

УДК 159.9  
ББК 88.52  
В17

Emilie Wapnick  
HOW TO BE EVERYTHING A Guide for Those Who (Still) Don't Know  
What They Want to Be When They Grow Up

© Copyright by Emilie Wapnick  
Published by arrangement with HarperOne, an imprint of HarperCollins Publishers.

**Вапник, Эмили.**

В17

Мультипотенциалы : руководство для тех, кто уже вырос, но так и не решил, кем хочет стать / Эмили Вапник ; [пер. с англ. Э. Мельник]. — Москва : Эксмо, 2019. — 256 с.

ISBN 978-5-04-096222-8

Кем ты хочешь стать, когда вырастешь? Каждый из нас отвечал на этот вопрос в детстве. Удивительно, но ответ всегда предполагал одну-единственную возможность. Один-единственный вектор развития. Помните, как взрослые не понимали и даже сердились, если вы хотели освоить сразу несколько профессий? В нашем обществе не принято быть мультипотенциалом – человеком, совмещающим в своей деятельности множество интересов и творческих устремлений. Эксперименты воспринимаются как неразборчивость и непостоянство. Однако Эмили Вапник убеждена, что не обязательно концентрировать все свои силы и способности, чтобы реализоваться лишь в одной сфере. Можно переключаться, пробовать и исследовать. Автор делится собственным опытом и дает подробные инструкции, как мультипотенциалу преуспеть в современном мире узконаправленных специалистов.

**УДК 159.9**  
**ББК 88.52**

© Мельник Э., перевод на русский язык, 2018  
ISBN 978-5-04-096222-8 © Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>

ПОСВЯЩАЕТСЯ ВАЛЕРИ

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](#)

*Артистизм побеждает мастерство.*

Мэгги Нельсон

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](#)

# СОДЕРЖАНИЕ

*Предисловие. Письмо читателю* 11

## Часть I

### ХОТИТЕ БЫТЬ МУЛЬТИПОТЕНЦИАЛОМ?

#### ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В КЛАН!

Глава 1. В вас нет ничего плохого	15
Глава 2. Мультипотенциалы: кто они — бездельники или новаторы?	32
Глава 3. Составляющие счастливой мультипотенциальной жизни	50

## Часть II

### ЧЕТЫРЕ ТРУДОВЫЕ МОДЕЛИ МУЛЬТИПОТЕНЦИАЛА

#### НА ВКУС И ЦВЕТ ТОВАРИЩЕЙ НЕТ

Глава 4. Подход «группового объятия»	83
Глава 5. «Слеш-подход»	109
Глава 6. «Подход Эйнштейна»	129
Глава 7. «Подход Феникса»	147

[>>>](http://kniga.biz.ua) Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>

Часть III

**ОБЩИЕ КАМНИ ПРЕТКНОВЕНИЯ  
МУЛЬТИПОТЕНЦИАЛОВ**

**КАК УБИТЬ СВОИХ ДРАКОНОВ**

Глава 8. Ваша личная система продуктивности	173
Глава 9. О страхе, уверенности и о том, как вести себя с людьми, которые не понимают	210
Глава 10. Заключение	232
<i>Приложение А. Знаменитые мультипотенциалы</i>	238
<i>Приложение Б. Примеры междисциплинарных сфер Благодарности</i>	241 245
<i>Примечания и избранное рекомендованное чтение</i>	247
<i>Алфавитный указатель</i>	249

# ПРЕДИСЛОВИЕ

## ПИСЬМО ЧИТАТЕЛЮ

Если вы выбрали эту книгу, вероятно, это произошло потому, что вам трудно свести к какому-то одному ответу вопрос «кем ты хочешь быть?». Так вот, я не собираюсь показывать вам, как это сделать.

Эта книга — для людей, которые не хотят выбирать одну-единственную точку фокуса и бросать все прочие свои интересы. Она — для любопытных. Для тех, кто наслаждается познанием нового, творчеством и перетеканием из идентичности в идентичность.

**ВЫ НЕ ОБЯЗАНЫ ВЫБИРАТЬ ЧТО-ТО ОДНО** — вот она, большая тайна, о которой никто вам до сих пор не сказал. Эта книга покажет, как построить жизнеспособную и плодотворную карьеру, которая позволит вам исследовать мир так, как велит ваше сердце, и **БЫТЬ ВСЕМ**.

Однако имейте в виду: это не обычная книга. И это будет не обычный читательский опыт. Создание многогранной жизни требует интроспекции<sup>1</sup> и экспериментиро-

---

<sup>1</sup> Интроспекция — метод изучения психических процессов (сознания, мышления) самим лицом, переживающим эти процессы; самонаблюдение.



вания. Я буду рядом, направляя вас, но при этом непременно буду просить вас что-то сделать самостоятельно. В том числе: составлять множество списков, закатывать истерики, исследовать странные словосочетания... Так что берите ручку, бумагу и еще, пожалуй, вырвиглазного цвета маркер, чтобы помечать предложения, которые вы хотите запомнить.

То, что произойдет, пока вы будете читать эту книгу, — это начало чего-то большого.

И очень приятного.

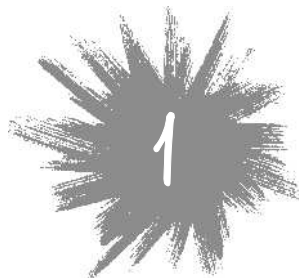
ЧАСТЬ I

ХОТИТЕ БЫТЬ  
МУЛЬТИ-  
ПОТЕНЦИАЛОМ?

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В КЛАН!

Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](#)



# В ВАС НЕТ НИЧЕГО ПЛОХОГО

— Эмили?..

Я подняла глаза от меню в кафе. Передо мной стояла преподавательница актерского мастерства, у которой я занималась подростком. Прошли годы с тех пор, как я в последний раз ее видела. Мы обнялись, немного поболтали, обменялись новостями, она рассказала мне о том, как идут дела в ее театральной школе.

— А ты теперь чем занимаешься? — наконец спросила она.

— Осенью начинаю учиться в юридической школе, — с удовольствием ответила я.

С тех пор как годом раньше я пошла на подготовительный курс юридической школы, такие вещи, как контракты и имущественное право, совершенно по-ботански очаровали меня. Эти системы казались мне абсолютно новым способом мировоззрения.

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Реакция оказалась не такой, на какую я рассчитывала. На ее лице материализовалось странное выражение, она чуть склонила голову набок:

— Хм... А я думала, что ты будешь снимать кино.

Мое сердце упало. Вот она — моя проблема, выраженная одним-единственным предложением.

«Я-то думала, ты будешь снимать кино».

Это случилось почти десятилетие назад. Мне было двадцать три года, и я постепенно начинала замечать за собой следование некоему шаблону. Я ныряла в новую сферу, полностью погружалась в нее, с жадностью поглощала каждую кроху информации, до которой только могла дотянуться, и делала пару проектов, пылая настоящей страстью. Но через несколько месяцев (или лет) мой интерес по непонятным причинам начинал слабеть и я переключалась на какое-нибудь другое, новое и волнующее дело, после чего цикл повторялся. Всякий раз, стоило мне достигнуть довольно высокого профессионального уровня, как включалась скука. И разумеется, как раз в этот момент люди смотрели на меня и говорили: «Ух ты, Эмили, это у тебя классно получается! Ты, похоже, нашла свое настоящее призвание, верно?»

Э-э... Здравствуй, Вина. Здравствуй, Стыд.

Этот способ бытия в мире — увлечься чем-то новым, нырнуть в него, освоить навыки и затем полностью утратить интерес — доставлял мне немало хлопот. Полагая, что склонность метаться между дисциплинами — моя уникальная особенность, я ощущала тотальное одиночество. Мои сверстники определили для себя еще не всё, но все они явно находились на линейной траектории к чему-то определенному. Мой же путь, напротив, представлял собой хаотичную мешанину зигзагов: музыка, изобразительное искусство, веб-дизайн, кинематография, юриспруденция...

Когда моя бывшая учительница актерского мастерства сказала мне с явной растерянностью и разочарованием, что она ДУМАЛА, ЧТО Я БУДУ СНИМАТЬ КИНО, я почувствовала, как прямо лицом впаялась в Истину: я не способна ни одно дело довести до конца. Это был очень неприятный момент ясности.

Миллионы вопросов завертелись у меня в голове.

Найду ли я когда-нибудь свое Дело?

И есть ли оно, это Дело, у меня?

Если моим призванием не стало ни одно из тех Дел, которые я пробовала прежде, будет ли им следующее?

Удовлетворюсь ли я когда-нибудь одной работой больше чем на пару лет или каждая профессия будет со временем терять для меня свой блеск?

И самый большой вопрос из всех: *«Если я должна порхать между сферами, чтобы оставаться счастливой, достигну ли я чего-нибудь вообще?»*

Мне стало страшно: что, если я по сути являюсь человеком, который не способен брать на себя обязательства или доводить дело до конца? Я была уверена: что-то во мне плохо и неправильно.

Можно было отместить эти мысли как несущественные, списав их на мой возраст и незрелость. Множество людей сказали бы мне на это: «Вот ветер в голове». Но я точно знала, вопросом «Зачем я здесь?» задаются все люди всех возрастов. Ощущение такого рода растерянности, касающейся не только карьеры, но и самой *идентичности*, может быть каким угодно, только не пусто-пустым.

Оно парализует.

## КЕМ ТЫ ХОЧЕШЬ СТАТЬ, КОГДА ВЫРАСТЕШЬ?

Помните, как вам в детстве задавали вопрос, кем вы хотите быть, когда вырастаете? Что вы чувствовали? Мысленно возвращаясь в пяти-шестилетний возраст, я не могу вспомнить точного ответа. Зато помню, что было после того, как я отвечала: лицо взрослого, задавшего вопрос, освещалось выражением одобрения и гордости. Это было приятно — объявлять миру некую свою идентичность. Мир (по крайней мере, мой маленький мирок) меня одобрял.

Что-то случается со многими из нас, когда мы становимся старше. Слова «кем ты хочешь быть, когда вырастешь?» из забавной попытки пометчать эволюционируют в более серьезный вопрос, вызывающий растущую тревожность. На нас начинает давить необходимость дать правдивый ответ — весомый и обремененный последствиями, такой, за который с нас потом спросят. Мы чувствуем, что окружающие пытаются понять, во что мы превращаемся, чего от нас ждать на самом деле, — а нам хочется такого же одобрения, какое мы получали в детстве, когда объявляли о своем желании стать клоунами или космонавтами.

Да, мы хотим всего этого, но нам не нравится быть загнанными в угол неверным выбором. В то время как внешние силы подгоняют нас «выбрать специализацию», «опереться на свои сильные стороны» и «найти свою нишу», мы силимся понять, кто мы такие, собственно, есть и какое значение будет иметь наша жизнь. Это сплошной хаос внешнего и внутреннего прессинга, переплетенного