

Виктор Кротов

# СТАРОСТЬ или СТАРШЕСТЬ?

*Восхождение по возрастам*



Виктор Кротов

**СТАРОСТЬ или СТАРШЕСТЬ?**  
**Восхождение по возрастам**

«Издательские решения»

**Кротов В.**

СТАРОСТЬ или СТАРШЕСТЬ? Восхождение по возрастам /  
В. Кротов — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-904336-8

Книга о том, как не стать старым в старости. О том, что способствует старению, а что превращает его в интереснейшее восхождение по возрастам. Само слово «старость» правильнее заменить на слово «старшество», лучше отражающее смысл смены возрастов и их роли в человеческой жизни. Большое внимание уделено и самим возрастным этапам, в каждом из которых возможна своя старшество. Читателю любого возраста книга может принести свою пользу.

ISBN 978-5-44-904336-8

© Кротов В.  
© Издательские решения

## Содержание

Глава-введение	6
Уточнение темы	7
К кому обращаюсь	8
Знакомство со Старцем	9
В компании Старших	10
В компании читателя	11
Глава 1. Страшилище старости	12
Пугало, созданное из страшилок	13
Клевета непонимания	14
Обновлённый взгляд	15
О двух половинах жизни	16
Страшилка безобразия	17
Страшилки болезней и инвалидности	18
Страшилка одиночества	19
Страшилка невострёбованности	20
Страшилки дряхлости, беспомощности, беспамятства	21
Страшилка смерти	22
Страшилище или пугало?	23
Что-то вроде заклинания	24
Глава 2. Подъём, а не спуск	25
Отчего возникает обман зрения	26
Конец ознакомительного фрагмента.	27

# **СТАРОСТЬ или СТАРШЕСТЬ?**

## **Восхождение по возрастам**

**Виктор Кротов**

© Виктор Кротов, 2018

ISBN 978-5-4490-4336-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

*На обложке: Валерий Кантерев «Странник».*

## Глава-введение

*Эта совсем небольшая глава – моё приветствие читателю. Что не мешает попутно высказать некоторые намерения, позволяющие ему сориентироваться: стоит ли читать дальше.*

## **Уточнение темы**

Эта книга НЕ о старости!

О старости пусть пишут геронтологи, а о выборе между имплантатами и протезами – стоматологи. Объяснять кому-то, как быть старым, я не собираюсь. Как говорится, «не учи дедушку кашлять».

Хочу рассказать о том, что каждому по силам заменить старость в своей жизни гораздо более интересным разворотом земного существования.

## **К кому обращаюсь**

Обращаюсь к тому, кто опасается грядущего прихода старости и стремится понять, как подготовиться к этому периоду жизни, чтобы положительного в нём было больше, чем отрицательного.

Обращаюсь к тому, кто не задумывается о неминуемом в будущем старении своего организма и поэтому пока не знает, что к нему можно эффективно подготовиться. И что вообще это к лучшему, а не к худшему.

Обращаюсь и к тому, кто примирился с наступившей старостью как с неизбежным этапом жизни, но не утратил интереса к происходящему во внешнем мире и во внутреннем.

А также к тому, кто просто хочет жить в дружбе с жизнью, – независимо от возраста.

Ещё мне хочется, чтобы нередкое для писателя обращение «уважаемый читатель» воспринималось бы тобой, уважаемый читатель, не как риторическая формула, а как моя возможность пообщаться именно с тобой (пожалуйста, поставь мысленно здесь свои ФИО). Это надежда на то, что ты, читающий или слушающий эти слова, тоже напряжённо и всерьёз воспримешь наш словесный контакт как живое, глубинное общение.



## **Знакомство со Старцем**

Хочу представить своего консультанта. Это Старец, которого я позвал на помощь, потому что не может ведь книга на такую тему обойтись без него. И мне уже пора проконсультироваться с ним.

(ВК:) – Ну как, удалось ли мне здесь сообщить в трёх фразах о тебе то, что нужно для начала?

(Старец:) – Вступление само по себе, наверное, ничего особого и не должно сообщать. Но оно может притягивать к сотрудничеству или отталкивать от него. Меня вот ты уже притянул, хотя немного в другом смысле... Введение – это разминка писателя на глазах у читателя, да ещё такая, чтобы читатель тоже размялся перед вашей общей работой. Спасибо, что и мне дал поучаствовать в этой разминке. А там посмотрим...

## **В компании Старших**

Смягчая свою авторскую одногласицу, я призову на помощь тех Старших, кто имел свой опыт второй половины жизни (о чём говорят даты их восхождения по возрастам). Их слова стали в этой книге эпиграфами – словесными подковами, прибитыми на счастье у входа в текст каждой главки. Они могут порою озадачить, но в любом случае служат импульсом для размышлений, связанных с очередной темой. Встретимся мы со Старшими и внутри текста.

## **В компании читателя**

А вот размышлять, уважаемый читатель, придётся тебе самому. Я поделюсь с тобой своими соображениями о старости и старшести. Для меня это важная часть осмысления жизни. Но для самого себя я мог бы и не писать об этом книгу. Она написана для тебя. Для твоих размышлений, поступков и открытий – может быть, в чём-то созвучных моим, а в чём-то идущих совершенно особыми траекториями. Спасибо, что дочитал досюда, потому что дал мне шанс сказать, что мне очень важно идти дальше вместе и надеяться, что любую мысль каждый из нас распробует на свой вкус.

## **Глава 1. Страшилище старости**

### ***И заклинание против него***

*В основу этой главы положено написанное раньше эссе с таким же названием. Оно стало первым моим подходом к неисчерпаемой теме, которой посвящена вся книга.*

*Мы порою чувствуем, что вот этого человека в годах никак нельзя назвать стариком или старухой, но не знаем, как назвать иначе. Начинаем придумывать всякие идиомы и эвфемизмы. Человек пожилого возраста, в годах, патриарх... Переходим на уважительную родственную лексику: отец, мать, дед, бабушка... А можно просто сказать: «Он не старик, он старший. Она не старуха, она старшая».*

*Такие люди и служат ориентирами, показывающими, что существует состояние, для которого слово «старость» не годится.*

## Пугало, созданное из страшилок

*Мир должен быть оправдан весь,  
Чтоб можно было жить!*  
**Константин Бальмонт, 1867—1942**

Как так получилось, что из старости сделали кошмар, ожидающий каждого?.. Сколько человеческих сил и воображения потрачено на это старательно созданное пугало!

Когда-то непослушных детей страшили Букой или Бабаем. Вроде бы это вышло из моды. Но неистребима привычка выросших детей запугивать самих себя и друг друга СТРАШИЛИЩЕМ СТАРОСТИ. Ужасным временем болезней, инвалидности, физического безобразия. Временем неконкурентоспособности, отбрасывания на периферию жизни. Временем невосприимчивости, пренебрежения со стороны людей и общества. Временем одиночества, дряхлости, слабости, бессилия, слабеющей памяти, поглупения, даже маразма!.. Временем неотвратимого приближения смерти!.. Нет, нет, лучше вообще не думать о таком ужасе!..

А если и стоит подумать о собственной старости – то лишь ненадолго, чтобы понять суровый житейский закон: надо запастись деньгами и собственностью, пока можешь их добывать. Надо стараться как можно дольше выглядеть молодым. Следить за модой, делать подтяжки, инъекции, садиться на диеты, искать омолаживающие средства. Всё что угодно – лишь бы как можно дольше избежать объятий СТРАШИЛИЩА!.. Чур меня, чур!..

Да и многие авторитетные люди не упустили случая припечатать старость. По словам Генриха Манна (1871—1950) «Старость – самая безнадёжная из всех болезней». Мартин Лютер (1483—1546) ещё резче: «Старость – живая могила». Франсуа Ларошфуко (1613—1680), истинный француз, не преминул подчеркнуть: «Старость – преисподняя для женщин». А вот и женский голос, Марины Цветаевой (1892—1941): «Старость: никогда – ничего».

(Старец:) – Ох, мне прямо самому себя стало страшно... То ли я болезнь, то ли могила, то ли вообще ничто. Но вот же я, живой и даже вполне довольный своими солидными годами!..

## Клевета непонимания

*Понимание не приходит без усилия и есть сопротивление заблуждениям, которые навязываются под видом чего-то само собой разумеющегося.*

*Александр Зиновьев, 1922—2006*

Была бы старость физическим или юридическим лицом, вполне могла бы подать в суд за клевету. Привлечь к ответу всех тех, кто изображает её страшилищем. Точнее, ответчиком можно было бы назвать нечто общее, соединяющее всех её обидчиков: *непонимание*.

Какая судебная инстанция взялась бы за это дело?.. Можно было бы пофантазировать, но зачем? Не так уж и важно. Важно – кто на чьей стороне. Я бы пошёл в команду адвокатов старости. Лишь бы квалификации хватило. Не юридической практики, а просто здравого смысла.

Важно не столько судебный процесс, сколько разоблачение всех конкретных клеветнических измышлений. Эти наветы, эти устоявшиеся клише скрывают от нас нечто очень значительное – то, чем на самом деле может быть наполнена вторая половина человеческой жизни. Карикатурный облик СТРАШИЛИЩА мешает нам увидеть, что старость – это *главная* половина жизни...

(Старец:) – Сам я только посмеиваюсь над глупостями, которые слышу о том, каким я должен быть несчастным из-за навалившегося на меня груза лет. Но жалко тех сверстников (или близко к тому), на кого действует такое внушение. Обидно за тех молодых, кто смотрит на нас, старших, жалостливо или пренебрежительно, избегая задумываться о предстоящем им старении.

## Обновлённый взгляд

*Старость самая неожиданная вещь на свете, потому что стариком вдруг оказывается юноша и видит, как на него обрушивается все то, над чем он смеялся, и что, по его мнению, никогда не должно было его коснуться.*

**Рамон Гомес Де ла Серна, 1888—1963**

Считать старость половиной жизни – это может вызвать очередной прилив страха. Старость – это ведь огрызок жизни, всего лишь её довесок, о какой половине может идти речь?..

Вот тут нам уже необходимо обновить взгляд на старость. Слишком часто мы слышали, что старость – это жизненный спад, спуск после достигнутой возрастной кульминации («акме» называли это период расцвета древние греки). Мне этот образ возрастного спада представляется укоренившимся заблуждением. Весь наш возраст – подъём к невидимой вершине, и старость – это особенно крутое восхождение. Прекрасно сказала датская писательница Карен Михаэлис (1872—1950):

«Старость – это гора, на которую приходится совершать восхождение, пик, с которого открывается весь горизонт жизни... однако при условии не быть ослеплённым по дороге снежными заносами».

Нет ничего зазорного в том, чтобы заранее приглядеться к участкам нашего альпинистского маршрута. Вернее, наоборот – зазорно было бы этого НЕ сделать, если хочешь взобраться повыше и не быть ослеплённым по дороге.

(Старец:) – Оставаться внимательным и зорким, даже если подводит физическое зрение, – это, наверное, самое главное.

## О двух половинах жизни

*Вот и прожили мы большие половины,  
Как сказал мне старый раб перед таверной...  
Иосиф Бродский, 1940—1996*

Позже мы присмотримся внимательнее к структуре человеческого возраста, а пока снова обратим внимание на древнегреческое «акме». С античных времён представление об этом периоде человеческого расцвета немного расширилось и сейчас охватывает возраст примерно от тридцати до пятидесяти лет.

Столетних людей и сейчас на Земле немало, а со временем будет ещё больше. Поэтому будем условно считать, что «человеческий век» – это и есть век, то есть сто лет. И вот как раз на середине этого века вроде бы заканчивается подъём, то есть завершается «акме», а значит и начинается иная, вторая половина жизни. Её-то и приговорили к тому, чтобы быть спуском. Отдали в распоряжение страшилища старости.

Но что если это всего лишь перевал, после которого – да, можно начать спускаться, а можно перейти к новому этапу подъёма. Это более сложный и более загадочный подъём, для которого нужны новые, особые навыки. Цель его не в том, чтобы достичь определённого возраста, а в движении к вершине своей жизни, которая может вынырнуть из тумана в непредсказуемый момент.

До перевала и после перевала – таковы две половины человеческой жизни, вторую из которых принято называть старостью. Впрочем, из страха перед этим словом его часто заменяют оборотом «пожилой возраст» и другими успокаивающими выражениями.

Страх мешает нам всмотреться в эту вторую половину жизни, понять её особенности, готовиться к ним. Не задумываться о старости означает просто-напросто рассчитывать на то, что тебе удастся помереть в первой половине жизни. А если вдруг не удастся?..

Счастлив тот, кто на это не рассчитывает. Кто не собирается сойти с трассы на середине своего альпинистского маршрута. Ему откроются новые высоты и новые горизонты, хотя вторая часть пути, разумеется, труднее.

(Старец:) – Как обитатель второй половины жизни я согласен с тем, что старость во многом оклеветана. Но стоило бы уже сейчас хоть немного разоблачить те конкретные страшилки, которые на неё навешали.

(ВК:) – Вкратце можно и сейчас, хотя обстоятельный разговор ещё впереди.

В прошлом продолжительность жизни была меньше. В некоторых странах она и сейчас невелика. Поэтому используемое здесь деление жизни на две половины достаточно условно. Но я пишу не для всех времён и народов, это было бы слишком самоуверенно. Пишу – *для своих*: для тех, кто будет, может быть, читать эти строки. Но если смысл написанного ясен, то числовая сторона отходит на второй план.

Вторая половина жизни иногда открывает особый поворот судьбы, даже если и первая была увлекательно насыщенной. Такой стала жизнь одного из моих учителей (не только в фигуральном смысле слова, но и буквально) Ганса Трефферса (1932—2008). Голландский профессор социологии, он овладел японской системой целительства Рейки, ставшую со временем интернациональной. И понял – каким-то загадочным путём – что должен нести её в Россию. Мне повезло пройти курсы Рейки у этого счастливого человека. Целителем я не стал, но его уроки впитались в мою жизнь основательно. Это были уроки Старшего.



## Страшилка безобразия

*Красота различна для каждого возраста.  
Аристотель, 384—322 до н.э.*

Что касается физического безобразия, которое якобы непременно сопровождает старость, это правда, смешанная с неправдой.

(Старец:) – Протестую! Это просто неправда. Потому что бессмысленно говорить о красоте и безобразии безотносительно к возрасту. Даже спортивные и всякие другие соревнования проводят по возрастным категориям.

Старение способствует тому, что в облике человека начинают физически проявляться его характер и его душа. Можно сказать и так: психофизиологические навыки переживаний накладывают свой отпечаток.

У каждого из нас в душе понамешано много всякого, и человека не всегда устраивает физическое отражение тех проблем, которые до поры до времени могут быть успешно скрыты во внутреннем мире. Кого-то устроил бы волшебный эффект портрета Дориана Грея, изображённый Оскаром Уайльдом (1854—1900), – конечно, исключая горькое завершение истории.

Но чаще в человеке гораздо больше хорошего, даже прекрасного. Право же, твои доброта и забота, твои вера и любовь с возрастом окажутся намного эффективнее пластических операций и мазей против морщин. «Средство против морщин» – это вообще звучит немного самонадеянно, как всякая попытка обмануть природу. Средство уберёт одни признаки, чтобы дать место другим, – и не изуродуют ли тебя именно этот другой облик?.. Достойна ли восхищения и уважения кукольная упрощённость лица, обеспеченная «омолаживающими инъекциями»?.. Или наши незадумчивые косметические ухищрения всё-таки сильно уступают искусству судьбы, которое даёт свободу проявиться прожитому?..

## Страшилки болезней и инвалидности

*Благословенны препятствия, ибо ими растём.  
Елена Рерих, 1879—1955*

Существует ли возраст, когда мы забронированы от болезней?.. Старость обычно отличается лишь тем, что болезнь для нас уже не является неожиданностью. За первую половину жизни можно развить умение претерпевать болезнь, то есть сосредотачиваться не на страдании, которое испытываешь, а на том, что можно сделать по-человечески важного вопреки ему... Научиться не горевать о том, чего по болезни не можешь, научиться насыщать жизнь теми возможностями, которыми владеешь или можешь овладеть...

(Старец:) – Вместо «по болезни», конечно, вполне можно сказать и «по возрасту». Возможности изменяются, так что снова и снова приходится привыкать к их новому узору.

Инвалидность – это своего рода непрерывная болезнь. Тот, кто родился инвалидом или кто рано им стал, – это особый человек, если он неравнодушен к своей жизни, если не просто плывёт по течению. Это *человек преодоления* – постоянного преодоления, в котором проявляется личность. Инвалидность в старости наиболее предсказуема, и у нас много времени на подготовку к ней. Это инвалидность с бонусом, с большим бонусом величиной в ту неинвалидную жизнь, которая ей предшествовала.

И совершенно удивительны люди, которые много лет идут одновременно и через старение, и через инвалидность, поражая нас при этом бурным осуществлением своего призвания. Такова судьба, например, Стивена Хокинга, которому сейчас, когда я заканчиваю книгу, 76 лет. Такова судьба Рам Дасса (Ричарда Альперта) – мы ещё встретимся с ним в следующих главах и в Приложении 4. Ему скоро исполнится 87.

## Страшилка одиночества

*Если тебе скучно наедине с собой, значит, ты в дурном обществе.*  
*Жан-Поль Сартр, 1905—1980*

Одна из наиболее распространённых страшилок про старость – это одиночество. Оно и вправду возможно в старости, однако возможно и задолго до её наступления. Но если, к примеру, в отрочестве одиночество объяснимо внезапным изменением внутреннего мира и возможными внешними обстоятельствами, то в старости мы имеем дело с одиночеством, которое смастерили собственными руками. Ведь у нас уже было время понять, что одиночество – это не отсутствие линий от людей *к тебе*, а отсутствие линий *от тебя* к другим людям, и выстраивание таких линий как раз в нашей власти. У нас было время научиться создавать такие линии.

(Старец:) – Или научиться ограничивать себя в их создании. Но тогда и не роптать на одиночество.

Если же одиночество – это именно то, чего добиваешься (достаточно вспомнить слова Гамлета: «Заключите меня в скорлупу ореха, и я буду чувствовать себя повелителем вселенной»), значит это уже никакая не страшилка, а напротив – желанная цель.

## Страшилка не востребованности

*Всякая стена – это дверь.  
Ральф Уолдо Эмерсон, 1803—1882*

Не только к старости применяются такие страшилки как не востребованность, неконкурентоспособность, отбрасывание на обочину жизни, но к старости чаще всего. И если что-то, к чему приложимы такие слова (всерьёз, а не для саможаления), действительно происходит, в старости или в другом возрасте, стоит быть особенно внимательным к подобной ситуации – как к сигналу судьбы.

Скорее всего, при всей внешней огорченности, такой сигнал – в твоих собственных интересах. Значит, пора понять, что настоящей жизнью управляет не «мейнстрим», не победители в конкурентной борьбе, не те, к кому приковано внимание толпы, не те, кто нарасхват... А кто же? Наверное, каждый, кто внимателен к отличию подлинного – от блестящего, надутого важностью, разрекламированного. Тот, кто сосредоточен на течении своей жизни и на тех обстоятельствах, с которыми она связана.

То, что выглядит как вытеснение на обочину жизни, может привести к поискам своей особой тропинки, на которые раньше не хватало внимания, занятого привычной текучкой. И рядом с этой тропинкой нелепо сидеть и плакаться: ведь именно она может привести к тому, ради чего стоит жить.

(Старец:) – Когда оглядываешься на пройденную жизнь, как раз и видишь, как постепенно выявляется эта особая тропинка... иногда даже из разных там обочин.

В семидесятые годы прошлого века мне посчастливилось дружить с художником Валерием Всеволодовичем Каптеревым (1900—1981). Ко второй половине жизни его живопись стала особенно самобытной и свободной, и советская система постаралась вытеснить его из пространства дозволенного тогда искусства. Но Каптерев создал своё пространство вос востребованности – с поддержкой своей жены, Людмилы Окназовой (с ней мы ещё встретимся в этой книге). Двери их дома открылись тем, кто нуждался в этом особом взгляде на мир. От каждого принималось во внимание мнение об увиденном, постепенно даже собралась стопа толстых тетрадей с отзывами. Кто мог, устраивал на свой страх и риск его неофициальные выставки. Книжки Марии Романушко «Художник Валерий Каптерев. Гений, которого пора открыть» и «Разговор уходит в высоту...» ярко рассказывают об этом.

Конечно, во времена идеологической цензуры и другие художники устраивали домашние выставки, происходили «квартирники» бардов и тому подобное. Но я здесь пишу не о социальных явлениях, а о конкретном человеке, сумевшем избежать мнимой не востребованности. Да ещё как сумевшем!..

## Страшилки дряхлости, беспомощности, беспамятства

*Человек всегда больше того, что он о себе знает.  
Карл Ясперс, 1883—1969*

Будем ли мы сетовать на дряхлость и нарастающие телесные слабости, связанные со старением? Разве это не наилучшая подготовка к неминуемому полёту души выше любых земных вершин? Подготовка не только физическая (сбрасывание балласта земных ограничений), но и смена акцентов именно для нового восприятия мира душой.

Но ведь слабеет и память, надвигается угроза слабоумия, даже того, что называют старческим маразмом... Это ли не страшно?

Наверное, «старческий маразм» – не самая страшная разновидность маразма. Все эти альцгеймеры и паркинсоны – цветочки по сравнению со случающимися вневозрастными патологиями: свихнутостью маньяка, изощрённостью садиста, расчётливым безумием фанатика. Да и слабоумие – это, прежде всего, слабость. Она куда лучше силы негодяя, интеллекта террориста, умных хитростей злодея.

(Старец:) – Трудности, с которыми имеет дело старость, действительно, могут возникнуть в любом возрасте. Эпитет «старческий» делает их лишь более жалостливыми. И в любом возрасте дело в нашем отношении к этим трудностям. Сопровитвляемся или смиряемся? Преодолеваем их или допускаем одолеть себя?

Что касается слабоумия, то слишком мало известно о происходящем *внутри* него. Не идёт ли там работа такой огромной важности, что увязки с окружающим миром уже не имеют особого значения?.. Может быть, слабоумие, как и слаботелие, настойчиво освобождает нас от лишних пут, сосредотачивая в иных направлениях, мало понятных *снаружи*. Это ослабление одного ради внутреннего внимания к другому... Ограничение возможностей нам уже знакомо по детству, но теперь оно расположено на фундаменте прожитой жизни, связано с сутью нашей личности, с решёнными и нерешёнными задачами судьбы, с таинственным устройством человеческого существования.

Даже забывчивость – это не просто нарушение памяти. Память и забывчивость всегда идут рука об руку, образуя некий фильтр, пропускающий в наше сознание те или иные знания и воспоминания. И каждое изменение нашей системы отсева имеет свой смысл для нас, своё направляющее значение.

## Страшилка смерти

*Бегство от смерти – это нечто нездоровое и ненормальное, так как лишает вторую половину жизни её цели.*

*Карл Густав Юнг, 1875—1961*

Насколько старость связана с усилением страха смерти?

Как известно, людям случается умирать в любом возрасте. Но именно в старости начинается благотворный процесс *подготовки* к завершению жизни. И встретить смерть, осуществив этот подготовительный труд, хотя бы в какой-то мере, – естественнее и значительнее, чем просто быть выключенным из жизни внезапным стечением обстоятельств. Большинство людей, ощущая себя в том возрасте, который принято называть старостью, гораздо спокойнее относятся к возможности умереть, чем раньше.

Кому-то в этом помогает вера в то, что смерть – это переход души к иной форме существования. Кто-то с возрастом обретает внутренний стоицизм. Для кого-то смерть – естественное явление, встречавшееся ему в жизни не раз и естественным образом приближающееся к нему самому. Существует много разных оснований для уменьшения или даже исчезновения страха смерти по мере старения.

(Старец:) – Жизнь и должна быть такой, чтобы страх смерти с возрастом таял. Если этого не происходит, значит не смерть страшна, а живёшь как-то не так.

Надо обратить внимание и на ту неторопливую подготовку к достижению вершинного срока жизни, которой занимается сама природа нашего организма. Нет смысла увиливать от своей доли участия в этом процессе, от того душевного и духовного обновления, которое таинственным образом связано с ветшанием тела...

## Страшилище или пугало?

*Не было ещё ни одного мудрого человека, который хотел бы помолодеть.*

*Джонатан Свифт, 1667—1745*

Нет никаких реальных причин для того, чтобы страхом смерти и старости отравлять себе сначала первую половину жизни, а потом вторую, удручаясь ещё и сожалениями о миновавшей первой половине. Так что старость – не страшилище, скорее, а глуповатое пугало, которым мы привыкли портить себе жизнь.

Тем более что восхождение по возрасту развивает в человеке особые способности. Возникает умение читать внутренние свойства людей по их лицам и по манерам поведения. Начинаешь всё лучше понимать разницу между главным в твоей жизни и второстепенным. Обостряется чуткость к подсказкам судьбы, приноравливаешься доверять ей, ограничивая собственное своеволие. Готовность любить всё больше преобладает над желанием быть любимым... Сколько ещё сокровищ таится в глубинах второй половины жизни, сможешь узнать только ты сам. Лишь бы поточнее проложить свой жизненный маршрут. Лишь бы обзавестись подходящим снаряжением. Эти заботы гораздо увлекательнее придумывания ужастиков, которыми пугаешь себя и других.

(Старец:) – Небольшое уточнение. Сокровища второй половины жизни, которые мне уже достаточно знакомы, таятся не в её глубинах, а в её высотах – тех самых, к которым постепенно поднимаешься. И там уже ни на какое пугало не обращаешь внимания.

Старость – это пора ослабления тела и укрепления личности. Это жизнь, требующая всё большего героизма. Это подготовительное соскрёбывание земного.

Старость – это восхождение внутри себя самого.

## Что-то вроде заклинания

*Самое прекрасное в человеке копится медленно, и если удаётся накопить его хоть к старости, оно награждает за все потери.*

*Григорий Померанц, 1918—2013*

Старость – наименее знакомый человечеству возраст. Во-первых, потому что до этого возраста доживают далеко не все. Во-вторых, редко у кого старость становится предметом воспоминаний – а ведь именно когда вспоминаешь прожитое, увязываешь друг с другом события и сопровождавшие их переживания, легче осмысливать происходившее в твоей жизни. В-третьих, как уже говорилось, старость многим представляется наименее значительным для человека возрастом: угасанием, дорогой под гору, к могиле. Так заслуживает ли она особого интереса?..

Слово, на которое хочется переключить внимание со слова «старость», называть заклинанием можно, разумеется, лишь образно. Но оно может служить ключиком к осмысливанию всего круга проблем, связанных со старостью.

Это слово – СТАРШЕСТЬ. Неологизм, отличающийся от старости всего двумя буквами. Он хорош тем, что позволяет оставить в стороне страшилки и другие клише, выросшие на представлениях о старости за многие века.

(Старец:) – Наконец-то нашлась замена для слова «старость». А то уже и произносить его как-то неловко...

Осознать *старшест* как альтернативу старости полезно для того, чтобы подумать о возможной подготовке к ней. Подумать о том, что нужно, чтобы она была полноценной не только с бытовой и эмоциональной точек зрения, но и с духовной.

Старшест можно определить по-разному. Это лучшее средство от старости: готовность ей противостоять. Это полноценное освоение взросления и старения, со всеми их минусами и плюсами. Это этап развития на высоте своего возраста, в отличие от старости – этапа угасания в тех или иных возрастах. Это становление собой с годами...

Впрочем, не всё вмещается в определения. Дальнейшее изложение направлено как раз на то, чтобы присмотреться к некоторым сторонам старшести и побудить читателя присмотреться к тем её сторонам, которые наиболее актуальны для него самого.



## **Глава 2. Подъём, а не спуск**

### ***Отказ от привычной иллюзии***

*Здесь я постараюсь показать, почему представление о непременном угасании жизни по мере старения обманчиво – как в целом, так и применительно к отдельным страшилкам. Но давай не будем, дорогой читатель, сосредотачиваться только на критике чьих-то воззрений. Важнее позаботиться о своём мировосприятии. Пусть оно питается энергией собственного осмысления мира, а не разоблачением чужих пессимистических или рационалистических построений.*

## Отчего возникает обман зрения

*Теперь я знаю, что жизнь ведёт каждого так высоко, как велико  
его понимание своего собственного труда в ней – как труда-радости,  
труда светлой помощи, чтобы тьма вокруг побеждалась радостью.*

**Конкордия Антарова, 1886—1959**

Почему в культуре прижилось устойчивое мнение о том, что с возрастом развитие человека, да и сама его жизнь, идут на спад? Прежде всего, потому что очевидное всегда торжествует над неочевидным.

Тело ветшает – это очевидно. Что касается души, духа – их развитие не очень-то очевидно для простецкого взгляда.

Кстати, на такой же очевидности основано восприятие человеческой жизни как чисто физического существования. Может быть, это стихийный материализм? Да нет. Точно так же люди склонны стихийно верить в привидения или в ведьм, поскольку нечто непонятное предстало чьему-нибудь испуганному взору.

Если же с уважением относиться к тем таинственным глубинным процессам, которые происходят с человеком, всё выглядит совсем иначе, хотя и не столь очевидно. Дело в том, что смысл становится важнее очевидности. Ведь наша жизнь основана на таких внутренних явлениях, как любовь, вера, чувство прекрасного, этическое чувство, и так далее. К ним и нужно быть внимательным, чтобы заметить, помимо ветшания тела и изменений в обыденном поведении, подлинную работу возраста в человеке, постепенно ведущую его к вершине земной жизни.

## **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.