

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	7
Величайшая сила.....	7
Эволюция мастерства.....	14
Ключи к мастерству.....	22
 I. ПОИСК ПРИЗВАНИЯ:	
ЖИЗНЕННАЯ ЗАДАЧА.....	35
Скрытая сила.....	37
Ключи к мастерству.....	43
Стратегии поиска жизненной задачи.....	50
Реверсия.....	72
 II. ПОЗНАНИЕ РЕАЛЬНОСТИ:	
ИДЕАЛЬНОЕ УЧЕНИЧЕСТВО.....	77
Первая трансформация.....	79
Ключи к мастерству.....	86
Стратегии идеального ученичества.....	104
Реверсия.....	144
 III. ОБРЕТЕНИЕ СИЛЫ С ПОМОЩЬЮ МАСТЕРА:	
ДИНАМИКА НАСТАВНИЧЕСТВА.....	147
Алхимия знания.....	149
Ключи к мастерству.....	159
Стратегии углубления динамики наставничества.....	170
Реверсия.....	192

IV. ПРИНЯТИЕ ЛЮДЕЙ ТАКИМИ, КАКИЕ ОНИ ЕСТЬ:	
СОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ	195
<i>Мысленное проникновение</i>	197
<i>Ключи к мастерству</i>	208
<i>Стратегии развития социального интеллекта</i>	228
<i>Реверсия</i>	256
V. ПРОБУЖДЕНИЕ МНОГОМЕРНОГО РАЗУМА:	
ТВОРЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ	259
<i>Вторая трансформация</i>	261
<i>Ключи к мастерству</i>	270
<i>Стратегии творческой активности</i>	320
<i>Реверсия</i>	385
VI. СОЕДИНЕНИЕ ИНТУИТИВНОГО И РАЦИОНАЛЬНОГО:	
МАСТЕРСТВО	387
<i>Третья трансформация</i>	389
<i>Ключи к мастерству</i>	399
<i>Стратегии достижения мастерства</i>	421
<i>Реверсия</i>	483
КРАТКИЕ БИОГРАФИИ НЕКОТОРЫХ СОВРЕМЕННЫХ МАСТЕРОВ	487
БЛАГОДАРНОСТИ	495
ИЗБРАННАЯ БИБЛИОГРАФИЯ	499

ВВЕДЕНИЕ

ВЕЛИЧАЙШАЯ СИЛА

Счастье каждого у него в руках, как у художника — сырой материал, из которого он лепит образ. Но и это искусство подчинено общим законам; от рождения людям дана лишь одаренность, искусство же требует, чтобы ему учились и усердно упражнялись в нем*.

ИОГАНН ВОЛЬФГАНГ ФОН ГЁТЕ.

Годы учения Вильгельма Мейстера

Существует форма силы и разума, которая воплощает в себе высшую точку человеческого потенциала и является источником величайших достижений и открытий в истории. Этот вид разума не развивают в школах и университетах, не изучают профессора, однако почти каждый из нас в какие-то моменты ловит его проблески в собственном опыте. Часто такой разум пробуждается в напряженный период, например когда нам нужно срочно выполнить какую-то работу, решить серьезную проблему или справиться с кризисом. Он может проявиться и в результате продолжительной работы над важным проектом. Так или иначе, время от времени под давлением обстоятельств мы вдруг ощущаем необычайный прилив энергии и становимся предельно сосредоточенными. Разум целиком погружается в стоящую перед нами задачу. Эта глубокая концентрация порождает самые разные идеи, которые нередко посещают нас, как бы всплывая из подсознания, когда мы

* Пер. Н. Касаткиной.

засыпаем. Кажется, в такие моменты окружающие легче поддаются нашему влиянию; возможно, мы сами более внимательны к ним или они чувствуют в нас особую силу, которая внушает им уважение. Быть может, обычно мы находимся в пассивном состоянии, автоматически реагируя на происходящее, но в эти дни или недели нам кажется, что мы способны влиять на ход событий и определять порядок вещей.

Эту особую силу можно использовать следующим образом. Большую часть времени мы живем в своем внутреннем мире грез, желаний, навязчивых мыслей. Но в период исключительной креативности нами движет потребность сделать то, что принесет практическую пользу. Мы заставляем себя шагнуть за пределы привычного образа мыслей и наладить связь с миром, с другими людьми, с реальностью. Вместо того чтобы рассеянно перескакивать с одного предмета на другой, наш разум фокусируется на чем-то одном и проникает в самую суть дела. В такие моменты разум, обращенный вовне, как будто наполняется светом окружающего мира и внезапно обнаруживает новые подробности и генерирует оригинальные идеи. Мы чувствуем прилив вдохновения и творческих сил.

Когда мы заканчиваем работу или кризис минует, это ощущение всемогущества и безграничного творческого потенциала обычно покидает нас. Мы снова возвращаемся в привычное рассеянное состояние, утратив чувство контроля. Если бы мы только могли намеренно создавать в себе это волшебное чувство или каким-то образом сохранять его дольше... но оно кажется таким таинственным и неуловимым.

Проблема в том, что эта форма силы и разума либо игнорируется как предмет исследования, либо окружена всевозможными мифами и заблуждениями, которые лишь сгущают атмосферу тайны. Мы думаем, будто креативность и гениальность просто появляются из ниоткуда — как плод врожденного таланта, какого-то особого состояния духа или удачного расположения звезд. Было бы замечательно, если бы мы сумели прояснить эту загадку, дать имя удивительному ощущению всемогущества,

изучить его корни, определить, какой вид разума его порождает, и научились вызывать и поддерживать такое состояние.

Назовем это состояние — когда мы чувствуем, что нам больше, чем обычно, подвластны реальность, другие люди и мы сами, — *мастерством*. Хотя большинство из нас находится в таком состоянии лишь непродолжительное время, есть люди — настоящие мастера своего дела, — для которых оно становится образом жизни, способом восприятия мира. Среди них Леонардо да Винчи, Наполеон Бонапарт, Чарльз Дарвин, Томас Эдисон, танцовщица и хореограф Марта Грэм и многие, многие другие. В основе этой силы — простой *процесс*, ведущий к мастерству. И он доступен каждому из нас.

Этот процесс можно проиллюстрировать так. Допустим, мы учимся играть на фортепиано или поступаем на новую работу, где должны приобрести определенные умения и навыки. Поначалу мы чувствуем себя чужаками в новой для себя сфере. Наши представления о фортепиано или рабочей среде, как правило, основываются на каких-то предрассудках и убеждениях и зачастую содержат в себе элемент страха. Когда мы впервые садимся за фортепиано, его клавиатура выглядит довольно устрашающе: мы не понимаем взаимосвязи между клавишами, аккордами, педалями и всем прочим, что участвует в создании музыки. Придя на новую работу, мы ничего не знаем о взаимоотношениях между сотрудниками, о существующей иерархии и психологических особенностях начальника, о правилах и процедурах, которые считаются здесь критически важными для достижения успеха. Мы в замешательстве — в обоих случаях нужно получить столько знаний, что кажется, будто нам это не под силу.

Хотя мы приступаем к новому делу с воодушевлением, думая о том, чему мы сможем научиться и как будем использовать новые навыки, вскоре мы осознаём, сколько тяжелого труда нам предстоит. Огромная опасность в том, что нами могут овладеть тоска, нетерпение, страх или смущение. Мы перестаем наблюдать и учиться, и процесс останавливается.

Если же мы справимся с эмоциями и позволим процессу идти своим чередом, произойдет нечто удивительное. Продолжая наблюдать и следовать примеру других, мы обретаем ясность взгляда, усваиваем правила, понимаем, как все работает и взаимодействует друг с другом. С постоянной практикой приходит беглость. Овладев базовыми навыками, мы можем браться за новые, более интересные и ответственные задачи. Мы начинаем видеть связи, которых не замечали прежде. Благодаря настойчивости и упорству постепенно обретаем уверенность в своей способности решать проблемы или преодолевать трудности.

На каком-то этапе мы превращаемся из ученика в специалиста. Мы проверяем на практике собственные идеи, получая ценную обратную связь, и используем расширяющиеся познания все более оригинальными способами. Мы не просто перенимаем у других знания, умения и навыки, но привносим в процесс собственные индивидуальность и стиль.

Если мы продолжаем двигаться в этом направлении, через несколько лет происходит еще один скачок — к мастерству. Фортепианная клавиатура больше не кажется нам чем-то чуждым, инородным, — она словно интернализируется и становится частью нашей нервной системы, продолжением пальцев. Что касается профессиональной деятельности, мы начинаем чувствовать групповую динамику и получаем четкое представление о текущем положении дел. Мы можем применить это чутье к социальным интеракциям, глубже понимая других людей, предвидя их реакции. Теперь мы способны быстро принимать верные и в высшей степени креативные решения. Нас посещают свежие идеи. Мы так хорошо освоили правила, что можем нарушать или переписывать их.

Процесс, ведущий к этой величайшей силе, можно разбить на три фазы, или уровня:

1. Ученичество.
2. Творческая активность.
3. Мастерство.

В первой фазе мы стоим за пределами выбранной области, стараясь как можно лучше освоить ее базовые элементы и правила. Пока у нас есть лишь частичное представление о новом для нас деле, так что наша сила ограничена. Во второй фазе, благодаря интенсивной практике и погружению в предмет, мы начинаем видеть детали механизма, понимать взаимосвязи его частей, что позволяет дополнить картину. Вместе с этим рождается новая сила — способность экспериментировать, творчески «играть» с различными элементами и деталями. В третьей фазе наши знания, опыт и концентрация достигают такой глубины, что мы начинаем совершенно ясно видеть картину в целом. Мы словно получаем доступ к сердцу жизни, включая человеческую натуру и природные явления. Произведения мастеров так трогают нас именно потому, что художнику удалось уловить и выразить в них самую суть реальности. И по этой же причине выдающийся ученый способен открыть новый закон физики, а изобретатель или предприниматель — создать то, чего никто другой и представить себе не мог.

Мы называем такую силу интуицией, подразумевая внезапное и мгновенное осознание некоего реального факта, без необходимости использовать слова или формулы. Слова и формулы могут появиться позже, но именно эта вспышка интуиции в конечном счете приближает нас к реальности: разум как будто озаряется частицей истины, которая прежде была скрыта от нас и от других.

Животные обладают способностью к обучению, но они в основном полагаются на инстинкты, чтобы поддерживать связь с окружающим миром и избегать опасностей. Благодаря инстинкту животные могут действовать быстро и эффективно. Человек же в основном полагается на мышление и разум. Но мыслительные процессы зачастую слишком медленны, а это может обернуться неэффективностью. Кроме того, поток навязчивых мыслей очень часто приводит к потере связи с внешним миром.

Интуитивные силы на уровне мастерства представляют собой сочетание инстинктивного и рационального, сознательного

и бессознательного, человеческого и животного. Это эффективный способ быстро налаживать прочные связи с окружающей средой, проникать в суть вещей и людей посредством мыслей и чувств. В детстве мы в какой-то степени обладаем такой интуитивной силой и спонтанностью, но затем эти качества обычно вытесняются нескончаемым потоком информации, которая со временем перегружает наш разум. Мастера же возвращаются в это детское состояние. Их произведения демонстрируют некоторую спонтанность и контакт с подсознанием, но на гораздо более высоком уровне, чем у ребенка.

Если мы пройдем процесс до этой конечной точки, то активируем интуитивную силу, дремлющую в каждом из нас. Возможно, мы иногда ненадолго ощущали ее в себе, когда углублялись в какую-то проблему или проект. На самом деле проблески такой силы — не такая уж редкость; благодаря ей мы догадываемся, что случится в определенной ситуации, или находим идеальный ответ на трудную задачу, который приходит словно из ниоткуда. Но такие моменты эфемерны, и, как правило, у нас недостаточно опыта, чтобы сознательно и целенаправленно вызывать и использовать их. А вот когда мы достигаем мастерства, интуиция становится силой, которой мы можем управлять, плодом напряженного труда в течение длительного времени. Поскольку мир ценит креативность и способность открывать новые аспекты реальности, мы получим также огромную практическую пользу.

Рассмотрим мастерство в контексте истории человечества. Испокон веков люди чувствовали, что попались в ловушку из-за ограниченности своего сознания, отсутствия контакта с реальностью и неспособности воздействовать на окружающий мир. Они искали всевозможные способы расширения сознания и обретения контроля, прибегая к магическим ритуалам, трансу, заклинаниям и т. д.; посвящали свою жизнь алхимии, пытаясь отыскать философский камень — неуловимую субстанцию, которая превращает все вещества в золото.

Это стремление найти кратчайший чудесный путь к силе и власти дожило до наших дней в виде нехитрых формул успеха или сомнительных древних тайн, наконец открывшихся человечеству и заключающихся в том, что для привлечения к себе нужной энергии достаточно изменить настрой. Во всех этих усилиях есть крупица истины, а именно важность углубленной концентрации, которую подчеркивают адепты магических практик. Но в конечном счете эти люди ищут то, чего не существует, — легкий путь к силе и власти, быстрое и простое решение, можно сказать, Эльдорадо знаний.

Предаваясь бесконечным фантазиям, многие игнорируют реальную силу, которой действительно обладают. В отличие от магии или упрощенных формул такая сила оставила свой материальный след в истории в виде творений настоящих мастеров — великие открытия и изобретения, потрясающие архитектурные сооружения и произведения искусства, прогрессивные технологии. Эта сила, если правильно ею распорядиться, дает особую связь с реальностью, способность изменять мир, о которой мистики и маги прошлого могли только мечтать.

На протяжении столетий мастерство окружали непробиваемой стеной. Люди называли его гениальностью и считали, что оно недоступно простому смертному, поскольку является привилегией, врожденным талантом или результатом удачного расположения небесных светил. Из мастерства сделали нечто неуловимое, ускользающее, подобное магии. Но эта стена — воображаемая. Истина заключается в том, что наш мозг является результатом примерно 6 млн лет развития. Он эволюционировал именно для того, чтобы в конечном счете мы смогли достичь мастерства и пробудить скрытую силу, которая дремлет в каждом из нас.

ЭВОЛЮЦИЯ МАСТЕРСТВА

В течение трех миллионов лет мы были охотниками-собираателями, и именно благодаря эволюционному давлению такого образа жизни в конце концов появился столь адаптивный и креативный мозг. Сегодня мы стоим с мозгами охотников-собираателей в головах, наблюдая за окружающим миром, который для одних стал комфортным благодаря плодам человеческой изобретательности, а для других — несчастным из-за лишений среди изобилия...

Ричард Лики *

Сегодня это трудно представить, но наши древние предки, появившиеся на равнинах Восточной Африки около 6 млн лет назад, были весьма слабыми и уязвимыми существами. Ростом они были не более полутора метров. Они могли ходить и даже бегать на двух ногах, но гораздо медленнее, чем стремительные четвероногие хищники, которые за ними гонялись. Это были тщедушные создания, их тощие ручонки не могли служить хорошей защитой. У них не было когтей, острых клыков или яда, которые они могли бы использовать для самообороны. Чтобы собирать фрукты, орехи и насекомых или даже пробавляться падалью, им приходилось выходить на открытые просторы саванны, где они становились легкой добычей для леопардов или гиен. Они были слишком слабы и малочисленны, чтобы выжить.

И тем не менее всего за несколько миллионов лет (ничтожный срок в масштабах эволюции) эти первобытные люди, не слишком впечатляющие в физическом отношении, превратились в самых грозных охотников на планете. Что могло стать причиной такого чудесного преображения? По мнению некоторых ученых, все дело в способности передвигаться на двух ногах, — это позволило нашим предкам освободить руки, чтобы изготавливать

* Ричард Лики (1944–2022) — кенийский палеоантрополог, политик, активист природоохранного движения. — *Прим. пер.*

орудия; кроме того, благодаря большому пальцу, удобно отстоящему от остальных, они могли точно захватывать предметы. Но подобные объяснения, исключительно с физической точки зрения, не учитывают главное. Доминирование человека среди других видов, его мастерство обусловлены не строением кистей, а особенностями мозга. Мы превратили разум в самый мощный инструмент в природе, с которым не может тягаться никакая лапа с когтями. А в основе этой *ментальной* трансформации лежат две простые биологические характеристики — *визуальная* (*зрение*) и *социальная*, которыми первобытные люди воспользовались для установления господства.

Наши предки произошли от приматов, которые миллионы лет жили в кронах деревьев, и в процессе эволюции их зрительная система стала одной из самых удивительных в природе. Со временем у них сформировалась чрезвычайно сложная зрительно-моторная координация, необходимая для быстрого и эффективного перемещения в пространстве. Глаза стали располагаться во фронтальной плоскости (а не по бокам головы, как у многих животных), что обеспечило бинокулярное и стереоскопическое зрение. Такая система предоставляет мозгу высокоточную и довольно детализированную трехмерную перспективу, хотя и несколько суженную. Животные с таким расположением глаз обычно весьма эффективные хищники (например, совы или кошки). Они используют свое мощное зрение для того, чтобы выслеживать жертву на расстоянии. Но приматам, живущим на деревьях, такое зрение служило для иной цели, — оно позволяло лучше ориентироваться среди ветвей и находить фрукты, ягоды и насекомых. Кроме того, у них появилось отличное цветное зрение.

Покинув деревья и перебравшись на открытые травянистые равнины, первобытные люди перешли к прямохождению. Обладая мощной зрительной системой, они могли различать объекты на большом расстоянии (жирафы и слоны, может, и выше ростом, но глаза у них расположены по бокам головы, так что зрение у них панорамное). Такая способность позволяла

нашим предкам замечать хищников еще на горизонте и следить за их передвижением даже в сумерках. Это обеспечивало людям преимущество в несколько секунд или минут, необходимых для разработки плана спасения. Фокусируясь на предметах, расположенных вблизи, они могли идентифицировать такие важные детали, как отпечатки лап и другие признаки присутствия хищника, и различать цвета и очертания камней, пригодных для изготовления орудий.

На деревьях это мощное зрение служило для того, чтобы быстро распознавать объекты и реагировать на них. На открытых равнинах оно стало выполнять противоположную функцию. Безопасность и поиски пищи требовали неспешного, терпеливого наблюдения за окружающей средой, способности выделять и анализировать детали. Выживание наших предков зависело от концентрации внимания. Чем дольше и пристальнее они смотрели вокруг, тем лучше могли отличить заманчивую возможность от опасности. Окинув взглядом горизонт, можно увидеть многое, но это перегружает разум информацией, ведь прекрасное зрение предоставляет слишком много деталей. Зрительная система человека предназначена не для сканирования пространства, как, к примеру, у коров, а для фокусирования на деталях.

Животные словно заперты в вечном настоящем. Они могут извлечь какие-то уроки из недавних событий, но их легко отвлечь тем, что находится перед глазами здесь и сейчас. Медленно, на протяжении очень длительного периода времени, наши предки преодолевали эту фундаментальную слабость, присущую животным. Рассматривая объекты достаточно долго и стараясь не отвлекаться (даже на несколько секунд), они научились хотя бы ненадолго дистанцироваться от своего непосредственного окружения. Это позволяло замечать закономерности, делать обобщения и продумывать свои действия. Ментальная дистанция давала возможность размышлять и рефлексировать, пусть даже в небольших масштабах.

Приобретенная способность человека отстраняться и мыслить стала его основным преимуществом в борьбе за выживание,

включая умение избегать хищников и находить еду. Это прочно связывало людей с реальностью, что недоступно животным. Развитие мышления такого уровня стало важнейшим поворотным моментом эволюции, поскольку означало появление сознательного, рассуждающего разума.

Другое биологическое преимущество более тонкое, но не менее значимое. Все приматы — существа социальные, но нашим предкам групповая сплоченность требовалась гораздо больше, ведь они оказались крайне уязвимыми на открытых пространствах. Каждый член группы зависел от других в том, что касалось бдительного наблюдения за хищниками и поисков пищи. В целом у этих ранних гоминидов были более сложные и обширные социальные взаимодействия, чем у других приматов. На протяжении сотен тысяч лет социальный интеллект становился все более совершенным, что позволило людям эффективнее сотрудничать друг с другом. Как и понимание природной среды, этот интеллект опирался на концентрацию внимания и глубокую сосредоточенность. Ошибочная трактовка социальных сигналов в тесно сплоченной группе могла привести к серьезным негативным последствиям.

Благодаря развитию этих двух характеристик — *визуальной* и *социальной* — наши первобытные предки 2–3 млн лет назад сумели изобрести и усовершенствовать сложный способ охоты. Постепенно они начинали подходить к делу все более креативно, превращая этот навык в искусство. Возможность охотиться в любое время года позволила им расселиться по всей Евразии, приспособившись к самому разному климату. А человеческий мозг в ходе этой стремительной эволюции почти достиг современных размеров. Это произошло около 200 000 лет назад.

В 1990-е гг. группа итальянских нейробиологов обнаружила нечто, позволяющее понять, почему наши первобытные предки достигли таких успехов в охоте, а современный человек — высочайшего уровня мастерства. Изучая мозг обезьян, ученые выяснили: определенные нейроны мозга, отвечающие за моторику, активизируются не только тогда, когда животное выполняет

некое специфическое действие (например, дергает за рычаг, чтобы достать арахис, или хватает банан), но и когда наблюдает, как это делает кто-то из собратьев. Вскоре такие нейроны назвали *зеркальными*. Их активизация свидетельствовала о том, что приматы испытывают схожие ощущения, когда выполняют какое-то действие сами и когда наблюдают за другими. Это позволяет им мысленно ставить себя на место других, воспринимать чужие действия как свои собственные. Возможно, этим и объясняется известная способность многих приматов к подражанию, а также тот факт, что шимпанзе могут предугадывать планы и поступки соперника. Как полагают ученые, зеркальные нейроны появились именно вследствие социальной жизни приматов.

Недавние эксперименты показали, что такие нейроны, только более высокого уровня, чем у приматов, есть и у человека. Обезьяны способны увидеть действие с точки зрения субъекта и понять его намерения, но мы пошли дальше. Без всяких визуальных подсказок или наблюдения за другими мы в состоянии как бы проникнуть *в сознание другого человека* и представить, о чем он думает.

Появление зеркальных нейронов позволило нашим предкам считать желания друг друга по едва уловимым признакам и тем самым развивать свои социальные навыки. Кроме того, такие нейроны стали одним из ключевых компонентов процесса изготовления орудий: можно было научиться делать их, подражая действиям «эксперта». Но, вероятно, важнее всего то, что эти нейроны давали человеку возможность *мысленно проникать* в самую суть окружавших его вещей. Изучая поведение животных на протяжении многих лет, наши предки могли идентифицировать себя с ними, думать как они и предугадывать их действия, чтобы усовершенствовать свою способность выслеживать и убивать добычу. Это *мысленное проникновение* могло применяться также и по отношению к неживой природе. Изготавливая каменное орудие, опытный мастер мог чувствовать себя единым целым со своим изделием. Кусок камня или

дерева, с помощью которого он обрабатывал материал, становился как бы продолжением руки. Он ощущал его как собственную плоть, что позволяло лучше контролировать орудие как при изготовлении, так и при использовании.

Но эту силу разума можно было раскрыть в полной мере, лишь накопив многолетний опыт. Овладев определенным навыком (выслеживание дичи, изготовление орудий), человек применял его автоматически, поскольку больше не было необходимости фокусироваться на каждом действии. Вместо этого можно сосредоточиться на чем-то более сложном, например на поведении и реакциях добычи или максимально эффективном использовании орудия.

Мысленное проникновение стало довербальной версией интеллекта третьего уровня, примитивным эквивалентом интуитивного знания анатомии и перспективы, присущего Леонардо да Винчи, или свойственного Майклу Фарадею понимания электромагнетизма. Достигнув мастерства такого уровня, наши предки могли принимать решения быстро и эффективно, в полной мере разобравшись в особенностях окружающей среды и добычи. Если бы не эта сила, разум первых людей быстро перегружался бы массой информации, которую им приходилось бы всякий раз обрабатывать для успешной охоты. Они развили эту интуитивную способность за сотни тысяч лет до появления языка. Вот почему мы воспринимаем проявления разума такого рода как нечто непостижимое, как некую силу, которую невозможно описать словами.

Этот долгий этап эволюции сыграл чрезвычайно важную, ключевую роль в интеллектуальном развитии человека. Он коренным образом изменил наши отношения с временем как таковым. Для животных время — один из главных врагов. Если они относятся к категории потенциальной добычи, слишком долгое блуждание на одной территории может означать мгновенную смерть. Если это хищники, затянувшееся ожидание приведет к потере добычи. Кроме того, для тех и других время означает физический распад. Наши предки-охотники в некоторой

степени обратили этот процесс вспять. Чем дольше они наблюдали за каким-либо объектом, тем глубже принимали в его суть и укрепляли связь с реальностью. Накапливая опыт, они развивали охотничьи навыки. Неустанная практика позволяла совершенствоваться в изготовлении эффективных орудий. Да, тело с годами разрушалось, но ум продолжал совершенствоваться и адаптироваться. Использование времени в таких целях — важнейший ингредиент мастерства.

Можно сказать, что этот революционный подход к времени в корне изменил человеческий разум и придал ему особое качество, или *зерно*, в котором заключены наши склонности и предназначение. Когда мы уделяем достаточно времени и внимания исследованию какого-либо предмета и верим, что через определенное количество месяцев или даже лет достигнем мастерства, мы работаем с зерном этого чудесного инструмента — мозга, который развивался на протяжении миллионов лет. Мы неуклонно движемся к все более высоким уровням интеллекта: видим глубже и реалистичнее; практикуемся и создаем разные вещи, используя приобретенные навыки; учимся мыслить самостоятельно; развиваем способность справляться с трудностями, не позволяя им выбить нас из колеи. И в результате этого процесса появляется *Ното магистер* — человек-мастер.

Но если мы считаем, будто можем пропускать важные шаги на этом пути, как по волшебству получать желаемое при помощи связей, простых формул успеха или врожденных талантов, то действуем вопреки зерну, обращаем против себя свою природную силу. В таких случаях мы делаемся *рабами* времени: постепенно слабеем, теряем свои способности, а наша карьера заходит в тупик. Мы становимся пленниками чужих страхов и мнений. Разум уже не связывает нас с реальностью: мы отстраняемся от нее и запираемся в тесной камерке, ограниченной нашими мыслями и предубеждениями. Человек, выживание которого зависело от концентрации внимания, превращается в животное, вечно озирающееся по сторонам,

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

e-Univers.ru