

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	9
----------------	---

Часть I. ДВЕ ВЕРШИНЫ

Глава 1. НРАВСТВЕННЫЕ ЭКОЛОГИИ	43
Глава 2. ЖИЗНЬ В ИНСТАГРАМЕ	58
Глава 3. ЗАКОМПЛЕКСОВАННЫЙ ОТЛИЧНИК	68
Глава 4. ДОЛИНА	74
Глава 5. ПУСТЫНЯ	91
Глава 6. СЕРДЦЕ И ДУША	99
Глава 7. ПРЕДАННАЯ ЖИЗНЬ	109
Глава 8. ВТОРАЯ ВЕРШИНА	120

Часть II. ЧЕТЫРЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА

Глава 9. КАК ВЫГЛЯДИТ ПРИЗВАНИЕ	153
Глава 10. МОМЕНТ БЛАГОВЕЩЕНИЯ	162
Глава 11. ДЛЯ ЧЕГО НУЖНЫ НАСТАВНИКИ	169
Глава 12. ВАМПИРСКИЙ ВОПРОС	177
Глава 13. МАСТЕРСТВО	199

Часть III. БРАК

Глава 14. АБСОЛЮТНЫЙ БРАК	217
Глава 15. ЭТАПЫ БЛИЗОСТИ I	230
Глава 16. ЭТАПЫ БЛИЗОСТИ II	239
Глава 17. РЕШЕНИЕ ВСТУПИТЬ В БРАК	253
Глава 18. БРАК: ШКОЛА СОВМЕСТНЫМИ УСИЛИЯМИ	264

Часть IV. ФИЛОСОФИЯ И РЕЛИГИЯ

Глава 19. ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА	281
Глава 20. РЕЛИГИОЗНАЯ ПРЕДАННОСТЬ	298
Глава 21. НЕОЖИДАННЫЙ ПОВОРОТ	308
Глава 22. ПАНДУСЫ И СТЕНЫ	363

Часть V. СООБЩЕСТВО

Глава 23. ЭТАПЫ СТРОИТЕЛЬСТВА СООБЩЕСТВА	379
Глава 24. ЭТАПЫ СТРОИТЕЛЬСТВА СООБЩЕСТВА II	402
Глава 25. ЗАКЛЮЧЕНИЕ: МАНИФЕСТ РЕЛЯЦИОНИСТОВ ...	422
Слова благодарности	441

ВВЕДЕНИЕ

Мне доводилось встречать людей, которые излучают радость. Словно светятся изнутри. Они добры и спокойны, они живут в чувстве глубокой благодарности и умеют радоваться мелочам. Эти люди не идеальны. Они тоже устают, переживают, делают ошибочные выводы. Зато живут они ради других, а не ради себя. Они взяли на себя твердое обязательство перед семьей, ими движут определенные мотивы, будь то преданность обществу или религии. Они знают, зачем оказались на этой земле, и получают глубокое удовлетворение, следуя своему призванию. Жизнь таких людей нелегка. Они взвалили на себя чужое бремя. И все равно они безмятежны, непоколебимы и решительны. Они интересуются другими людьми, поэтому в их компании чувствуешь себя любимым и понятым, чувствуешь, что твои достоинства замечают и ценят.

Встречая таких людей, понимаешь, что радость — это не просто чувство, это — мировоззрение. Каждому знакомо счастье, душевный подъем, который испытываешь, когда что-то удалось, чего-то добился, но существует и такое состояние, как постоянная радость. И знакома она тем, кто решил не заикливаться на себе, а отдать себя миру.

Я часто замечаю, что траектория жизни таких людей напоминает фигуру с двумя вершинами. Они закончили школу, начали строить карьеру или обзавелись семьей, а потом наметили себе

вершину: «Я стану полицейским, врачом, бизнесменом — кем угодно». На первой вершине мы выполняем определенные жизненные задачи: выясняем, кто мы вообще такие, отделяемся от родителей, развиваем свои таланты, укрепляем свое эго и предпринимаем попытку оставить после себя след. Забравшись на эту первую гору, мы тратим много времени на поддержание своей репутации. Постоянно ведем учет. Какую оценку я могу себе поставить? Какое занимаю место? Как выразился психолог Джеймс Холлис, на этой стадии мы верим, что «я такой, каким меня видит мир».

Первая гора зиждется на хорошо известных целях, которые одобряет наша культура: быть успешным, иметь хорошую репутацию, состоять в правильных общественных кругах и чтобы в личной жизни все было гладко. Людям на этой стадии нужны совершенно обыкновенные вещи: хороший дом, хорошая семья, хороший отпуск, хорошая еда, хорошие друзья и так далее.

Но вдруг что-то меняется.

Некоторые, покорив первую вершину и пробовав успех на вкус, понимают... что успех не приносит удовлетворения. «И это все?» — удивляются они. Они чувствуют, что существует и более глубокий путь, который им только предстоит пройти.

Других же с этой вершины сбивает неудача, какой-то провал. Вдруг в их карьере, семье или с их репутацией происходит нечто такое, из-за чего жизнь уже не кажется постоянным восхождением на гору успеха. Она начинает приобретать иную, более удручающую форму.

Третьих сбивают с пути непредвиденные обстоятельства: смерть ребенка, онкологическое заболевание, борьба с зависимостями, трагедия, переворачивающая жизнь с ног на голову — нечто такое, что совершенно не входило в их планы. Какова бы ни была причина, эти люди уже не на вершине. Они оказались внизу — в долине страдания. И, кстати говоря, случиться такое

может в любом возрасте: от восьми до восьмидесяти пяти лет, и даже позже. Упасть со своей первой вершины никогда не рано и никогда не поздно.

Подобные периоды страданий способны, обнажая самые темные уголки нашей души, напомнить нам, что мы совсем не те, кем привыкли себя считать. Оказавшись в этой долине, люди разбиваются вдребезги. И благодаря этому видят, что на самом деле они — это нечто большее, чем тот набор качеств, который они привыкли демонстрировать миру. Существует и второе дно, на которое в привычной жизни они закрывают глаза, некий субстрат¹, в котором прячутся самые темные раны и самые сильные желания.

Некоторых такие страдания парализуют. Люди пугаются и обижаются на весь свет. В страхе они пытаются огородить себя от самых темных проявлений своей души. Их жизнь сжимается, и они становятся более одинокими. Все мы встречали стариков, до самых седин лелеющих свои закоренелые обиды. Им не выказывают должного уважения. От них только и слышишь, как с ними жутко поступили, какую страшную обиду им нанесли эдак полвека назад.

Другим же эта долина помогает вырасти. Увидеть в себе новую глубину и понять, что внизу, в субстрате, проистекающем из всех болезненных уголков души, заложена фундаментальная способность заботиться о других, жажда превзойти самого себя и начать приносить пользу. Обнаружив это стремление, они готовы стать цельной личностью. С этой минуты привычное они видят в новом свете. Они доросли до более высокого уровня сознания. Они, наконец, смогли возлюбить ближнего своего, как самого себя, отныне эти слова для них — не просто лозунг,

¹ С у б с т р а т (*фил.*) — простейшие структуры или образования, которые остаются устойчивыми, неизменными при любых преобразованиях вещи и обуславливают ее конкретные свойства.

а реальность. Они понимают, что сосед — никакая не чужеродная сущность, что в глубине души, в самом центре своей сущности они связаны.

Люди, которых страдания привели к росту, устраивают два своеобразных восстания. Сначала они восстают против своего идеализированного эго. На первой вершине их эго имело лишь смутное представление о том, для чего существует, а именно: чтобы быть известным и успешным и получать удовольствие. В долине страданий эти вещи теряют свою привлекательность. Это, безусловно, не означает, что человек перестает испытывать эгоистичные желания, а иногда и поддаваться им. Просто приходит осознание, что эти желания никогда не смогут удовлетворить те самые, внезапно открывшиеся им глубокие потребности их личности. Осознание, что, как сказал Генри Нувен¹, они намного лучше своего идеализированного эго.

Затем они восстают против господствующей культуры. Всю свою жизнь они либо изучали экономику, либо существовали в культуре, которая учит преследовать исключительно свои интересы — гнаться за деньгами, властью и славой. Но в какой-то момент навязанные желания начинают им претить. Они хотят, чтобы их желание были стоящими. И со временем желания их действительно становятся более возвышенными. Мир твердит, что надо быть хорошим потребителем, а они хотят, чтобы потребляли их (по нравственным соображениям). Мир утверждает, что нужно стремиться к независимости, а они стремятся к взаимозависимости — хотят оказаться и увязнуть в паутине теплых и искренних отношений. Мир диктует, что нужно стремиться к личной свободе, а они, наоборот, хотят близости, ответственности и обязательств. Мир требует карабкаться вверх по

¹ Генри Нувен (Henri Nouwen) — голландский католический священник, один из самых читаемых христианских авторов (24.01.1932 — 21.09.1996 гг.) — *прим.ред.*

карьерной лестнице и добиваться успеха, а они хотят помогать людям. Газетные заголовки кричат с полок киосков: «Что еще ты можешь сделать, чтобы стать счастливым?» А они уже присматриваются к нечто большему, чем простое личное счастье.

Людам, чьим ответом на страдания стал рост, хватает храбрости на то, чтобы похоронить частички своего старого «я». Внизу, в долине, изменилась их мотивация. Они перестали циклиться на себе и сконцентрировались на окружающих.

В этот момент люди понимают: «Ой, выходит, что та первая вершина и вовсе не была моей. Передо мной еще одна, более высокая — истинная вершина». Она не противоположна первой. Взобраться на нее — не значит отвергнуть свой предыдущий успех. Это просто новое путешествие. Это более щедрая фаза жизни, и именно она приносит подлинное удовлетворение.

В этот период некоторые люди радикально меняют свою жизнь. Одни бросают свою юридическую фирму и уезжают в Тибет. Другие уходят из сферы консалтинга и идут учителями в школу. Третьи остаются в профессии, но время начинают проводить по-другому. У меня есть подруга, которая построила успешный бизнес в Калифорнийской долине. Он до сих пор процветает, а сама она тратит большую часть своего времени на строительство дошкольных учреждений и центров здоровья для сотрудников ее компании. Она достигла второй вершины.

Четвертые не меняют ни работу, ни семейное положение, но все равно преображаются. Они тоже отвечают на зов. Если такой человек работает директором школы, он с радостью будет смотреть на то, как сияют его учителя. Устроившись на работу в частную компанию, он перестанет воспринимать себя как

обыкновенного менеджера. Он почувствует себя наставником, и его энергия будет направлена на то, чтобы помогать другим становиться лучше. Как владелец компании, такой человек захочет, чтобы в его организации люди находили свою цель, а не просто приходили за зарплатой.

В своей книге *«Практическая мудрость»*¹ психолог Барри Шварц и политолог Кеннет Шарп рассказывают историю об уборщике по имени Люк. В больнице, где работал Люк, проходил лечение один молодой человек, который ввязался в серьезную драку, после чего надолго впал в кому. В течение полугода отец не отходил от его кровати. Как-то раз Люк, так же как и всегда, зашел в палату к этому парню и вымыл полы. Отца в это время не было: он выходил покурить. Пару часов спустя Люк столкнулся с ним в коридоре. Отец прикрикнул на Люка, почему тот, мол, не убирает палату его сына.

Находясь на первой вершине, человек считает уборку в палатах пациентов своей работой. «Вообще-то я уже убрал у вашего сына, — огрызнулся бы он в ответ. — Просто вы выходили покурить». А на второй вершине человек видит свою работу в том, чтобы служить пациентам и их семьям. В том, чтобы удовлетворять их потребности в нелегкие времена. И брошенное Люку в лицо обвинение говорит о том, что отец молодого парнишки нуждается в утешении. Нужно было убрать палату еще раз.

Так Люк и поступил. Как он позже рассказал журналисту: «Я заново начал убираться, чтобы он видел, как я это делаю... Я представляю, каково ему было тогда. Его сын полгода провел в коме. Конечно, он был расстроен, поэтому я просто убрал еще раз. Я не держу на него зла. Думаю, мне удалось войти в его положение».

¹ Шварц Б., Шарп К. Практическая мудрость. Правильный путь к правильным поступкам. — М.: Олимп-Бизнес, 2016.

Или взять хотя бы Авраама Линкольна. В молодости Линкольн отчаянно жаждал славы и власти: до такой степени, что его самого пугала сила собственного голода. Но сохранение Союза было вызовом столь великим, что мысли о самом себе перестали иметь для него значение. Он забыл о личной репутации и отправился покорять свою вторую вершину.

Однажды, в ноябре 1861 года, он нанес визит в дом генерала Джорджа Макклеллана, надеясь надавить на него лично и убедить начать вести более агрессивную борьбу с Конфедерацией. Линкольн приехал, но Макклеллана не оказалось дома. Тогда президент сказал дворецкому, что и он, и государственный секретарь Уильям Сьюард, и его помощник Джон Хэй подождут в гостиной. Макклеллан вернулся домой через час и прошел мимо комнаты, где его ждал президент. Линкольн подождал еще тридцать минут. Дворецкий вернулся и сообщил, что Макклеллан решил удалиться на ночь и увидится с Линкольном как-нибудь в другой раз. Макклеллан вздумал помериться с Линкольном силой.

Хэй пришел в ярость. Да как ему вообще хватает наглости проявлять к президенту Соединенных Штатов такое неуважение? Линкольн, однако, был невозмутим. «Сейчас, — сказал он Сьюарду и Хэю, — не время заботиться о церемонии и собственной важности». Его *лично* это не касалось. Его гордость не стояла на кону. Он был готов ждать сколько потребуется, лишь бы найти генерала, который бы взялся сражаться на стороне Союза. К этому моменту Линкольн уже выдал себя. Общее дело было центром его жизни. Больше всего его влекло нечто во внешнем, а не во внутреннем мире.

Это один из главных способов определить, на какой из вершин вы сейчас находитесь. К какой области относится то, что больше всего вас привлекает? К вашему внутреннему миру или к тому, что вас окружает?

Если на первой вершине мы создаем свое эго и ищем себя, то на второй — избавляемся от эго и теряем себя. Если на первой мы приобретаем, то на второй — жертвуем.

Первая вершина элитарна, она строится на движении вверх. Вторая же эгалитарна¹, она отправляет вас вниз, к нуждающимся и заставляет идти с ними рука об руку.

Вторую вершину покоряют не так, как первую. Первую приходится завоевывать. Определяешь ее, а потом начинаешь восхождение. Вторая вершина будет завоевывать вас сама. Вы услышите зов и сделаете все, что необходимо, чтобы последовать ему: решить проблему или исправить неожиданно возникшую в поле вашего зрения несправедливость. На первой вершине вы, как правило, амбициозны и независимы, вы выстраиваете стратегии. На второй же вершине вы все больше выстраиваете отношения, стремитесь к близости и не отступаете от своих принципов.

Так уж вышло, что я умею распознавать, на каком из этих жизненных этапов находится человек. На первом этапе люди, как правило, жизнерадостные, интересные, находиться рядом с ними очень весело. У них умопомрачительная должность, и они как никто ориентируют вас во всем многообразии отличных ресторанов. На втором этапе люди тоже не прочь насладиться мирскими радостями. Они радуются бокалу хорошего вина и любят красивый пляж. (Нет ничего хуже людей, которые настолько одухотворены, что не любят окружающий мир.) Но они превзошли эти удовольствия в погоне за нравственной радостью, ощущением, что они посвящают свою жизнь служению некому высшему благу. Если им приходится выбирать, они выбирают радость.

¹ Эгалитарный — основанный на уравнительности, уравнительном перделе имущества. *Эгалитарная утопия.*