

Alive! ³⁶⁵

Alive!

365

**Найди свой голос. Расскажи свою историю.
Начни жить свою лучшую жизнь.**

МЭРИ ЭЛИС АРТУР

Foreword by Juanita Brown

 **FIRELIGHT**
PUBLICATIONS

A photograph showing a group of people's hands holding a large, glowing red heart shape in the center. The hands are arranged in a circle, with some holding the heart from the sides and others from the bottom. The background is dark, making the red heart stand out prominently. The overall mood is one of unity and care.

**Здоровье и уверенность сообщества
проявляется в историях, которые
рассказывают люди. Нездоровые
истории могут заразить всю нацию.**

Без историй мы бы сошли с ума.

**Не было бы больше причалов и
ориентиров...**

Истории могут побороть страх.

Они могут расширить ваше сердце.

БЕН ОКРИ

Проверка состояния здоровья через историю



Подумайте...

Проверьте уровень благополучия через истории, которые услышали за эту неделю

Вспомните те истории, которые вам удалось услышать на прошлой неделе - какие из них отражали здоровую ситуацию? Что в этих историях указывало на то, как люди оценивают свое положение - благополучно или нет? Особенно обратите внимание на то, какими историями делятся люди там, где вы живете или работаете. Насколько эти истории «полезны» для выстраивания связей или уважения между людьми? Какую историю вы могли бы добавить, чтобы повысить общий уровень «здоровья» и благополучия сообщества?

Следить за здоровьем и изучать его параметры – занятие интересное. С точки зрения тела, жизненная сила организма является индикатором здоровья человека. Чтобы жизнеспособность организма была высокой, должны хорошо функционировать все части тела - как вместе, так и по отдельности. На какое-то время одни части организма могут замещать другие, но в долгосрочной перспективе это приводит к изнашиванию всей системы.

С точки зрения пермакультуры, индикаторы здоровой экосистемы надо искать на ее приграничных территориях: чем разнообразнее культуры на границе между зонами, тем здоровее экосистема. Естественная экосистема с более широким видовым составом в пограничных зонах также более устойчива.

С точки зрения человечества, истории выступают индикатором здоровья и жизнеспособности социальных систем. Чаще всего истории исходят из чего - нехватки, подозрения, контроля или страха? Или это истории о возможностях, попытках, надеждах

Истории -
индикаторы
здоровья и
жизнеспособности
социальных систем.
Вы — Археолог
историй

всеобщего принятия и участия? Сколько положительных и сколько отрицательных историй? Какие темы поднимаются? Какие люди упоминаются в рассказах? Кто рассказывает истории? Как? Где? Чьи истории рассказывают, а чьи слушают? Как появляются (или нет) группы людей, и что самые распространенные истории хотят, чтобы мы знали о них? Например, в вашей социальной группе - кто-то уже отделился? Какая история возникает в отношении такого человека в его присутствии или в отсутствие?



Представьте, что вы археолог историй. Представьте, что вам нужно стать частью нового сообщества и понять, как там все устроено. Внимательно вслушивайтесь в истории, которые рассказывают вокруг вас: в офисе, на совещании, в банке, рядом с домом, в кафе, за ужином. Что вы слышите? Какие истории люди рассказывают? Есть ли общая линия или тема? Одни истории порождают другие, поэтому посмотрите, сможете ли вы проследить за темой, пока истории передается от одного человека к другому. Что вы в целом чувствуете - какими историями наполнено то место, где вы сейчас находитесь?

Поразмышляйте. Вспомните истории, которые вы услышали на этой неделе:

Кто рассказывал истории в ваших группах? Чьи истории слушали, а чьи нет? Чьи истории казались более значимыми или важными? Почему?

Какие истории вы услышали? Делились ли в них опытом? Отстаивали ли точку зрения? Отдавали ли распоряжения? Принимали или отвергали что-то?

Как эти истории рассказывались? В неформальной обстановке? В виде презентации? В электронном виде? Один рассказчик и много слушателей, групповое обсуждение? Как влиял такой формат рассказа? Так как истории являются отражением культуры, с какой(ими) культурой(ами) вы столкнулись?

Отметьте в своих записях, какое влияние оказало на вас данное исследование, и какие выводы вы сделали.



Внимательно посмотрите...

Образы и истории тесно связаны друг с другом. В западной культуре, где большую роль играет Интернет, изображение, картинка занимает все больше места. Говорят, что лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать, но изображение становится хранилищем историй, объектом куда мы их помещаем. Картинка - это также тщательно отобранная часть реальности.

Поразмышляйте немного о смене образов, изображений вокруг известных людей на протяжении истории. Во времена президента Кеннеди в начале 1960-х годов толпы людей приходили посмотреть на него самого и на других знаменитостей, люди хотели получить автографы и затем часто их показывали. Несколько десятилетий спустя люди хотели фотографировать своих кумиров, а красные ковровые дорожки были залиты светом от вспышек камер. Сегодня самой распространенной формой изображений в Интернете является селфи.⁵ Что это говорит нам о том, как менялась наша сюжетная линия? Что это говорит о нашем личном и социальном здоровье?

Изображения используются для того, чтобы пробуждать чувства и вызывать эмоции. С какими сильными образами вы встречались в последнее время, и какие истории они в вас пробуждают?



Вот моя история

Истории захватили меня с того самого момента, когда я впервые увидела книгу. Я была тем ребенком, который продолжал читать, когда уже выключили свет, и по дороге в школу я читала две книги одновременно (к счастью, я росла в районе с ровным ландшафтом!). Теперь, оглядываясь назад, я понимаю, что мои первые путешествия были путешествиями воображения. Во время школьных каникул вся семья садилась в машину и отправлялась в путь, а я была очень рада путешествию. Вскоре мне исполнилось семнадцать. Я уехала по программе обмена студентами, и это было мое первое знакомство с огромным миром.

К девятнадцати годам я уже достаточно свободно владела другим языком, чтобы учиться за рубежом и работать переводчиком. Через этот опыт я «кожей прочувствовала» всю силу языка. Все совпало для того, чтобы возникла любовь к удивлению, подкрепленная удовольствием от странствий - идеальные свойства рассказчика и самопровозглашенного гражданина мира.

Работа в международной студенческой организации во время учебы в университете научила меня силе страсти и той силе, которая появляется при работе в условиях многообразия. Я узнала о захватывающей природе цели, важности искры видения и силе сплоченной практики. Я начала думать - и работать - по всему миру.

Я всерьез заболела историями, когда жила в Новой Зеландии. Это случилось в 1992 г. на первом международном фестивале сторителлинга «Glistening Waters». Именно тогда я впервые увидела настоящую силу сторителлинга. Я начала постоянно ходить в библиотеку и собирать как можно больше историй. Я до сих пор помню, как другая рассказчица сказала мне, что рассказывает истории, которые «ложатся на ее язык». И я тогда поняла, насколько это был точный инструмент подбора историй для рассказа. Я сама выступала с рассказами, но вскоре я поняла, что хочу больше слушать других, чем себя. Казалось, в рассказывании историй и работе с ними было что-то очень важное. Именно поэтому несколько лет спустя я стала участницей первого слета практиков организационного сторителлинга.

Параллельно я оттачивала свои навыки фасилитатора, работая со всеми подряд: от казначейства и государственных структур до волонтерских организаций. Я объединяла команды, помогала группам выстраивать стратегию, и даже фасилитировала успешное слияние в сфере телекоммуникаций. В 2007 г. я узнала о сообществе «Искусства создания пространства обсуждений» (Art of Hosting)

и стала более активно интегрировать мою работу практикующего специалиста. Потом я встретила с футурологом, который рассказал мне о том, что основным трендом станет использование сторителлинга в лидерской практике («leader as storyteller»). И я начала мечтать о том дне, когда смогу объединить работу и мою любовь к историям.

Однажды я смотрела короткое интервью с новозеландским актером Клиффом Кертисом, где он говорил о том, что хорошая история побуждает к действию, рвению, стремлению сделать что-то. «Вот оно! - подумала я. - Я - Активист историй!». С того момента я иду по пути открытий и изучению, как история и пространство обсуждений вместе пробуждают изменения, создают захватывающие истории и объединяют людей в их деятельности.

После почти 30 лет работы в Новой Зеландии я провела около 5 лет в разъездах без определенного места жительства. Я называла себя «осознанным кочевником» и я решила перемещаться от одних людей к другим, из одного места в другое, чтобы стать их частью и вдохнуть в них новую жизнь. Я находила истории в одном месте и увозила в другое, где они были нужны. Это была замечательная тренировка «ловца историй» (StoryCatcher) и мастера сторителлинга.



Жизнь - это истории, которые мы рассказываем и как мы их оживляем.

Затем я присоединилась к команде StoryWork с передовыми навыками использования принципов практики участия (participatory practice), чтобы помочь группам стать высокоэффективными сообществами, способными действовать, совместно создавать захватывающую историю и уже из нее - мудрые последовательные действия. Будучи международным организатором сети «Искусства создания пространства обсуждений» (Art of Hosting), я обучаю навыкам StoryWork и практике совместной деятельности, а также организовываю совместные встречи по всему миру.

Сторителлинг всегда был искусством и навыком, которые живут в пространстве личного общения и передаются от сердца к сердцу, и поэтому я невероятно счастлива, что сторителлинг также прекрасно живет и онлайн, сближая нас независимо от того, где мы реально находимся.

Немного серьезного контента

Мэри Элис Артур - Активист Историй (Story Activist), использует историю для создания положительного системного сдвига и для применения коллективного разума в решении важнейших вопросов нашего времени. Ее искусство заключается в создании смелых и трансформирующих пространств, где люди могут найти свои самые захватывающие истории и создать практики для их воплощения. Присоединяясь к StoryWork и практике участия, люди совместно могут принять более мудрые решения. Мэри Элис Артур является востребованным консультантом процесса и желанным участником мероприятия. В своей работе с клиентами и в коучинге она обучает людей развивать навыки и осваивать практику вовлечения людей в передовые обсуждения вопросов силы и потенциала в современном мире.

Connect with Mary Alice

Web: www.getsoaring.com Explore the website and see other offerings and products that can help you take this work deeper. Subscribe to my newsletter and get the latest information on story and how you can expand your skills.

LinkedIn: www.linkedin.com/in/mary-alice-arthur/

Twitter: @StoryActivist

Facebook: <https://www.facebook.com/getsoaring>

Instagram: <http://instagram.com/maryalicearthur>

365 ALIVE! Resource

Visit www.365alive.org and find additional resources to support your story journey, including the 365 ALIVE! card deck, opportunities to meet with the 365 ALIVE! Community and more.