

ОТ АВТОРА ОБЛОЖКИ

## **Владислав Должевский**

Ведущий дизайнер в Яндекс Еде

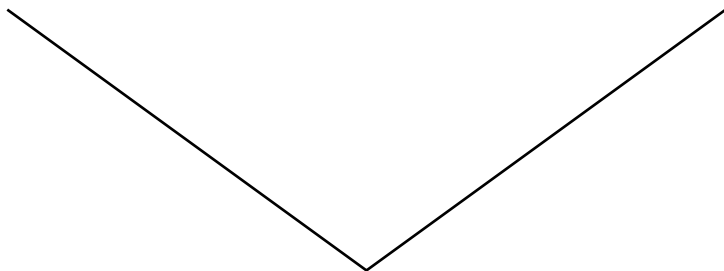
Книга Татьяны Мужижкой — добрая, вдохновляющая и дерзкая. Захотелось передать ее дух на обложке, где лихо расклеены стикеры о делах, мыслях и мечтах. Рад, что во время работы над проектом удалось поймать солнечное мгновение среди пасмурных дней и сделать яркое фото.



# Мне всё лъзя

О том, как найти своё призвание  
и самого себя

Татьяна Мужичкая



УДК 159.923.2  
ББК 88.52  
М89

Иллюстрация на обложке *Владислава Должевского*

**Мужицкая, Татьяна Владимировна.**

**М89** Мне все лъзя. О том, как найти свое призвание и самого себя / Татьяна Мужижкая. — Москва : Эксмо, 2026. — 224 с. — (100 из 100).

ISBN 978-5-04-232225-9

Найти свое призвание — все равно что выиграть джек-пот у судьбы. Многие этого хотят, но далеко не у всех выходит. Книга Татьяны Мужижкой — мудрое руководство по обретению дела жизни. Она помогает определиться с тем, что мы ищем и какие ограничения не дадут нам этого сделать. С помощью этих знаний вы сможете понять, чем реально хочется заниматься, проложить максимально короткий маршрут к выбранной цели и найти источник энергии.

УДК 159.923.2  
ББК 88.52

ISBN 978-5-04-232225-9

© Мужижкая Татьяна, текст, 2019  
© Оформление. ООО  
«Издательство «Эксмо», 2026

— Кем ты хочешь стать, Форрест?  
— А разве я не могу быть самим собой?

*«Форрест Гамп»*

Мой внутренний тюремщик злится  
бессильно пальчиком грозя  
но я решил что мне отныне  
все лъзя

*(с) перашки*

# Оглавление

Вместо предисловия.	
Твоя дорога — только твоя .....	9

## Часть первая.

### ЗНАТЬ=ЛЮБИТЬ=ВИДЕТЬ

Тернистый путь к себе .....	23
Мы ищем легких путей .....	30
«Эта сволочь еще и поет!» .....	34
Сила притяжения возможностей .....	38
10 тысяч шагов к легкости .....	41
Маршрут построен! .....	45

## Часть вторая.

### ЧЕТЫРЕ ЧЕТВЕРТИ ПУТИ

Внутренние ресурсы и где их брать .....	61
Люди с разных планет .....	64
А поговорить? .....	68

## Мне все лъзя

«Либо деньги всерьез, либо счастье всерьез» .....	73
Источник воды или источник нефти? .....	84
Позиция новичка — выигрышная! .....	110
Пора выходить на рынок .....	115
Договориться с критиком .....	124
Попробуйте сходить на стажировку!.....	130
Вечный двигатель поддержки .....	138
«Зарплатомер» .....	157
Что мы монетизируем? .....	163
Дело не в деньгах .....	167
Безумный бизнес.....	171
Доверяйте себе! .....	177
Очищаем шкалу настроек .....	189
Назад в будущее .....	201

Вместо послесловия.

## ГЛУБИНА В НЕБЕ

Благодарности .....	221
---------------------	-----



Вместо предисловия  
**Твоя дорога — только твоя**



У меня растут года,  
будет и семнадцать.  
Где работать мне тогда,  
чем заниматься?

*Владимир Маяковский*

Ох, какой же это жестокий вопрос. Им достают ребенка с детского сада: «Кем ты хочешь стать?» А уж ближе к выпускному человек просто обязан выбрать себе дело жизни раз и навсегда! Да? По крайней мере, мое поколение выросло именно на таких установках. А что может решить человек, не знающий жизнь? Что с ним будет, если на него упадет китайское проклятие «чтоб тебе жить в эпоху перемен»? И если он однажды поступил и окончил инженерный вуз, то никогда-никогда не стать ему уже ни артистом, ни историком, ни хозяином гостиницы? И сколько у нас есть попыток в этом квесте под названием «найди дело своей жизни»? Кто это знает вообще?

Я вот, например, училась в математическом классе. При этом мечтала стать режиссером, но знала, что это невозможно. Тогда бытовало мнение, что в театральные поступают только дети великих деятелей искусств. Мне нравилась профессия тренера. Я неплохо занималась фехтованием. Но была уверена, что не смогу сдать спортивные экзамены в институт физкультуры. Я лю-

била общаться с людьми и читать книги. Возможно, подошла бы профессия учителя? Но представить себе педсовет, оценки и одну и ту же программу каждый год я не могла совершенно. Что оставалось? Может, журналист? Бабушкина сестра-журналистка грустно смотрела на меня и объясняла, насколько непроста и зависима эта профессия в Советском Союзе. Все говорили, что у меня просто талант — талант быть хорошим человеком. Но, конечно же, они сразу добавляли: «Хороший человек — это не профессия, Таня!» Что же делать-то? Кем быть? Куда идти?

Помните, как Алиса в Стране чудес спросила у Чеширского кота: «Скажите, пожалуйста, куда мне отсюда идти?» — «А куда ты хочешь попасть?» — «Мне все равно!» — сказала Алиса. «Тогда все равно, куда и идти! Куда-нибудь да попадешь...» — ответил Кот.

Поэтому я поступила в Институт стали и сплавов. Логично, правда? Что? Вам не понятна логика? Сейчас поясню. У меня был целый список пунктов — критериев для выбора. Ну, во-первых, если все равно куда идти, так почему бы не продолжить семейную традицию? Мама тогда работала в сфере порошковой металлургии, я фактически выросла у нее в кабинете, меня все знали и уже даже приготовили мне стол. Он ждал, когда я получу диплом. К столу, кстати, прилагался весьма неплохой по тем временам оклад. Важная штука, между прочим, для 1989 года!

Во-вторых, в институте была отличная команда КВН, клуб авторской песни, газета — то есть возможность заниматься творчеством. Ну и что еще важно

для московской семнадцатилетней дылды? Чтобы была хорошая материально-техническая база, чтобы близко было ездить... И чтобы мальчиков было побольше! Ну что? Теперь ведь логично?

И, в общем-то, у меня почти получилось. На младших курсах я постоянно находила компромисс между не очень интересной учебой и увлекательной общественной жизнью. Но рано или поздно профессиональные предметы стали забирать все больше времени и жизненных сил. И вот представьте: я учусь на третьем курсе, еду домой после седьмой пары, то есть около шести вечера. Три часа я чертила схему гидрометаллургического производства. Вам не надо знать, что это такое. Из восьми ватманских листов я начертила пока всего три и уже сыта этим по горло. Голова у меня слегка кружится. Руки покрыты до локтя какой-то коростой. Врачи говорят, мол, это аллергия на химикаты. А я что?

.....

Я еду домой и грущу от того,  
что пропустила уже четвертое  
занятие в клубе авторской песни,  
а КВНовская команда в этом сезоне  
играет без меня, потому что учеба заняла  
абсолютно всю мою жизнь.

.....

И никакого просвета нет. И вот в этот распрекрасный момент Провидение хватает меня за локоть рукой моей одноклассницы Оли Лякишевой.

— Танюха, это ты? Сто лет не виделись! Ты сейчас куда? Домой? А поехали со мной! На тренинг.

— А что такое тренинг? — спрашиваю я.

— Я не знаю, если честно... Моя сестра оплатила, заболела, послала меня вместо себя. Я идти не хочу, у меня другие планы. А у тебя на лице зеленом написано, что тебе необходимы приключения. Поэтому пойдешь ты!

Я пыталась что-то возразить, мол, у меня дела, коллоквиумы, чертежи и вообще... Но ноги сами идут за Олей, а слова, которые срываются с губ — одно сплошное согласие.

И вот я на тренинге. Это какой-то совершенно неведомый мне доселе вид жизни. На пределе искренности. Много людей. Динамика развития сюжета. Слезы и смех. Открытия и инсайты. А вот упражнение, которое так и называется «Чего ты хочешь?». Давай, пройдишь по всей своей жизни, ну? Чего тебе не хватает? Чего ты хочешь? Чего?

Погодите, погодите! Я знаю! Я ЗНАЮ!!!! Тренинги!!! Вот оно, то, чем я хочу и буду заниматься всю жизнь! Ведь здесь сошлись все мои критерии. Это и учительство, но без оценок, и режиссура, и тренерство, и чтение книг, и журналистика... все-все-все сошлось в этой профессии. Я просто не знала, что она существует. Тренер-психолог. Ее как будто создали для меня.

.....  
Так мне стало не все равно,  
куда идти.  
.....

Я начала добиваться того, чтобы меня взяли в команду. Ради этого я готова была делать любую работу. На мое счастье, в меня поверил и взял к себе в ассистенты (а значит, в обучение!) Валера Силин. Психолог от Бога, глубокий и деликатный, с внимательными серыми глазами и негромким голосом. Он проводил со мной серьезные беседы, казалось, вкладывал в меня всю душу. Тогда еще не было понятия «жесткий диск» — сейчас я бы сказала, что он перекачивал на мой «жесткий диск» весь свой профессиональный архив. А я была благодатной почвой.

Кстати, руки мои удивительным образом очистились от коросты, хотя химические эксперименты оставались теми же, сил прибавилось в разы, успевать я стала гораздо больше. Порывалась бросить институт, но взрослые товарищи-психологи советовали получить диплом, а потом уж поступать на второе высшее по психологии.

Валера же продолжал растить меня, ввел в круг своих коллег, учил работать, познакомил с нужными людьми, показал мудрость профессии, да и вообще увидел во мне тренера. С тех пор прошло двадцать семь лет, а мы успели с ним пообщаться всего полгода.

.....

До сих пор я вспоминаю его слова,  
причем смысл некоторых из них  
доходит до меня только  
сейчас.

.....