

1573046

Джессика Пан

*Извините, я опоздала.  
На самом деле  
я не хотела приходить.*



История интроверта,  
который рискнул выйти наружу



У некоторых вся жизнь будто бы складывается из случайностей. Они находят работу мечты, заговорив с кем-то в парке. Встречают любовь, стоя в очереди в кафе. Они получают новые впечатления, рискуют и налаживают связи просто потому, что любят разговаривать и слушать тех, с кем знакомятся. Они не убегают от людей на полной скорости и, кажется, действительно живут той жизнью, за которой многие другие наблюдают лишь со стороны. Однажды Джессика Пан - интроверт с детства принимает решение побороть свой страх общения с посторонними людьми и попробовать себя в роли экстраверта, которому все удастся. Эксперимент длится год и изменяет ее до неузнаваемости.



# Содержание

|   |     |
|---|-----|
| От автора   | 5   |
| Введение  | 6   |
| История про сауну, или Нижний предел                          | 16  |
| Разговоры с незнакомцами, или Новые люди                      | 32  |
| Страх сцены, или В свете софитов                              | 75  |
| Проблемы с сердцем: интерлюдия из реальной жизни              | 116 |
| В поисках той самой, или Дружеские свидания                   | 133 |
| Управление толпой, или Нетворкинг                             | 173 |
| Свадьба в Германии: интерлюдия из реальной жизни              | 204 |
| Свободное падение, или Импровизация                           | 217 |
| Эверест, или Стендап-комедия                                  | 243 |
| Разговоры с мужчинами: интерлюдия из реальной жизни           | 282 |
| Ла-Ла Ленд, или Путешествия в одиночку                        | 302 |
| Шотландское мужество, или Стендап-комедия, раунд II           | 340 |
| Чем дальше в лес... Интроверсии: интерлюдия из реальной жизни | 349 |
| Искупление, или Стендап-комедия, раунд III                    | 367 |
| Званный ужин, или Вечеринка                                   | 379 |
| Интроверт. Экстраверт. Превращение?                           | 407 |

Об интроверсии  
Примечания

418  
420