

О Г Л А В Л Е Н И Е

ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ	9
УРОК 1	
ВСЕ ВОКРУГ ВЗРОСЛЫЕ, А Я НЕТ	15
УРОК 2	
РАБОТА – НЕ ВОЛК.....	29
УРОК 3	
БЕЗОТВЕТСТВЕННАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ	41
УРОК 4	
РАЗБИТОЕ СЕРДЦЕ ВСЕГДА ИСЦЕЛЯЕТСЯ.....	57
УРОК 5	
И СНОВА НЕМНОГО О СОБСТВЕННОМ ДОМЕ И УЮТЕ В НЕМ.....	73
УРОК 6	
МИР ДЕТЕЙ ВАЖНЕЕ МИРА ВЗРОСЛЫХ.....	85
УРОК 7	
ПОЛЕЗНОЕ БЕЗДЕЛЬЕ	97

УРОК 8

ОШИБАТЬСЯ – ЭТО НЕ СТРАШНО, А ДАЖЕ
ХОРОШО 109

УРОК 9

МИР ВСЕГДА ОДИНАКОВ, МЕНЯЕТЕСЬ
ТОЛЬКО ВЫ 121

УРОК 10

НАСТОЯЩИЙ ДРУГ НУЖЕН В ЛЮБОМ
ВОЗРАСТЕ 135

УРОК 11

ВАШИ РОДНЫЕ НЕ БУДУТ ЖИТЬ ВЕЧНО 147

УРОК 12

МИНИМАЛИЗМ – ЭТО ВЫГОДНО И ПРАКТИЧНО 161

УРОК 13

УДАЧНЫЙ НЕУДАЧНИК..... 175

УРОК 14

ОТДАВАЙ, ЧТОБЫ ПОЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ
ЛУЧШЕ 191

УРОК 15

ЛАМПОЧКА В ВАШЕЙ ГОЛОВЕ..... 201

УРОК 16

НА ОДИН ВОЛОСОК ОТ БЕДЫ 213

УРОК 17

НЕ ПЫТАЙТЕСЬ ИСПРАВИТЬ ЭТОТ
НЕПРАВИЛЬНЫЙ МИР 229

УРОК 18

ВОСКРЕСИТЕ СВОЕ ВООБРАЖЕНИЕ 243

УРОК 19

ВЗРОСЛЫЕ ЛЮДИ ВСЕГДА УСТАВШИЕ 257

УРОК 20

ОТКАЖИТЕСЬ ОТ МНОГОЗАДАЧНОСТИ 277

ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ 293



ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

Каждый ребенок больше всего на свете мечтает стать взрослым и поскорее вырасти. Кажется, что лучше этого и быть ничего не может. Когда вы превращаетесь в важного мужчину или почтенную женщину, то можете есть сколько угодно шоколада, смотреть любимые сериалы до рассвета и даже не чистить зубы перед сном.

Для любого ребенка взрослая жизнь — это предел фантазий и рай на земле. Но что становится с нами, когда мы все же вырастаем? И куда пропадает то жизнерадостное, открытое и светлое существо, которое прежде обитало у нас в душе?

Почему взрослые люди по большей части — это несчастные, постоянно куда-то спешащие и бегущие тени? И почему

единственное, что на самом деле их заботит, — это унылый дом, в котором они живут или ужасно скучная работа, на которую они вынуждены ездить каждый день с толпой таких же серых теней?

Как выходит так, что взросление не делает нас лучше? Ведь зачастую мы, обретая ценный жизненный опыт и накапливая житейскую мудрость, расплачиваемся за это собственным счастьем, своей душевной легкостью и внутренней чистотой. Сердечной девственностью, в конце концов.

Согласно скучнейшей статистике и данным современных специалистов, подавляющее число взрослых людей во всем мире считают себя несчастными. Причем совершенно не имеет значения, сколько у них денег на банковском счете и квадратных метров числится в ежемесячных квитанциях. И богатые, и бедные могут чувствовать себя безрадостно и впадать в депрессию. И даже наличие счастливой, на первый взгляд, семейной жизни — это отнюдь не гарантия внутренней эйфории...

Выходит, радость в этой жизни куда-то пропадает по мере того, как мы с вами начинаем взрослеть. Но куда же она девается? И почему эти кошмарные вещи вообще происходят? Как вернуть себе того беззаботного, веселого ребенка, которым вы были когда-то? И возможно ли это вообще?..

Это пособие не просто заставит вас перестать быть слишком взрослым. Оно покажет вам, что взросление — это совсем не обязательно что-то скучное, посредственное и неинтересное. *Эта книга научит вас сохранять внутри собственной души волшебное, светлое дитя, бережно оберегая его.* Для того, чтобы вы больше никогда не чувствовали себя одиноким, чтобы этот большой и красочный мир вновь повернулся к вам лицом.

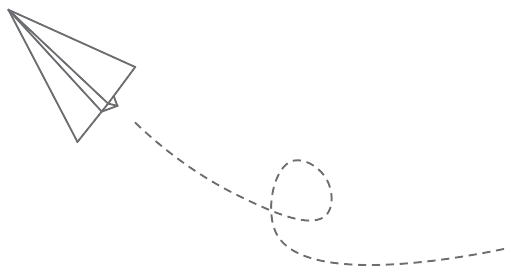
Самое главное — это не перегибать с серьезностью. Как часто все мы, взрослые, бросаемся в омут с головой, всецело растворяясь в будничных заботах, бесконечных проблемах и чередующихся неудачах... Вместо того, чтобы призвать на

помощь себя самого из далекого, несправедливо забытого прошлого.

И если вам все еще кажется, что это никак не сумеет вернуть счастье, то просто задайте себе один простой вопрос. Спросите у себя, как часто в детстве вы переживали из-за тех вещей, которые отравляют существование сейчас?

Сколько раз вас волновал курс доллара или очередное повышение цен в супермаркете? Могли вы всерьез огорчиться в свои одиннадцать лет из-за того, что у взрослого соседа с усами появилась новая машина? И когда вы подумаете над этим, то поймете, как сильно вы изменились с тех пор.





**У ДЕТЕЙ НЕТ
НИ ПРОШЛОГО,
НИ БУДУЩЕГО.
ЗАТО В ОТЛИЧИЕ
ОТ НАС, ВЗРОСЛЫХ,
ОНИ УМЕЮТ
ПОЛЬЗОВАТЬСЯ
НАСТОЯЩИМ.**

Жан де Лаблюйер



УРОК 1

ВСЕ ВОКРУГ ВЗРОСЛЫЕ, А Я НЕТ

Для начала давайте познакомимся. Меня зовут Кара. Мне скоро исполнится 31 год и у меня трое детей. До недавнего времени я наивно полагала, что обязана с каждым годом становиться все взрослее. Все скучнее. Отбрасывать прочь все те глупые вещи, которые совсем не соответствуют образу глубокомысленного, умудренного опытом человека.

Я убеждала себя, что с каждым новым прожитым годом я должна проводить некую отчетность для себя. Например, есть ли мне чем похвалиться перед своими сверстниками? Добилась ли я чего-то

большого за эти месяцы или же осталась топтаться на прежнем месте?

Я размышляла обо всех этих вещах, тоскливо провожая взглядом беспечных подростков, которым нет никакого дела до того, кем являются их друзья. Потому что дети по своей натуре очень простые. И если вы им нравитесь, они примут вас любимым. И уж точно никогда не станут сравнивать с кем-нибудь, кто отличается большим умом, от природы более красив или просто очень удачлив. Потому что они осознают, насколько это глупо. Потому что вы — это вы, а не кто-то другой.

Мир взрослых людей устроен совершенно иначе. И здесь действуют свои странные, жестокие и часто даже абсурдные законы. Например, никого не будет волновать то, что вы отличаетесь от массы какими-то индивидуальными особенностями. У общества есть свои непоколебимые, классические устои и даже нормативные догмы:

- Ты должен стремиться к совершенству;
- Совершенствование — это когда ты превосходишь остальных.

А еще вы являетесь неполноценным и ущербным, если не задаетесь вопросом расширения жилья и бесконечной смены автомобилей. Потому что вся ваша жизнь должна сводиться именно к этому. Не имеет значения, что на самом деле приносит вам счастье. И даже если вы ощущаете душевный комфорт и наслаждаетесь жизнью, коротая дни на старом пыльном чердаке, собирая фигурки фарфоровых голубей, *Общество Взрослых Людей* попытается сделать все возможное для того, чтобы сломать вас.

Да, оно — ОВЛ. Это настоящее порождение ада, которое непрерывно выискивает для себя новых жертв. И если вы не охвачены агонией потребительства, как большая часть населения планеты, которым давно перевалило за двадцать, то рискуете пасть добычей этого доисторического культа.

Ни один уважающий себя взрослый человек и дня не протянет без мысли о том, чего он еще не успел достичь в этой жизни. Или о том, что он не достиг пока еще

вообще ничего. Причем в опасности находятся все, даже те, кто по счастливой случайности добился таких высот, о которых многие и мечтать не смели.

И это еще хуже. Потому что члены ОВЛ не представляют себе, что делать после этого. Если вы взлетели под самый потолок и осознаете, что двигаться больше некуда, то на смену короткой эйфории приходит настоящее отчаяние. Больше не к чему идти. Выше этой точки просто ничего не существует. И что теперь?

А ничего. Потому что в конце концов, имея на руках все, к чему вы когда-либо стремились, поймете, что это вам было не нужно. Но хуже всего то, что вы просто автоматически выходите из игры. Ведь вы достигли финиша. И все, что остается,— это топтаться на одной этой точке до конца своих дней или же медленно скатываться по наклонной.

ОВЛ настойчиво убеждает нас, что самое главное в жизни—это постоянная борьба за все те вещи и барахло, которые нам не нужны. Но они умалчивают о том,

что, даже достигнув вершины, вы не обретете счастья. Потому что настоящее счастье у каждого свое и универсального рецепта просто не существует.

ОТМЕТИТЬ
ВАЖНУЮ
МЫСЛЬ

**НИ ОДИН УВАЖАЮЩИЙ СЕБЯ ВЗРОСЛЫЙ
ЧЕЛОВЕК И ДНЯ НЕ ПРОТЯНЕТ БЕЗ МЫСЛИ
О ТОМ, ЧЕГО ОН ЕЩЕ НЕ УСПЕЛ ДОСТИЧЬ
В ЭТОЙ ЖИЗНИ.**

Поэтому, если больше всего на свете вы жаждете собрать огромную коллекцию фарфоровых голубей на своем чердаке, не слушайте тех, кто будет уверять вас в том, что вы напрасно растрчиваете свои годы. Пусть другие разлагаются в тайном обществе серых людей, вторя их иллюзорным идеалам. Пусть кто-то другой платит за ошибочный путь своей душевной чистотой и детской беспечностью. Мысленно пожалейте тех, кого сожрали бешеные шестеренки взрослой жизни и ступайте дальше своей дорогой...

Наверное, этот нездоровый тлен ОВЛ я впервые по-настоящему ощутила после

того, как покинула свою прежнюю, маленькую, но уютную квартиру в старой девятиэтажке. Мы с мужем и детьми переехали в новые апартаменты, практически в два раза больше прежних. Здесь все было новым: обои и мебель, подъезд и ремонт, соседи и улица.

Я смиренно копошилась во Всемирной Паутине, подыскивая мебель, декор и краску для стен. И ощущала себя полностью несчастной. В новом доме все было новым. Но только спустя время я поняла, что ненавижу все новое. Я покупаю одежду в стоках и секонд-хендах потому, что считаю это правильным и единственно верным для себя. И покупка старых, поношенных джинсов, которые до меня носил кто-то на другом конце планеты, значит для меня куда больше, чем приобретение нового компьютера. Потому что я такой человек. Мне не нужны были новые соседи или новый дом. Потому что я чувствую себя хорошо там, где много ветхого, в воздухе витает дух прежних десятилетий...

Именно на этом этапе своей жизни я осознала, что больше не могу играть по правилам ОВЛ. Потому что чужие идеалы и стремления мне просто не нужны.



Тогда я принялась натужно размышлять о том, как мне сделать свое жилище хотя бы сколь бы то ни было уютнее. Для себя. Только для себя. Не для того, чтобы оно показалось красивым кому-то другому. И не для того, чтобы соблюсти какие-то странные и абсурдные догмы взрослого мира.

Например, взрослые всегда стремятся поставить кровать в центр комнаты. Чтобы она стояла там, преграждая путь и мешая передвигаться по квартире. Странно, но в большей части дизайн-проектов, которые я пролистывала на виртуальных порталах, я видела лишь это решение. И никому не приходило в голову, что стоит сдвинуть кровать хотя бы

немного в сторону, чтобы комната стала визуально больше.

А что, если мне захочется танцевать по вечерам в своей спальне? Или, скажем, поиграть на полу в настольные игры? Или просто развалиться на прикроватном ковре и полежать, глядя в потолок? Конечно, многие скажут, что это бред. *Лежать ведь можно на кровати, а играть — за столом.* Только много ли детей играют за столами и лежат исключительно на своей постели?

Тогда было решено освободить как можно больше свободного пространства. Задышаться во взрослой квартире я больше не могла. Кровать в спальне встала под окно. Мало того что ассиметрично по отношению к стене, так еще и ногами к двери. Да еще и без ножек. Потому что ножки у новой деревянной кровати я заставила мужа отпилить... Да, я знаю, как это выглядит со стороны. Но почему я не могу спать практически на полу, если мне этого хочется?

Представляю, какой шок мои перестановки вызвали бы, например, у моей ба-

бушки. Большая часть квартиры у нее завалена всевозможным хламом, место которому давно на помойке. Но она зачем-то хранит все это у себя дома, организовав кошмарный музей. И пусть я люблю старые вещи, но в доме не должно быть ничего лишнего. По крайней мере, из мебели.

Это ведь сугубо взрослая черта — накупить бесконечное число комодов, навесить сто тысяч полочек и заставить все углы в жилище шкапами. Взрослым нужно очень много места для хранения. Это я усвоила еще на момент покупки новой квартиры. Чем больше места для хранения — тем лучше. Но что же ОВЛ хранит во всех этих бескрайних шкафах, тумбочках и комодах? На самом деле члены ОВЛ собирают у себя под крышей исключительно всякий хлам. И ничего ценного или действительно полезного в их закромах вы не найдете. Даже если очень постараетесь.

Но если вы спросите у них, зачем они складировать застиранные старые простыни, которыми даже не пользуются,

или составляют орду стеклянных банок, то собьете их с толку. Ответа на этот вопрос нет. Просто окружать себя ненужными вещами — это и есть главная и характерная черта взрослых людей.

Вот только детям хранить коллекцию прошлогодних веточек и кленовых листьев при этом нельзя — это же такая глупость. В отличие от сломанного велосипеда с проржавевшей рамой, занимающего весь балкон. Или сгоревшего пылесоса на шкафу, который стыдливо обернулся пластиковой трубой...

В общем, я не стану надоедать вам в первом же уроке. Просто уясните отныне новое правило: быть взрослым — это не значит хорошо. А потому перестаньте стыдиться того, что иногда вам хочется заниматься совсем несерьезными вещами.

И первое, что поможет вам обрести вновь внутреннюю гармонию, — это уборка собственного жилища. Не важно, ограничивается ли оно одной-единственной комнатой или же растянулось на сотни квадратных метров.

Обойдите каждый угол и выверните наизнанку все укромные места, в которых может храниться унылый и бесполезный хлам. Не засоряйте свой дом тем, что не нужно, потому что жажда накопительства никого еще не сделала счастливым.

Выбросьте все, чем не пользуетесь или раздайте эти вещи. А еще постарайтесь освободить как можно больше места в гостиной или спальней комнате. Оглянитесь: возможно, некоторая мебель пылится в углу просто потому, что с ней жалко расстаться? *Небольшой творческий беспорядок и вещи, дорогие сердцу,* — это то, что делает нас капельку счастливее, наполняя дом уютом и светом. Но это никак не относится к горам кошмарного хлама, которые можно отыскать в доме каждого взрослого человека.

Запомните: чем меньше в жилище ненужных вещей, тем свободнее и легче в нем будете себя ощущать. Ведь именно с собственного порога начинаются все наши беды. Если вы поддались влиянию

ОБЛ и начали стремительно накапливать килограммы баракла, то с годами эта болезненная тяга лишь будет усугубляться. И пусть ваш расчетливый разум кричит о том, что эти пятнадцать килограммов ветоши пригодятся на даче, не верьте ему.

ОТМЕТИТЬ
ВАЖНУЮ
МЫСЛЬ

**ПРОСТО УЯСНИТЕ ОТНЫНЕ НОВОЕ ПРАВИЛО:
БЫТЬ ВЗРОСЛЫМ — ЭТО НЕ ЗНАЧИТ ХОРОШО.
А ПОТОМУ ПЕРЕСТАНЫТЕ СТЫДИТЬСЯ ТОГО, ЧТО
ИНОГДА ВАМ ХОЧЕТСЯ ЗАНИМАТЬСЯ СОВСЕМ
НЕСЕРЬЕЗНЫМИ ВЕЩАМИ.**

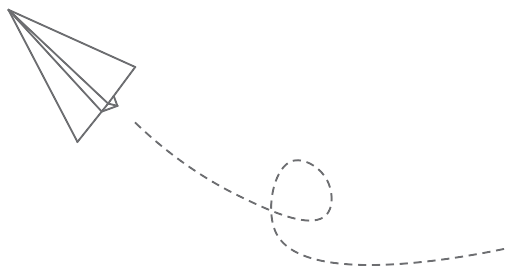
Если вы не сумеете найти логичное применение ненужной вещи в первые же пять минут своих раздумий, то следующие пять лет она вам точно не понадобится.

Разберитесь в доме, сделав его как можно светлее, чище, уютнее и наполненное воздухом. И пусть взрослые люди будут неодобрительно коситься на вас, когда побредете к мусорному баку с пакетом самых разных вещей, утешайте

себя тем, что теперь не числитесь в их кругах.

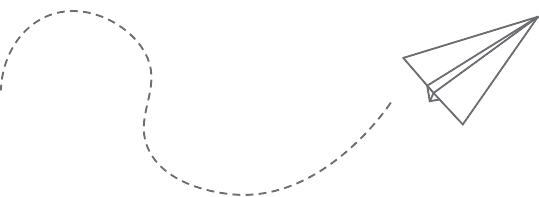
В конце концов, лучше освободить угол в доме для самодельного вигвама, накидав в палатку кучу мягких подушек и развесив над ней светодиодную гирлянду, чем оставить это драгоценное пространство напрасно скапливать пыль... Если на то пошло, ваши дети наверняка придут в настоящий восторг от подобных реноваций.





**ЛИШЬ МАЛАЯ
ЧАСТЬ ЛЮДЕЙ
СПОСОБНА
СОХРАНИТЬ
СВОЕ ДЕТСКОЙ
ВОСПРИЯТИЕ
МИРА.**

Эрик Берн



УРОК 2

РАБОТА – НЕ ВОЛК

Однажды я переписывалась со своей приятельницей, вышедшей замуж за американского врача и иммигрировавшей в США. И наш разговор внезапно вывернул в новое русло: мы принялись обсуждать антидепрессанты и снотворные.

Вернее, она невзначай отметила, что в последнее время у ее грудного ребенка активно режутся молочные зубы и поэтому он ведет себя беспокойно, не давая ей спать по ночам. В результате ее врач выписал ей снотворное, которое было призвано облегчить ночную бессонницу, вызванную стрессом. Когда я невзначай

упомянула о том, что у всех нас периодически случается плохое настроение или возникают проблемы со сном и что не стоит бездумно глотать таблетки, воздействующие на психику, она со мной не согласилась.

В тот день я узнала много нового о некоторых членах ОВЛ. Оказывается, в природе встречаются настолько кошмарные взрослые люди, что от одной мысли о них становится не по себе.

Так, моя знакомая рассказала мне, что если работающий человек, проживающий в Соединенных Штатах Америки, не может сразу же уснуть, отправившись в постель, то почти наверняка в следующие 15—20 минут он примет сильнодействующее снотворное. Пузырек с заветными таблетками чаще всего лежит прямо на прикроватной тумбе или прячется где-то неподалеку, если в доме имеются маленькие дети.

Такая повальная тяга к препаратам, контролирующим естественные процессы мозга, объясняется достаточно про-

сто. Если вы проваляетесь несколько часов в своей кровати без сна, то утром встанете уставшим и разбитым. Недосып очень плохо сказывается на работоспособности, а еще повышает риск угнать в неприятную ситуацию по пути на работу или с работы, когда вы за рулем.

Таким образом, *взрослый человек не имеет никакого морального права страдать от плохого настроения, бессонницы или просто быть не в духе, потому что такие состояния угрожают карьере.* Потерять работу, приносящую стабильный доход, — это настоящая катастрофа. А потому для таких ситуаций под рукой непременно должна быть пачка успокоительных таблеток или чего-нибудь потяжелее...

Кажется, в своем неистовом стремлении заработать все деньги мира и сколотить состояние, взрослый человек просто напрочь забывает о чем-то важном. Например, о том, что иногда нужно *жить*. Как бы странно это ни звучало, жизнь дана нам именно для этого.

Чудесно, когда дом напоминает полную чашу и нет необходимости заботиться о том, чем расплатиться за корзину продуктов в супермаркете. Но необходимо сохранять трезвый рассудок и взвешивать все, чем ради этого приходится жертвовать. Зачем вам красивый и уютный дом, если большую часть времени вы его просто не видите, просиживая допоздна в офисе?

Зачем вам любящая семья и милые дети, если не хватает по выходным сил даже на то, чтобы погулять с ними в парке? И есть ли смысл приносить в жертву свои жизнь, время и внутренние ресурсы, которые отнюдь не бесконечны, чтобы в конце концов, заметив первые седины на висках, с удивлением поймать себя на мысли: а куда же подевались все мои прожитые годы и когда я успел состариться?

Удивительно, но мозг человека не хранит в своих архивах память о будничных делах и монотонной работе. В вашей памяти ярко отчеканиваются лишь те

моменты, в которые вы действительно *жили*. Рабочие же будни сливаются в безликий поток — дни, месяцы и годы, которые мы теряем способность ощущать.

Именно этим можно объяснить те внезапные временные провалы, которые вы все чаще обнаруживаете в зрелом возрасте. Казалось, еще только вчера вам было 26, а уже сегодня почему-то стукнуло 34. Куда же подевались все эти годы, что должны были оказаться между двумя временными отметками?..

Чем больше вы работаете и чем меньше ярких зацепок оставляете для своего разума, тем сложнее ему ориентироваться в окружающем пространстве. Если вы будете пахать в офисе от зари и до зари, не поднимая головы, то, несмотря на смертельную усталость, вскоре с удивлением обнаружите, что время несется вскачь, бешено отсчитывая месяц за месяцем.

Эти рабочие будни сложатся в конечном итоге в одно невнятное, серое пят-

но, которое вы и назовете своей жизнью. Именно для этого людям нужны праздники, выходные и долгожданные отпуска: так вы сумеете хотя бы приблизительно разграничивать прожитые годы, находя зацепки в собственных воспоминаниях.

ОТМЕТИТЬ
ВАЖНУЮ
МЫСЛЬ

ЧЕМ БОЛЬШЕ ВЫ РАБОТАЕТЕ И ЧЕМ МЕНЬШЕ ЯРКИХ ЗАЦЕПОК ОСТАВЛЯЕТЕ ДЛЯ СВОЕГО РАЗУМА, ТЕМ СЛОЖНЕЕ ЕМУ ОРИЕНТИРОВАТЬСЯ В ОКРУЖАЮЩЕМ ПРОСТРАНСТВЕ.

В прошлом году вы отдыхали в Турции, а в позапрошлом — жили две недели в отеле в горах. Именно этим отличаются два последних года вашей рабочей жизни. Этими яркими, молниеносными моментами, между которыми остается череда безликих будней.

Нет, я не призываю взрослых людей бросить работу и пуститься в авантюры. Работать нужно, ведь у всех нас есть семьи, нам нужно что-то есть, где-

то спать и чем-то за все это платить. Вот только это совсем не означает, что необходимо положить на алтарь Золотого тельца собственные годы, скрупулезно подсчитывая мятые бумажки, вырученные за них.

Запомните одну простую вещь: если вы с трудом можете отличить вчерашний день от сегодняшнего и недели сливаются в одну, разбавляемые лишь скудными выходными днями, то вы напрасно тратите свою единственную жизнь. И если вы прямо сейчас не можете припомнить, что запоминающегося происходило с вами в каждый из дней на протяжении последней недели, то это весьма дурной знак.

Взрослый человек вообще мало заботится о том, чтобы *жить*. Работа — это кровавый бог, требующий все больше жертв, признающий лишь немое повиновение. И чем больше жертв вы преподнесите собственной карьере, тем беспощаднее она становится.

Когда-нибудь вы оглянетесь и неизбежно заметите, что многие люди во-

круг вас прожили прекрасную, полную счастья и беззаботного веселья жизнь. И что, оказывается, никто не заставлял вас горбатить спину изо дня в день, не видя солнечного света, пока кто-то более разумный успешно совмещал зарабатывание денег с веселым времяпровождением.

Вы можете стараться сколь угодно усердно, но на данный момент время — самая бесценная валюта из тех, что имеется в распоряжении человечества. Поэтому что его нельзя обратить вспять, вернуть или замедлить. Все, что вам подвластно, — это оставить на временной полосе как можно больше ярких зарубок, которые и являются главным смыслом жизни. Поверьте, отправляясь в последний путь, лежа на предсмертном одре, скрестив ссохшиеся ладони на груди, вы не станете вспоминать о том, как сильно и много работали. Вам захочется думать совсем о других вещах. И будет невыносимо горько и обидно, если вспомнить-то будет нечего.

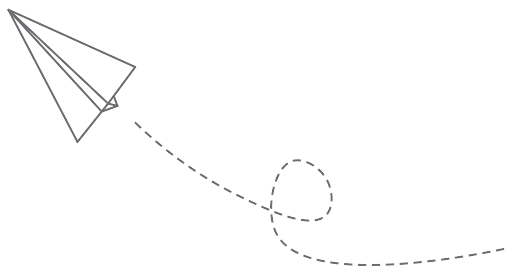
Стремитесь продолжить свое счастливое безмятежное детство, даже если оно давно закончилось. Ведь эта пора — настоящая отдушина для типичного взрослого человека, жизнь которого давно убежала в неверном направлении. Не зря умудренные горьким опытом люди так любят безостановочно предаваться воспоминаниям о поре, когда небо над головой было еще таким голубым, а трава — зеленой.



Умение продолжать просто *жить* гаснет с течением лет. Погрязая в бытовых проблемах и невзгодах взрослой жизни, пропадаая на работе, ваш внутренний ребенок постепенно умирает, скорчиваясь в темном углу рассудка. И все, что вам остается, — это с болью в сердце констатировать его кончину. И никто из коварных членов ОВЛ ни за что не признается вам, что можно жить так же весело, как и в четырнадцать лет, даже если вам перевалило за тридцать.

Потому что это им просто невыгодно: кто-то должен покупать пузырьки со снотворным и глотать успокоительные, кто-то должен прилежно и много работать, всей душой веря в то, что лучшая награда в этой жизни — не она сама, а стопка вылинявших бумажек. Потому что так устроен мир. Мир взрослых.





**СМОГ БЫ
МАЛЬЧИК,
КОТОРЫМ
ВЫ БЫЛИ,
ГОРДИТЬСЯ ТАКИМ
МУЖЧИНОЙ,
КАК ВЫ?**

Лоуренс Питер



УРОК 3

БЕЗОТВЕТСТВЕННАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Если бы меня кто-то спросил о том, чем же именно отличается, скажем, парень-тинейджер от взрослого мужчины, я бы ответила, что вся разница кроется в степени ответственности. Ребенок пока еще не осознает, что он кому-то что-то должен в этой жизни. Он все еще не обязан работать, содержать себя или свою семью.

Он не волнуется о том, что ему положить завтра утром в тарелки своих детей или чем оплатить вновь скопившиеся счета. Он счастлив и безмятежен, потому что ни за что в этой жизни не отвечает. Всег-

да есть тот, кто берет бразды правления в свои руки. Кто-то умный и взрослый, он придет и решит все возникшие проблемы.

Взрослая жизнь начинается с момента, когда вы остро осознаете, что больше не можете свалить свои проблемы на чужие плечи. Потому что отныне руководить собственной жизнью вы вынуждены в одиночку. Теперь у вас должна болеть голова о том, где взять деньги, как прокормить семью и распорядиться семейным бюджетом, где отыскать вакансию с более высокой заработной платой...

Теперь никто не явится по щелчку пальцев и не примется разгребать ворох сложностей и неурядиц, которые успели накопиться в вашей жизни. И вы осознаете, что если не возьмете себя в руки и не начнете распутывать этот сложный, черный и унылый клубок, то он никуда не испарится сам по себе. Во взрослой жизни проблемы имеют свойство лишь увеличиваться, но никак не решаться без вашего участия.

Типичный взрослый человек не может спокойно спать по ночам, потому что все эти жизненные трудности кружат над его утомленной головой, как коршуны, пикируя вниз и вгрызаясь в воспаленное сознание. Как быть, если внезапно серьезно заболит ребенок, а денег на лечение нет? На что жить в старости? Как избавиться от скучной и ненавистной работы, которая выпивает последние соки? Как изменить жизнь, чтобы перестать вертеться в безнадежном хороводе одинаковых будней?

Вопросы, тревожащие взрослых людей, всегда однообразны и до неприличия однотипны. *Особенно, если у вас в жизни появились люди, ответственность за которых мирно легла на ваши плечи.* Никому не интересны ваши дети, жена или муж, голодный кот или больной пес. И если вы перестанете о них всех заботиться, то больше это сделать будет некому.

Мы постоянно беспокоимся о том, что нас ждет в будущем, ведь мы не можем его предугадать. Мы понятия не имеем,

что случится с нами и нашими близкими через месяц, год или даже в следующий вторник. И поэтому мы отчаянно боимся. Мы трясемся от страха, воображая самые кошмарные исходы судьбы и желая всей душой хотя бы немного от этого застраховаться.

ОТМЕТИТЬ
ВАЖНУЮ
МЫСЛЬ

ВЗРОСЛАЯ ЖИЗНЬ НАЧИНАЕТСЯ С МОМЕНТА, КОГДА ВЫ ОСТРО ОСОЗНАЕТЕ, ЧТО БОЛЬШЕ НЕ МОЖЕТЕ СВАЛИТЬ СВОИ ПРОБЛЕМЫ НА ЧУЖИЕ ПЛЕЧИ.

Нам кажется, что деньги смогут спасти трещащий по швам брак или помочь, если вдруг выяснится, что любимое чадо неизлечимо больно. Если мы имеем на счету крупную сумму, старость не видится такой уж удручающей перспективой. Однако вся беда в том, что далеко не все в этой жизни можно спасти хрустящими бумажками. И очень часто деньги не играют никакой роли.

Несчастливые случаи, злой рок и вереница черных совпадений не оставят вас

в покое, если вы станете сказочно богаты. Все люди этого мира теряют близких, переживают предательство и смерть родных, болеют или попадают в плохие ситуации. И это почти никогда не связано с деньгами.

Вы не сумеете обезопасить от всех напастей внешнего мира ни свою семью, ни даже себя самого. И с этим фактом придется как-то смириться и жить дальше. Даже если вы выроете под своим домом огромный бункер, оснащенный автономной системой жизнеобеспечения и отправитесь туда жить, никто не гарантирует вам того, что беда непременно придет с внешней стороны, просочившись под входные двери. А потому бороться с ветряными мельницами просто бессмысленно. Равно как и бояться их.

Всегда на земле будут существовать болезни, смерть, голод и нищета. Всегда у кого-то в семье будут появляться дети-наркоманы или алкоголики, а многие мужья продолжают изменять и предавать своих жен. Всегда кого-то будут

насиловать или лишать жизни самым шокирующим способом. Потому что таков человеческий мир. Он отнюдь не совершенен и навечно останется жестоким, безумным и холодным. И все, что остается взрослому человеку, — это уповать на милостивую судьбу и надеяться на то, что все эти ужасы не коснутся его дома.

Дети отличаются от типичного взрослого тем, что они просто не думают о подобных вещах. И довольно часто взрослые винят их за это. Как нередко можно услышать упреки в адрес подростка, до поздней ночи пропадающего где-то вдали от дома. А вдруг бы его убили? А вдруг бы изнасиловали? А вдруг...

Но ничего из этих «*вдруг*» не случилось и, скорее всего, не случится никогда. Как и прочих бед, которые рисует воспаленное воображение взрослого человека, концентрирующегося на миллионе несчастий, витающих где-то неподалеку.

Вдруг семье нечего будет есть, меня уволят, мой партнер меня больше не

любит, я не доживу до старости, вдруг у меня обнаружат рак? Взрослый человек отчаянно боится всего, что только может существовать в этом мире. Всего плохого, всего, что представляет малейшую опасность. В итоге жизнь этого человека вскоре начинает напоминать черный шкаф, в котором он прочно осел, спрятавшись от всего, что его пугает. Но зачем вообще нужна такая жизнь?

Ответственность — это совсем не то, что стремится внушить нам вездесущее ОВЛ. И даже не то, что представляют себе подростки, когда слышат в сотый раз наравоучения своих родителей.

Ответственность — это умение правильно среагировать в экстренной ситуации, выбрав наилучший и разумный вариант поведения из возможных. А вовсе не бесконечное перебирание всех горестей мира в своем мозгу.

Адекватная ответственность всегда немного безответственна. Она даже может казаться взрослому человеку слегка наивной, незрелой или лишенной долж-

ной серьезности. Попробуйте хотя бы раз ответить самому себе на свой очередной страх: *«Вот когда случится, тогда и посмотрим»*.

Именно так, как нехотя ворчат раздосадованные подростки, которых застали врасплох новые волны родительских правоучений. И вы будете правы. Просто потому, что беспокоиться заранее обо всех бедах планеты крайне глупо. И это лишено любой логики.

Даже если вы будете ответственно продумывать каждое несчастье, потенциально угрожающее вам или вашей семье, все равно не сумеете прокрутить в своей голове все существующие опасности. Мир слишком хаотичен, слишком непредсказуем. И тот, кто благоразумно дует на воду, обжегшись на молоке, может за просто погибнуть по миллиарду прочих причин.

Решайте трудности по мере их возникновения и никогда не переживайте о том, чего еще не произошло. Вы можете научить своих детей быть осмотрительны-

ми и осторожными, но вы никогда не научите их избегать несчастных случаев. На то они и случаи, чтобы приключаться неожиданно и в самый неподходящий момент.

Если кто-то спрашивает у вас, что вы собираетесь делать, если внезапно потеряете работу и останетесь без средств к существованию, ответьте им, что вы подумаете об этом тогда, когда это случится. Вполне возможно, что вы вообще не доживете до этого дня, угодив под колеса автомобиля или неудачно приземлившись после падения. Возможно, вы еще сто раз успеете сменить место работы, куда-нибудь переедете или решите кардинально изменить судьбу, в результате чего подобные вопросы вас вообще станут волновать меньше всего на свете. Никто из нас не знает, что с ним произойдет завтра или даже в следующую минуту. Жизнь всегда может очень круто свернуть, поставив нас в тупик. Или, напротив, обнаружив прекрасную дорогу для будущего.

Позвольте себе оставаться немного безответственным, не волнуйтесь о вещах, не имеющих в данный отрезок времени никакого значения.

ОТМЕТИТЬ
ВАЖНУЮ
МЫСЛЬ

**РЕШАЙТЕ ТРУДНОСТИ ПО МЕРЕ
ИХ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И НИКОГДА
НЕ ПЕРЕЖИВАЙТЕ О ТОМ, ЧЕГО ЕЩЕ
НЕ ПРОИЗОШЛО.**

Если в вашей семье никто смертельно не болен, то нет никакой нужды размышлять о том, что случится, если это внезапно произойдет. Если сегодня у вас есть работа и вы в состоянии заработать себе на кусок хлеба, то вряд ли что-то изменится в будущем, даже если вы потеряете своего работодателя или будете уволены. У вас уже имеется определенный уровень навыков, профессионального опыта и способностей, а потому ниже он стать уж точно не сумеет. И вы всегда будете в состоянии найти альтернативу.

Люди, которые постоянно боятся чего-то. Потому что самое главное — это уметь

жить. По-настоящему. Не забывать об этом никогда, даже если вас одолевают типичные проблемы взрослых людей. Поверьте, у всех членов ОВЛ они одинаковы. И каждый думает об одном и том же. И вряд ли в детстве вы мечтали стать кем-нибудь из этой серой массы. Человеком с затравленным, потухшим взглядом жертвы.

Почти наверняка в своем далеком тинейджерстве вы смеялись над страхами собственных родителей и бабушек, считая их абсурдными и смешными. И вы были совершенно правы. Вы подшучивали над замечаниями матери надеть шапку и шарф, чтобы не простудиться. И никогда не надевали их. И никогда при этом почему-то не простужались.

Взрослые люди постоянно тяготеют к гиперответственности. Им кажется, что они должны продумать все, что только возможно. Обезопасить себя со всех сторон. Но это никогда не работает. То плохое, что случается с нами, происходит не потому, что мы были недостаточ-

но подготовлены или мало думали о потенциальной беде. Плохое происходит просто оттого, что оно существует. Однако это означает еще кое-что. А именно: существует и хорошее.



Подростки больше сосредоточены именно на светлой стороне бытия, мало обращая внимания на опасности, поджидающие на жизненном пути. Они просто живут, наслаждаясь каждым днем, просто любят или ненавидят, совершают ошибки и не мучаются чувством угрызения совести.

Взрослые видят лишь плохое. И оно окружает их со всех сторон, подбираясь все ближе и не давая даже вздохнуть от укрепляющегося с годами страха.

Если взрослый человек средних лет просто может лишиться сна, беспокоясь о том, что с ним способно приключиться в реальном времени, отмахиваясь от своего разбушевавшегося воображения, то