

# ЖИЗНЬ КАК КОН- СТРУК- ТОР

Выдели главное, убери лишнее  
и создай жизнь,  
которая тебя вдохновляет

АЙШЕ БЕРСЕЛ

Эта книга принадлежит

---

Контакты владельца

---

DESIGN  
the  
LIFE  
YOU  
LOVE  
by ayse birsel

a step-by-step guide  
to building a meaningful future

  
TEN SPEED PRESS  
BERKELEY

УДК 159.923.2

ББК 88.613

Б51

На русском языке публикуется впервые  
Издано с разрешения The Crown Publishing Group,  
a division of Penguin Random House  
и Synopsis Literary Agency  
Перевод с английского Сергея Филина

**Берсел, Айше**

**Б51** Жизнь как конструктор. Выдели главное, убери лишнее и создай жизнь, которая тебя вдохновляет / Айше Берсел : пер. с англ. Сергея Филина. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2016.

ISBN 978-5-00100-184-3

Жизнь, как и задача дизайнера, полна ограничений: время, деньги, возраст, место и обстоятельства. Вы не можете получить все и сразу, так что придется использовать творческий подход, чтобы обрести то, что вы хотите, и то, что вам действительно важно. Эта книга для всех, кто считает жизнь своим самым главным творческим проектом. Не обязательно быть дизайнером и вообще творческим человеком. Достаточно лишь желания изменить свою жизнь и научиться мыслить как дизайнер. И вы станете дизайнером той жизни, которую любите.

УДК 159.923.2

ББК 88.613

Все права защищены.

Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав. Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс».

**VEGAS LEX**

ISBN 978-5-00100-184-3

Copyright © 2015 by Ayse Birsell  
This translation published by arrangement with  
TenSpeed Press, an imprint of the Crown Publishing  
Group, a division of Penguin Random House LLC  
© Перевод на русский язык, издание на русском языке,  
оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2016

создавайте свою жизнь сами!



срастё

# СОДЕРЖАНИЕ

- 9 Дорогой читатель
- 10 О книге «Жизнь как конструктор»
- 12 История книги
- 16 Что это за книга?
- 18 Как пользоваться книгой
- 20 Почему дизайн?
- 22 Думайте как дизайнер
- 24 Мой процесс
- 26 Из промышленного дизайна
- 36 Пора начинать
- 38 Что будем делать?

## 00. РАЗОГРЕВ

- 42 Разогрейтесь!
- 54 Конструирование жизни — как варка супа

## 01. ДЕКОНСТРУКЦИЯ

- 68 Деконструируйте!
- 80 Четыре квадрата



## 02. ТОЧКА ЗРЕНИЯ

- 102 Герои как источник вдохновения
- 116 Метафоры
- 138 Проведем инвентаризацию





= уникальность

### 03. РЕКОНСТРУКЦИЯ

- 152 Реконструируйтел
- 158 Четыре квадранта

### 04. ВЫРАЖЕНИЕ

- 172 Карта видения
- 178 Письмо о видении
- 184 Список дел
- 188 Манифест
- 194 Стихотворение



### НОВАЯ ЖИЗНЬ

- 202 Вспомним все шаги...
- 204 Живите жизнью, которую любите
- 210 Дизайн жизни — процесс непрерывный
- 212 Цель

### КОНЕЦ — ЭТО ТОЛЬКО НАЧАЛО

- 218 Шаблоны
- 250 Список литературы
- 252 Об авторе
- 254 Благодарности



Любой дизайн требует смелости и готовности рисковать. Ведь вы создаете что-то новое и оригинальное. И если вы читаете эту книгу, вы смелый человек!

Дорогой читатель,

## ВЫ СМЕЛЫЙ ЧЕЛОВЕК!

Если вы читаете эту книгу — значит, хотите стать дизайнером своей жизни. Вы стремитесь размышлять о ней стратегически и творчески ее менять.

Эта книга для всех, кто, как и я, считает жизнь своим самым важным творческим проектом. Не обязательно иметь опыт работы дизайнером и вообще творческий опыт. Достаточно желания изменить свою точку зрения на жизнь и научиться мыслить как дизайнер.

Создавайте свою жизнь сами!

## О КНИГЕ «ЖИЗНЬ КАК КОНСТРУКТОР»

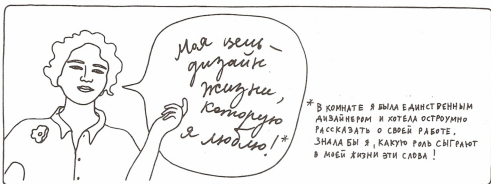
Эта книга начиналась как эксперимент. Я только что закончила описывать на бумаге свой творческий процесс для сотрудников и клиентов нашей нью-йоркской студии дизайна Birsel + Seck, которой мы руководим вместе с моим мужем Биби Секком. И мне понадобился тестовый проект. А что может быть лучше, чем моя жизнь, которую я считаю своим самым серьезным проектом?

Я поделилась с друзьями своими заметками, а они помогли мне их скорректировать и вселили уверенность, необходимую для движения вперед. С этого все и началось. А закончилось книгой, которую вы сейчас держите в руках!



Эта книга — симбиоз моего творческого процесса деконструкции/реконструкции и главного проекта — собственной жизни.

# История Книжки





ГРЯНУ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ  
КРИЗИС. И У НАС ВДРУГ  
ПОЯВИЛАСЬ УЙМА ВРЕМЕНИ.



Жизнь — как  
наблюдаешь свой  
творческий  
процесс.

ЛИН ПРЕДЛОЖИЛА МНЕ ОПИСАТЬ, КАК Я ПРИДУМЫВАЮ ДИЗАЙН.  
Я ТАК И СДЕЛАЛА!



Я НАЗВАЛА ЭТОТ ПРОЦЕСС «ДЕКОНСТРУКЦИЯ/РЕКОНСТРУКЦИЯ».



ПРОЦЕСС ЕСТЬ, ОСТАЛОСЬ НАЙТИ  
ПРОЕКТ. МОЙ ГЛАВНЫЙ ПРОЕКТ —  
МОЯ ЖИЗНЬ. МОЖНО ЛИ ПРИМЕНИТЬ  
ЭТОТ ПРОЦЕСС К НЕЙ?



ПЕРВЫЙ СЕМИНАР Я ПРОВЕЛА В 2010 ГОДУ. И МНОГИХ ПРИВЛЕК ТВОРЧЕСКИЙ  
И ОПТИМИСТИЧНЫЙ ПОДХОД К ИЗМЕНЕНИЮ СВОЕЙ ЖИЗНИ!

В начале работы над книгой я получила сообщение от друга и наставника Ральфа Каплана, автора бестселлера «С помощью дизайна».

«Дорогая Айше, в жизни не бывает «дизайна». Есть только «редизайн».

Ральф сильно повлиял на мою жизнь с первого дня нашего знакомства (мне тогда было двадцать четыре). Его слова показались мне очень верными. Да, придется перекраивать свою жизнь. Правда, теперь у вас будет понимание всего процесса и необходимые инструменты.



РАЛЬФ КАПЛАН

## ЧТО ЭТО ЗА КНИГА?

Это интерактивное учебное пособие. Тут можно делать заметки, вставлять изображения, рисовать, раскрашивать, если хочется... Возвращайтесь к нему всякий раз, когда столкнетесь с проблемой, которую нужно решить, или когда понадобится освежить в памяти шаги по конструированию новой жизни.

Это эволюционный процесс. Практика облегчает задачу, причем вам придется приспосабливать к изменениям свою жизнь, ее успехи и неудачи.

Но я бы не стала называть книгу учебником. Это сборник игр. Книга, которая помогает размышлять, играя!

# ИГРАЙТЕ!



Этот кролик будет напоминать вам: «Играйте!» Желание поиграть отлично сочетается с дизайном: во время игры вы не боитесь совершить ошибку или потерпеть неудачу. Как в детстве.

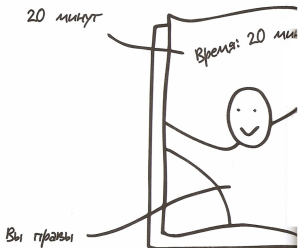
## КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ КНИГОЙ

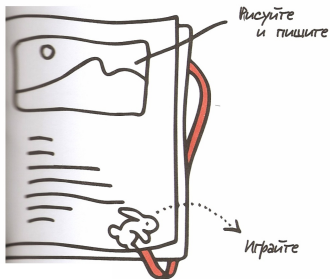
### 20 минут

Занимайтесь 20 минут, потом делайте перерыв. Продолжите позже или завтра.

### Вы правы

Нет ответов правильных и неправильных, есть только ваши.





### Рисуйте и пишите

Рисуйте и пишите.

Не старайтесь стать  
Пикассо, просто рисуйте.

### Играйте

Создавая дизайн, не прекращайте  
играть. Как ребенок!

Не забывайте об этом. А кролик,  
если что, напомнит!

## ПОЧЕМУ ДИЗАЙН?

Создавая дизайн, нужно понимать ограничения и находить лучшее решение с их учетом. Жизнь, как и задачи дизайнера, полна ограничений: время, деньги, возраст, место, обстоятельства и т. д. Вы не можете получить все. А если хотите большего, придется использовать творческий подход. Он требует дизайнерского мышления.

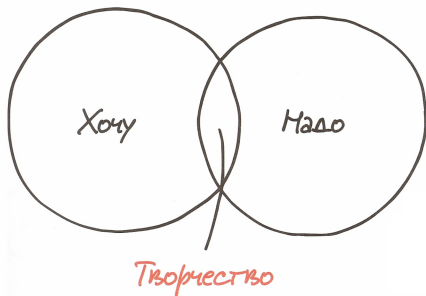
## ДУМАЙТЕ КАК ДИЗАЙНЕР

Вот что значит думать как дизайнер:

- мыслить позитивно;
- ставить себя на место других и смотреть на мир с их точки зрения;
- видеть общую картину;
- сотрудничать с другими — это дает новые идеи;
- и, главное, всегда спрашивать себя «что если...» и серьезно относиться к ответам.

Выстраивая свою жизнь, помните, что нужно думать целостно, сотрудничать, быть оптимистичным и отзывчивым.

И спрашивайте себя: что если я это сделаю?



Порой «хочу» и «надо» — вещи прямо противоположные (например, вы хотите в отпуск, а надо зарабатывать...). Творческий подход — умение совместить эти противоположности (например, зарабатывать во время отпуска).

## ДУМАЙТЕ КАК ДИЗАЙНЕР

Вот что значит думать как дизайнер:

- мыслить позитивно;
- ставить себя на место других и смотреть на мир с их точки зрения;
- видеть общую картину;
- сотрудничать с другими — это дает новые идеи;
- и, главное, всегда спрашивать себя «что если...» и серьезно относиться к ответам.

Выстраивая свою жизнь, помните, что нужно думать целостно, сотрудничать, быть оптимистичным и отзывчивым.

И спрашивайте себя: что если я это сделаю?