

Дэвид Брукс



ВТОРАЯ ВЕРШИНА

Как обрести новые жизненные цели,
когда старые потеряли смысл

2000
ОТЗЫВОВ
на Amazon

BESTSELLER #1 по версии:
NEW YORK TIMES
The Washington Post
The Guardian

Психологический бестселлер (Эксмо)

Дэвид Брукс

**Вторая вершина. Величайшая
книга размышлений о
мудрости и цели жизни**

«Эксмо»

2019

УДК 159.92
ББК 88.52

Брукс Д.

Вторая вершина. Величайшая книга размышлений о мудрости и цели жизни / Д. Брукс — «Эксмо», 2019 — (Психологический бестселлер (Эксмо))

ISBN 978-5-04-119518-2

Мы привыкли ставить себе четкие цели: построить дом, завести семью, заработать хорошую репутацию, стать успешным. Мы преодолеваем препятствия, достигаем вершины... и вдруг понимаем, что эта победа нас не радует. Вершина оказалась не нашей. И тогда наступает кризис. Дэвид Брукс, автор мирового бестселлера «Путь к характеру», утверждает: чтобы вновь обрести почву под ногами и выйти на абсолютно новый уровень, нужно посмотреть на мир иначе. Использовать личный опыт, чтобы осознать, что нужно именно вам. Увидеть вторую вершину. Она не противоположна первой. Взобраться на нее — не значит отвергнуть свой предыдущий успех. Это просто новое путешествие, которое принесет истинное счастье. В формате PDF А4 сохранен издательский макет.

УДК 159.92

ББК 88.52

ISBN 978-5-04-119518-2

© Брукс Д., 2019

© Эксмо, 2019

Содержание

Введение	6
Часть I	21
Глава 1	21
Конец ознакомительного фрагмента.	27

Дэвид Брукс
Вторая вершина. Величайшая книга
размышлений о мудрости и цели жизни

Посвящается Эни, которая принесла безграничную радость в мою жизнь.

David Brooks

The Second Mountain: The Quest for a Moral Life

© 2019 by David Brooks

This translation published by arrangement with Random House,
an imprint and division of Penguin Random House LLC

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

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 жидется 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, 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 Нувен², 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 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

¹ Субстрат (*фил.*) – простейшие структуры или образования, которые остаются устойчивыми, неизменными при любых преобразованиях вещи и обуславливают ее конкретные свойства.

² Генри Нувен (Henri Nouwen) – голландский католический священник, один из самых читаемых христианских авторов (24.01.1932 – 21.09.1996 гг.) – прим. ред.

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 преобразуются. 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»*³ 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».

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*

³ Шварц Б., Шарп К. Практическая мудрость. Правильный путь к правильным поступкам. – М.: Олимп-Бизнес, 2016.

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 эгалитарна⁴, 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.

К концу дня они зачастую валятся с ног от усталости, потому что в течение дня отдают себя людям, которые заполняют их время просьбами и требованиями. Но сама жизнь их куда объемнее, ведь они задействуют более глубокие части своей личности, и берут на себя более серьезные обязательства. Для них, как выразился К.С. Льюис: «Бремя славы ближнего моего ляжет на мои плечи, и груз этот настолько тяжел, что вынесет его лишь смирение, а хребет гордеца будет сломлен».

А еще я умею распознавать, на каком из двух этапов находятся целые организации. Иногда ни работа в компании, ни учеба в колледже не оставляют никакого следа в вашей жизни. Вы получаете то, зачем пришли, и уходите. Организации, достигшие своей второй вершины, трогают людей до глубины души и оставляют неизгладимый след в их жизни. Невозможно не узнать выпускника Морского института Ирландии или Морхауса, пианиста Джульiardской школы или ученого из НАСА. Представители каждого из перечисленных институтов обладают общей целью, общим набором ритуалов, общей историей. Они ищут тесных взаимоотношений и требуют полной отдачи. Эти учреждения не просто обучают – меняют своих подопечных.

⁴ Эгалитарный – основанный на уравнительности, уравнительном переделе имущества. *Эгалитарная утопия*.

План

Первостепенная цель этой книги – пошагово, на примерах конкретных людей показать путь, пролегающий от первой вершины ко второй, и в деталях продемонстрировать, как выглядит более глубокая и радостная жизнь. Все говорят, что нужно служить делу более важному, чем сам человек, но никто не рассказывает, как это сделать.

Вторая цель – показать, как целые сообщества могут продвигаться от первой вершины ко второй. Это книга об обновлении, о том, как разделенные и отчужденные части целого могут заново обрести единство. Сегодня мы наблюдаем кризис человеческих связей, кризис солидарности. Мы живем в культуре гипертрофированного индивидуализма. Между человеком и обществом, между индивидом и группой всегда существует определенное напряжение. За последние шестьдесят лет мы слишком далеко зашли в изучении самого себя и в преследовании собственных интересов. Единственный выход заключается в том, чтобы восстановить равновесие, воспитать культуру, нацеленную на межличностные отношения, на участие в жизни общества и приверженность своему делу – на все то, к чему мы и так стремимся, но к чему нас не пускает наш гипериндивидуалистический образ жизни.

В первой части я как можно подробнее расскажу о том, как складывается жизнь на каждой из вершин. Мы вместе поднимемся на вершину первой горы, и скатимся вниз в долину, а затем взойдем на вторую вершину. Пожалуйста, не воспринимайте эту метафору слишком буквально. Нет универсальной формулы, которая бы описала совершенно любой жизненный путь. (Например, моя жена сначала поднялась на вторую вершину. В отличие от большинства из нас, она была воспитана в среде, где моральные обязательства ценятся выше личного успеха.) Я использую метафору с двумя вершинами для того, чтобы передать в повествовательной форме суть двух различных моральных идеалов, ориентируясь на которые живут люди: ради себя и ради других. Я хочу показать, почему первый способ, весьма распространенный в нашей культуре, не работает. Я опишу переживания, которые терзают некоторых людей на пути к более полноценной жизни, и поделюсь важными истинами, которые они открывают для себя на этом пути. Как правило, со временем мы становимся лучше, наполненнее и мудрее, и в этой книге я стремился запечатлеть, как именно это происходит.

Во второй половине книги я опишу жизнь людей с «мышлением второй вершины». На первой вершине люди живут очень подвижно, стараясь ни к чему сильно не привязываться. А на второй вершине они пускают более глубокие корни и сильнее предаются своему делу. Это самоотверженная жизнь. Описывая жизнь на второй вершине, я на самом деле имею в виду то, как они берут на себя максимальные обязательства перед другими и как страстно и увлеченно их проживают. Других вариантов они не рассматривают. Они находятся на своем месте и берут на себя серьезные обязательства в одной или во всех четырех сферах, перечисленных ниже:

1. Призвание
2. Брачный союз и семья
3. Философия или религия
4. Общество

Обязательство – это обещание, за которое не ждешь награды. Обязательство – это влюбиться во что-то, а затем выстроить вокруг этого схему поведения на случай, если твоя любовь разобьется вдребезги. Во втором разделе этой книги я попытаюсь описать, как люди принимают на себя обязательства, как они находят свое призвание, а затем проживают его от начала и до конца, как выбирают себе пару и добиваются успеха в браке, как приходят к своей жизненной философии и каким образом набираются религиозного опыта, как их охватывает желание служить своему сообществу и как они сотрудничают с другими людьми ради процветания

этого сообщества. Наполненность нашей жизни зависит от того, насколько хорошо мы выбираем и проживаем свои – нередко конфликтующие между собой – обязательства.

Некоторые из тех людей, которых я упомяну на страницах этой книги, прожили свою жизнь на очень высоком уровне. Нам с вами вряд ли доведется прожить настолько же самоотверженную жизнь. Нам это попросту не под силу, потому что мы – обычные, заикленные на себе люди, как ни обидно это признавать. Но все равно важно ставить для себя высокую планку. Вдохновляться чужими примерами и помнить, что жизнь, полная глубоких обязательств, возможна. К неудаче нас приведут наши собственные ограничения, а не недостижимые идеалы.

Что я узнал

Различие между первой и второй вершиной сродни различию между жизненными ценностями для резюме и для панегирика, которые я привел в качестве примера в своей последней книге *«Путь к характеру»*⁵. Самое время признаться, что эту книгу я пишу отчасти для того, чтобы компенсировать ограниченность той. Люди, о которых я писал в *«Пути к характеру»*, могут многому нас научить. Но книга написана в определенное время, на определенном этапе пути определенного человека. Пять лет, минувшие с тех пор, как я закончил предыдущую книгу, оказались самыми бурными в моей жизни. Эти годы – местами болезненные, местами радостные – преподнесли мне несколько сложных уроков об искусстве жизни и о ее ловушках. Они продвинули меня вперед на пути к пониманию и осознанию.

Работая над книгой *«Путь к характеру»*, я оставался заложником индивидуализма. Я верил, что жизнь складывается лучше всего, когда мы сами ее контролируем, когда берем в руки штурвал и управляем своим собственным кораблем. Я все еще считал, что мы сами куем свой характер. Определяем свой главный недостаток, а затем, собрав волю в кулак, укрепляем слабые стороны.

Теперь же я не считаю, что формирование характера – это персональная задача каждого отдельного человека, выполнять которую следует в одиночку.

Я больше не верю, что формировать характер – это как тренировка в спортзале: выполняй упражнения, и нарастишь мышцы честности, мужества, целостности и выдержки. Сейчас мне кажется, что хороший характер – это побочный продукт самоотдачи.

Вы любите то, что достойно любви. Вы отдаете всего себя обществу или идее, даете обещания другим людям, заводите целый клубок любовных привязанностей, теряете себя в ежедневном служении окружающим, а они – себя в ежедневном служении вам. Хорошо иметь характер, и на пути к его обретению можно много чего узнать. Но есть кое-что получше характера – нравственная радость. Это безмятежность, которая приходит, когда вы приближаетесь к воплощению совершенной любви.

Кроме того, я больше не считаю, что культурные и моральные структуры нашего общества так уж прекрасны, и что наша личная задача сводится к тому, чтобы исправлять самого себя. За последние несколько лет в результате личных, национальных и глобальных событий мои взгляды стали гораздо радикальнее.

Теперь я думаю, что безграничный индивидуализм современной культуры – настоящая катастрофа. Акцент на самом себе: на личном успехе, самореализации, самоактуализации – это настоящая катастрофа. Теперь я думаю, что хорошая жизнь требует куда более обширной трансформации. Недостаточно просто работать над собственными слабостями. Вся культур-

⁵ Брукс Д. Путь к характеру. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019.

ная парадигма должна перейти от мышления в стиле гипертрофированного индивидуализма к мышлению второй вершины, нацеленному на выстраивание отношений.

Зачем мы здесь

Я написал эту книгу отчасти для того, чтобы напомнить самому себе, какую жизнь я хочу прожить. Писатели решают свои проблемы публично, пускай и притворяясь, что пишут о ком-то другом. Другими словами, мы пытаемся научить тому, что сами хотим узнать. Моя первая вершина была безумно счастливой. Я достиг гораздо большего профессионального успеха, чем ожидал. Но этот подъем превратил меня в человека определенного склада: отчужденного, неуязвимого и необщительного, что касается, по крайней мере, личной жизни. Я увильнул от ответственности за отношения с бывшей женой. Мы с ней договорились не обсуждать публично ни наш брак, ни развод. Но когда я оглядываюсь назад на свои прошлые ошибки, неудачи и грехи, все они – результат моего бездействия, и того, что я не был по-настоящему рядом с близким людьми. В основе этих грехов, как правило, мое отсутствие: отговорки, погружение с головой в работу, попытки избежать конфликтов, неспособность сопереживать и открыто выражать свои чувства. Приведу пример. Двое моих старинных, близких друзей живут в 400 км от меня. И в те моменты, когда они нуждались в моей помощи или просто хотели встретиться и пообщаться, я всегда оказывался или жутко занят, или не организован, или же просто находился где-то далеко. Они проявляли ко мне невероятное терпение и великодушие. Сегодня я отношусь к этим дорогим мне отношениям со смесью благодарности и стыда. Такой поведенческий шаблон – не уделять время тому, что я люблю, потому что для меня время важнее людей, а продуктивность важнее отношений – устойчивый лейтмотив моей жизни.

Расплата за один грех выливается в другой. Мои ошибки нарастали, как снежный ком, а затем обрушились на меня в 2013 году. В тот год жизнь отправила меня на самое дно долины. Реальность, которая раньше определяла мою жизнь, исчезла. Мой брак, продлившийся 27 лет, закончился, и после этого неудавшегося обязательства я переехал в квартиру. Мои дети постепенно вступали во взрослую жизнь и либо уезжали из дома в колледж, либо готовились к этому этапу. Мы продолжали видеться, иногда выбирались в ресторан поужинать, но я скучал по нашим мимолетным встречам в коридоре или на кухне. Всю свою взрослую жизнь я придерживался консервативных взглядов, но мало-помалу консерватизм перестал занимать такую важную роль в моей жизни, поэтому в то же самое время я, ко всему прочему, оказался вдруг ни к чему не привязанным ни интеллектуально, ни политически. Большая часть моей общественной жизни прошла именно в консервативных кругах, и эти связи постепенно от меня отдалялись. Я осознал, что у меня было много друзей, но никто из них не был мне по-настоящему близок. Мало кто доверял мне, потому что я не располагал людей к открытости. Я был слишком занят, постоянно куда-то спешил.

Ни к чему не привязанный, я чувствовал себя одиноким и униженным, разбитым на тысячу мелких осколков. Помню свое состояние в тот период – все эмоции на поверхности, как это бывает при алкогольном опьянении, а в плейлисте – одни ирландские песни о разбитом сердце в исполнении Шинейд О'Коннор и *Snow Patrol*. Я в таком отчаянье бросался за поддержкой к своим друзьям, что теперь мне даже стыдно об этом вспоминать, чего я и стараюсь не делать. Я был волен выбирать, какой хочу видеть свою оставшуюся жизнь, – никаких ограничений. Я столкнулся с вопросами, какие обычно решаешь в двадцать два года, а мне было ни много ни мало пятьдесят два.

Не сумев должным образом выполнять свои обязательства, следующие пять лет я провел за чтением и размышлениями о том, как важно выполнять обещания и как найти смысл жизни, когда мирской успех перестает приносить удовлетворение. Книга, которую вы сейчас читаете, является результатом этого поиска. Это своеобразная попытка дать себе пинок под зад. В ней

же и непрекращающийся поиск пути к лучшей жизни. «Книга должна служить топором, способным разрубить замерзшее внутри нас море», – писал Кафка. Она должна разбудить своего читателя, буквально стукнув по его темечку. Такое влияние на меня оказало написание этой книги.

Надеюсь, то же самое она проделает и с вами. Мне нравится, как Д.Т. Найлс определил суть нашей писательской деятельности: «У самих ни гроша за душой, но пытаемся показать нашему брату нищему, где раздобыли свой хлеб». Вы очень быстро заметите, что в этой книге я много цитирую людей, куда более мудрых, чем я сам. Очень много, и я не преувеличиваю. Более того, мне совсем за это не стыдно. За время работы над книгой меня не раз посещала мысль, что, может быть, я вообще никакой не писатель. А скорее учитель или посредник. Я беру существующую учебную программу и передаю ее дальше.

Последний из моих резонов все-таки написать эту книгу – это дать ответ на текущий исторический момент. Уже шестьдесят лет как наша культура строится на поклонении себе: надо себя искать, инвестировать в себя, ну и, конечно, самореализовываться.

Капитализм, меритократия и современная социальная наука нормализовали эгоизм. Сформировали устойчивое представление, что единственный реальный человеческий мотив – это корысть, стремление к деньгам, статусу и власти.

Подспудно транслируя в массы идею, что самоотдача, забота и любовь – это так, всего лишь приятное дополнение.

В обществе, главенствующий приоритет которого – это личный интерес каждого, люди разобщаются и отдаляются друг от друга. Именно это и произошло с нами. Мы все скатились на дно долины. Гниль, которую мы сегодня видим в политике, вызвана разложением наших моральных и культурных основ – нашим отношением друг к другу, тем, что мы воспринимаем себя отдельной ото всех единицей, нашими индивидуалистическими ценностями – вот из чего состоит «суп», в котором мы с вами варимся. Культуры первой вершины как всегда оказалось недостаточно.

Наше общество сговорилось против радости. Слишком много внимания уделяется индивидуализирующей части нашего сознания – личной мотивации, и слишком мало – его связующим частям: сердцу и душе. Мы наблюдаем шокирующий рост распространения психических заболеваний, самоубийств и недоверия друг к другу. Мы слишком полагаемся на свои когнитивные способности, а не на эмоции, мы чаще смотрим на вещи с прагматической точки зрения, а не нравственной, мы слишком зациклены на своей личности, и совсем не уделяем внимания нашим взаимоотношениям с людьми.

Поэтому мы, как народ и как целое общество, просто обязаны найти свою вторую вершину. Это не значит, что нужно отказаться от достижений первой вершины: хорошей работы, хорошего дома и прочих радостей комфортной жизни. Нам всем необходимо поддерживать собственное эго. Необходимы изменения в культуре, в ценностях и философии, в структуре власти, сложившейся в нашем обществе. Речь идет о переходе от одного способа мышления к другому. О поиске идеала, основа которого – в принятии на себя определенных обязательств.

Обнадеживает то, что, отдавая обществу цент, нам возвращается целый доллар. За последние пять лет я понял, что мир гораздо очаровательнее, удивительнее, загадочнее, и все в нем взаимосвязано сильнее, чем может показаться с первой вершины.

Большую часть времени мы ставим перед собой слишком скромные цели. Примеряем обувь слишком маленького размера. Проводим свои дни в погоне за крохотной порцией одобрения или мизерным достижением в карьере. Но жить можно и по-другому – жить можно радостно. И такая жизнь не просто лучше той, к которой мы привыкли. Это просто небо и

земля. Сейчас мы соревнуемся за то, чтобы хоть краем глаза увидеть солнечный свет. Но если подняться с диванов и начать жить по-другому, мы будем купаться в его лучах.

Всякий раз, когда встречаю людей, чья жизнь полна глубокой приверженности делу, меня поражает один факт: радость реальна.

Радость

Прежде чем перейти к описанию путешествия по обеим вершинам, хочется остановиться на этой мысли: радость реальна. Люди по-разному описывают хорошую жизнь. Нередко мы слышим такую формулировку: хорошая жизнь – значит счастливая жизнь. По этой разрядке мы и живем – в погоне за счастьем.

Какое бы счастье ни было, оно окрыляет нас. Когда мы счастливы, мы чувствуем себя прекрасно и находимся в приподнятом настроении. Однако само слово «счастье» имеет великое множество значений. Поэтому важно провести различие между счастьем и радостью.

Так какая между ними разница? Счастье – это личная победа, это расширение собственной личности. Счастье – это когда мы движемся к своим целям, когда все идет по-нашему. Крупное повышение. Защита диплома. Ваша команда выигрывает Суперкубок. Вкусный обед на столе. Счастье, как правило, – это реакция на успех, на достижение, на острое чувственное удовольствие.

Радость же в некоторой степени предполагает растворение собственной личности. Это когда исчезает барьер между вами и другим человеком или существом, и вы чувствуете, как сливаетесь воедино. Радость приходит, когда мать и ребенок с обожанием смотрят друг другу в глаза, когда путешественник удивленно любит красоту леса и чувствует единение с природой, когда группа друзей в забытьи танцует под один и тот же ритм. Радость требует забыть о самом себе. Счастье – это то, к чему мы стремимся, забираясь на первую вершину. Радость – это побочный эффект жизни на второй.

Счастье мы добываем себе сами, а радость сама захватывает нас. Счастье приносит удовлетворение, а радость преображает. Испытывая радость, мы нередко чувствуем, будто заглянули в более глубокий и *правильный* слой реальности. Нарцисс может быть счастлив, но ему никогда не испытать радости, потому что самозабвение – это именно то, чего нарцисс сделать не в состоянии. Нарцисс даже представить себе не может, что такое радость. Это одна из причин, по которой люди застревают на первой вершине: им попросту невдомек, что предлагает вторая вершина.

Моя основная мысль заключается в том, что счастье – это хорошо, а радость – еще лучше.

Подобно тому, как вторая вершина представляет собой более полную и богатую фазу жизни после покорения первой, радость – это более полное и богатое состояние, выходящее за пределы счастья.

Более того, в то время, как счастье, как правило, непостоянно и мимолетно, радость бывает продолжительной и даже постоянной. Чем дольше вы живете самоотверженной жизнью, тем большая радость будет вашим неизменным состоянием. И, освещая жизни окружающих вас людей, станет вашим образом мысли. Вы станете радостным человеком. Так что как в жизни, так и в этой книге, радость будет для нас путеводной звездой, нашим главным ориентиром. Взяв курс на радость, мы непременно окажемся в нужном месте.

Уровни радости

Несколько лет назад я начал коллекционировать радость. Или, если точнее, отчеты о радости. Подлинные свидетельства людей о том, какой становится жизнь, которая, кажется, достигла своего пика и стала максимально наполненной, осмысленной и совершенной.

Глядя сейчас на свою подборку, я понимаю, что существуют разные уровни радости. Во-первых, радость физическая. Нередко, занимаясь какой-то физической деятельностью, часто вместе с другими людьми, мы попадаем в состояние потока. В романе «*Анна Каренина*» Левин косит траву вместе с крестьянами. Сперва он орудует косой весьма неуклюже, но стоит ему разобраться, как работает инструмент, тут ряды у него начинают получаться чистые, ровные. «Чем долее Левин косил, тем чаще и чаще он чувствовал минуты забытья, при котором уже не руки махали косой, а сама коса двигала за собой все сознающее себя, полное жизни тело, и, как бы по волшебству, без мысли о ней, работа правильная и отчетливая делалась сама собой. Это были самые блаженные минуты».

Состояние потока особенно прекрасно, когда удается разделить его с другими людьми, со своей командой или военной частью. Профессор Уильям Макнил, читавший курс истории в моем университете, испытал такое состояние потока новобранцем, в 1941 году. На курсе молодого бойца его учили маршировать с товарищами по части. Он начал испытывать странные ощущения во время марша: «Словами не описать чувства, которые возникают при длительном движении в унисон, как, например, при строевой подготовке. Помню, как по всему телу разливалось ощущение благополучия, точнее, странное чувство, будто, участвуя в коллективном ритуале, я и сам словно раздуваюсь, становлюсь больше, чем вся моя жизнь».

Следующий уровень радости – коллективное бурление, праздничный танец. Почти в каждой культуре с продолжительной историей радостные моменты отмечают и закрепляют ритмичными танцами. Я пишу эти строки наутро после свадьбы одного моего друга, ортодоксального еврея. После церемонии мы, мужчины, под музыку танцевали вокруг жениха. Обступив его плотным кольцом, мы кружились вокруг него, а он, оказавшись в центре образовавшегося вихря, самозабвенно прыгал вверх-вниз. Поочередно он подзывал к себе в центр кого-то из круга: своего деда, друга, даже меня, – и мы выходили в раскаленный добела центр и вместе с ним скакали от радости, махали руками и хохотали.

Писательница Зэди Смит⁶ однажды описала один свой поход в лондонский ночной клуб в 1999 году. Она наматывала круги, разыскивая своих друзей, гадая, где же осталась ее сумочка, как вдруг зазвучала песня группы *A Tribe Called Quest*⁷. В этот момент, писала она:

«худой, как палка, человек с огромными глазами протянул мне руку через целое море тел. Он снова и снова задавал мне один и тот же вопрос: «Ты чувствуешь *это*?» Я чувствовала. Ноги от каблучков ломило невыносимо, и я боялась, что просто не устою, но меня буквально накрыло от восторга, когда именно в то самое мгновение в истории человечества заиграла песня *Can I Kick It?*, а потом плавно перетекла в *Smells Like Teen Spirit*⁸. Я взяла его за руку. Меня просто унесло. Мы танцевали до изнеможения, полностью отдаваясь радости».

⁶ Зэди Смит (род. в 1975 г.) – английская писательница, автор таких книг, как «Белые зубы», «О красоте», «Время свинга» и «Собиратель автографов».

⁷ A Tribe Called Quest – американская хип-хоп-группа, сформированная в 1985 году, один из их главных хитов – песня под названием «Can I Kick It» (1989).

⁸ «Smells Like Teen Spirit» – песня американской группы Nirvan с альбома *Nevermind* (1991).

Это такой вид радости, который освобождает нас из цепких лап неуверенности в себе и в едином порыве сближает с окружающими. Такая радость живет настоящим моментом, захватывает нас целиком и мы всегда проживаем ее в полном объеме.

Третий уровень занимает так называемая эмоциональная радость. Это внезапный всплеск любви, который можно заметить, например, на лице матери, когда она впервые видит своего ребенка.

Дороти Дэй⁹ прекрасно его описала: «Даже напиши я величайшую в мире книгу, сочини прекраснейшую симфонию или создай самую изысканную скульптуру, я бы не ощутила себя творцом более возвышенным, чем в тот момент, когда в моих руках оказался мой ребенок... Ни одно другое человеческое существо не смогло бы принять или вместить в себя такой огромный поток любви и радости, какой я ощутила с рождением дочери. Появилась необходимость боготворить и обожать».

Это очень личный и мощный вид радости. Я часто вспоминаю один летний вечер. Дело было уже более десяти лет назад, я возвращался с работы и, свернув к дому, увидел, как трое моих детей, которым тогда было двенадцать, девять и четыре года, играют с мячом на заднем дворе. Подкидывали мяч в воздух и бросались ловить его наперегонки. Смеялись, толкались – в общем, классно проводили время. Я сидел в машине, сквозь лобовое стекло наблюдая эту сцену семейного счастья. Лучи летнего солнца проглядывали сквозь деревья. Лужайка казалась идеальной. Я испытывал необъяснимую радость и благодарность, которые, сплетаясь между собой, переполняли меня. Сердце колотилось у меня в груди. Время словно остановилось. Уверен, что каждому родителю довелось пережить нечто подобное.

Нередко эмоциональная радость возникает в начале романтических отношений. Новоиспеченные возлюбленные буквально светятся, глядя друг на друга. Или, наоборот, это происходит намного позже. Пары, которые очень давно состоят в отношениях, порой чувствуют друг друга лучше, чем самих себя. И часто от счастливых в браке людей можно услышать: «Когда мы занимаемся любовью, я растворяюсь в ней/в нем без остатка».

Писатель Дэвид Уайт указывает на ключевой момент.

«Радость, – пишет он, – это встреча глубокой концентрации и самозабвения, это телесная алхимия, когда нечто внутри нас вступает во взаимодействие с тем, что находилось вне наших границ, и превращается в нечто новое – живая граница, голос, соединяющий нас с миром: танец, смех, симпатия, прикосновение, пение в машине, музыка, играющая на кухне, тихое, незаменимое и успокаивающее присутствие дочери; чистая, пьянящая красота мира – граница между тем, что мы есть, и тем, чем мы не являемся».

На четвертом уровне располагается радость духовная. Порой радость приходит к нам не через движение, не через любовь, но через неожиданное соприкосновение с чем-то, напоминающим бесконечный, чистый дух. Писатель и профессор Уитонского колледжа Джерри Рут как цитирует К.С. Льюиса¹⁰: «радость приходит с осознанием, что действительности чуждо идолопоклонничество, и что на самом деле миром правит некая мистическая сила».

Однажды поэт Кристиан Уиман работал на кухне в своей пражской квартире, как вдруг на подоконник, буквально в метре от него приземлился сокол. Со своего наблюдательного пункта сокол окинул взглядом деревья и здание напротив, но ни разу не оглянулся и не посмотрел на Уимана. Потрясенный до глубины души, он тут же позвал свою девушку, которая в тот момент принимала ванну. Оставляя за собой капли воды, она пришла на его зов и, остановившись

⁹ Дороти Дэй (1897–1980) – американская журналистка, активистка, одна из основательниц Движения католических рабочих. Была сторонницей философии дистрибутизма католической экономической теории.

¹⁰ Клайв Стейплз Льюис (1898–1963) – британский писатель, поэт, преподаватель, ученый и богослов ирландского происхождения, автор цикла «Хроники Нарнии».

рядом с Уиманом, во все глаза уставилась на сокола. «Загадай желание», – шепнула она. Тут сокол повернул голову и встретился взглядом с Уиманом. Внутри у Кристиана словно что-то оборвалось. Позже он описал случившееся в стихотворении:

Я стоял, замороженный,
Молил, молил, молил,
Чтобы мгновение не кончалось.
Как вдруг оно прошло.

Такой вид духовной радости зачастую требует мистической сонастроенности. Мать Толстого умерла, когда он был маленьким мальчиком. Перед похоронами он оказался в комнате, где стоял ее открытый гроб. Он взобрался на стул, чтобы хорошенько увидеть ее, и испытал странное умиротворение. «Я смотрел и чувствовал, что какая-то непонятная, непреодолимая сила притягивает мои глаза к этому безжизненному лицу, – писал он позже. – На время я потерял сознание своего существования и испытывал какое-то высокое, неизъяснимо-приятное и грустное наслаждение». Затем в комнату вошел человек, и Толстой подумал, что, стоя на табурете с блаженным выражением лица, может показаться вошедшему бесчувственным, а потому, дабы соблюсти условности, он притворился, что плачет. «Это эгоистическое чувство больше других заглушало во мне истинную печаль».¹¹

Теперь мы поднимаемся ко все более и более высоким уровням переживания радости. Пятый – это трансцендентная радость, чувство единения с природой, Вселенной или Богом. В книге «*В походе со святыми*»¹² Белден Лейн описывает свой опыт пешего туризма таким образом:

«Всякий раз, оказываясь в дикой природе, по неведомой мне схеме обмена мое тело и окружающая среда проникают друг в друга. Я двигаюсь в воде и вдыхаю воздух, наполненный ароматом жимолости. Меня окутывает паутина, а в кожу и одежду впиваются колючие ветви кустарников. В рот залетают комары, привлеченные запахом пота. Чувствую под подошвой камни. И не всегда понятно, где «заканчиваюсь» я и «начинается» все остальное. То, что кажется «мною», не ограничивается пределами моей кожи».

Такое трансцендентное переживание может продлиться не более пары минут, но и за это короткое время оно способно изменить всю последующую жизнь. Человеку в это мгновение словно открывается тайная суть вещей, после чего возврат к привычному образу жизни невозможен, созерцания танца бледных теней на стенах пещеры становится недостаточно. Ральф Уолдо Эмерсон¹³ выстроил целую философию на подобных мгновениях трансцендентного опыта. «Когда стоишь босиком на земле, голову обдувает блаженный ветер, взор обращен вверх, в бесконечное космическое пространство – эгоизм улетучивается. Ты превращаешься в прозрачное глазное яблоко. Становишься ничем и видишь все. Потoki Вселенского Существования проносятся сквозь тебя».

Эта радость – сладкая жажда, томление, пускай и болезненное временами. Стоит нам познать вкус вечного, как с этого момента радость для нас – в погоне за этим вкусом. Радость, как выразился К.С. Льюис, – это не удовлетворение желания, а само желание. Аврелий Августин¹⁴ воспринимал Божью любовь как дивную и жгучую жажду: «Ты позвал, крикнул и про-

¹¹ Толстой Л.Н. «Детство».

¹² Lane B. Backpacking with the Saints, 2014.

¹³ Ральф Уолдо Эмерсон (1803-1882) – американский эссеист, поэт, философ, пастор, лектор, общественный деятель.

¹⁴ Аврелий Августин (354-430) – христианский богослов и философ, влиятельнейший проповедник, один из Отцов христианской церкви. Августин является святым католической, православной и лютеранской церквей (в православии обычно

рвал глухоту мою; Ты сверкнул, засиял и прогнал слепоту мою; Ты разлил благоухание свое, я вдохнул и задыхаюсь без Тебя. Я отведал Тебя и Тебя алчу и жажду; Ты коснулся меня, и я загорелся о мире Твоем¹⁵».

Даже тем, кто не выражает свою религиозность открыто, знакомы мгновения, когда кажется, будто сама любовь освещает им путь. Однажды, катаясь на горных лыжах, двадцатичетырехлетний Жюль Эванс¹⁶ упал с обрыва и, пролетев почти десять метров, сломал позвоночник и ногу. «Я лежал на земле и чувствовал, что меня окружает свет и любовь. К тому моменту я уже шесть лет как мучился душевными страданиями и даже боялся, что мое эго сломлено безвозвратно. Но в тот момент я понял, что со мной все в порядке, что меня любят, и во мне есть что-то такое, что сломить невозможно, назовите это «душой» или «Я», «чистым сознанием» или как вам будет угодно».

В 2016 году организация *Gallup* провела опрос среди американцев: доводилось ли им переживать мистический опыт, выход за пределы собственного «Я» и чувствовать связь с бесконечностью. Подавляющее большинство респондентов (84 %) ответили, что как минимум раз в жизни испытывали подобный опыт, а 75 % отметили, что существует негласное табу на публичное обсуждение таких вещей.

Нравственная радость

Здесь хочется перейти к описанию высшего уровня радости, который я называю нравственной радостью. Я полагаю, что это наивысшая форма радости, и даже скептики не могут ее объяснить. Любую другую мимолетную радость они могут списать на химическую реакцию мозга, которая вызывает некие странные ощущения. Однако нравственная радость имеет отличительную особенность. Испытывать ее можно постоянно. Некоторые в такой радости живут каждый день. Их повседневные действия полностью соответствуют их взглядам на жизнь. Они отдают себя целиком и полностью, сплоченно и от всего сердца. Они испытывают великую благодарность за то, что нашли свое место и заняли свою позицию. В их сердцах – свет.

Эту радость испытывает Папа Франциск¹⁷ и, говорят, архиепископ Туту¹⁸ и Пол Фармер¹⁹. Как и Джеффри Канада, основавший некоммерческую организацию *Harlem Children's Zone*, и великий виолончелист Йо-Йо Ма. Однажды я обедал с Далай-ламой в Вашингтоне. За обедом он не сказал ничего особенно поучительного или глубокомысленного, но время от времени вдруг начинал хохотать, безо всякой видимой на то причины. Он смеялся, а я, чтобы не показаться невежливым, смеялся вместе с ним. Он смеялся. Я смеялся. Он просто такой человек – полный радости. Радостное возбуждение – это его состояние покоя.

Подобного рода нравственная радость зачастую начинается с некоего эмоционального всплеска, так называемого душевного подъема. Так, один исследователь и помощник социального психолога Джонатана Хайдта, как-то зимним утром беседовал по долгу службы с женщиной, которая вместе с несколькими прихожанами ее церкви добровольно вступила в Армию Спасения. После интервью один из добровольцев предложил развезти всех по домам. Шел

именуется Блаженный Августин).

¹⁵ Аврелий Августин. Исповедь.

¹⁶ Жюль Эванс (Jules Evans) – британский «практический философ», автор книги «Философия на все случаи жизни» (2012).

¹⁷ Папа Франциск (род. в 1936 г.) – 266-й папа римский. Первый в истории папа из Нового Света и первый за более чем 1200 лет папа не из Европы.

¹⁸ Десмонд Туту (род. в 1931 г.) – англиканский архиепископ Кейптаунский, активный борец с апартеидом. Лауреат Нобелевской премии мира 1984 года.

¹⁹ Пол Фармер (род. в 1959 г.) – американский медицинский антрополог, врач, общественный деятель, международный эксперт в области здравоохранения.

сильный снег. Проезжая по жилому кварталу, у одного из домов они заметили пожилую женщину, в руках она держала лопату для снега. Один из ребят на заднем сиденье попросил высадить его на ближайшем перекрестке. Все решили, что паренек живет тут неподалеку.

Однако, выскочив из машины, он не зашел ни в один из домов, а направился к женщине и, взяв у нее из рук лопату, принялся разгребать снег. Одна женщина, тоже находившаяся тогда в машине, вспоминает: «Помню, мне прямо захотелось выскочить из машины и обнять его. Хотелось петь и танцевать, прыгать и смеяться. Как-то выплеснуть это в движении. Хотелось говорить людям приятные слова. Написать красивое стихотворение или песню о любви. Поваляться в снегу, как в детстве. И всем-всем рассказать о его чудесном поступке. У меня так поднялось настроение! Меня переполняла радость, энергия, я была счастлива и не могла перестать улыбаться. Когда вернулась домой, поделилась переживаниями с соседками по квартире, они тоже были ужасно растроганы». Как отмечает Хайдт, такие моменты мощного нравственного подъема способны спровоцировать своего рода душевную перезагрузку, заменить цинизм такими эмоциями как надежда, любовь и моральное вдохновение. Эти моменты подъема заряжают энергией. Вдруг появляется сильная мотивация творить добро, решимость, готовность жертвовать и помогать.

Щедлость, вошедшая в привычку, меняет людей. Ведь личность – в отличие от скелета – отнюдь не постоянна.

Как и ваш разум, она способна меняться. Каждый наш поступок, каждая наша мысль пусть и самую малость, но меняет нас, приподнимает нас или же опускает. Стоит совершить несколько добрых дел подряд, как мы начнем привыкать проявлять внимание к окружающим.

И мало-помалу совершать добрые дела становится легче. Точно так же привычка лгать, бессердечные, жестокие поступки приводят к деградации личности, и со временем каждый новый поступок будет еще хуже предыдущего. Как говорят криминалисты, убийцами становятся не сразу. Нужно перешагнуть не один порог, прежде чем оказываешься в той точке, где для тебя становится возможным забрать чужую жизнь.

Люди, которые излучают радость, живут в состоянии глубокой и любящей самоотверженности. Они привыкли отдавать, и со временем души их начинают светиться. Все мы что-то да излучаем. Многие – страх и неуверенность в себе. А люди, преисполненные радости, в большинстве своем излучают благодарность, восторг и доброту.

Как же и нам с вами начать сиять так же, как и они? Возможно, у вас сложилось впечатление, будто такой яркой личностью становится лишь тот, у кого нет проблем, чья жизнь – это одно сплошное удовольствие и наслаждение. Но стоит присмотреться к радостным людям, как станет очевидно: как правило люди с самыми яркими душами взваливают на себя самую тяжелую ношу.

Вот что писатель Бенджамин Харди рассказал журналу *Inc.* о своем решении взять троих приемных детей: «До того, как я взял на себя эту ответственность, я наслаждался достигнутым. Мне было не о чем волноваться. У меня не было энергии двигаться вперед. Легкая жизнь не делает тебя счастливее, не приводит к росту. Напротив, легкая жизнь – залог того, что вы застрянете и совершенно запутаетесь в своей жизни». Приняв этих детей в свою семью, он много чего открыл для себя. И не только о разочаровании, тревоге и усталости, он так же узнал состояние душевного подъема, близость и, в особенности, заботливую любовь. Счастье можно испытывать в одиночестве. А постоянная радость возможна лишь тогда, когда твоя жизнь крепко переплетена с жизнями других. Счастье приходит, когда исполняется личное желание. Постоянная нравственная радость рождается, когда это желание обращено наружу, к другим.

Грегори Бойл – священник одной из криминальных группировок в Лос-Анджелесе. Он тоже замечает разницу между жизнью, прожитой для себя, и жизнью, прожитой для других: «Сострадание всегда, в самом подлинном своем проявлении, связано с переходом из узкого мира сосредоточенности на себе в заведомо более объемный мир дружбы». И в этом заключается правда жизни: нужно потерять себя, чтобы найти, и отдать – чтобы обрести.

Может показаться, что мало кто сегодня выбирает жить в радостном служении. Однако, когда весной 2018 года я основал в Институте Аспена проект под названием *Weave: The Social Fabric Project*, цель которого – привлечь внимание к людям, помогающим обществу объединяться и налаживать отношения, я почти каждый день оказывался в окружении людей, сияющих изнутри.

Взять, к примеру, Стефани Хрузек из города Хьюстон, штат Аризона. Скрестив по-турецки ноги, она сидит на полу в окружении детей, и вместе они дружно, хором тараторят скороговорки. Это занятия в рамках благотворительной программы Стефани *Family Point* («Семейная точка»). «Кто может произнести «уникальный Нью-Йорк» еще быстрее?» Или Кейт Гарвин из Колорадо, завидев которую, маленький мальчик-беженец из Сомали визжит от восторга – ведь Кейт помогает ему влиться в местную школьную систему. Или, например, Дон Флоу, владелец сети автосалонов в Северной Каролине, с тихим удовлетворением показывает общественный центр, который он построил в городе Уинстон-Салем. Харлан Кроу, предприниматель-застройщик, все силы которого направлены на то, чтобы людям вокруг него было как можно комфортнее.

Маку Маккартеру, основателю *Community Renewal International* («Обновляем сообщество») из Шривпорта, штат Луизиана, уже за семьдесят. Он один из тех людей, кто в свой первый визит в кафе знакомится с каждым посетителем, и для каждого у него найдется подходящая шутка или история. А в свой третий визит для многих он уже лучший друг. К пятому – его пригласят ведущим на свадьбу. Рядом с таким человеком приятно находиться, потому что он излучает радость.

Я спрашивал этих людей, что же приносит им радость. В ответ я неизменно слышал один и тот же ответ: мгновения, когда им удалось порадовать других. «Самозабвение – вот мой источник радости, – заметила Хелен Келлер. – Поэтому я стараюсь делать так, чтобы свет в глазах других людей был моим солнцем, чтобы музыка в чужих ушах была моей симфонией, а улыбка на чужих губах – моим счастьем».

Мирослав Вольф – профессор Йельского университета, который специализируется на изучении радости, полагает, что радость – это не самостоятельная эмоция, а венец хорошо прожитой жизни. «Радость – отнюдь не дополнение к хорошей жизни, не так называемая вишенка на торте. Все совсем наоборот. Хорошая жизнь проявляется в радости. Радость – это своего рода эмоциональное мерло жизни, положительная реакция на жизнь, в которой все идет хорошо и которую хорошо проживают».

Счастье – естественная цель покоривших первую вершину. Счастье – это здорово. Но жизнь у нас всего одна, так почему бы не посвятить ее охоте на более крупного зверя: наслаждаясь счастьем, продолжать двигаться к радости.

Счастье, как правило, индивидуально, и единственный способ его измерить – это спросить самого себя: «счастлив ли я?» Радость же трансцендентна. К счастью – стремятся, а радость возникает сама по себе и накрывает нас с головой. Счастье приходит к нам как результат наших личных достижений, а радость – когда мы одариваем других. Счастье со временем угасает. Мы постепенно привыкаем к тому, что поначалу делало нас счастливыми. Радость не увядает. Жить радостно – значит постоянно удивляться, благодарить и надеяться. Те, кто находится на второй вершине, прошли процесс преобразования. Они глубоко преданы делу. Любовь придает им силы. Они энергичны, а их жизнь – наполнена.

Часть I

Две вершины

Глава 1

Нравственные экологии

На заре своей телевизионной карьеры, мне довелось работать с Джимом Лерером, соучредителем новостной программы, которая теперь называется *PBS NewsHour*. Всякий раз выходя в новостной эфир, Джим сохранял теплое, но сдержанное выражение лица – он вовсе не считал, что должен становиться частью истории – историей были новости. Когда же камера от него отворачивалась, лицо Джима преображалось и становилось на удивление выразительным. Стоило мне в своем монологе отпустить дешевую шуточку или сморозить какую грубость, уголки его рта едва заметно опускались. Если же я был учтив, мне удавалось хорошо пошутить или высказать умную мысль, я замечал, что он буквально шурится от удовольствия. И все десять лет работы с этим человеком, который восхищал меня до глубины души, я старался вести себя так, чтобы видеть морщинки у глаз, а не опущенные уголки губ.

Лерер никогда напрямую не указывал мне, как себя вести. Он учил соответствовать стандартам *NewsHour* тонко, без слов. И такие реакции от него получал не только я, но и все сотрудники – год за годом, от выпуска к выпуску. Так ему удалось создать атмосферу *NewsHour*, своего рода нравственную экологию, где все разделяют единые ценности и придерживаются одного стиля поведения. Уже не один год минул с тех пор, как Лерер ушел на пенсию, но культура, которую он привил сотрудникам *NewsHour*, по-прежнему царит в студии.

Все мы росли в определенной среде, в определенной нравственной экологии. И наш образ жизни так или иначе создает вокруг нас некую микрокультуру и определяет то, какие от нас исходят вибрации. Одно из величайших наследий, которое может оставить человек – это моральная экология – система убеждений и модель поведения, которые продолжают жить и после его смерти.

Нравственные экологии бывают локальными и распространяются, например, на отдельно взятый дом или офис, а бывают и масштабными – в таком случае они определяют ход развития целых эпох и цивилизаций. У древних греков и римлян был свой кодекс чести и свое представление о бессмертной славе. В конце XIX века парижские художники изобрели богемный кодекс, прославляющий индивидуальную свободу и творчество, в то время как по ту сторону Ла-Манша начала формироваться викторианская мораль с ее строгими нормами приличия и почитания. Нравственная экология незаметно определяет то, как вы одеваетесь, как говорите, чем восхищаетесь, а чем пренебрегаете, и какой видите свою главную цель.

Нравственная экология – это коллективный ответ на глобальные вопросы конкретной эпохи. Например, в середине XX века жители Северного полушария столкнулись с Великой депрессией и разрушительной мировой войной. Глобальные проблемы требуют глобальных мер. И люди вступали в армии, создавали профсоюзы, нанимались работать в крупные компании. Народы, втянутые в войну, сплотились. Так сформировалась культура, в основу которой легла необходимость вписаться в систему, соответствовать большинству, подчиняться авторитету, не выделяться и не брать на себя слишком много. Суть этой нравственной экологии в одной фразе: «Мы все в одной лодке».

Дух этой культуры прекрасно передал Алан Эренхальт в своей книге «Затерянный город»²⁰, в которой он рассказывает о жизни некоторых районов Чикаго в 1950-х годах. Об индивидуальном выборе люди в то время и не думали. Даже будь вы звездой бейсбола вроде Эрни Бэнкса, вы бы ни за что не стали свободным агентом. Всю свою спортивную карьеру вы бы так и играли за *Chicago Cubs*. А будь у вас не такой акцент, не такой цвет кожи или пол, не видать вам работы ни в одном из модных офисных зданий в центре города. Правда, в то время существовала крепкая связь между человеком и местом, к которому они привязаны.

Доведись вам родиться в южной части Чикаго, то, вероятно, вслед за своим отцом или дедом вы бы отправились трудиться на завод *Nabisco* – по тем временам самую большую пекарню в мире, и вступили бы в «Международный союз пекарей и кондитеров».

Дома маленькие, кондиционеров нет, телевизор еще считается роскошью, поэтому в теплую погоду досуг коротают на крыльце или в переулках, а дети целыми днями носятся из дома в дом. И молодой домовладелец оказывался вовлечен в ряд общественных мероприятий: барбекю, встречи за кофе, волейбол, посиделки с детьми и постоянный обмен бытовыми товарами – отвертеться от которых, по словам Эренхальта, «удавалось только самым отчаянным одиночкам».

Если бы вам понадобилось пойти в банк, ваш выбор скорее всего пал бы на местный *Talman Federal Savings and Loan*. За мясом вы бы ходили к местному мяснику по фамилии Бертулчи. В то время порядка 62 % американцев считали, что ведут активную духовную жизнь, так что, поселись вы в этом районе Чикаго, ходили бы по воскресеньям в Приход Святого Николая – слушать проповедь доброго отца Феннесси на латыни. А детей, скорее всего, отправили бы в местную приходскую школу – дрожать от страха в ежовых рукавицах отца Линча.

В политике беспартийным было нечего делать. А вот примкнуть к «машине Босса Дейли»²¹ – это пожалуйста, и вы бы вероятно добились неплохих результатов, слепо выполняя распоряжения сверху. Например, Джон Фари всю свою жизнь посвятил законодательной машине штата Иллинойс, и на шестьдесят четвертом году жизни получил место в Конгрессе США. На вопрос прессы, чем он собирается заниматься в Конгрессе, он ответил: «Я поеду в Вашингтон, чтобы представлять мэра Дейли. Уже двадцать один год я представляю его в законодательном собрании, и он всегда оказывался прав».

В то время поощрялось активное участие в общественной жизни, чего многим сегодня не хватает. На вопрос, откуда вы родом, вы бы не ограничились ответом «из Чикаго», а обязательно упомянули бы квартал и даже перекресток, вокруг которого вертится ваша жизнь. «Пятьдесят девятая и Пуласки», – сказали бы вы. Город словно объединял в себе множество самостоятельных деревенок.

В этой нравственной экологии было множество добродетелей. Акцент делался на смирении, сдержанности и стремлении быть незаметным.

Основная идея была такая: ты не лучше других, и другие не лучше тебя.

Любовь к себе – эгоизм, нарциссизм – считались корнем многих зол. Будешь много болтать о себе, тебя сочтут тщеславным и знаться с тобой не будут.

Безусловно, были у этой культуры и недостатки, и в конечном счете она стала просто невыносимой. Такая нравственная экология допускала повсеместный расизм и антисемитизм. Домохозяйки чувствовали себя в ловушке и буквально задыхались, а карьеристки сталкивались с труднопреодолимыми барьерами. В 1963 году Бетти Фридан²² описала проблему, не имевшую тогда названия, но заключающуюся в том, что множество женщин живут в унынии и невероятной скуке. Культура определяла мужественность как эмоционально холодное каче-

²⁰ Ehrenhalt A. *The Lost City*, 1995.

²¹ Ричард Джозеф Дейли (1902–1976) – американский политик, мэр города Чикаго с 1955 по 1976 г.

²² Бетти Фридан (1921–2006) – одна из лидеров американского феминизма.

ство. Мужчинам было трудно выражать любовь к своим женам и детям. Еда была очень скучной. Люди стали заложниками группового конформизма, загнанными в угол тиранией общественного мнения. Многие играли отведенные им социальные роли, но внутри при этом были мертвы.

В книге Джона Стейнбека 1962 года *«Путешествие с Чарли в поисках Америки»* есть сцена, в которой наглядно изображено, как попадает человек в эту ловушку окостенелой и безрадостной жизни. В ходе своего путешествия по стране Стейнбек вместе со своей собакой оказался в Чикаго. Ему срочно был нужен номер, чтобы принять душ и отдохнуть. Единственную свободную комнату в гостинице еще не успели убрать, и Стейнбек согласился взять ее неубранной.

Открыв дверь, он увидел погром, оставленный предыдущим гостем. На глаза ему попался чек из химчистки, из которого стало ясно, что проживал этот человек, получивший от Стейнбека прозвище Одинокий Гарри, в городе Вестпорт, штат Коннектикут. На гостиничной бумаге – недописанное письмо к жене: «Если бы ты только была здесь [*орфография автора сохранена*] со мной. В этом городе так одиноко. Ты забыла положить в чемодан мои запонки».

Хорошо, что жена Гарри не решила нанести ему неожиданный визит. На стакане из-под виски и на доброй половине окурков в пепельнице оставались следы от губной помады. Судя по шпильке, что валялась на полу у кровати, гостя Одинокого Гарри была брюнеткой. Стейнбек окрестил ее Люсиль.

На двоих они выпили целую бутылку виски. Вторую подушку, что лежала на кровати, явно использовали, но не для сна – следов помады на ней не наблюдалось. Судя по всему, Люсиль накачивала Гарри алкоголем, а свое виски тайком выливала в стоящую на столе вазу с красными розами.

«Интересно, о чем же Люсиль и Гарри говорили? – пишет Стейнбек. – Может быть, она несколько скрасила его одиночество? Сомнительно! Оба они, по всей вероятности, делали то, что от них ожидалось».²³ Думаю, что они оба делали то, что от них ожидали». Гарри не следовало так много пить. Стейнбек нашел в мусорной корзине обертки от «Тамса»²⁴, а в ванной – две упаковки «Бромо-Зельцера»²⁵. Никаких признаков, что произошло нечто неожиданное, не было, писал Стейнбек, никаких знаков настоящего веселья или спонтанной радости. Только одиночество. «Мне стало грустно за Гарри», – заключил он. Так выглядела унылая жизнь работника какой-то бездушной организации. Такой человек не только не чувствовал удовлетворения, он вовсе терял способность чувствовать.

В те дни много говорили об опасностях конформизма, который-де высасывает душу, превращает человека в безликую гайку системы и, нарядив в его в серый фланелевый костюм, отправляет слепо охотиться за статусом и положением. Казалось, что группа подавила индивидуальность, и что люди, сведенные к статистике, утратили чувство своего истинного «я».

Я имею право быть собой

Путевой очерк Стейнбека *«Путешествие с Чарли в поисках Америки»* вышел в печать как раз в то время, когда в обществе накопился протест против нравственной экологии послевоенных лет, «мы все в одной лодке», и начались попытки построить новую культуру. Смена нравственных экологий – неотъемлемая часть прогресса, естественная реакция на устаревание существующего порядка. Правда, и эта дорога не без ухабов.

²³ Стейнбек Дж. Путешествие с Чарли в поисках Америки./ Пер. с англ. Н. Волжиной. – М.: АСТ, 2010.

²⁴ «Тамс» – средство от изжоги.

²⁵ «Бромо-зельцер» – напиток против головной боли.

Географ Рут Дефрис выделяет следующую динамику этого процесса: «Колебания, конфликт, стабилизация. И снова колебания». Люди создают нравственную экологию, которая будет отвечать актуальным запросам времени. Пока эта экология работает, общество процветает и стремительно развивается. Но со временем любая экология становится все менее актуальной, и уже не справляется с новыми проблемами общества. Старая культура теряет гибкость, и на смену ей приходит контркультура. Начинается период беспорядков и конкуренции, приверженцы различных нравственных воззрений вступают в схватку, исход которой определит, за какой из новых культур останется победа. В такие моменты – 1848, 1917, 1968 годы, сегодняшний день – немудрено впасть в депрессию, ведь общество буквально трещит по швам. Вопрос «как следует жить?» решается, порой, в жестоких битвах. В конце концов, совершив крутой поворот, общество выбирает для себя новую нравственную экологию, и заново определяет для себя понятия добра и зла. Не успеет это равновесие установиться, как мало-помалу маятник снова начинает раскачиваться – в этом и заключается нестройное шествие прогресса.

Естественно, культура меняется не в одночасье – слишком уж велико и многообразно общество.

Одни ценности выходят на передний план, другие же уходят в тень. То, что восхвалялось раньше, вдруг не стоит ломаного гроша, и то, чему раньше не придавали никакого значения, вдруг превозносится на пьедестал.

Хочу обратить ваше внимание вот на что: очень важно понимать, *кто* возглавляет такие изменения, потому что это напрямую характеризует время, в котором мы с вами живем. За изменения отвечают не политики. Этим занимаются активисты и первопроходцы, которые продвигают свои моральные принципы и свою культуру. Именно они, те, кто формирует манеры и нравы, являются истинными законодателями человечества, именно они обладают наибольшей властью и влиянием. Начинается все как правило с субкультур. В какой-то момент небольшая группа творческих личностей провозглашает действующую нравственную экологию угнетающей и чужеродной. Они обращаются к истории и находят в прошлом иную нравственную экологию, которая, как им кажется, обеспечивает более благополучную жизнь. И на ее основе формируют уклад жизни, который и остальные находят привлекательным. Люди, присоединяясь к созвучному им общественному движению, направляют туда свои энергию и идеи.

Как сказал Джозеф Кэмпбелл²⁶ в интервью Биллу Мойерсу²⁷, существует два типа поступков. Физическое деяние: герой, который совершает храбрый поступок на войне и спасает деревню. И духовный подвиг: герой находит новый путь к духовной жизни и передает этот навык другим. Или, говоря словами Айрис Мёрдок²⁸: «Человек – сперва рисует самого себя, а потом становится похожим на этот портрет».

В 1960-х годах небольшие группы молодых людей, вступавшие в коммуны и хиппи-общины, оглянулись в прошлое и позаимствовали кое-что из богемной культуры: моду на длинные волосы, молодость, бунтарский дух, революцию и раскрепощенные сексуальные нравы и неприятие всего буржуазного. Называли их по-разному – и «Вудстокские фрики», и бунтари, и дети «нового века», а под конец их уже окрестили «буржуазной богемой». Они говорили и одевались совсем не так, как мужчины в деловых костюмах 1950-х годов. Иначе выстраивали отношения и организовывали свою жизнь.

Уважение к власти превратилось в ее неприятие. Некогда восхищавшиеся сдержанностью, люди начали боготворить экспрессивность. Уважение к опыту сменилось культом молодости. Если раньше члены одной семьи, поколение за поколением, обитали на одном и том

²⁶ Джозеф Кэмпбелл (1904–1987 гг.) – американский исследователь мифологии, автор трудов по сравнительной мифологии и религиоведению.

²⁷ Билл Мойерс (род.1934) – американский журналист и политический комментатор.

²⁸ Айрис Мёрдок (1919–1999 гг.) – английская писательница и философ, лауреат Букеровской премии.

же месте, то теперь жизнь начала восприниматься как бесконечное путешествие. Изменился и смысл жизни. Если раньше это было выполнение долга, то теперь главным стало заниматься своим делом. На первом месте, где некогда стояли интересы группы, вдруг оказались интересы отдельно взятого человека.

В 1962 году, когда была опубликована книга *«Путешествие с Чарли в поиске Америки»*, несколько студентов-радикалов встретила в городе Порт-Гурон, штат Мичиган. Своей задачей они видели борьбу с расизмом на севере, но в итоге их влияние распространилось куда более широко. Именно они сформировали организацию под названием «Студенты за демократическое общество» и создали свою собственную Порт-Гуронскую декларацию, в которой весьма точно описали приближающуюся нравственную экологию.

«Целью человека и общества должна быть независимость человека, – писали они, – забота не об имидже и популярности, а о поиске подлинного смысла жизни для каждого из нас. <...> Такая независимость не равна эгоистическому индивидуализму. Цель состоит не столько в том, чтобы занять чужой путь, сколько в том, чтобы обрести свой собственный».

Контркультура 1960-х годов по большей части основывалась на экспрессивном индивидуализме, к которому исторически тяготеют представители романтических контркультур, она же и сделала его основным принципом современной жизни.

Отжившая свое идеология «мы все в одной лодке» защищала интересы группы, а новая нравственная экология во главу угла ставила свободу, автономию и аутентичность. Эти взгляды можно выразить одной фразой: «Я имею право быть собой». Этот индивидуалистический склад мышления, который иногда называют «эгоизмом», послевоенное поколение впитало с молоком матери и пронесло через всю свою жизнь. Таков путь эмансипации. Суть заключалась в том, чтобы освободиться от догм, политического гнета, социальных предрассудков и группового конформизма. Это движение подразделялось на правый вариант (индивидуума нельзя контролировать с экономической точки зрения) и левый (каждый человек сам выбирает свой образ жизни, и общество не должно его контролировать). Но в основе обоих вариантов лежала личная эмансипация.

Не хочу тратить слишком много времени на описание культуры индивидуализма, аутентичности, автономии и изоляции, потому что ее уже мастерски описали другие люди: Филип Рифф в *«Триумфе терапевтического»*²⁹, Кристофер Лэш в *«Культуре нарциссизма»*³⁰, Гейл Шихи в *«Переходах»*³¹, Аласдэр Макинтайр в книге *«После добродетели»*³², Том Вулф в книге *«Десятилетие Я»*³³, Эрика Йонг в *«Страхе полёта»*³⁴, Чарльз Тейлор в *«Этике аутентичности»*³⁵, Роберт Белла в *«Привычках сердца»*³⁶ и Роберт Патнэм в *«Боулинге в одиночку»*³⁷.

Хочу лишь подчеркнуть, что движение к свободе дало много положительных результатов. Индивидуалистическая культура, возникшая в 60-е гг. XX в., разорвала цепи, которые сковывали женщин и угнетали различные меньшинства. Она ослабила оковы расизма, сексизма, антисемитизма и гомофобии.

²⁹ Rieff P. The Triumph of the Therapeutic, 1966.

³⁰ Lasch C. The Culture of Narcissism, 1979.

³¹ Sheehy G. Passages, 1976.

³² Макинтайр А. После добродетели. – М.: Академический проект, 2000.

³³ Wolfe T. The 'Me' Decade, 1976.

³⁴ Йонг Э. Страх полета. – М.: Эксмо, 1994.

³⁵ Taylor C. The Ethics of Authenticity, 1992.

³⁶ Bellah R. Habits of the Heart. 1985.

³⁷ Putnam R. Bowling Alone, 2000.

Не видать нам с вами ни Силиконовой долины, ни расцвета экономики в наш с вами век высоких технологий без того мятежного индивидуализма и творческой свободы, которые эта культура выпустила на свободу. Эта культурная революция была абсолютно необходима.

Однако редко какая идея, доведенная до крайности, остается позитивной. Как заметил Токвиль еще в 1830-х годах, американской культуре в принципе характерна более высокая степень индивидуализма, чем в других точках мира. Но когда индивидуализм становится основной ценностью цивилизации, и не существует никакой уравнивающей идеологии, с одной стороны абсолютная свобода становится возможной, а с другой – начинают рушиться связи между индивидами. Вот уже почти пятьдесят лет мы наблюдаем развитие грандиознейшего спектакля под названием «Я имею право быть собой». Постепенно эта идея превратилась в культуру гипериндивидуализма, которая зиждется на ряде идей и тезисов. Приведу в пример некоторые из них:

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.