



Оглавление

Несколько слов для начала	8
Глава 1. Карта реальности. Где я живу?	11
Глава 2. Концепция картографирования реальности.	21
Требования к процессу картографирования реальности.	29
Глава 3. Структура сознания человека.	
Виды самореализации	33
Структура сознания человека и ее функционал	37
Пошаговая схема работы правильно организованного сознания	42
Глава 4. Схема квадрантов, или матриц, как диалектический инструмент	45
Как тестировать себя?	56
Глава 5. Выбор профиля деятельности.	57
Ось X — характеристики «Я»	61
Ось Y — характеристики Мира	63
Ваш профиль деятельности	66
Типы профилей деятельности	68
Применение профиля деятельности	75
Глава 6. Выбор социальной страты.	77
Ось X — характеристики «Я»	81
Ось Y — характеристики Мира	83
Ваша социальная страта	86
Типы социальных страт	89
Глава 7. Концепция жизни «Мне нравится!»	99
Как трансформировать социальные цели в душевные?	110
Глава 8. Жизнь как житнетворчество, или Жизнь под эгидой разума	113
Краткие выводы о структуре сознания человека	115
Два момента любой программы действий	120



Две программы, которые лежат в основании деятельности человека (по К. Кастанеде)	121
Глава 9. Жизнь за пределами «Я — хочу!»	129
Как вывести свою самооценку из зависимости от социальных атрибутов?	134
Пять тезисов о влиянии социума на самоореализацию и самооценку	135
Этапы формирования стратегий выбора призвания ..	142
Глава 10. Личностная ориентация и врожденная индивидуальность. Основы онтологической соционики	147
Приступим к самотестированию.	153
Характеристика типов души.	158
Врожденные типы души	162
Характеристика врожденных типов души в аналитической психологии	164
Глава 11. Жизнь как социальная реализация.	169
Глава 12. Способ реализации вашего потенциала. ...	183
Способ реализации вашего потенциала, роли	188
Оптимальная социальная роль для реализации вашего потенциала	193
Глава 13. Выбор жизненной концепции.	201
Возможные основания выбора жизненного пути: от внутренних слоев — к наружным.	206
Матрицы выбора жизненной концепции	210
Глава 14. Выбор специализации в рамках жизненной концепции.	223
1. Жизнь как освоение реальности	227
2. Жизнь как движение человечества вперед.	232
3. Жизнь как приключение	237
4. Жизнь как магия	243
Мудрецы	249
Вечно молодые.	250
Глава 15. Концепция «Жизнь как внимание».	251





Глава 16. Карта жизненного выбора	257
Жизнь в полете и жизнь в потоке	264
Виды специализаций	266
Глава 17. Личный опыт. Принципы Пути Воина	321
Предназначение жизненного опыта	324
Что происходит, когда мы отделяем себя от Мира?	328
Принципы Воина	336
Глава 18. Инструкция, как пользоваться схемами ...	347
Матрица «Определение профиля деятельности»	351
Матрица «Определение социальной страты»	353
Матрица «Способ реализации вашего потенциала, роли»	355
Матрица «Выбор жизненной концепции»	357
Заключение	359





Несколько слов для начала



Я думаю, моя самая большая цель в жизни — в том, чтобы передать другим то, что я знаю.

ФРЭНК СИНАТРА

Очень хочется в начале книги сказать как можно больше теплых слов тем, кто прямо сейчас решает вопрос о своем призвании и жизненном предназначении. Вы на верном пути! И пусть решение, которое вы ищете, окажется не таким близким и легким, знайте, оно будет именно вашим, личным, хотя сначала, возможно, вы сами не поверите в то, что это место создано для вас.



На каком-то этапе понял, что я — сумма своих действий, поступков, а не сумма своих намерений.

ИОСИФ БРОДСКИЙ

Есть вещи, которые делают нас людьми. И это что-то большее, чем ежедневная охота за пропитанием. Когда-то авторы, изобретатели и творцы великих достижений человеческой мысли сделали шаг за пределы привычной реальности. И только единицам из них повезло, что их призвание само прорвалось наружу. А значит, этот шаг доступен каждому из нас. Дело только в упорстве и решимости, а также в верной направленности мыслей. Потому мы и пишем эту книгу.





Не писать Рембрандт не мог. Хорошо он писал или плохо — не важно, но только Живопись делала его человеком. Искусство тем и дорого, Винсент, что оно дает художнику возможность выразить себя. Рембрандт сделал то, что считал целью своей жизни, и в этом его оправдание. Даже если бы его искусство ничего не стоило, то и тогда он прожил бы свою жизнь в тысячу раз плодотворнее, чем если бы подавил свой порыв и стал богатейшим купцом Амстердама.

ИРВИНГ СТОУН

По свидетельству партнеров одной из известных российских кадровых компаний, около 80% соискателей при поиске нового места работы сомневаются в своем выборе и не уверены, что следуют по дороге своего призвания. Они просто не могут вырваться из заколдованного круга выживания, не верят в возможность без существенных потерь изменить свою жизнь, поэтому вынуждены зарабатывать, зарабатывать и зарабатывать, наступая на горло собственной песне. Найти свое призвание может каждый. Это не просто, но специально для вас мы создали очень эффективную методику. Начните с тщательной проработки наших схем, и вы увидите, что прогресс не заставит себя долго ждать.



Если эгоистическое благополучие — единственная цель жизни, жизнь быстро становится бесцельной.

РОМЕН РОЛЛАН

Несмотря на то, что полки книжных магазинов перетряты литературой на эту тему, выбор работающих и полезных методик не так велик. Основное содержание лите-



ратуры о призвании сводится к набору простых советов, которые условно можно разделить на три блока:

1. Рекомендации, как понять, что вам действительно нравится делать.
2. Мотивирующие описания счастливых случаев обретения своего призвания.
3. Вдохновляющие истории о том, как люди, чтобы найти себя, преодолевали травмирующие обстоятельства прошлого, как трудно им это далось и каких ошеломляющих результатов они достигли.

Так или иначе, создавая свою методику, мы увидели, что трудность представляет даже первый шаг — осознание своих склонностей и предпочтений. Читая эту книгу, вы познакомитесь с новаторской методикой самоопределения, достаточно строгой и логически объяснимой. Возможно, именно этим наша книга и отличается от всех прочих: мы строили работающую и эффективную методику, а не просто раскрывали тему. Желаем вам успеха, а также просим быть внимательными, сосредоточенными и честными. Проработав этот материал, вы точно будете знать, что делать дальше!

Выражаем глубочайшую признательность и благодарность всем участницам Московского научно-практического семинара «Клуб Игры в Бисер», и особенно Ольге Даниленко, Оксане Калугиной, Марине Егоровой и Ирине Клименко. А также нашей прекрасной дочери Маше, которая на пороге шестнадцатилетия нашла свое призвание и смогла сделать решительные шаги в его направлении.



Глава 1

**Карта реальности.
Где я живу?**





*У тебя слишком много имущества, дружок!
Когда ты поднимаешься на мой холм, ты во-
лочешь за собой не только свои немногочис-
ленные килограммы, к твоим ногам железной
цепью прикован целый мир — твоя личная
Вселенная, над созданием которой ты отлично
потрудился...*

МАКС ФРАЙ



Не будем долго углубляться в разницу между настоящей наукой и сборниками практических навыков, которыми иногда заменяют научное познание. Важно понять, что как наука, так и практика имеют дело с модельными ситуациями, то есть с приближенными, ненастоящими, сокращенными картинами мира.

В любом рассмотрении мы отбрасываем несущественные детали и выделяем самые главные, как раз те, которых достаточно для наших выводов. На этом этапе важно не увлечься сверх меры и всегда иметь в виду, что модель — это еще не весь мир. Надо вовремя добавить в свою картину дополнительные краски.

Дальше мы будем строить модель взаимоотношений Человека и Мира*, где проявятся все существенные для понятий «*призвание*» и «*предназначение*» моменты. Мы рассмотрим множество карт реальности, в каждой из которых построим полную модель реальности с важными для нас характеристиками. Если в самоопределении у вас возникнут сложности или появятся какие-то уточня-

* Здесь и далее понятие «Мир» (с прописной «М») авторы используют в значении индивидуальной картины окружающего мира, сложившейся в сознании человека и динамично изменяющейся в процессе его жизни и деятельности по мере расширения кругозора и приобретения личного опыта. Но именно в силу этого постоянного расширения знания границы соприкосновения объективной реальности и Мира, описанного для себя человеком, крайне зыбки, и потому часто трудно определить, идет ли речь об объективном окружающем мире или о Мире, который человеком уже осознан. — *Примеч. ред.*





ющие вопросы, обращайтесь к авторам этой книги или ищите ответы на семинарах и мастер-классах, посвященных этой теме. **В этой и трех последующих главах вы найдете обоснование подхода к проблеме поиска *своего предназначения*.** Тем, кто хочет сразу перейти к самоопределению и уже знаком с методиками, советуем сразу читать главу «Выбор профиля деятельности» и другие главы с *картами реальности* (смотрите названия глав).



Будьте реалистами — требуйте невозможного.

ЭРНЕСТО ЧЕ ГЕВАРА

Давайте построим систему условно независимых координат. Когда в школе мы рисовали графики с осями X и Y , мы понимали, что каждую точку на плоскости сможем охарактеризовать количественно по этим осям. Всего лишь двумя осями мы описывали все пространство плоскости. Если говорить о человеке в мире, нашими координатами будут сам человек («Я» человека) и его Мир, которые мы для начала будем считать условно независимыми друг от друга.



Можно долгие годы искать что-то или кого-то и в конце концов прийти к выводу, что на самом деле ты искал самого себя.

ФРЕДЕРИК БЕГБЕДЕР

Почему это важно? Дело в том, что наше развитие начинается в тот самый момент, когда мы выделяем себя из Мира (обычно это происходит в возрасте 3-5 лет). Будучи крохами и малышами, мы искренне полагаем, что весь мир — это мы сами, маленькие солнечные зайчики, которые излучают этот Мир. Но рано или поздно наступает



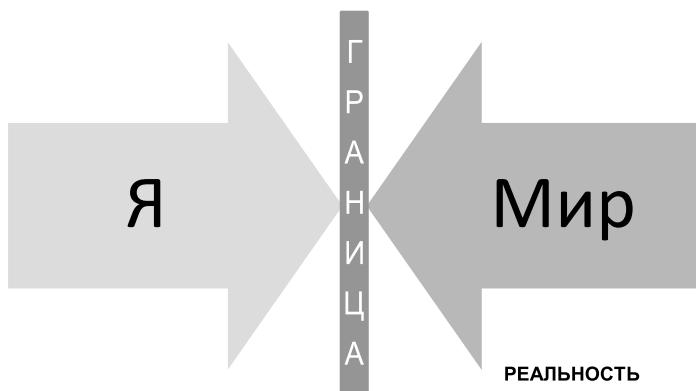


Рис. 1. Карта реальности «Я — Мир»

момент, когда мы проводим границу между собой и остальными, то есть отгораживаемся. У кого-то это происходит, когда его обидели, отняли игрушку в песочнице, у кого-то спусковой механизм срабатывает из чистого любопытства. Так или иначе, на смену картине «Я — это весь Мир» приходит новая: «Я — и все, что не Я (то есть Мир)». **Карта реальности человека приходит к простой формуле из трех элементов, которой мы и будем пользоваться дальше: Я + Мир (Мир = все, что не Я) + Граница между мной и Миром** (рис. 1). Справедливости ради надо отметить, что возраст становления этой картины мира очень условен: есть много людей, которые до старости считают, что они и есть весь мир.



Цель настоящего жизненного путешествия — не только найти новые миры, но и увидеть свой собственный мир в свете истины.

СЕРЖИО БАМБАРЕН





Человек воспринимает Мир как Иное, потенциальную опасность. Он боится того, чего не знает. Но в то же время неизвестное будоражит и вызывает интерес. Мир неизлимо привлекателен. Граница — это приватизированная часть Иного. Можно сказать, что человек ищет баланс между ужасом перед этим миром и восторгом от него.



Искусство воина состоит в сохранении равновесия между ужасом быть человеком и чудом быть человеком.

КАРЛОС КАСТАНЕДА



Развитие человека идет двумя путями: мы или активно познаем Мир, или самих себя. Одновременно оба эти действия осуществить невозможно.



Например, подростковый период в жизни каждого человека — это время, когда в первый раз в явной и часто конфликтной форме ребенок «вырывает» себя из семьи, которую считал своей единственной реальностью. Он говорит: «Я — такой-то». Почти всегда ошибается, знает это и потому хочет получить подтверждение своей «крутизны» у друзей. Друзья — вот его новый мир. И тинэйджер незаметно для себя меняется, познавая сначала себя, а потом ближайшее окружение со всеми его требованиями. Так расширяется картина мира. Именно поэтому для молодого человека так важно самоутверждение в среде подростков, какие бы формы оно ни принимало. И не стоит на него за это обижаться. Рано или поздно, если ему не мешать, он включит в свой новый мир и родную семью. Конечно, родителям очень обидно, когда они невольно оказываются по ту сторону баррикад.





Помните трилогию «Назад в будущее»? Если присмотреться, вся она посвящена самопознанию юноши и различным сценариям его самоохарактеризования. Потому авторам и понадобился фантастический сюжет, ведь для того чтобы увидеть разного главного героя, надо включить его в разные миры.



Взросление — пожизненный урок умения творить по-сильный мир, а те, кто не построил свой мирок, охотно перекраивают мир.

ИГОРЬ ГУБЕРМАН

Система «Я — Мир» имеет взаимосвязанные элементы и раскрывает суть жизненного пути. Все три элемента равно важны: «Я», *Мир* как мое представление о мире, а также *Граница*, отделяющая меня от Мира, которым является все, что я не отношу к понятию «Я». Справедливости ради скажем, что все три понятия весьма растяжимы. Некоторые из нас в «Я» (или в границу своей собственности) включают своего ребенка или всю семью, а некоторые с негодованием отвергают части самого себя и возлагают ответственность за свои черты на окружающих (например, «на работе я — не я, что говорят, то и делаю», а вот «в отпуске я — настоящий я»). Дальше мы будем опираться на систему «Я — Мир» (рис. 1), полагая, что ближайшая реальность человека описывается этой моделью.



Жизнь любого человека — зеркальное отражение его представлений о ней.

МАКС ФРАЙ

Т а б л и ц а 1.

Определение текущих приоритетов самоопределения

(Постарайтесь ответить на все вопросы быстро.

Ответ «нет» — 0 баллов, ответ «да» — 1 балл.)

Вопрос	Количество баллов	Вопрос	Количество баллов
1	2	3	4
Я полагаю, что сейчас мне необходимо усилить свои достоинства и уменьшить недостатки, чтобы достичь моих целей		Я полагаю, что я должен о многом узнать, чтобы достичь своих целей	
Когда я спорю с близким человеком, обычно я тщательно слезу за изменением его мнения обо мне		Когда я спорю с близким человеком, обычно я готов изменить свою точку зрения, если услышу новую информацию	
Сейчас я полагаю, что не гонюсь для достижения привлекательных для меня ближайших целей		Сейчас я думаю, что тщательное планирование близких целей является залогом моего успеха в будущем	
Я думаю, что время, потраченное на работу над собой, а не на развлечении, — это самое важное для моего будущего		Сейчас я думаю, что мои близкие и достижение моих целей — это самое важное для моего будущего	
Я часто хочу уехать в удаленную местность и сосредоточенно подумать о себе		Я часто представляю себя в других обстоятельствах и думаю, какой могла бы стать моя жизнь	
Я думаю, что если бы я больше знал о своих способностях, то был бы счастливее и успешнее		Я полагаю, что должен изменить обстоятельства своей жизни или среду, чтобы стать счастливее и успешнее	
Я сожалею и виню себя, когда не могу преодолеть неблагоприятные обстоятельства		Я полагаю, что обстоятельства часто бывают сильнее человека, и это нормально	
Сумма баллов			



Еще один существенный момент: на этом этапе и в этой модели мы считаем характеристики «Я» и Мира независимыми друг от друга, что, конечно же, условно. Человек замечает в Мире то, что важно для него самого. Поэтому когда мы говорим «Мир», мы имеем в виду *картину мира* конкретного человека, она сугубо индивидуальна и не соответствует картинам мира других людей. Мир любого человека является пространством, отграниченным от его собственной личности его волевым решением. Понимание человеком самого себя и его мира эволюционирует с течением времени. Дальше мы подробно остановимся на этом моменте.

А теперь давайте определимся, что для вас на сегодняшнем этапе жизни важнее и приоритетнее — познание себя или познание мира. Для этого ответьте на вопросы в табл. 1 и после получения результата запишите его. Он понадобится дальше для вашего самоопределения, когда после ознакомления с материалами книги вы будете готовы узнать о себе еще больше.

Суммируйте баллы в колонках 2 (Приоритет «Я», самопознание) и 4 (Приоритет «Мир», познание мира). Если сумма баллов в колонке 2 будет больше суммы баллов в колонке 4, то ваш приоритет на сегодня — это самопознание. Если сумма баллов в колонке 2 будет меньше суммы баллов в колонке 4, то ваш приоритет — познание *вашего* Мира.



*Всему свое время, и время всякой вещи под небом. (...)
Время разбрасывать камни, и время собирать камни;
Время обнимать, и время уклоняться от объятий;
Время искать, и время терять; время сберечь,
и время бросать;*





*Время раздирать, и время шивать; время молчать,
и время говорить;
Время любить, и время ненавидеть; время войне,
и время миру.*

ЭККЛЕЗИАСТ (Еккл. 3: 1, 5–8)

Если в настоящее время вы находитесь в парных отношениях, то лучше, если вы и ваш партнер имеете разные приоритеты — один из вас сейчас больше сосредоточен на том, чтобы познавать и менять себя, а другой больше интересуется окружающей действительностью. Со временем приоритеты изменятся, но для семейных пар лучше быть в противофазе.

Каноническим примером таких отношений (и вообще достаточно показательным учебником любви для пар) вот уже третью сотню лет может служить история главных героев книги Джейн Остин «Гордость и предубеждение» Элизабет Беннет и мистера Дарси. Элизабет активно интересуется всем и всеми, много путешествует и много знает. Она притягательна своим умом и смелым отношением к действительности. Ее приоритет — Мир. Однажды Элизабет замечает в Дарси те черты, которые становятся для него самого неприятным откровением. Молодой человек понимает, что должен действовать, чтобы стать другим, и ждет своего шанса. Он погружается в себя и стремится измениться. Больше всего на свете он хотел бы, чтобы Элизабет узнала об этом. Благородство не остается незамеченным. Герои живут долго и счастливо.

