

УДК 65.011
ББК 65.290-2
Б12

Издано при содействии российской
платформы онлайн-рекрутинга hh.ru

Переводчик Диана Максимова
Редактор Вячеслав Ионов

Бакингом М.

Б12 Делаю, что хочу: Как понять, что ты любишь, и работать
в удовольствие / Маркус Бакингом ; Пер. с англ. — М. :
Альпина Паблишер, 2024. — 268 с.

ISBN 978-5-9614-8641-4

Любите ли вы свою работу? Если вы чувствуете, что попусту
растрчиваете свой потенциал, занимаясь не тем, к чему рас-
положены, вы не одиноки. Со школьной скамьи наша инди-
видуальность подавляется требованиями общества, а истинные
желания остаются неосуществленными. Поэтому чаще всего
мы даже не пытаемся узнать о себе правду: что мы действительно
любим, что придает нам сил, увлекает и вдохновляет. Маркус
Бакингом, всемирно известный бизнес-тренер, социолог и автор
множества бестселлеров, считает, что кратчайший, а может быть,
единственный путь к счастливой жизни — объединить любовь
и работу, научиться слушать свой внутренний голос и найти свое
призвание. Прочитав его книгу, вы научитесь выявлять свои
скрытые способности, находить радость в повседневной работе
и делиться вдохновением с окружающими. Если вы чувствуете,
что ваша жизнь не такая, какой вы бы ее хотели видеть, эта
книга поможет прислушаться к своему внутреннему голосу
и посвятить себя тому, что вы по-настоящему любите.

УДК 65.011
ББК 65.290-2

*Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы
то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в интернете
и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного ис-
пользования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации
доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу tylib@alpina.ru.*

© 2022 One Thing Productions, Inc.

© Издание на русском языке,
перевод, оформление.

ISBN 978-5-9614-8641-4 (рус.)
ISBN 978-1-6478-2123-4 (англ.)

ООО «Альпина Паблишер», 2024

Содержание

| | |
|----------------------------|----|
| Предисловие от hh.ru | 13 |
|----------------------------|----|

| | |
|--------------------|----|
| 1 Вступление | 17 |
|--------------------|----|

Часть первая

| | |
|----------------------------|----|
| Сигналы любви | 29 |
|----------------------------|----|

| | |
|-----------------------------|----|
| 2 Куда делась любовь? | 31 |
|-----------------------------|----|

Нашествие потерянных людей

| | |
|-----------------------------|----|
| 3 В вас есть сущность | 47 |
|-----------------------------|----|

(и это прекрасно)

| | |
|---------------------------|----|
| 4 Любовь и внимание | 59 |
|---------------------------|----|

Почему сестра Джорджа Клуни
не стала актрисой?

| | |
|-------------------|----|
| 5 Инстинкты | 67 |
|-------------------|----|

Стану ли я королем?

| | |
|---------------|----|
| 6 Поток | 73 |
|---------------|----|

Отыщите свою красную нить

| | |
|-----------------------|----|
| 7 Как по щелчку | 83 |
|-----------------------|----|

Доктор Дон — открыватель сильных сторон

| | |
|--------------------------------|----|
| 8 Любовь живет в деталях | 89 |
|--------------------------------|----|

Играет ли роль...

Часть вторая

Семь воплощений дьявола, которые встретятся вам на пути, и как с ними справиться.....99

- 9 Групповое мышление103
Ваша идентичность не определяется
местом рождения
- 10 Проклятие совершенства111
Ваши сильные стороны — это не то,
в чем вы хороши
- 11 Ложный инстинкт115
Что на самом деле происходит в той комнате?
- 12 Обратная связь121
Чужими советами вымощена дорога в ад
- 13 Борьба со страхом127
Полюбите свои страхи
- 14 «Оцените меня, ну оцените»133
Сравнивая, вы исчезаете
- 15 Просто смиришься145
Любовь — это не роскошь

Часть третья

Любовь + работа в реальной жизни153

- 16 Я замечаю тебя, я люблю тебя157
Любовь + работа в отношениях
- 17 В поисках любви171
Любовь + карьера
- 18 Любовь на рабочем месте195
Любовь + работа: как стать лидером

| | | |
|-----------|---|------------|
| 19 | Любовь и учеба | 219 |
| | Почему любви нет, и как вернуть ее | |
| 20 | Ваши дети не ваши | 247 |
| | То, чему, надеюсь, вы научились у родителей | |
| | Эпилог: а теперь дело за вами | 257 |
| | Благодарности | 263 |
| | Об авторе | 265 |
| | Источники | 266 |