтобы найти средства на реализацию моей мечты, мы с мужем продали дом — на тот момент это был смелый и в какой-то степени безрассудный поступок.) Бросая вызов своим страхам и отправляясь в неизвестность, мы верим в то, что снова вернемся в привычную среду, которая покажется нам еще более комфортной, поскольку мы в еще большей мере стали теми, кто мы есть.

Президент Rainforest Alliance (rainforest-alliance.org) Тэнси Вилан не вошла, а ворвалась в тоннель своей мечты, преодолев страхи и смело встретив такое тяжелое испытание, как внезапная кончина мужа, причем в тот момент, когда она была на третьем месяце беременности их первым ребенком. Тэнси справилась с трагедией, отважно взявшись за осуществление мечты любимого.

Тэнси Вилан: способность видеть и лес, и деревья

Я не могу сказать точно, когда у меня появилась эта мечта. Возможно, когда я еще подростком путешествовала с семьей на каноэ по диким уголкам Квебека и мы слушали, как на берегу озера поют дуэтом гагары и волки. Или, может, это началось еще тогда, когда в десять лет я гостила у бабушки с дедушкой в Мексике и увидела там такую бедность, с какой прежде никогда не сталкивалась. Или, возможно, это связано с тем, что я была старшей и любила покомандовать младшими сестрами и братьями, поэтому мне требовалось заняться чем-то не менее важным, когда они выросли.

Как бы там ни было, я всегда мечтала сделать мир лучше — хоть немного. И пусть поначалу я не осознавала этого в полной мере, но все равно знала, что хочу работать в другой стране. Меня всегда интересовало, как можно жить по-другому и что главное в жизни. Я хотела понять, почему люди делают то, что делают, и где мое место в этом мире.

Меня всегда привлекала тема охраны окружающей среды. После окончания университета я работала во Всемирном фонде дикой природы в Вашингтоне, а затем журналистом, освещающим тему охраны окружающей среды в Швеции и Центральной Америке. Но только после смерти мужа Йохана Ашувуда, экономиста-эколога, который погиб в автомобильной катастрофе в двадцать семь лет, я решила, что хочу сделать что-то действительно значимое для нашей планеты. Муж уже не мог осуществить свои мечты, поэтому я пообещала себе, что сделаю это и за себя, и за него.

Как это ни странно, но, когда сталкиваешься с такой трагедией, как гибель мужа после шести месяцев брака, да еще на третьем месяце беременности, понимаешь, что можешь все. На самом деле. Буквально все.

Так я начала осуществлять эту мечту. Его мечту. Нашу мечту. Мою мечту. Я, то есть мы, хотели кардинальным образом изменить способ взаимодействия с окружающей средой, для того чтобы создать лучший мир для наших детей и внуков, а также для всех тех прекрасных растений и животных, которые живут рядом с нами на этой прекрасной планете.

В настоящее время я занимаю пост президента неправительственной организации Rainforest Alliance, работающей в семидесяти странах и являющейся одним из ведущих экологических объединений мира. (Кроме того, у меня есть дочь, ей уже двадцать один год, и она очень похожа на своего отца.) Мы сотрудничаем с миллионами мелких производителей зерновых культур, с главами крупных компаний, а также с потребителями, пытаюсь изменить стандартные методы ведения бизнеса. Один из примеров — производитель кондитерских изделий Mars. Работая с фермерами, лесничими и управляющими отелями над тем, чтобы они привели свои природоохранные, социальные и экономические практики в соответствие с нашими стандартами устойчивого управления природными ресурсами, мы помогаем этой компании покупать какао лишь у производителей, придерживающихся принципа сбалансированного применения природных ресурсов. Еще один пример: компания Chiquita продает только получившие наш сертификат бананы. Фермерские хозяйства, у которых эти компании приобретают продукцию, защищают дикую природу, восстанавливают лесные массивы, сокращают применение химических веществ, улучшают жилищные условия и условия труда работников — и параллельно увеличивают свои доходы.

Улучшить жизнь людей — вторая часть нашей с мужем мечты наряду с сохранением экологии планеты; я всегда считала, что одно неотделимо от другого. Бывая в компаниях и фермерских хозяйствах, получивших сертификат Rainforest Alliance, я вижу, что работающие там люди гордятся своими достижениями. Их фермы, леса и отели выделяются на общем фоне, и окружающие начинают подражать им. Во время одного из визитов в Колумбию я наблюдала, как группа энергичных фермеров, выращивающих кофе, с мачете в руках спорили друг с другом о том, сколько видов перелетных птиц живет на их фермах. Такого спора просто не было бы, если бы в их жизни не появилась Rainforest Alliance.

Итак, сейчас мою мечту разделяют со мной многие люди. И все вместе мы воплощаем ее в жизнь. Это трудная работа. Но ею действительно можно гордиться.

Смело принимайте решения

Автор книг и предприниматель Сет Годин пишет: «Мы не любим решать. Мы избегаем принятия решений. Мы прячемся от этого... Но тот, кто умеет это делать, почти всегда добивается успеха...» Какой бы ни была наша мечта, очень важно сделать выбор, взяться за дело и нести ответственность за принятые решения. Но сделать это довольно-таки трудно — именно поэтому спуститься в подземное царство было четвертым, а не первым заданием Психеи. Не научившись расставлять приоритеты, привлекать необходимые ресурсы, ставить цели и достигать их, она бы не прошла четвертого испытания и не осмелилась

сказать «нет» тем троим, просившим ее о помощи, чтобы тем самым получить возможность сказать «да» своим близким.

Один из способов сказать «да» людям, которых мы любим, — научиться друг у друга умению мечтать. Например, Хезер Стейкер (см. главу 13), сооснователь и бывший CFO^[36] компании Karaiega (сейчас Yoostar Entertainment), а также мать четверых детей, существенно приблизилась к осуществлению своей мечты, когда они с мужем начали поддерживать мечты друг друга.

Хезер Стейкер: практические советы тем, кто живет с мечтателем

Восемь лет назад я вышла замуж за мечтателя. Не просто за обычного мужчину, фонтанирующего кучей грандиозных идей: муж получил три патента, открыл две компании, написал синопсис для восьми сценариев и использует электронные таблицы для отслеживания личных проектов. Его любимый способ провести вечер вместе — взобраться повыше на горный склон на Гавайях, лечь и смотреть, как ветер разгоняет тучи под пологом звездного неба, пока мы обсуждаем новые продукты и бизнес-модели.

В такой жизни есть светлая сторона: с Алланом Стейкером никогда не бывает скучно. Но есть в ней и свои сложности. Так что, как только вы заметите, что ваш спутник жизни занимается чем-то непонятным, воспользуйтесь следующими советами.

Придерживайтесь принципа экономии. Посмотрите правде в глаза. Благополучие вашей семьи никогда не будет таким, каким оно было бы, если бы вы вышли замуж за врача. Вас ожидают резкие всплески, после которых долго придется ждать следующего успешного дела. Наше с мужем лучшее финансовое решение заключалось в том, чтобы стать управляющими многоквартирного дома: это позволило нам не платить за жилье в самый рискованный для нас период. Возьмите в местном налоговом управлении список объектов недвижимости, облагаемых налогом, с указанием их владельцев и адресов. Мы воспользовались таким списком, чтобы связаться с несколькими владельцами многоквартирных домов, и уговорили одного из них нанять нас управляющими.

Сократите расходы. Когда в следующий раз Аллана обуяет очередная идея, нам придется сначала заказать передвижной контейнер. Почему? Потому что продукты питания, скажем в Техасе, на 46 процентов дешевле, чем в Гонолулу, где мы живем, а жилье — на 62 процента. Первое правило, предлагаемое Фредом Блоком в его книге *Live Well on Less Than You Think* («Как жить лучше за меньшие деньги»), — избегать районов с высоким прожиточным минимумом. Для того чтобы определить, сколько денег вы сможете сэкономить в другом городе, просчитайте стоимость жизни в этом районе. Так что мы теперь даже не будем пытаться открывать очередной стартап, пока не переедем в район с низким прожиточным минимумом.

Положитесь на чувство юмора. Во время нашего последнего рискованного начинания нам пришлось приложить немало усилий, чтобы сохранить свой брак на фоне тех трудностей, с которыми мы столкнулись во время

реализации проекта. Юмор спас нашу семью, когда бизнес пошел ко дну. Наши любимые фильмы — «Черная зависть», где Джек Блэк играет изобретателя, напавшего на «золотую жилу»; «Дуплекс», который покажется смешным только управляющим домами; и телевизионное шоу Saturday Night Live («Субботним вечером в прямом эфире»), особенно эпизоды с участием Гарта и Кэт. И прошу вас: никаких разговоров о бизнесе или изобретениях, когда вы ложитесь спать.

Не забывайте смотреть на радугу. Думаю, у Аллана никогда не будет традиционной карьеры. За восемь лет супружеской жизни мы переезжали с места на место семь раз и сменили три штата. Сейчас мы живем в Гонолулу — у нас прекрасный дом, окруженный пышной зеленью, но наши дети часто спрашивают, когда мы вернемся назад, в «Америку». Однажды вечером, когда я особенно сильно тосковала по дому, мы с Алланом решили, что для поддержания духа попытаемся побывать на всех водопадах, которые сможем найти на Гавайских островах. Недавно мы взяли своих четверых детей в двадцатичетырехчасовое путешествие на Большой остров, к водопаду Умаума. Эта поездка принесла мне огромное удовольствие.

Устраните риски, которых можно избежать. Когда мы с Алланом возьмемся за очередной рискованный проект, то сначала хорошо продумаем модель ведения бизнеса и финансовый план. Реализуя предыдущее начинание, мы могли бы избежать некоторых финансовых проблем и рисков, угрожавших его жизнеспособности, если бы по-другому играли в эту игру. Как отмечают Кларк Гилберт и Мэтью Эйрин в статье *Beating the Odds When You Launch a New Venture* («Добейтесь успеха вопреки всяким ожиданиям, открывая новую компанию»), опубликованной в журнале *Harvard Business Review*, предприниматели могут предотвратить неприятности в будущем, устраняя неопределенности еще до начала работы над проектом. Для этого можно, например, быстро создать прототип продукта и изучить рынок сбыта, чтобы убедиться в перспективности идеи, прежде чем вкладывать в нее средства.

Смотрите далеко вперед. В Книге Моисея Бог говорит Еноху, что гневается на людей, потому что «сердца их ожесточились, и уши их с трудом слышат, и глаза их не могут далеко видеть». Возможно, самое большое препятствие, которого нужно избегать спутнице изобретателя, — это близорукость, или неспособность видеть далеко. Несмотря на все мои переживания по поводу сносившейся одежды от Исаака Мизрахи^[37], купленной когда-то в Target, я знаю: мой муж — единственный в своем роде мужчина с необычным талантом. Когда мы встречались, Аллан предупредил меня, что его любимая песня — хит группы *Bon Jovi* *Living on a Prayer* («Жить молитвами»). Я уверена, что спустя много лет мы оба будем вспоминать первые дни нашего брака как время, когда муж, как сказано в той песне, предложил мне: «Возьми меня за руку, и мы сделаем это — клянусь». Так мы и поступили.

Хезер пытается осуществить свою мечту о материнстве, одновременно помогая мужу реализовывать его мечты. Они храбро идут по необычному карьерному пути, что требует смелости и готовности

поддерживать друг друга как в успехах, так и в поражениях. Их брак стал прочнее благодаря общим мечтам и надеждам. Мечтая и осуществляя свои мечты вместе, Хезер и Аллан учат мечтать своих детей.

Иногда решиться на что-то — значит показать характер, играя в игру жизни с позиции «Меня ничто не сломит». Именно это и сделала Дженни Клоусон.

Дженни Клоусон, глава компании Mobonics (mobonics.com), одержала победу на конференции TwilioCon 2011 и получила финансирование от фонда Twilio Fund и венчурной компании Дейва Макклюра 500 Startups. Она прошла свою дорогу испытаний на пути к мечте, опираясь исключительно на решимость преодолеть свои страхи.

Дженни Клоусон: сопротивление

В тот или иной момент жизни чувство сопротивления испытывает каждый из нас. Мы ставим цель, всерьез намереваемся добиться ее, но наступает утро — мы просыпаемся и думаем: «О чем это я? Я действительно сказала, что сделаю это?» Это и есть сопротивление. И оно настигает нас не только по утрам.

Весь прошедший год стал для меня годом сопротивления. Причем всему. Я окончила школу бизнеса с намерением взять небольшой перерыв в учебе. Мне необходимо было отдохнуть от бесконечных ночей, проведенных за созданием электронных таблиц Excel и презентаций в PowerPoint. Я чувствовала, что заслужила это. Прежде чем вернуться к учебе, я открыла свой бизнес, так что прошедшие четыре года мне приходилось работать круглосуточно. Поэтому я очень устала и мечтала найти легкую, хорошо оплачиваемую работу, которая позволяла бы мне заниматься чем-то для себя, например походить в солярий или отработать удар клюшкой для гольфа.

Вы можете себе представить, чем все обернулось?! Найти теплое местечко мне так и не удалось, и я зашла в тупик. Угодила в настоящую ловушку. Во чрево кита. Но в отличие от Ионы я провела в чреве кита не три дня и три ночи, а целый год. Как бы я ни старалась, работу найти не удавалось. Чем больше собеседований я проходила, тем меньше понимала, что мне нужно. Особенно меня беспокоило не то, что я не могла получить работу, а то, что на самом деле мне даже не хотелось этого. Я пыталась понять, что Бог уготовил мне в этой жизни. И просила, умоляла, призывала его дать мне ответ. И ответ пришел. Он прокрался ко мне в голову, нашептывая то, чего я не хотела слышать. А затем этот шепот усилился, непрерывно внушая мне: «Пора открыть свой бизнес».

И я поступила так, как поступил бы любой Иона, — побежала в противоположном направлении. Я без конца смотрела канал Food Network. Ходила в тренажерный зал. Мало работала и много плакала. Я сопротивлялась и сопротивлялась — до тех пор, пока не прошла все пять

этапов горя: отрицание и изоляция, гнев, торг, депрессия, принятие. На четвертом этапе я признала наличие проблемы. С одной стороны, ни к чему не стремиться мне не свойственно, а с другой — я просто не могла ничего сделать. Каждый раз, взявшись за создание собственного бизнеса, я чувствовала себя совершенно подавленной. Сама мысль об этом истощала мое тело, разум и дух. Привет, сопротивление!

Поскольку в тот период я не была способна работать над осуществлением своей мечты и имела много свободного времени, то всю свою энергию направила на фитнес-программу Тони Хортона P90x. Она известна во всем мире как изнуряющие, интенсивные тренировки, разработанные таким образом, чтобы задействовать разные группы мышц, — причем довольно продолжительные: от часа пятнадцати минут до полутора часов каждый день, шесть дней в неделю.

Через девять недель после начала занятий сопротивление снова подняло свою уродливую голову. Было 10:30, мне предстояла тренировка по йоге. Я терпеть ее не могла. Она занимала девяносто минут, а это целая вечность, если вы находитесь в позе «собака мордой вниз». Я сидела на диване, оправдываясь перед собой: «Ничего страшного, если я сделаю перерыв. Можно просто выполнить две программы на следующий день. Никто не узнает». В разгар этой внутренней битвы я вспомнила кое-что из сказанного Тони Хортоном на DVD: будут дни, когда вы не сможете делать столько же, сколько в другие; тем не менее просто вставьте диск в проигрыватель и нажмите кнопку «Воспроизведение».

Поэтому я сказала себе: «Дженни, просто встань и нажми кнопку».

Это и был тот момент, когда я вступила в открытую борьбу со своим сопротивлением и победила его. Именно тогда я поняла, что мы действительно добиваемся успеха, если начинаем думать: «Мне не хочется этого делать, но я все равно это сделаю».

Для того чтобы осуществить мечты, нам не нужны грандиозные замыслы. Достаточно просто показать характер. Каждый день, даже когда у нас нет желания или появляются какие-то «срочные» дела, даже когда мы напуганы до смерти и совершенно подавлены, все равно мы должны проявлять непреклонность.

Так что я открыла свой бизнес, смело бросившись из чрева кита в беспокойное море, и выбралась из тупика. Я проявила характер.

Многих из нас как будто парализует, когда дело доходит до реальных действий. Как на собственном опыте убедилась Дженни, иногда единственный способ это преодолеть — проявить непреклонность и сделать то, что нужно.

Мечтаем ли мы воспитывать детей, рисовать, написать книгу, снять фильм или начать бизнес, в любом случае иногда мы добиваемся своих целей, а иногда нет. И кстати, почти всегда то, чего удастся достичь, отличается от нашего изначального представления о конечном результате. Хотя по большому счету важно не столько само

достижение, сколько стремление к нему. В книге Simple Abundance («Простое изобилие») Сара Бретнах пишет: «Ожидания — это эмоциональный капитал, который наше эго вкладывает в определенный результат. Используя их для оценки успехов в осуществлении мечты, мы как будто привязываем камни к своей душе. Мечты могут потребовать прыжка в неизвестность, способности поверить в то, что Провидение станет нашей страховочной сетью, — но они позволяют душе взлететь».

Хотя на пути осуществления мечты порой не все зависит от нас, то, кем мы станем благодаря стремлению к ней, — исключительно наше право и заслуга. Мне всегда нравилось высказывание Уинстона Черчилля «Никогда, никогда, никогда не сдавайтесь!». Даже если вы пока не расставили приоритеты, все равно *никогда, никогда, никогда* не прекращайте мечтать.

Осуществление мечты сопряжено с риском неудачи и перемен. А для того чтобы рискнуть, нужно смело посмотреть в лицо своим страхам и храбро двинуться вперед, демонстрируя непреклонность. Чтобы сказать «да» себе, необходимо научиться говорить «нет» тому, что вас отвлекает. Для того чтобы сказать «да» себе, достаточно просто произнести: «Я осмеливаюсь мечтать».

Проявите отчаянную храбрость

Если вы никогда не позволяете своим детям выходить за рамки дозволенного, как они справятся со своей взрослой жизнью, в которой часто приходится делать больше, чем в наших силах?

**Эллен Галински, писательница и соосновательница
Института семьи и труда**

- С чем из того, что казалось невыполнимым, вам удалось справиться в ходе осуществления мечты? Даете ли вы своим детям такую возможность?

Никогда, никогда, никогда не сдавайтесь!

Уинстон Черчилль, премьер-министр Великобритании

- После того как вы приняли решение о том, какую мечту воплощать в жизнь, приходилось ли вам постоянно проявлять

стойкость характера на пути к достижению цели?

Всякий раз, когда вы видите успешный бизнес, вспомните, что в свое время кто-то принял смелое решение.

Питер Друкер, писатель и консультант по вопросам управления

- Нужно ли вам принять какое-то смелое решение?
- С какими не зависящими от вас обстоятельствами вы сталкивались, продолжая при этом идти к своей мечте?
- Готовы ли вы отступить перед страхом неизвестности, несмотря на то что страстно о чем-то мечтаете?
- Почему нам необходимо научиться говорить «нет», прежде чем мы по-настоящему скажем «да» своим мечтам?

Эпилог

Мечтайте снова и снова

Во время написания этой книги я осмелилась мечтать. На протяжении девяти месяцев я упорядочивала свои идеи, писала, потому что мне было что сказать, собирала команду мечты из тех женщин, которые тоже желали что-то поведать миру, — и за это время обрела свой голос и стала героиней своей истории.

Когда я завершала работу над рукописью, у меня появилась еще одна мечта. Два дня назад Дана Кинг (см. главу 13) прислала мне ссылку на открытый кастинг реалити-шоу Марка Барнетта, главным призом которого было собственное ток-шоу.

Дана сказала мне: *«Ну же, решайся»*.

Тут же меня начали одолевать сомнения: *«Да, я хочу пойти на эти пробы, но боюсь. Мне не следует этого делать. Это нереально. Мне придется заполнить длинную анкету, остаться на целый день в Нью-Йорке и встать до рассвета. Скорее всего, все это заденет мои чувства, ведь шансов на успех ничтожно мало!»* Когда же я рассказала о предоставившейся возможности своей подруге Лиз Экономы, та заявила: *«А что тебе терять?»* У нее хватило такта не выпалить: *«Ну же, подкрепи свои слова делом!»*

И Лиз была права. Тогда я решила, что пойду на кастинг. Но станут ли вообще рассматривать мое заявление? Ведь там принимают только первых пять сотен. А даже если меня примут, понравлюсь ли я им? Пройду ли первый отборочный тур? Не знаю. От меня это не зависит. Если я не попаду на пробы, может, сниму видео. Если попаду, но не пройду отборочный тур, мне будет грустно. Скорее всего, это даже заденет мое самолюбие. Зато я приду в себя и буду знать, что попыталась реализовать мечту о создании платформы, с которой могла бы делать инвестиции не только в акции, но и в людей, идеи и мечты. А поскольку мечтать — это целый процесс, когда мы делаем это, у нас появляется возможность мечтать о чем-то новом.

Мечтайте поэтапно

У каждого из нас процесс мечтаний проходит по-разному. У некоторых все мысли сосредоточены на профессиональном росте. Многие молодые женщины мечтают прежде всего о материнстве, откладывая остальные стремления на потом или посвящая им только часть времени. Став на путь воплощения мечты, мы должны положиться на себя и свою интуицию — и тогда поймем, какую мечту нам стоит лелеять, а также где и когда. Именно это произошло с Маргарет Басс, обладательницей диплома МВА Гарвардского университета, мечтающей в будущем баллотироваться на политический пост, а пока находящейся в отпуске по уходу за детьми.

Маргарет Басс: стопроцентная шерсть

«А из ваших питьевых фонтанов потечет рутбир^[38]!»

Порой мечты рождаются весьма забавным способом. Учась во втором классе, я слушала речи кандидатов на пост президента ученического совета, каждый из которых сражался за наши голоса. (Хотя я, будучи всего лишь второклассницей, не имела права голосовать!) И вот выступил с речью мальчик, который пообещал, что, если его выберут, он бросит вызов директору, родителям, может, даже водопроводу и сделает так, чтобы наш любимый напиток лился из питьевых фонтанчиков.

Хотя я в это не поверила, но в тот момент поняла правила игры под названием «политика». Голоса избирателей можно получить, давая неосуществимые, но заманчивые обещания. Думаю, это была своего рода потеря невинности. А второклассница, не имеющая права голоса, с облегчением узнала, что мальчишка, настойчиво продвигавший идею пива, проиграл выборы.

Хотя я и отнеслась ко всему этому скептически, мне понравилась идея демократии — когда люди способны повлиять на решения правительства, выбирая лидеров, разделяющих их ценности и убеждения, и даже могут сами стать этими лидерами. В средней школе я выставила свою кандидатуру на пост президента класса. Учитывая, что моя фамилия — Вулли^[39], я использовала в качестве лозунга для своей кампании такую фразу: «Не голосуйте за президента из полиэстера, голосуйте за стопроцентную шерсть!» Знаю, это было наивно, но мне понравилась такая идея. Я не хотела походить на того парня с корневым пивом.

Но проблема остается. О чем бы ни шла речь — о кандидатах на пост президента школы или в сенат США, — формула победы, как правило, одна и та же: провозглашать хорошо продуманные, пусть зачастую и бессмысленные лозунги и произносить блестящие речи, давая сладкие обещания в духе корневого пива, текущего из питьевых фонтанчиков. Разумеется, когда выбранные должностные лица не выполняют своих обещаний, мы становимся циничными, а цинизм порой влечет за собой кое-что похуже — равнодушие.

Я не стала равнодушной. Меня очень увлекла идея заняться политикой. Я любила экономику и считала политическую философию удивительной наукой. Но я действительно начала скептически относиться к выборным чиновникам, поэтому надеялась когда-либо стать назначенным должностным лицом высокого уровня — скажем, секретарем штата. Но когда я окончила колледж и устроилась на работу, для меня стало очевидным, что без продолжительной, целенаправленной, полноценной карьеры (не говоря уже о связях на высоком уровне, интеллекте и удаче) получить место секретаря штата нереально. Я знала, что хочу выйти замуж, завести детей и заботиться о них. Кроме того, я понимала, что выборные должности занимают люди с более разнообразными биографиями, чем у членов кабинета. А я в высшей степени прагматичный человек.

Однако я не знала, смогу ли вынести все превратности пути к выборной должности — предвыборную кампанию, переговоры, все эти уловки и махинации. Я не хотела быть «полиэстером». И все же ряд событий, произошедших со мной в колледже, помог мне определить свои сильные стороны: когда я руководила предвыборной кампанией своего друга, который выставил свою кандидатуру на пост президента студенческого совета, я поняла, что не только умею организовывать подобные кампании, но и люблю это делать. Впоследствии, во время проведения импровизированного законодательного собрания, я обратила внимание на то, что мне очень нравится вести переговоры с другими участниками игры, чтобы заручиться их поддержкой в принятии того «законопроекта», который я продвигала. После накопления опыта и долгих размышлений моя мечта обрела окончательную форму — выборная должность.

Затем последовали получение нескольких научных степеней, работа и замужество — и вот теперь я живу в пригороде с четырьмя маленькими детьми, требующими неусыпного внимания. Решения, которые привели меня к этому, были вполне осознанными и принятыми без всякого сожаления. Я с нетерпением жду того дня, когда выдвину свою кандидатуру на какой-нибудь политический пост, но, пока мои дети маленькие и особенно нуждаются во мне, об этом не может быть и речи. Да и я еще не готова. Тем не менее в перерывах между сменой подгузников и приготовлением пищи, окруженная мордашками смеющихся маленьких проказников (моя радость!), я готовлюсь. Я нашла способ заниматься интересными для себя вопросами параллельно с воспитанием детей. Я начала вести блог, в котором могу сформулировать свои мысли о политике и политиках. Пишу письма в редакцию местной газеты. Читаю. Голосую. Слушаю своих соседей. Вхожу в состав городского комитета по планированию. Однако все эти занятия — не просто средства достижения цели. В основе моего желания служить на государственной должности лежит глубокая заинтересованность в том, чтобы понять и улучшить работу правительства, а также моя личная увлеченность развитием общества, общением с людьми и анализом их идей.

Тем не менее, несмотря на все мои планы, я с удивлением обнаружила, что по-прежнему боюсь своей мечты. Я пытаюсь быть той «стопроцентной шерстью», тем идеальным человеком, которого представляла себе в средней школе, но вижу, какое давление испытывают на себе политики, которых вынуждают поступиться честью, предлагая некий эквивалент пива из

фонтанчиков. Я знаю также, что осуществить мечту — значит воплотить ее в реальность, а реальность редко отражает наши лучезарные представления о жизни. Однако когда наступит подходящий момент, я осмелюсь сделать это. И это будет некий аналог той самой «стопроцентной шерсти».

Однако все не так просто, как кажется. Жизнь — не легкий ветерок, обдувающий нас. Как написала Маргарет Басс, «реальность редко отражает наши лучезарные представления о жизни». Но нам улыбнутся счастье и надежда, если мы заявим о праве на главное место в своей жизни, или, как говорит Джули Берри, автор молодежных романов *The Amaranth Enchantment* («Колдовство Амаранты») и *Secondhand Charm* («Старая подвеска»), когда «примем себя во всей полноте».

Джули Берри: примите себя во всей полноте

В книгах нас увлекают персонажи, которые, подобно обычным людям, ошибаются, ведут себя непредсказуемо, испытывают противоречивые чувства, обманывают себя. Бывают умными, но недальновидными, храбрыми, но ранимыми, осмотрительными, но порой безрассудными, безответственными, но благородными, добродетельными, но втайне порочными. Книги, которые нравятся мне больше всего, раскрывают образы своих персонажей во всей полноте. Симпатия автора, его изумление и восхищение маленькой кастой сумасбродных героев сияют на каждой странице.

Когда мы обсуждали трансформирующую силу литературы, моя подруга задала вопрос: «Мы плоские персонажи или круглые, завершенные?» В этот момент я поняла о себе нечто такое, чего раньше не понимала.

Я играю много ролей: жены, матери, писателя, директора по маркетингу, руководителя хора, соседки, подруги, дочери, гражданина и многие другие. Но какого персонажа я при этом изображаю? Правдив ли он?

В своем городке я часто играю Измученную Мать Четверых Неугомонных Мальчишек. Вряд ли это можно назвать художественным преувеличением. Много лет я оттачивала свое мастерство в этой роли. А окружающие с удовольствием меня к ней подталкивают. Я часто слышу фразу «Четверо? И все ваши? Дай вам Бог здоровья!» — как будто мои дети появились на свет, когда я чихнула.

Проблема начинается тогда, когда я осознанно играю эту роль, то есть работаю на публику. Моему эгоцентричному «я» нравится положительное внимание («Четверо мальчишек! Как вы с ними справляетесь?!»). Мое ленивое «я» уверено в том, что эта роль снизит уровень ожиданий по отношению ко мне («Вы снова опоздали, миссис Берри? Ладно, все в порядке»). Я ношу на себе эти образы как рекламный щит, как упреждающее оправдание того хаоса, который царит в моей жизни. Если вы воспринимаете меня только как Измученную Мать Четверых Неугомонных Мальчишек, скорее всего, вы не обратите внимания на беспорядок в моем доме, немывую

машину, с опозданием выполненную работу, неприготовленные школьные завтраки, звонки и письма, на которые я так и не ответила, и т. д.

Но вот что удивительно: возможно, то, что вы на самом деле обо мне думаете, существенно отличается от того спектакля, который я разыгрываю в своем воображении. Более того, какое мне дело до ваших мыслей? Этот спектакль разыгрывает мое эго для моего же эго. По большому счету это так эгоистично — проявлять равнодушие к тем, кому я обязана искренним, дружеским отношением.

Кроме того, все это ложь. Я гораздо лучше, чем то, что из себя строю. На самом деле я могу упорядочить свою жизнь, если захочу. Правда, я слишком часто делаю выбор не в пользу лучшего выполнения своих обязанностей. Иногда этот выбор бывает правильным, иногда нет. Чем больше я играю роли, призванные одурачить вас, потешить свое эго и успокоить тревогу, тем меньше принимаю вас в расчет, думаю о вас, узнаю вас и учусь вам служить.

Плоские роли — это гнусные сорняки, вытесняющие искренность из отношений с людьми. Я должна держать Нервную Деву и Ненадежную Подругу за пределами спальни, потому что они истощают потенциал моего брака и направляют его ресурсы на удовлетворение моих, а не наших нужд. Я не должна впускать Сверхзанятую Молодую Мамочку в отношения со своей матерью, чтобы не лишиться ее того внимания, которого она заслуживает сейчас, когда для нее настал этап одинокой жизни. Я должна изгнать Действующую из Лучших Побуждений, но Забывчивую Подругу из отношений с друзьями. И прежде всего должна, просто обязана держать Перегруженную Мать Стайки Хулиганов за пределами моих отношений с сыновьями, иначе да помогут им всем небеса.

Возможно, самый худший аспект обмана, обусловленный разыгрыванием всех этих поверхностных ролей, состоит в том, что я сама начинаю в них верить, принимать все те определения и ограничения, которые столь долго проецировала на окружающих. Такая «потеря себя» не принесет никакой награды за благородное самопожертвование, а только ставит меня в тупик, лишает сил, заставляет притворяться и делает беспомощной.

Что же дальше? Неужели мои «округлости», мои яркие представления о себе исчезнут, прихватив заодно всю историю моей жизни? Неужели я уготовила себе роль второстепенного персонажа, пешки в собственной судьбе?

Это и есть мой изъян, мое психическое искривление — та сторона моего «я», которая манипулирует людьми и занимается самообманом. Я эмоционально округлая, хотя мне и кажется, что могу убедить людей в том, будто я плоская. И все это, уж поверьте, меня забавляет.

(Округлая, плоская... Разве не могу я быть просто стройной? Неужели я хочу слишком много?)

Когда я буду писать роман о своей жизни и вносить в него правки, как мне относиться к своей непокорной главной героине? Я могу выбрать презрение, отчаяние и разорванные, отвергнутые страницы. Или же подмигнуть и кивнуть ей головой, а когда в следующий раз поймаю на очередной проделке, может, сделаю ей строгий выговор — и буду создавать ее образ с симпатией, изумлением и восхищением.

Осмеливаясь мечтать, мы принимаем свою жизнь во всей ее полноте. Мы не можем быть плоскими не только потому, что должны оставаться самими собой, но еще и потому, что герои не бывают плоскими. Они реальны и живут сложной, полноценной жизнью. Если такая полнота присутствует и в нашей жизни, мы счастливы.

Моя любимая песня из мюзикла Baby звучит в музыкальном спектакле Мэйси Робинсон Children Will Listen, — это The Story Goes On («История продолжается»). В ней выражена та чистая радость, которую я испытала, когда на свет появились мои дети. Думаю, эти поэтические строки применимы и к нашим мечтам.

История продолжается

*Эту историю рассказала мне мама.
Та скучная история меня не увлекла,
Но мама уверяла, что все еще впереди.
История продолжается.
Ах, как я был молод.
Я забыл, что все меня переживет.
Поставив цель, я получил удар судьбы,
Теперь же, как будто в насмешку
Что-то говорит мне:
История продолжается.
Все то, что чувствую я сейчас,
Испытала когда-то моя мать, а еще раньше — ее мать.
Цепочка жизни началась на берегу угрюмого моря
И вот добралась до меня.*

*Теперь я вижу: цепь тянется дальше.
Мое дитя — еще одно звено в той бесконечной цепи.
И вот я здесь, и полон жизни,
Той самой, которую испытает дитя моего ребенка,
Когда меня уже не будет на свете.
Вот так все и устроено:
История продолжается.*

Ричард Молтби-младший

Я искренне надеюсь на то, что цепочка ваших мечтаний начнется с этой книги и через много лет мы с вами восхитимся тем, какую роль сыграли эти мечты в нашей жизни, жизни наших семей и развитии окружающего мира.

Какой поступок, один маленький поступок, вы сделаете сегодня ради своей мечты?

От автора

В первую очередь я выражаю признательность тем женщинам, чьи истории представлены в моем блоге и этой книге. Эти истории сугубо личные, и их героиням понадобилось немалое мужество для того, чтобы поделиться ими. Но иначе книга не увидела бы свет.

Я благодарю Эрику Хейлман и Джилл Фридлендер из издательства Bibliomotion, моего агента Джоша Гетцлера, публицистов Барбару Хенрикс и Расти Шелтона, специалиста по социальным медиа Бекки Робинсон. Особая благодарность моему наставнику и руководителю проекта Кэролин Монако — вы сделали все, на что я только могла надеяться, для осуществления моей мечты о выходе книги на рынок.

Я искренне признательна самым первым членам моей команды мечты за поддержку и понимание: Лорел Кристенсен и Яне Эриксон из Time Out for Women (Яна в ноябре 2009 года сказала: «Книга нужна мне в июне 2010-го» — и поверила в то, что я справлюсь с поставленной задачей); Мелиссе Стэнтон, чьи правки и правдивые замечания в самом начале работы над книгой бесценны; Викки Салливан, побуждавшей меня говорить что-то стоящее, рассказывать свою правду, когда я только начала вести блог; Эми Джеймсон, моему концептуальному редактору, оказывавшей мне всевозможную поддержку; Брэндону Джеймсону, вот уже более десяти лет воплощающему мои идеи в жизнь, руководствуясь непревзойденным творческим чутьем; Ланоле Стоун, чьи фотографии всегда схватывают самую суть.

Я благодарю всех, кто согласился дать свои отзывы о моей книге. Вы были для меня поистине важными незнакомцами, давшими мне то, что было нужно, в нужный момент, — готовность прочитать книгу, написать отзыв и поставить под ним свою подпись.

Особой признательности заслуживают мои многочисленные друзья, в том числе Рэйчел Хатчинс, Джули Берри, Лиз Экономы, Салли Харкер, Джули Мариотт, Боб Моэста, Кэтлин Петерсон, Стейси Петри, Мэйси Робинсон, Диана Притчетт, Лори Ричардс и Джен Томас. Спасибо вам за то, что читали первые наброски моей книги и смогли балансировать на столь трудной грани между критикой и поддержкой.

Выражаю глубокую признательность своей давней подруге и учителю Лесли Фейнауэр за то, что научила меня мечтать.

И наконец, меня до краев переполняют благодарность и любовь к моему мужу Роджеру и нашим детям, Дэвиду и Миранде: вы — свет и радость моей жизни.

Мы можем мечтать только тогда, когда делаем это вместе. Спасибо всем за то, что отважились мечтать вместе со мной!

Об авторе

Уитни Джонсон решилась мечтать, когда начала строить карьеру на Уолл-стрит. К сорока годам она уже занимала высшие позиции в двух рейтингах Institutional Investor как лучший специалист по анализу акций, регулярно публиковала статьи в блогах Harvard Business Review, а сейчас она президент Rose Park Advisors — инвестиционной компании Клейтона Кристенсена. До того как Уитни стала сооснователем Rose Park Advisors (фонда подрывных инноваций), она была ведущим аналитиком Merrill Lynch по акциям медиа- и телекоммуникационных компаний Латинской Америки. Согласно рейтингу агентства Starmine, Уитни Джонсон — один из лучших экспертов по выбору акций. Когда она не занимается анализом акций, Уитни осуществляет свои мечты и призывает других женщин делать то же самое. Она инвестирует в стартапы, выступает с докладами на отраслевых конференциях и читает лекции в Гарвардской школе бизнеса.

- [1] Лига плюща — восемь престижнейших частных университетов и колледжей на Северо-Востоке США. *Прим. ред.*
- [2] Рис Э. Бизнес с нуля. Метод Lean Startup для быстрого тестирования идей и выбора бизнес-модели. М. : Альпина Паблишер, 2013.
- [3] От англ. storytelling — рассказывание историй. *Прим. пер.*
- [4] «Голубые фишки» — обыкновенные акции ведущих компаний на рынке ценных бумаг. Отличаются наибольшей ликвидностью на бирже, стабильностью экономических показателей и выплатами дивидендов. *Прим. ред.*
- [5] Белый Кролик — персонаж романа «Приключения Алисы в Стране Чудес». *Прим. ред.*
- [6] «Холодные звонки» — это стратегия, в основе которой лежит привлечение клиентов с помощью прямого контакта. Главной целью холодного обзвона является информирование потребителей о предложениях компании, установление платформы для дальнейшего сотрудничества, а также сбор информации. *Прим. ред.*
- [7] Организованная поддержка спортивных команд во время соревнований группой специально подготовленных людей (преимущественно девушек), одетых в униформу и развлекающих зрителей во время перерыва; также самостоятельный вид спорта, сочетающий элементы шоу, танца и гимнастики. *Прим ред.*
- [8] Юри У. [Гарвардская школа переговоров. Как говорить НЕТ и добиваться результатов.](#) М. : Альпина Бизнес Букс, 2013.
- [9] Поуп А. Поэмы. М. : «Художественная литература», 1988 («Опыт о человеке»; перевод В. Микушевича).
- [10] Кэмпбелл Д. Тысячеликий герой. М. : АСТ, Ваклер, Рефл-бук, 1997.

- [11] Цитата из трагедии Уильяма Шекспира «Гамлет»: «Уснуть. Жить в мире грез, быть может...» (перевод М. Лозинского; англ. To sleep, perchance to dream...). *Прим. пер.*
- [12] *Строкетт К.* Прислуга. М. : Фантом Пресс, 2013.
- [13] *Л'Энгл М.* Трещина во времени. М. : АСТ, 2013.
- [14] *Даль Р.* Матильда. М. : Самокат, 2013.
- [15] *Бернетт Ф.* Маленькая принцесса. М. : Айрис-пресс, 2013.
- [16] *Брэдли А.* Сладость на корочке пирога. М. : АСТ, 2013.
- [17] Lamaze International — некоммерческая организация, пропагандирующая естественный, здоровый и безопасный подход к беременности, родам и воспитанию детей. *Прим. пер.*
- [18] *Сеттерфилд Д.* Тринадцатая сказка. М. : Азбука, Азбука-Аттикус, 2013.
- [19] Пол Ревир — один из выдающихся героев Американской революции. Прославился тем, что проскакал всю ночь, которая предшествовала битве при Лексингтоне и Конкорде, чтобы предупредить о приближении войск противника. Этот подвиг воспел Генри Лонгфелло в стихотворении «Скачка Пола Ревира». *Прим. ред.*
- [20] Нэнси Дрю — литературный и кинематографический персонаж, девушка-детектив. Приключения Нэнси написаны разными авторами. *Прим. ред.*
- [21] *Бакингам М., Клифтон Д.* Добейся максимума. Сильные стороны сотрудников на службе бизнеса. М. : Альпина Паблишер, 2013.
- [22] *Гладуэлл М.* [Гении и аутсайдеры. Почему одним все, а другим ничего?](#) М. : Манн, Иванов и Фербер, 2013.
- [23] *Мормоны («Святые последнего дня»)* — религиозная секта, основанная в США в первой половине XIX века. Ее учение

сочетает в себе положения иудаизма, христианства и ряда других религий. *Прим. ред.*

- [24] Медаль Джона Ньюбери — ежегодная награда Американской библиотечной ассоциации, которая присуждается писателю, внесшему наиболее существенный вклад в американскую детскую литературу. Учреждена в 1922 году в честь английского издателя Джона Ньюбери (1713–1761), первого издателя литературы для детей на английском языке. *Прим. пер.*
- [25] День искупления, или Йом-Кипур (Судный день) — праздник в иудаизме, основной темой которого является искупление и примирение. В этот день держится пост, совершаются молитвы покаяния и отпущения грехов. *Прим. ред.*
- [26] Чайлд Дж., Бек С., Бертоль Л. Уроки французской кулинарии. М. : Олма Медиа Групп, 2012.
- [27] Риордан Р. Перси Джексон и море Чудовищ. М. : Эксмо, 2013.
- [28] Цитата из книги: Буджолд Л. М. Гражданская кампания. М. : Астрель, 2012.
- [29] Льюис К. Лев, колдунья и платяной шкаф. М. : Эксмо, 2012.
- [30] Томас Элиот — американско-британский поэт-модернист, драматург и литературный критик. *Прим. ред.*
- [31] От англ. confuse — «сбивать с толку, приводить в замешательство». *Прим. пер.*
- [32] Квиддич — вымышленная спортивная игра, в которую играют персонажи романов Джоан Роулинг о Гарри Поттере. В квиддич играют, летая на мётлах. *Прим. ред.*
- [33] От англ. lookbook — термин из мира моды, означающий оригинальные образы, созданные из дизайнерской одежды и аксессуаров одного или нескольких брендов. *Прим. пер.*
- [34] Квилтинг — изготовление стеганых изделий. *Прим. ред.*

[35] Галински Э. Я сам! Или как мотивировать ребенка на успех. М. : Эксмо, 2010.

[36] Chief Financial Officer — финансовый директор. *Прим. ред.*

[37] Известный американский модельер, среди клиентов которого такие мировые звезды, как Николь Кидман, Джулия Робертс, Натали Портман, Мадонна и многие другие знаменитости. *Прим. ред.*

[38] Рутбир, или корневое пиво. Изготавливается из корней дерева сассафраса. Один из самых популярных напитков Северной Америки. *Прим. ред.*

[39] От англ. wool — шерсть. *Прим. пер.*

Над книгой работали

Руководитель редакции *Артем Степанов*
Ответственный редактор *Наталья Шульпина*
Художественный редактор *Алексей Богомолов*
Литературный редактор *Татьяна Сквородникова*
Иллюстратор *Галя Панченко*
Дизайнер *Ксения Белоброва*
Верстка *Вадим Мартыновский*
Корректоры *Юлия Жандарова, Юлия Молокова*

ООО «Манн, Иванов и Фербер»

mann-ivanov-ferber.ru

Электронная версия книги
подготовлена компанией Webkniga, 2014

webkniga.ru

Максимально полезные книги от издательства «Манн, Иванов и Фербер»

Наши электронные книги: <http://www.mann-ivanov-ferber.ru/ebooks/>

Если у вас есть замечания и комментарии к содержанию, переводу, редакции и корректуре, то просим написать на be_better@m-i-f.ru, так мы быстрее сможем исправить недочеты.

Заходите в гости: <http://www.mann-ivanov-ferber.ru/>

Наш блог: <http://blog.mann-ivanov-ferber.ru/>

Мы в Facebook: <http://www.facebook.com/mifbooks>

Мы ВКонтакте: <http://vk.com/mifbooks>

Наш Twitter: <https://twitter.com/mifbooks>

Дерево знаний:

<http://www.mann-ivanov-ferber.ru/promo/derevo-znaniy/>

Предложите нам книгу:

<http://www.mann-ivanov-ferber.ru/about/predlojite-nam-knigu/>

Ищем правильных коллег:

<http://www.mann-ivanov-ferber.ru/about/job/>

Для корпоративных клиентов:

Полезные книги в подарок:

<http://www.mann-ivanov-ferber.ru/promo/presents-b2b/>

Книги ищут поддержку:

<http://www.b2b.mann-ivanov-ferber.ru/sponsorship/promo/>

Корпоративная библиотека:

<http://www.b2b.mann-ivanov-ferber.ru/corp-library/>

Оглавление

[Разрешите себе мечтать](#)

[Эту книгу хорошо дополняют](#)

[Информация от издательства](#)

[Предисловие](#)

[Часть I. Решайтесь. Почему так важно мечтать](#)

[Глава 1. Мечты наполняют жизнь смыслом](#)

[Глава 2. Мечты помогают обрести голос и самого себя](#)

[Глава 3. Мечты позволяют достичь истинной зрелости](#)

[Глава 4. Мечты помогают нам учить своих детей мечтать](#)

[Часть II. Мечтайте. Смело ищите свои мечты](#)

[Глава 5. Станьте героиней своей истории](#)

[Глава 6. Создайте пространство для своих мечтаний](#)

[Глава 7. Составьте список сильных сторон и компетенций](#)

[Глава 8. Определите свои убеждения](#)

[Глава 9. Используйте свои женские сильные стороны](#)

[Глава 10. Найдите правильный масштаб своей мечты](#)

[Часть III. Действуйте. Осуществите свои мечты](#)

[Глава 11. Станьте на путь открытий](#)

[Глава 12. Создайте свою команду мечты](#)

[Глава 13. Проложите себе путь к мечте](#)

[Глава 14. Пригласите мечту на свидание](#)

[Глава 15. Бросьте смелый вызов мечте!](#)

[Эпилог. Мечтайте снова и снова](#)

[От автора](#)

[Об авторе](#)

[Над книгой работали](#)

[Максимально полезные книги от издательства «Манн, Иванов и](#)

[Фербер»](#)