Содержание

Введение 13
Благодарности автора 17
Благодарности издателя 19

1. Успех — это хорошая работа, которая приносит много денег 21
   Правило 1. Успех — понятие индивидуальное
2. Некоторым везет от рождения. 24
   Правило 2. Не стоит никому завидовать
3. Необходимо получить серьезное образование 26
   Правило 3. На дипломе свет клином не сошелся
4. Родители всегда правы 28
   Правило 4. Ваши родители не идеальны
5. Родители в ответе за то, как сложилась ваша жизнь. 30
   Правило 5. Оставьте родителей в покое
6. Весь мир против вас 32
   Правило 6. Ответственность за вашу жизнь несете вы сами
7. Каждый человек достоин уважения 34
   Правило 7. Требуя уважения, не забывайте о толерантности
8. Друзей выбирают, а родственников — нет 36
   Правило 8. Сестры и братья должны быть лучшими друзьями на всю жизнь
9. Учителям лучше знать 38
   Правило 9. Успех в школе не гарантирует успеха в жизни
10. У вас всегда должно быть что сказать 40
    Правило 10. Если трудно говорить, попробуйте слушать
11. Есть люди, с которыми трудно общаться всем 42
    Правило 11. Никто не бывает неприятен в общении без причины

12. Когда больно, то не до веселья 44
Правило 12. Боль не должна делать вас несчастными

13. Хорошая работа говорит сама за себя 46
Правило 13. Сам себя не похвалишь — никто не похвалит

14. Чтобы добиться своего, все средства хороши 48
Правило 14. Не используйте эмоциональный шантаж

15. Всему свое место, и все на своем месте 50
Правило 15. Аккуратность не дает морального превосходства

16. Важно, что думают о вас другие 52
Правило 16. Живите не ради чужого одобрения

17. Относитесь к людям так, как они относятся к вам 54
Правило 17. Люди относятся к вам так, как вы относитесь к ним

18. Держитесь тех, кто похож на вас 56
Правило 18. Ваши друзья не обязаны быть такими же, как вы

19. Все лучшее в жизни дается бесплатно 58
Правило 19. Добиваясь чего-то важного, будьте готовы к трудностям

20. Людей можно изменить 60
Правило 20. Не стоит пытаться изменить людей

21. Важно то, куда вы идете, а не откуда 62
Правило 21. Нужно гордиться своими корнями

22. Друзья остаются с вами на всю жизнь 64
Правило 22. Друзья приходят и уходят

23. Ошибаться — это плохо 66
Правило 23. Ошибки могут приносить пользу

24. Нужно дружить со всеми... 68
Правило 24. Вы не обязаны любить всех...

25. ...и все будут с вами дружить 70
Правило 25. ...и все не обязаны любить вас

26. Если вам что-то не нравится, терпите 72
Правило 26. Не забывайте, что у вас есть выбор

27. Повседневные мелочи мешают наслаждаться жизнью 74
Правило 27. Жизнь состоит из мелочей

28. Не отказывайтесь от того, о чем мечтали 76
Правило 28. Приоритеты с годами меняются

29. У людей есть право знать 78
Правило 29. Вы должны уметь хранить секреты

30. Взгляните в глаза своим страхам 80
Правило 30. Дурных мыслей можно избегать

31. Уважайте старших 82
Правило 31. Уважайте всех

32. Во главу угла нужно ставить свои интересы 84
Правило 32. Помощь окружающим повысит вашу самооценку

33. Если вы оказались на линии огня, не высовывайтесь 86
Правило 33. Вас могут затоптать, только если вы будете лежать

34. Игнорируйте тех, кто вас обижает 88
Правило 34. Не давайте людям вас обижать

35. Соображайте на ходу 90
Правило 35. Всегда контролируйте ситуацию

36. Важно то, что вы делаете, а не то, почему вы это делаете . . 92
Правило 36. Нужно быть честным с самим собой

37. О книге можно судить по обложке 94
Правило 37. У каждого своя история жизни

38. «А как же я?» 96
Правило 38. Вы тут можете быть и ни при чем

39. Один раз не повредит 98
Правило 39. Не давайте дурным привычкам шанса

40. Действуйте спонтанно 100
Правило 40. Прислушивайтесь к внутреннему голосу

41. Потихоньку-полегоньку 102
Правило 41. Если вы хотите серьезных перемен, будьте готовы осуществить их

42. Самые лучшие люди останутся с вами на всю жизнь 104
Правило 42. Люди приходят и уходят, и это совершенно нормально

43. Наслаждайтесь жизнью, пока вы молоды 106
Правило 43. Ваше тело дано вам на всю жизнь

44. Занимать деньги нормально, если вы можете отдать долг 108
Правило 44. Не стоит залезать в долги

45. Будьте щедры 110
Правило 45. Никогда не давайте денег в долг, если не готовы с ними распрощаться

46. Нужно верить в собственную исключительность 112
Правило 46. Нужно знать себе истинную цену

47. Не позволяйте людям вас расстраивать 114
Правило 47. Единственное, что вы можете контролировать, — самих себя

48. Некоторые люди могут сильно влиять на ваше настроение . . 116
Правило 48. Никто не может насильно заставить вас что-либо чувствовать

49. Мы не властны над своими чувствами. 118
Правило 49. Ваши чувства управляются вашим разумом

50. Чтобы показать, что вы кого-то цените, слова не нужны . . . 120
Правило 50. Говорите людям, насколько они важны для вас

51. Интернет позволяет вам скрывать свою личность. 122
Правило 51. Правила работают и в онлайне

52. Всегда старайтесь стать лучше 124
Правило 52. Признавайте свои недостатки

53. Стремитесь к совершенству 126
Правило 53. Перфекционизм вреден

54. Человек — это совокупность его генов 128
Правило 54. Человек — это совокупность его качеств и опыта (так что постарайтесь, чтобы опыт был полезным)

55. Завтра будет новый день 130
Правило 55. Проводя дни, вы проживаете жизнь

56. Нужно стремиться с первой минуты произвести на людей правильное впечатление 132
Правило 56. На то, чтобы произвести правильное впечатление, нужно время

57. Уверенные в себе люди всегда знают, куда идут 134
Правило 57. Все так же блуждают в потемках, как и вы

58. Старайтесь выделяться из толпы 136
Правило 58. Грань между крутизной и идиотизмом очень тонка

59. Внешний вид имеет значение 138
Правило 59. Будьте довольны тем, как вы выглядите

60. Это просто капля в море 140
Правило 60. Мелочи важны

61. Работа прежде всего 142
Правило 61. Не путайте карьеру с жизнью

62. Высказывайте все открыто 144
Правило 62. Избегайте конфликтов

63. Если вы знаете, что правы, не уступайте 146
Правило 63. Не бойтесь компромиссов

64. Относитесь к людям так, как они относятся к вам 148
Правило 64. Придерживайтесь моральных норм

65. В выражении чувств нет ничего плохого 150
Правило 65. Не играйте на чувствах других людей

66. Никто не совершенен 152
Правило 66. Будьте на стороне ангелов, а не чудовищ

67. Выполняйте все в срок 154
Правило 67. Старайтесь опередить сроки

68. Давайте людям хорошие советы 156
Правило 68. Не давайте людям советов

69. Пусть люди знают, что вы правы 158
Правило 69. Никогда не говорите «Я же говорил»

70. Делайте только то, что у вас хорошо получается 160
Правило 70. Стремитесь к большему

71. Вы имеете право на справедливое отношение 162
Правило 71. Перестаньте рассчитывать на справедливость в жизни

72. Чем больше вы о чем-то узнаете, тем лучшим специалистом становитесь 164
Правило 72. Чем больше вы узнаете, тем больше вам остается узнать

73. Если приняли решение — не отступайте 166
Правило 73. Передумать — это нормально

74. Не выходите за рамки того, что вам хорошо известно 168
Правило 74. Не бойтесь покидать зону комфорта

75. Люди судят о вас по тому, что вы имеете 170
Правило 75. Не стремитесь соответствовать чужим ожиданиям

76. Скрывайте свои ошибки 172
Правило 76. Человеку свойственно ошибаться

77. Живите настоящим 174
Правило 77. Не забывайте о перспективе

78. Нужно четко понимать, чего вы хотите 176
Правило 78. Вы не обязаны знать, чего хотите

79. Чувство вины помогает понять, в чем вы были неправы . . . 178
Правило 79. Не поддавайтесь чувству вины

80. Кто-нибудь обязательно все исправит 180
Правило 80. Соберитесь и действуйте (никто не сделает это за вас)

81. Разберитесь в своих проблемах 182
Правило 81. Упорные размышления не всегда помогают

82. Сузьте круг возможных вариантов 184
Правило 82. Рассматривайте все варианты

83. Нельзя доверять никому. 186
Правило 83. Доверяйте людям

84. Доверяйте людям 188
Правило 84. Никому не следует доверять слепо

85. Иногда необходимо поплакаться в жилетку 190
Правило 85. Есть те, кто плачутся о трудностях, и те, кто их преодолевают

86. Не приносите себя в жертву отношениям 192
Правило 86. Настоящие отношения требуют компромиссов

87. Вы должны контролировать свои чувства 194
Правило 87. Чувства не могут быть правильными или неправильными — они просто есть

88. Ешьте, пейте и веселитесь... 196
Правило 88. Берегите свою жизнь

89. Нельзя ставить во главу угла свои желания 198
Правило 89. Нужно точно знать, чего вы хотите

90. Не чини то, что не сломано 200
Правило 90. Всегда есть к чему стремиться

91. Найдите хорошую работу. 202
Правило 91. Следуйте зову сердца

92. Защищайте то, чем владеете 204
Правило 92. Люди важнее вещей

93. Коней на переправе не меняют 206
Правило 93. Никогда не поздно начать следовать настоящим правилам

Введение

Когда вы молоды, вам то и дело приходится слышать: «хочется — перехочется», «все лучшее в жизни — бесплатно», «фамильярность порождает неуважение», «терпение — высшая добродетель» — и тому подобное. Какие-то из этих постулатов вдалбливают вам в голову дома, другие навязывают в школе, а что-то вы усваиваете самостоятельно на протяжении жизненного пути. Узнавая с каждым годом все больше подобных высказываний, вы привыкаете принимать их на веру, не задумываясь над тем, насколько они на самом деле справедливы. Со временем, хоть вы сами этого и не осознаёте, ваша жизнь начинает определяется уже целым набором так называемых правил. И вот однажды вы ловите себя на том, что даете шаблонный «мудрый совет» другу, оказавшемуся в трудной ситуации, или поучаете того, кто младше вас, — и изумляетесь: «Да откуда же это это взялось в моей голове?»

Проблема в том, что правила поведения, которые люди передают друг другу с самыми добрыми намерениями в виде советов, зачастую или совершенно неверны, или подходят лишь к определенным ситуациям. Бывают моменты, когда от тех или иных правил стоит отказаться, а то и вовсе нарушить их.

Научитесь относиться ко всему критически, а не слепо следовать правилам, придуманным другими. Учитесь доверять лишь собственным суждениям (а вот этому принципу *можете* следовать всегда).

Не хочу сказать, что все, о чем говорится в популярных проповедях или чему вас учат ваши близкие, — неправда. Например, я совершенно согласен с тем, что, не зная броду, не стоит соваться в воду. Но к выводу о верности этого утверждения я пришел только хорошенько обдумав его. А вот коней на переправе, по моему мнению, иногда стоит менять. И нападение — не лучшая защита, хотя, вероятно, есть случаи, когда атака — единственный вариант. И деньги уж точно не корень всех зол: не стоит перекладывать вину на неодушевленные монетки и банкноты.

Не все правила, которые я собираюсь здесь обсудить, существуют в виде пословиц и поговорок. Зачастую это просто невероятно широко распространенные убеждения. Их можно формулировать по-разному, но суть от этого не изменится, и толку от них не прибавится.

Написав «Правила жизни» (The Rules of Life)[1] и другие книги[2] (о людях, берущих от жизни максимум и живущих легко, с удовольствием), я обнаружил, что на самом-то деле нам нравятся правила. И в этом — часть проблемы. Многие из нас соглашаются с определенными установками, даже не задумываясь о том, насколько они справедливы. Мне пришло множество электронных писем от читателей, обнаруживших, что они живут по неким правилам (я называю их «самозваными»), т. е. следуя добрым советам или авторитетным мнениям, усвоенным в течение жизни. И я решил написать книгу, чтобы открыть людям глаза на бесполезность чужих правил, балластом висящих на многих из нас, дать им хорошего пинка и посмотреть, выдержат ли они проверку.

Думайте. Вот чему я хочу вас научить. Подвергайте сомнению все, что вам внушают из благих побуждений. Не живите по правилам, установленным другими людьми[3], если не согласны с ними. Не важно, сколько вам лет — 18 или 80, переосмыслите уроки, затверженные в детстве, и решите, насколько они вам нужны. Почаще спрашивайте себя: «Почему я в это верю?» и «Насколько это для меня актуально?».

Нет, это не призыв игнорировать все правила и принципы, которые вам не по душе (я вообще не могу вам что-либо разрешать или запрещать). Это не приведет вас к счастью или успеху. Будем

---

[1] Темплар Р. Правила жизни. Как добиться успеха в жизни и стать счастливым. — М.: АЛЬПИНА ПАБЛИШЕР, 2012.

[2] Автор имеет в виду «Правила богатства. Свой путь к благосостоянию» (М.: Альпина Паблишер, 2011); «Правила менеджмента. Как ведут себя успешные руководители» (М.: АЛЬПИНА ПАБЛИШЕР, 2011); «Правила карьеры. Все, что нужно для служебного роста» (М.: АЛЬПИНА ПАБЛИШЕР, 2012); «Правила самоорганизации. Как все успевать, не напрягаясь» (М.: Альпина нон-фикшн, 2012); «Правила достижения цели. Как получать то, что хочешь» (М.: Альпина нон-фикшн, 2012).

[3] Да, даже мной. (Здесь и далее, если не указано иное, — *прим. авт.*).

честны: иногда приходится соблюдать правила, которые не сильно нам нравятся. Однако не стоит бездумно соглашаться с тем, что считают верным другие люди: любому взрослому человеку под силу создать свой собственный набор жизненных ценностей.

Что ж, вот они — так называемые правила, которые я призываю вас нарушать, по крайней мере в определенных случаях. Я отобрал только те, что на удивление широко распространены в самых разных социальных слоях. В конце каждой статьи предложено более подходящее правило взамен. Надеюсь, эти последние вам действительно помогут, и вы дадите мне знать об этом. Со мной можно связаться через страничку в Facebook (адрес ниже). Я не могу обещать, что найду время, чтобы ответить каждому из вас, но гарантирую, что с интересом прочту все сообщения, и мне будет приятно узнать о тех правилах, которые вам удалось успешно нарушить.

Ричард Темплар
http://www.facebook.com/richardtemplar

Благодарности автора

Я хотел бы поблагодарить многих, кто помогал мне при создании этой книги, и в особенности следующих читателей: Олабиси Адебуля, Никки Беттс, Неда Крейза, Глендона Холла, Вирджинию Джози, Дебру Пеннингтон-Бик, Ника Сондерса.

Благодарности издателя

Спасибо за разрешение на воспроизведение следующего материала: стихотворение на с. 105 «Середина» из Candy is Dandy: The best of Ogden Nash[1], Andre Deutsch Limited (Smith, L. and Eberstadt, I. (editors) 1994) and Copyright 1949 by Ogden Nash. Опубликовано с разрешения Curtis Brown, Ltd.

В некоторых случаях нам не удалось найти владельцев авторских прав, и мы будем рады любой информации, которая нам в этом поможет.

[1] Огден Фредерик Нэш (1902–1971) — американский поэт-сатирик.

Успех — это хорошая работа, которая приносит много денег

Люди всегда готовы объяснить вам, что вы никогда не сможете достичь успеха, если не будете поступать так-то и так-то. «Ты ничего не добьешься в жизни, если не стиснешь зубы и не будешь работать усерднее / не поступишь в университет / не сдашь экзамены / не устроишься на высокооплачиваемую работу / не найдешь “хорошее” место».

Но подождите. Что такое успех? Неужели существует лишь один путь его достижения?

Родители, учителя или желающие вам добра приятели, скорее всего, предполагают, что все, что вам нужно от жизни, — это красивый дом, много денег и престижная работа.

Предположим, что на данный момент так оно и есть. Но неужели заполучить все это можно, только хорошо сдав экзамены, поступив в университет, найдя работу в престижной компании и продвинувшись по карьерной лестнице? Конечно же, нет. Это лишь один из путей, но далеко не единственный. Есть множество людей, бросивших школу, но наживших целое состояние.

И кто сказал, что под словом «успех» лично вы подразумеваете деньги и важную должность? Да, таково общепринятое мерило успеха, но оно не универсальное.

Единственный способ определить, что такое настоящий успех, — выяснить, что приносит радость лично вам.

Да, некоторые люди довольствуются эффектным автомобилем и впечатляющей должностью. Если вы тоже к ним относитесь — значит именно к этому вам и нужно стремиться. Но если такая

позиция не кажется вам правильной, значит, вы из тех людей, что хотят от жизни чего-то иного.

Успех для вас может означать большую семью и много детей, или работу, оставляющую достаточно времени для занятий чем-то еще, или удовлетворение, которое вы получаете, помогая людям, или увлекательную работу, приносящую вам много радости, несмотря на то что платят за нее немного и перспектив карьерного роста — никаких.

Я знаю мужчину, который был счастлив, живя на холмах Уэльса в компании одной только собаки. И женщину, которая сочла, что достигла успеха, сняв квартиру в Лондоне и зажив бурной городской жизнью; при этом работа ее была совершенно неинтересной. И еще людей, для которых успешность заключался в том, чтобы уехать из большого города и тихо жить в сельской местности, имея скромную работу и небольшой дом. И других, что были рады любой работе, позволявшей им находиться на открытом воздухе.

Один из моих сыновей совершенно счастлив, живя на классической яхте, на реставрацию которой он потратил много лет, — и ему абсолютно все равно, каким образом добывать средства для поддержания судна в порядке. Мой сын почувствовал, что достиг успеха, когда спас эту яхту и сделал ее своим домом.

Даже у людей, которые придерживаются более традиционного понятия об успехе, взгляды на него сильно разнятся. Одним деньги нужны, чтобы похваляться своим богатством, а другие ценят их за ощущение надежности. Некоторые стремятся занять престижную должность ради статуса, а другим просто нравится чего-то добиваться.

Все мы разные. Но почти для всех достижение успеха подразумевает упорный труд и четкое понимание своих целей. Но только вы сами можете знать, чего именно хотите от жизни.

Поэтому, с одной стороны, не позволяйте никому указывать вам, что нужно делать, чтобы достичь успеха, потому что окружающие не имеют ни малейшего понятия о том, что он собой представляет лично для вас. С другой стороны, вы обязательно должны разобраться, в чем для вас заключается успех. В противном случае вы не сможете работать в нужном направлении.

ПРАВИЛО 1

Успех — понятие индивидуальное

Некоторым везет от рождения

Очень легко хотеть жить как другие, мечтать иметь то же, что и они, жаждать обладать их знаниями, талантами, друзьями и деньгами и вести такой же образ жизни. Но подумайте: ведь вам видно лишь то, что находится на поверхности, а именно — то, что эти люди позволяют вам видеть. И, скорее всего, вы замечаете лишь то, что вызывает у вас зависть.

Когда я был подростком, в нашем классе учился один парнишка, которому все удавалось. Он был таким умным, что ему практически не приходилось прилагать никаких усилий к учебе. Как же мне хотелось быть таким, как он! Только спустя несколько лет до меня дошло, что на самом деле ему приходилось трудиться больше, чем я думал. Да, мой одноклассник был умным, но вовсе не вундеркиндом. А хорошо учился он потому, что его родители были сторонниками строгой дисциплины и не разрешали сыну смотреть телевизор или выходить на улицу, пока он не выучивал все, что они хотели. Теперь-то я понимаю, как мне повезло, что тогда никто не услышал моих желаний и не превратил меня в него взмахом волшебной палочки. Я бы возненавидел такую жизнь! На самом деле, если подумать, в школе были и другие дети, которым приходилось пройти через такое, о чем мы в то время и понятия не имели: алкоголизм, утрата близких, развод родителей, жестокое обращение… И даже сейчас я, вероятно, не знаю и половины того, что происходит в жизни окружающих меня людей.

Я перестал завидовать людям, потому что на самом деле не знаю, нужна ли мне такая жизнь, как у них. О себе-то я хотя бы знаю все и могу как-то это контролировать, что дорогого стоит. А если другие люди выглядят сейчас счастливыми и благополучными, кто может сказать, что будет с ними дальше? Вся их жизнь может полететь под откос в любой момент, и тогда я буду чувствовать большое облегчение от того, что я — это я, а не они.

И кстати, вы никогда не задумывались о тех, кто завидуют вам? Я уверен, что такие люди есть. Может быть, предмет их зависти — «вы» в целом, а может быть, что-то конкретное: ваша уверенность, умение играть в футбол, ваши друзья, вечеринки, которые вы устраиваете, или университетский диплом. Все мы неразумно склонны принимать как должное то, что имеем, и обращать внимание лишь на то, чего нам не хватает. Стоит почаще смотреть на себя глазами других людей. Жизнь каждого из нас — смесь чего-то хорошего и чего-то плохого, и ваша судьба ничем не лучше и не хуже, чем чья-то еще.

Есть и еще кое-что. Пока вы сосредоточены на успехах других людях, у вас нет времени заняться тем, что вас не устраивает в вашей собственной жизни. Вместо того чтобы мечтать о том, что есть у кого-то, почему бы не задуматься о том, как получить то, что нужно вам? Поменьше жалости к себе, побольше действия, и сами не заметите, как перестанете завидовать!

ПРАВИЛО 2

Не стоит никому завидовать

Необходимо получить серьезное образование

Потеете над курсовой работой? Мучаетесь ради получения лучших оценок? Учителя, родители или друзья прожужжали вам все уши о том, что от этого зависит все ваше будущее? Позвольте открыть вам один секрет — результаты экзаменов далеко не так важны, как все говорят.

Экзамены и все эти хорошие оценки дают университету или работодателю возможность быстро узнать о вас то, что им нужно. Но множество людей достигли успеха, имея в прошлом далеко не блестящие результаты. Эйнштейн, например, в свое время провалил вступительные экзамены в университет.

Нет, я не утверждаю, что старательно учиться бессмысленно. Большинству людей хорошие оценки значительно облегчают жизнь. К тому же, если вы еще юны, они помогают наладить отношения с родителями. Но не стоит ради этого лишать себя нормальной жизни. Экзамены можно пересдать, а в колледж вернуться через пять или двадцать пять лет. Можно, в конце концов, выбрать карьеру, не требующую высшего образования. Главное, чтобы вы действительно стремились к чему-то и не боялись тяжелой работы, и тогда точно добьетесь своего — с дипломом или без него.

Я расскажу вам кое-что: уже через два года после окончания мной университета ни один работодатель не спрашивал, какие у меня оценки в дипломе (и есть ли он у меня вообще). Конечно, такое допустимо не для всех профессий, но есть бесчисленное множество сфер деятельности, где опыт и способности кандидата имеют больший вес, нежели его успеваемость в вузе. Когда вам 18, вашему работодателю больше не на что ориентироваться, принимая решение о том, нанимать вас или нет. Но если вам 28, его гораздо больше будет интересовать, чего вы достигли за последние 10 лет.

Еще одно: я помню свои страдания по поводу того, что выбрать — химию или физику, какой иностранный язык лучше изучать, нужна ли

мне на самом деле история... И вот что я скажу вам: если вы не собираетесь делать карьеру в какой-нибудь специфической области — к примеру, в медицине, — то совершенно не важно, какие предметы вы будете изучать. Так что просто выбирайте те, что вам нравятся.

Знаете, выпускающий редактор этой книги имеет ученую степень по физике. Ну и зачем она нужна ей в издательском деле? Однако я уверен, что, делая свой выбор в 18 лет, эта женщина израсходовала много душевных сил. Я знаком с комедиографом, который изучал Древнюю Грецию. Мой зять в свое время намучился, выбирая между философией и программированием, и не зная, что потом будет работать в области охраны природы, где ему не помешал бы диплом эколога. Пять лет спустя он вернулся в колледж и получил этот диплом.

Понимаете, о чем я? Конечно, вам желают только самого лучшего! Всем спокойнее, когда вы получаете высокие оценки. Но ваши усилия могут оказаться напрасными. Помните, если в какой-то момент жизни вам понадобятся знания, которых у вас еще нет, вы сумеете получить их. А то, что кажется таким необходимым сейчас, через несколько лет может оказаться совершенно бесполезным.

ПРАВИЛО 3

На дипломе свет клином не сошелся

Родители всегда правы

Здесь я обращаюсь к молодым людям, однако у меня есть подозрение, что эта глава будет актуальна и для многих из тех, кто довольно давно покинул родительский дом.

В юности мы убеждены (если только у нас нет веских причин думать иначе), что наши родители совершенны. Даже если нам не нравятся установленные ими правила и ограничения, мы все равно считаем, что они правы. И даже если замечаем, что чьи-то родители ведут себя иначе, то в глубине души продолжаем верить, что правы-то именно наши.

Давайте задумаемся. Сколько вы себя помните, ваши родители были родителями. У них была целая жизнь (ваша) на то, чтобы планировать, оттачивать и варьировать свои действия. Так что к настоящему моменту они уж точно должны были достичь в этом совершенства — почему бы и нет?

Я, как отец шестерых детей, говорю вам со всей ответственностью: ни один родитель в мире не совершенен. Помимо того, что эта роль невероятно трудна, на нас влияет очень многое: и то, как воспитали нас родители, и наши ценности, надежды, опыт, тревоги… Все, что мы когда-либо делали, чего боялись и о чем думали, оказывает влияние на то, как мы воспитываем своих детей.

И самое главное — каждый ребенок индивидуален. Даже если ваша мама или папа были уверены в том, как именно нужно обращаться с вашим братом или сестрой, это еще не значит, что они точно знают, что делать с вами. Некоторые дети стараются нарушить все границы, некоторые — бойцы по природе, одни настоящие трудяги, для других важнее иметь друзей, кто-то всегда готов идти на риск, а кто-то легко сдается. Один ребенок может быть очень похож на вас, а другие могут настолько от вас отличаться, что вы совершенно не будете знать, что ими движет. Я помню, как мой старший сын заявил мне, что я точно должен знать, что делать, потому что

прихожусь ему отцом уже целых 14 лет (к тому моменту). Я сказал ему на это, что еще никогда не был отцом 14-летнего парня, так что в этом деле у меня совершенно нет опыта.

Понимаете? Суть в том, что вашим родителям приходится изобретать все на ходу. Честное слово. Некоторым это удается очень неплохо, но тем не менее не забывайте о том, что им все равно приходится нелегко. Уж я-то знаю, потому что занимаюсь воспитанием многие годы[1].

Все это означает, что вы, конечно, должны прислушиваться к мнению родителей, но и не бояться принимать собственные решения, если чувствуете себя достаточно взрослым — не важно, 15 вам лет или 50. Ваши родители стараются как могут, но, повзрослев, вы больше не обязаны следовать их советам неукоснительно. Ничто не мешает вам вежливо выслушивать отца и мать, но ответственность за свою жизнь несете только вы. Родители бывают правы часто, но не всегда.

ПРАВИЛО 4

Ваши родители не идеальны

[1] Естественно, вы *ни в коем случае* не должны говорить об этом моим детям. Я вам доверяю…

Родители в ответе за то, как сложилась ваша жизнь

Если мы уже решили, что наши родители не идеальны — в принципе не могут быть идеальны, то отсюда следует вывод, что их нельзя винить, если у вас что-то идет не так. Они старались.

Представьте себе, что кто-то сказал вам, что вы должны — ну, допустим, — управлять национальными железными дорогами[1]. Как вы считаете, сможете ли вы сразу делать все правильно? Конечно же нет. У вас нет для этого никакой подготовки. Так почему вы считаете, что ваши мама и папа должны были поступать только так, как надо, когда им неожиданно пришлось иметь дело с вами? Стоит родителям более-менее научиться справляться с агукающим младенцем, как он начинает ходить. Когда они разбираются с этим, он уже идет в школу. Как только им кажется, что наконец-то все стало на свои места, он превращается в подростка, и все опять меняется до неузнаваемости.

Более того, хотя вы, возможно, практически не обращаете на это внимания, родителям приходится еще и работать, воспитывать других детей, если они есть, общаться с собственными родителями, планировать бюджет и все такое прочее. Поэтому, если подумать, не слишком-то разумно корить их за те ошибки, которые они допускают.

Дело в том, что до того, как вы станете родителями, у вас не будет возможности порепетировать, чтобы понять, хорошо ли у вас это получится. Общение с чужими детьми не способно дать ни малейшего представления об этом. И к тому моменту, как у вас появляется возможность проверить, подходите ли вы для такой роли, она уже отдана вам без возможности отказаться. Если вы понимаете, что

[1] Если вы живете в стране типа Исландии, где вообще нет железных дорог, придумайте свой эквивалент.

быть отцом или матерью — совсем не для вас, единственное, что вы можете сделать, попытаться как-то разделить обязанности в семье. Конечно, большинство родителей стараются как могут, но никому не удается поступать правильно всегда.

Очень важно правильно понимать намерения ваших родителей. Если они действительно пытаются делать все как можно лучше, если они принимают во внимание ваши интересы, если они любят вас, довольствуйтесь этим: некоторые люди получают гораздо меньше. Как сказал один большой специалист по воспитанию, «ваша работа как родителя заключается в том, чтобы дети оставались живы, пока они сами не смогут получать помощь извне». И, как мы узнали из предыдущего правила, став взрослым, вы больше не обязаны слушать родителей.

Я хочу сказать, что есть вещи, в которых вы *можете* винить своих родителей, если вам не повезло и вы оказались жертвой. Если они обращались с вами противозаконным образом — подвергали физическому, словесному, сексуальному или психологическому насилию, не заботились о вас, — вы имеете полное право их обвинять. Но даже и тогда, если вы можете простить своих родителей, попытайтесь это сделать. Не потому, что они этого заслуживают, а ради самих себя.

ПРАВИЛО 5

Оставьте родителей в покое

Весь мир против вас

Послушайте, у всех бывают черные и белые полосы в жизни. Людям свойственно обращаться друг с другом плохо или хорошо. У каждого из нас в детстве могли быть замечательные учителя, плохие приятели, хитрые родители, непростые братья и сестры, взрослые, которые поддерживали в трудную минуту… короче, на развитие личности влияло множество факторов. Конечно, некоторым из нас везло больше, чем другим, однако сталкиваться с чем-то негативным приходилось всем без исключения. И с позитивным тоже.

Вы покидаете родительский дом, и вся ответственность за вашу судьбу ложится на ваши плечи — кем бы вы ни были. Теперь, если вас что-то не устраивает в вашей жизни, вы не вправе винить окружающих. Детство, когда другие отвечали за вас, прошло.

Нет-нет, я вовсе не бесчувственный! Мне не все равно. Просто пытаюсь донести мысль, что никто, кроме вас самих, не сможет сделать вашу жизнь лучше. Можно обвинять других в том, что они испортили вам детство, но несправедливо думать, что кто-то портит вам и взрослые годы. Если вы сами не в состоянии как следует заняться своей жизнью, то вряд ли это сделает за вас кто-то другой

Иногда обвинять других — самый простой путь. Возможно, вы имеете право идти этим путем после того, что вам довелось вынести в детстве. Но ведь теперь вы достойны хорошей жизни! А она не настанет до тех пор, пока вы не перестанете перекладывать на прошлое ответственность за ваше сегодняшнее положение дел. Вы должны отнять контроль над вашей жизнью у всех тех, кто плохо обращался с вами в детстве, и показать им, чего вы на самом деле стоите.

Если вы приняли неверное решение, неправильно о чем-то рассудили или сделали неэтичный выбор, вина за это ложится только на вас. Когда вы играете по правилам, такое будет случаться нечасто. Но если подобное произойдет, вы должны честно признать это — и так же должны поступить люди, повлиявшие на ваше детство. Возможно, кто-то из них уже сделал это. Вы больше не должны никого ни в чем обвинять, потому что с определенного момента за все, что

происходит в вашей жизни — хорошее и плохое, — ответственны только вы сами.

Дело не в том, что правильно и что честно, а в том, что работает в вашем случае. Замечали ли вы когда-нибудь, что люди, берущие на себя всю ответственность за свою жизнь, счастливее других? Они не чувствуют себя беспомощными жертвами обстоятельств, от которых ничего не зависит. Нет, конечно, мы не можем контролировать абсолютно все, и время от времени обстоятельства оказываются сильнее нас, но, взяв жизнь под свою ответственность, мы предпринимаем какие-то шаги, чтобы все исправить или по крайней мере справиться с последствиями наилучшим для себя образом.

Виня во всем других людей или какие-либо события, вы превращаетесь в жертву, в то время как могли бы быть победителем. Задумайтесь, ведь вы знаете людей, которые поступили именно так (от «икон», подобных Нельсону Манделе, до кого-то из ваших знакомых). Их жизнь была нелегка, однако они не пожелали стать жертвами и не стали ими. Почему бы вам не пополнить их ряды?

ПРАВИЛО 6

Ответственность за вашу жизнь несете вы сами

Каждый человек достоин уважения

Мои дети любят доводить друг друга — по крайней мере когда они чем-то расстроены, плохо себя чувствуют или устали. Такое всегда случается, когда в семье несколько детей. Много лет назад мы с женой, не подумав, установили в доме «правило»: если ребенок делал что-то, что огорчало кого-то из окружающих, он должен был прекратить это делать. Такой принцип может показаться вам разумным (мне тогда тоже так казалось), но у детей, увы, есть неприятная привычка извращать любые принципы.

Прошло совсем немного времени, и я начал слышать, как они говорят друг другу: «Прекрати свистеть, это меня раздражает. Тебе нельзя меня огорчать» или «Меня просто бесит, когда ты оставляешь нож в масле. А раз ты знаешь, что меня это расстраивает, прекращай-ка так поступать». То есть дети взяли наше правило и, так сказать, надругались над ним[1]. После этого нам пришлось в дополнение к первому вводить второе правило: нужно быть толерантным.

Естественно, вообще прекратить споры и размолвки между сестрами и братьями невозможно, не стоит и пытаться. Для них это нормально. Другое дело, что они предпочитают делить все на черное и белое, а ведь в реальности цветов намного больше.

У каждого из нас есть право на то, чтобы к нам относились с уважением. Но требуя уважения от других, мы сами не должны забывать о толерантности. В противном случае наша жизнь превратится в череду скандалов и споров с соседями, коллегами, представителями власти, друзьями и родственниками.

Да, я знаю, что сосед должен вначале посоветоваться с вами, прежде чем подрезать ветки вашего дерева со своей стороны забора. Но на самом деле такое ли большое значение это имеет? Друг,

[1] Я безуспешно пытался объяснить им, что это меня раздражает, поэтому они должны это прекратить.