

Алмазная комната

(Продолжение про открытия и приемы, которыми я оброс за последний год. Это открытие номер четыре.)

Сегодня расскажу, что происходило в мое последнее появление в кабинете у специалиста, профессию которого нельзя называть.

* * *

Вообще профессии пэ-человека меньше ста пятидесяти лет, но этого времени уже хватило, чтобы появилась целая мифология о том, что происходит с обычными людьми, решившимися на поход на пэ-сеанс.

Легенды вещают, что сеанс происходит обычно в каком-нибудь странном старом здании, там надо долго бродить по линолеумным коридорам, потому что нужный кабинет запрятан максимально хитро. Нет, триста четырнадцатый в другом крыле, это вам через четвертый этаж надо. Когда найдешь нужную дверь, надо подождать, пока оттуда выйдет страж кабинета - прекрасная девушка с заплаканными глазами и красным носом. Согласно легенде, вам нельзя смотреть друг другу в глаза. Все, теперь можно заходить.

Как зайдешь, надо будет упасть в теплое кресло, и оно начнет расслаблять и втираться в доверие. В это же время начнет втираться в доверие и пэ-специалист, и если они с креслом вотрутся в доверие успешно, то ты начнешь выкладывать все свои проблемы.

Если вместе с проблемами наружу будут прорываться слезы, то на этот случай рядом с креслом устроен столик, а на нем коробка с салфетками, бутылка воды и стаканчики. Чем успешнее пэ-специалист втирается в доверие, тем больше коробка с салфетками и тем больше стаканчиков.

Мифы гласят, что пока кресло будет греть тебя физически, пэ-специалист будет изображать душевное сочувствие, параллельно неизбежно отыщет причину всех проблем в детстве, расскажет пэ-слов, а через сорок пять минут сеанс закончится, и ты отправишься выползая из кабинета с припухшими глазами и красным носом. Главное в этот момент – не встретиться глазами с человеком, сидящим у кабинета и ждущим своей очереди занять место в кресле, которое ты ему нагрел.

Потом надо пару месяцев окупать потраченные деньги – пытаться дружей пэ-словами, не обращая внимания на то, что рассказываешь ты жуткую банальщину. Ну и постепенно все успокаивается. В принципе, можно было и не ходить.

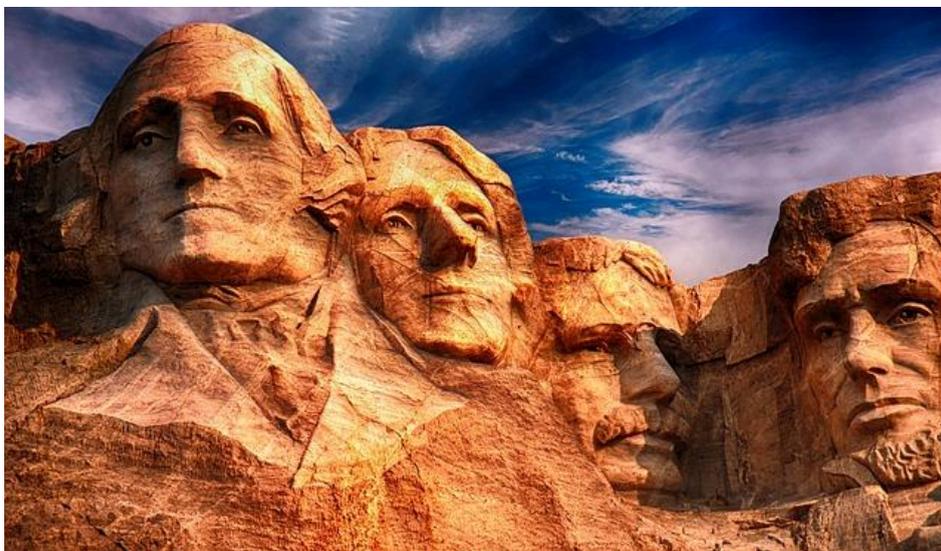
Мифы – это прекрасные штучки, теперь реальность.

* * *

В реальности мне пришлось не просто дойти до кабинета, а притаранить туда огромный горный хребет.

Я еле-еле дотащил по запутанному линолеумному коридору, затащил в нужную дверь и уронил рядом с креслом несколько гор. Это, кстати, было непросто, потому что это горы не просто так горы, а высотой и длиной в очень много километров. Все труды были нужны, чтобы показать пэ-специалисту высеченные на горах огромные каменные лица прекрасных людей.

Что-то вроде каменных президентов на горе Рашмор:



Фотка: [Пиксабэй](#)

Типа так, только на Рашморе четыре чувака, а у меня – тысячи.

У меня на нескончаемом каменном хребте увековечена вся ослепительная шобла, с которой мне безумно больно себя сравнивать. Прямо по курсу там гениальные арт-директора, а еще храбрые смелые бескомпромиссные дизайнеры, и добрые несрывающиеся в истерику отцы.

Мы с пэ-специалистом смотрели на гору, и я показывал – воооон там слева великодушно чуткие мужья и сыновья, справа – достигшие литературных премий писатели, и мужи-атлеты с треугольными плечами мышц, и четырнадцатязыковые полиглоты, и чтогдекогдашные эрудиты с великолепной памятью. И прочие ребята, про которых мне ясно, что таким крутым мне не стать никогда.

(Да-да, все мои внутренние ребята не поддались на принцип “разрешите себе не быть таким”, никуда не делись, и после полугода попыток избавиться от них я все-таки притащил их в пэ-кабинет.)

Ну вот, горы. У гор этих может быть тысяча имен, назову их для простоты горами Джобса-Маркеса-Гауди (хотя они могли быть и горами Жгуна-Лебедева-Михайлова, и Маска-Триера-Пикассо, и так далее).

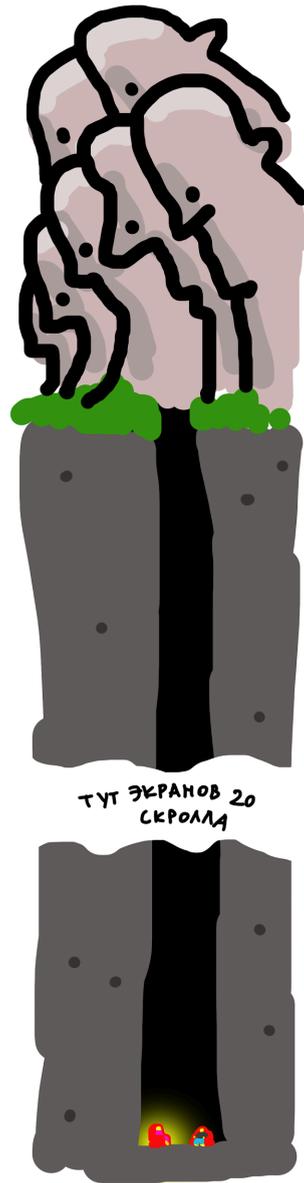
Но горы Джобса-Гауди – это еще не все, с чем я пришел, есть и еще одна важная штука. Она под горами внизу, и чтобы ее показать, мне пришлось попрыгать в пэ-кабинете на полу, пока не обрушилось линолеумное перекрытие.

Когда пыль рассеялась, мы вместе с креслом, столиком и пэ-специалистом оказались на этаже ниже. Я попрыгал еще, и мы приземлились еще ниже. И еще, и еще. Мы сломали фундамент здания, и пробивались на несколько километров вниз.

Пока пробивались, я рассказывал про арсенал испробованных методов. И про то, как я пытался все эти годы залезть на гору, и как это не срабатывало, и как я закапывался все глубже и глубже.

А вот когда я наконец допробивался вниз настолько глубоко, что вокруг была темнота, и только где-то над головой торчала маленькая светлая точка бесконечно высокого горного хребта, я наконец уселся в этой безнадежной темноте в кресло рядом со столиком и поинтересовался, можно ли с этим хоть что-нибудь сделать. Потому что я уже задолбался копать в темной пещере, над которой нависли гении, и хочется уже что-то изменить. Но как это сделать, я больше не понимаю.

Вот для наглядности картинка. Я в середине сократил:



* * *

И я ждал, что как в мифах, пэ-специалист начнет лезть в мое детство и вытаскивать оттуда пэ-слова.

Но в реальности она попросила меня:

– А можете рассказать мне про камни, из которых сложена ваша темная-претемная очень глубокая пещера?

Ну и я рассказал. Обычные слова невротиков, все как у всех, ничего интересного. Я не делаю свою работу так хорошо, как мог бы – говорил я. У меня не получается

разбираться ни в чем глубоко – говорил я. Я забываю все на свете – говорил я. Ну и вообще мне не хватает когнитивного ресурса – говорил я.

Я ждал, что она начнет меня разубеждать, говорить, что я ошибаюсь и не такой уж я и неудачник, и что пещеры на самом деле нет.

Но в реальности все пошло не так.

Ну да, сказала она, да. Очевидно, пещера есть. И да, это крепкие камни, вполне реальные, осязаемые. Но давайте их перевернем и посмотрим, что у этих камней с другой стороны.

Вот, например, “Я не делаю свою работу так хорошо, как мог бы”. Это ведь в конечном счете означает “я сомневаюсь в том, что работа сделана как нужно”. Всегда ли это плохо? Или не всегда?

От сомнений ведь есть и польза. Это ваше свойство заставляет вас постоянно искать, как улучшить то, что вы делаете. Именно сомнения побуждают вас искать, нельзя ли сделать работу круче. Именно они делают вас человеком, который шлифует тысячи мелочей каждый день.

И тогда я посмотрел на камень в своей руке и увидел, что он вроде черный, но с другой стороны светится. И я подумал – “Блин, это какая-то пэ-магия. Как она, черт побери, это делает?”

И я вынул из стены следующий камень и показал ей. Ну-ка, посмотрим, что вы скажете на это.

* * *

Мы смотрели на камень “У меня не получается разбираться ни в чем глубоко”. И я попытался научиться смотреть на него с другой стороны.

С другой стороны, то, что я не разбираюсь ни в чем глубоко, означает, что я универсал. Там, где люди посвящают всю жизнь углублению в одну-две темы, в один-два профессиональных языка, я знаю десятки языков. Я немного знаю язык когнитивистики, немного – язык дизайна, немного про психологию, немного про язык, слегка про программирование, немного про игры, чуть-чуть про интерес, дольку про внимание, пару десятков фраз про навигацию и капельку про онтологические схемы.

И конечно, я ни в чем не разбираюсь глубоко, везде на уровне перво- или второкурсника. Но там, где программист сталкивается с когнитивистикой, ему нечего сказать, а мне есть чего. Когда узконаправленный онтолог попадает в море шрифтов и надо говорить про читаемость, он там тонет, а я продолжаю плыть. Не очень уверенно

плыву, по-собачьи. Но я не тону. И в десятках разных языков я вижу тысячи параллелей. Тем и живу.

Или вот: “У меня нет памяти”

Я как-то просматривал интервью Ходорковского, и зацепил у него другую оценку: “Свойство памяти у меня такое: я очень быстро забываю. Несущественное я очень быстро забываю.”

Ну да, когда я решаю задачи, я помню про них все важное и нужное. Все остальное проходит мимо, но все, что нужно для решения, всегда со мной.

Тревожная кисонька? Я раньше думал, что это обязательно плохо, а пришлось признать, что она делает меня хорошим планировщиком. Если бы мы с вами пошли в поход в какую-нибудь засушливую испанскую Гранаду, то именно моя тревожная кисонька не забыла бы красные сапоги. И это неплохо, скажу я вам.

* * *

Вот я пишу текст, и конечно же упрощаю – и вроде даже непонятно, че я делал в кабинете десяток сеансов. Но дело в том, что переоценка мира – это непростой навык. А люди не умеют осваивать непростые навыки, просто читая. Чтобы обрести такой навык, надо тренироваться, и снова и снова.

Так устроен мозг (ну мой мозг точно устроен так): можно читать сколько угодно про, например, горное дело или там переворачивание внутренних камней. И это поможет стать чуть более сложным. Но это не поможет обрести навык, не поможет стать тру горняком или переворачивателем.

Можно прочесть схем, составить в голове примерную модель, но вот в чем проблема: мозгу надо заменить сложившиеся старые схемы поведения на новые.

Раньше случался триггер, и в ансамблях мозговых нейронов вспыхивало электричество. А теперь надо отключить некоторые из этих ансамблей, а танцевать должны с этого момента совсем другие, новые непривычные ансамбли (которые на месте проблем будут видеть еще и возможности).

И это требует не чтения, а тренировок нервной системы.

И мой опыт говорит, что если хочешь научиться переворачивать камни, то лучше упражняться под присмотром.

* * *

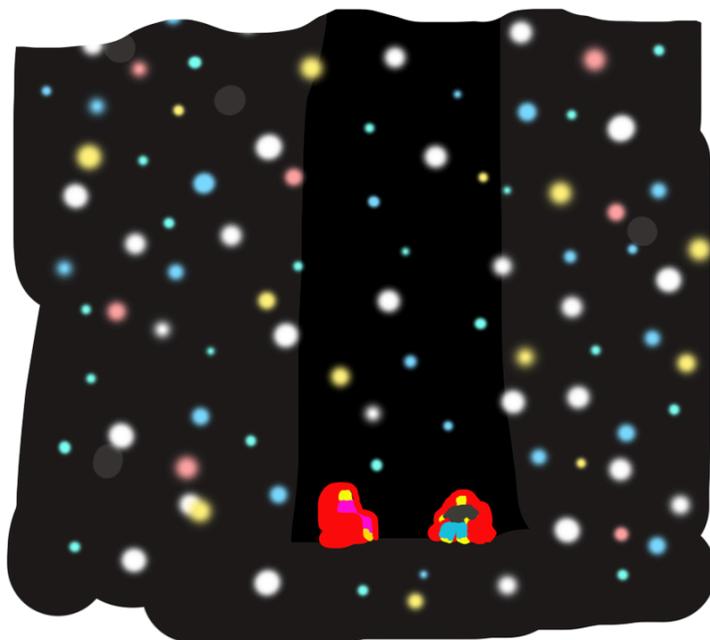
В общем, я учился оценивать все, из чего я состою, непримитивной, адаптивной, сложной оценкой. Я учился смотреть на вещи неоднозначным взглядом.

В каждом из камней оказывался алмаз. И я смотрел в черный камень, и учился видеть алмаз с его обратной стороны. И вставлял камень обратно в стену пещеры.

И когда спустя несколько месяцев я открыл глаза, я сидел в той же пещере, но я знал, как увидеть, что она полна алмазов. Нужно было только этому научиться.

Типа того:

ТУТ ЭКРАНЫ 2D СКРОЛЛА



Я сидел в сияющей алмазной пещере, и мне все нравилось. Мне нравилось в ней копаться. Мне нравились мои умения, мои игрушки, нравился я.

Ну вот и почти все. Оставалось только закрыть дверь к горному хребту с прекрасными людьми, и жить дальше без них в голове.

* * *

И вот момент, ради которого и написан этот текст.

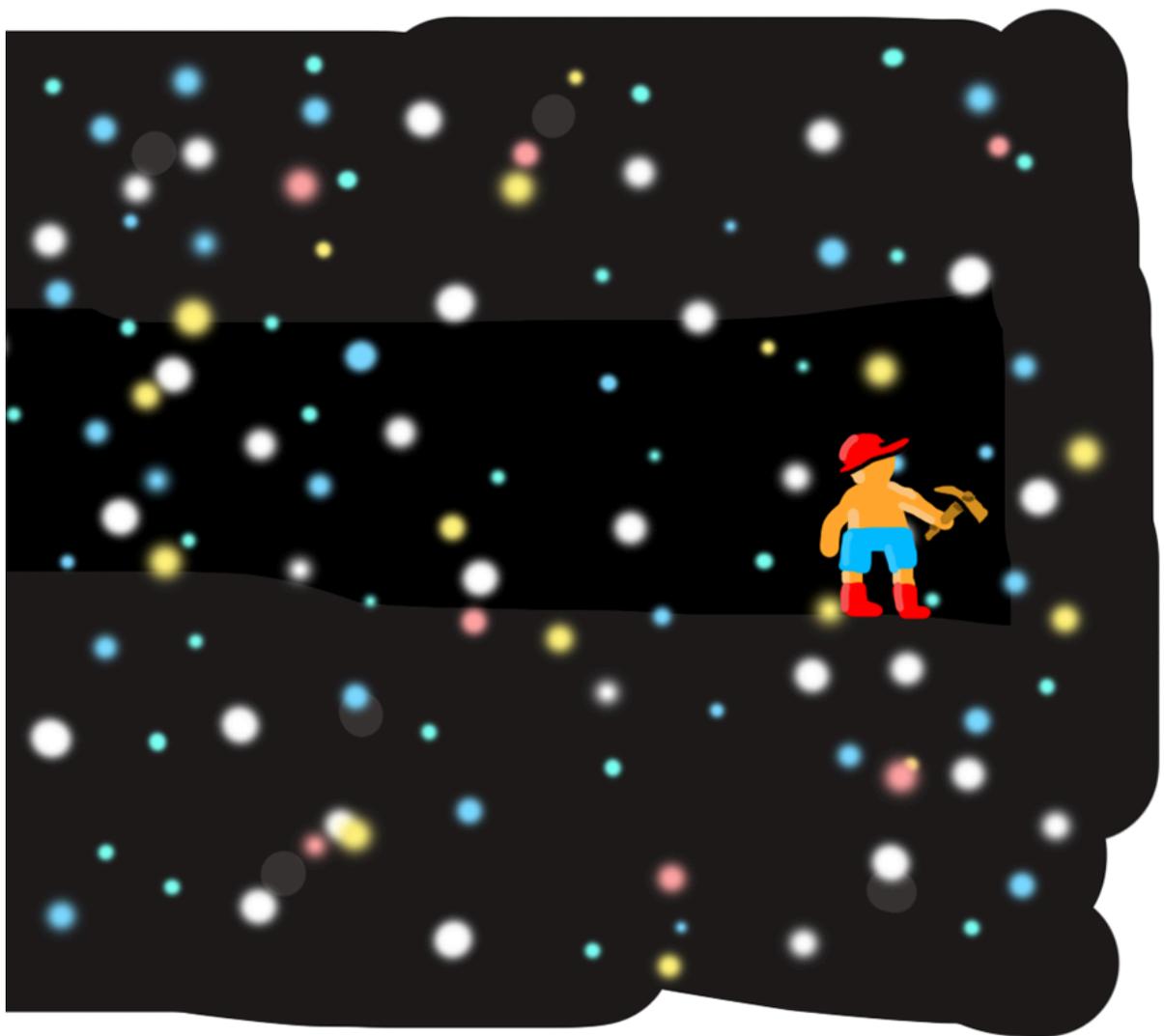
* * *

Пэ-специалист сказала: а зачем вам закрывать дверь? Ваш горный хребет Джобса-Маркеса-Гауди – это, кстати, такой же камень. Не хотите попробовать перевернуть его и посмотреть, есть ли и у него обратная сторона?

И вот тут я понял, что учился-учился, но кажется, еще ни черта не научился.

Ведь если включить специальное зрение, то вся эта каменная шобла – на самом деле полезные для меня ребята. Они показывают мне, насколько мне хочется вновь ощутить настоящую победу. Вдохнуть полной грудью и улыбнуться. И в этой потребности нет ничего плохого.

Так что я просто перевернул их – и ушел копать свою алмазную комнату.



Место для вопросов

Если что, пишите сюда.

* * *

Получилось как в сказке! Мне понравилось:)

* * *

«Я сидел в той же пещере, но я знал, как увидеть, что она полна алмазов.» — в мультике «Небесный замок Лапута» примерно с 32-й минуты очень красиво алмазы в пещере проявляются:



* * *

Людвиг, спасибо за то что рассказываете. Я гриб-волнушка, и читая вас мне становится немного легче — не я одна скрючиваюсь в приступах тревожности, и «они скоро поймут что я не арт-директор и выгонят меня».

Будучи по образованию психологом, сидела как бы в домике и думала «зачем мне психолог, я же прекрасно понимаю что со мной происходит». Но когда из-за очередного приступа чуть не отказалась от хорошего офера, подумала что все, время пришло. И действительно, психолог был нужен, мы потихоньку разматываем то что намоталось.

И вот собственно мой вопрос. Каждый день приходя к своим дизайнерам я внутренне переживаю о том, что я все делаю не так (и наверняка не так), и что я недостаточно помогаю им, и что другой сделал бы больше. В общем начинается внутренняя

истерика. Как найти тут обратную сторону камня? Потому что сколько не переворачиваю, он просто камень.

* * *

Как человек, который проходит личную терапию уже год, скажу, что я мысленно обняла весь текст с картинками, алмазами и заплакала. Потому что это прекрасно, это все так. Приходишь смурным смурьяном на каждую встречу и надеешься, что в этот раз рыдать в ответ на самые обычные вопросы не будешь (зря красила глаза что ли полчаса?), но фигли. Параллельно терапии я внезапно стала руководителем сначала одного, а потом и трех человек, поэтому уровень тревожности вырос в триста тысяч раз.

И ладно, если про текст я что-то могу сказать, то про дизайн веб-дизайнеру — аы. Поэтому всю осень раз в час мне хотелось убежать в самую темную переговорку и показывать всем язык, как тот мужик из паблика ШКЯ во вконтакте. все смешалось в доме, короче. И про "я универсал (равно — ни черта не знаю)" тоже знакомо и большое спасибо.

Вопрос такой. Как относиться к ошибкам проще? Я делаю миллион ошибок при принятии решений, каждый раз хочется лечь и умереть (да-да, на полу), ужасно стыдно и мерзко внутри. И здесь куча всего: и про неоправдание надежд, и про собственные порушенные мечты. Когда ошибаются сотрудники, я всегда найду слова, чтобы успокоить или мотивировать не косячить больше.

Но вот самой себе — как? (мои слова себе никак не отзываются внутри). Спасибо!

* * *

Спасибо!

Людвиг, могли бы вы чуть подробнее рассказать про каменных ребят? Что значит, что каменные ребята "показывают мне, насколько мне хочется вновь ощутить настоящую победу". Какое соревнование? И над чем победа.

* * *

А не получится ли в итоге Недиван разговором о том, что нужно просто идти к пэ-специалисту (как к зубному, когда пора) и фсё?'

Спасибо, отличный текст! Да тут в принципе и по-большому счету весь проект про то, что надо сходить к пэ-специалисту. Когда прочитал предпоследнее письмо, и глянул в хронологию, после него ничего там не было. А я еще отстаю, поэтому думал, что ты забросил Недиван надолго. И тут такой подарочек))

* * *

А я задвинул глубоко свои камни, чтобы их не видеть и не расстраиваться. Из плюсов – нормальное самочувствие, хотя и скребет внутри. Из минусов – я почти не стремлюсь развиваться, ни в чем не выигрываю. Ну да, свободное время, спокойные нервы, но я от этого не кайфую. Я все время [почти спокойно] слушаю как кто-то внутри меня тихо скребется, и надеюсь, что он доскребется наружу. Он будет таким... ну знаете, славным малым, душой компании, везде вписывается, все доделывает, легко строит отношения с новыми людьми.

По-хорошему у меня не получается вытащить этого красавчика наружу, как-то сразу некомфортно двигаться в этом направлении. Признаться себе, что там внутри ничего и никого нет – тоже не получается. Как думаете, стоит ли обострять? Трах-бах, вписаться куда-нибудь по самые гланды, как вы с Недиваном, а там видно будет. Или постараться-таки забить на того, кто скребется и заменить чем-то другим, спокойно милым сердцу [где бы еще найти].

Вот никогда не понимал задающих такие вопросы. Тут же ответ уже написан, нет? Но если не написать и не задать, то все остается в тумане. [Но вы, пожалуйста, все-таки ответьте, мало ли.]