

Гарри Бердэн
Дмитрий Быков
Татьяна Васильева
Галина Волчек
Сергей Гармаш
Валентин Гафт
Борис Гребенщиков
Андрей Дементьев
Валентин Диккуль
Николай Дроздов

ГЛАВНЫЕ ПРАВИЛА ЖИЗНИ

Михаил Ефремов
Вячеслав Зайцев
Марк Захаров
Любовь Казарновская
Иосиф Кобзон
Андрей Макаревич
Владимир Меньшов
Евгений Миронов
Александр Мита
Алексей Немов
Владимир Познер
Михаил Пореченков
Дэна Рубина
Алексей Серебряков
Светлана Сорокина
Зураб Соткелав
Виктор Сухоуков
Олег Табаков
Валентина Талызина
Валерий Тодоровский
Михаил Турецкий
Людмила Улицкая
Сергей Урсулик
Владимир Хотиненко
Елена Чайковская
Александр Ширвиндт

Главные правила жизни

«Автор»

2014

УДК 316.7
ББК я48

Главные правила жизни / «Автор», 2014

ISBN 978-5-699-69021-3

В этой книге собраны правила жизни наших выдающихся современников – Владимира Познера, Людмилы Улицкой, Дины Рубиной, Александра Ширвиндта, Валентина Гафта, Марка Захарова, Олега Табакова, Николая Дроздова и других, чьи имена известны каждому в нашей стране. Мудрые, неожиданные, порой противоречивые – они заставляют задуматься о смысле жизни, о том, что такое счастье, любовь, успех; сверить свою житейскую философию со взглядами тех, кто достиг серьезных высот, и, возможно, сформулировать для себя новые правила, по которым стоит жить.

УДК 316.7

ББК я48

ISBN 978-5-699-69021-3

, 2014

© Автор, 2014

Содержание

К читателю	6
Благодарности	7
Роман Авдеев	8
Илья Авербух	10
Александр Балуев	13
Гарри Бардин	15
Марьяна Безруких	17
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Главные правила жизни

Составитель Диана Машкова

*Ваши убеждения становятся вашими мыслями,
ваши мысли становятся вашими словами,
ваши слова становятся вашими действиями,
ваши действия становятся вашими привычками,
ваши привычки становятся вашими ценностями,
ваши ценности становятся вашей судьбой.*

Махатма Ганди

© Составитель. Машкова Д.В., 2013

© Аккизов К.Ю., иллюстрации, 2013

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2014

К читателю

В течение жизни каждый человек осознанно или бессознательно создает свою систему ценностей и формирует собственный «моральный закон». Жизненные принципы складываются из личного опыта, прочитанных книг, влияния учителей, общения с окружающими людьми. Время от времени у думающего человека возникает потребность сверить свою житейскую философию с взглядами тех, кто достиг в жизни серьезных высот.

Книга «Главные правила жизни» соединила в себе основные ценности и житейские принципы выдающихся современников – тех, за чьими успехами мы с интересом следим. Владимир Познер, Людмила Улицкая, Дина Рубина, Александр Ширвиндт, Валентин Гафт, Галина Волчек, Марк Захаров, Олег Табаков, Николай Дроздов и другие, чьи имена известны каждому в нашей стране, согласились встретиться и поговорить о главном. Мы беседовали о свободе, счастье, призвании, воле, воображении, власти, судьбе, успехе, семье, воспитании... Но случилось и так, что разговор постепенно менял вектор, перерастал в воспоминания или мысли о наболевшем. У интервьюера не было задачи перебить или остановить: за каждым искренним словом раскрывается личность.

Мудрые, неожиданные, иногда противоречивые и циничные мысли, прозвучавшие во время интервью, позже оформились в цитаты – в такой чистой, выкристаллизованной форме они и предстанут перед читателем. В чьих-то фразах можно узнать себя, с чьими-то утверждениями возникнет желание спорить. Главное – это понять и утвердить собственный свод жизненных правил.

Диана Машкова,
автор-составитель

Благодарности

От всего сердца благодарю уважаемых героев книги за согласие стать авторами «Главных правил жизни». Личное общение стало для меня ценным жизненным опытом и помогло найти ответы на многие вопросы. Огромное спасибо коллегам-журналистам Марине Зельцер, Наталье Адамовой, Марии Ганиянц за помощь в проведении ряда интервью. Глубокая благодарность издательству «ЭКМО», Сергею Черкасову и Лидии Ошеверовой за идею книги и ее воплощение в жизнь.

Глубокая личная благодарность за любовь и поддержку моей семье, пополнившейся за время создания книги.

Диана Машкова

Роман Авдеев

«Счастье в том, чтобы жить здесь и теперь»

Отец 23 детей, в том числе 19 приемных. Владелец Московского кредитного банка

По вопросу усыновления я советовался со своими родителями, но разрешения у них не спрашивал. Это самостоятельное решение. Я никогда ни в чем не убеждал ни родственников, ни друзей, ни с кем не дискутировал, хотя мне понятны все позиции.

Считаю, что очень многое можно сделать воспитанием. Есть, конечно, гены, ими заложены физические данные и темперамент человека. Но, когда мне говорят, что в ребенке заложен преступник, для меня это полная чушь! Асоциальный элемент – это результат воспитания.

Основы, на мой взгляд, формируются и закладываются в человеке до трех лет. Позже помочь гораздо сложнее. Только поэтому к нам попадают дети в возрасте до года.

Мы усыновляем. Другие формы – опека, патронат – для меня непонятны. Я приветствую все формы устройства ребенка в семью, потому что не принимаю жизни в детском доме. Но лично для меня вопрос не стоит: я взял на себя всю ответственность, это – мои дети.

Стараемся, чтобы у детей была максимальная социализация. Они открыто общаются с миром, сталкиваются с теми проблемами, которые существуют в школе и в детском коллективе.

Не давлю на детей с точки зрения культурных ценностей: что читать, что смотреть. В современном мире новые скорости и реалии. Прекрасно помню, как впервые в 12 лет посмотрел шедевр «Броненосец Потемкин» и ничего для себя там не нашел, потому что фильмы моего детства были уже более динамичны.

Если есть традиции, которые приняты свободно, – это благо, а если традиции насаждаются – это зло. Хотя речь может идти об одних и тех же вещах. Семья – это органичный механизм, главное, чтобы все чувствовали, что мы вместе.

Безусловно, мы учим детей самостоятельности. Но мне хотелось бы, чтобы мои дети еще больше умели делать сами. С возрастом круг их обязанностей возрастает, стараемся никого не баловать. На мой взгляд, любые разговоры о том, что нужно уметь, должны закрепляться делом.

ЕСЛИ ВСЕ ХОРОШО, ГЛАДКО И ЖИЗНЬ НЕ БРОСАЕТ ВЫЗОВОВ – ЭТО БОЛОТО

Счастье в том, чтобы жить здесь и теперь. Глубокое несчастье думать, что завтра будет хорошо или когда-то было хорошо. Счастье – внутри нас, человек должен создать такое мировоззрение. Да, хорошо, когда желания и реальность совпали. Но в любом случае все формируется у нас в голове.

Если все хорошо, гладко и жизнь не бросает вызовов – это болото. Я человек другого склада. У меня тишины никогда не было: постоянно вопросы, проблемы – и в семье, и на работе. Мне нравится движение: такой темперамент.

Моя власть отца семейства сводится к очень простой формуле: я руковожу по причине того, что сильнее физически, и обеспечиваю семью материально. Детям говорю: либо бери на себя мои полномочия, либо прислушайся к моему мнению. И это очень сильно мотивирует, особенно мальчиков.

Стараюсь как можно меньше запрещать: запрещено лишь то, что опасно. Здесь вопрос дисциплины и авторитета, который должен быть у взрослого человека в семье. Но и объяснять, что к чему, тоже надо, иначе в один день ребенок попытается выпрыгнуть с девятого этажа, чтобы научиться летать.

Взрослыми людьми управлять легче: на работе мы все объединены общей целью и стремимся сделать бизнес успешным. Кто не принимает этого, значит, он не с нами. Есть корпоративная культура, дисциплина, взаимоуважение. По-другому это не работает.

Допускаю ли я ошибки как руководитель? Да, бываю неправ. Но только дурак не признает своих ошибок. Если решение было неправильным, все видно в цифрах. Наша цель – не авторитет начальника или личные амбиции, а эффективность.

Судьба – это некая предопределенность условий плюс свобода выбора. Я уверен, что не бывает жизненных ситуаций, в которых человек настолько задавлен обстоятельствами, что не имеет возможности принимать самостоятельные решения. Понимаю, что, прочитав это, многие начнут кидать в меня тухлыми помидорами. Но повторю: выбор есть всегда.

Мне очень нравится утверждение о том, что все мужчины – с Марса, а женщины – с Венеры. Поскольку я интересуюсь философией и погружен в греческую мифологию, мне кажется, что как раз это выражение и ухватывает суть.

Есть определенные природой психологические и физиологические особенности. Если женщина хорошо зарабатывает, водит машину и так далее, это прекрасно! Но подобные вещи не освобождают ее от рождения детей. Я поддерживаю любой выбор человека, только вот от подмены обязанностей и понятий мужчина не становится женщиной и наоборот.

Выводят из себя заявления о том, что в семье все нужно делать вместе: вместе мыть полы, вместе чистить картошку. Я думаю, у каждого должны быть свои обязанности. Это не значит, что я считаю зазорным для себя вымыть полы: в каждой семье разделение труда происходит по-своему. Но счастье семьи – в единстве противоположностей.

Иллюзия современного мира в том, что мы думаем, будто у нас очень богатое воображение. Нет, главную роль играет восприятие: оно более богато и создает образы и идеи у нас в голове.

Основная ценность состоит в том, чтобы человек стал человеком. Он должен научиться самостоятельно определять, что такое хорошо и что такое плохо. Когда человек становится человеком, все самое важное – свобода, счастье, любовь – производится из его способностей.

Задача родителей в воспитании – не задушить, а помочь. Я считаю, например, что воспитать чувство прекрасного невозможно. Оно и так в человеке есть – важно только дать ему раскрыться.

СУДЬБА – ЭТО НЕКАЯ ПРЕДОПРЕДЕЛЕННОСТЬ УСЛОВИЙ ПЛЮС СВОБОДА ВЫБОРА

Свои страхи я стараюсь рационализировать. Если они у меня и появляются, то тут же пропадают. Но боюсь проявить слабость. И дело не в какой-то Божьей каре за то, что дал слабинку, допустил оплошность, – я об этом совершенно не думаю. Вопрос в том, что хочется быть человеком.

Нашему обществу не хватает рефлексии. У нас постоянно пропагандируются противоречивые вещи, та же национальная идея. Например, крики «долой понаехавших из Москвы» и одновременно «мы – за великую Россию»: если «долой», то «мы – за Московское княжество». Нужно учить людей думать.

Илья Авербух «Женщины сначала вдохновляют нас на свершение больших побед, а потом мешают воплотить их в жизнь»

Чемпион мира и серебряный призер Олимпийских игр в спортивных танцах на льду. Фигурист. Заслуженный мастер спорта России. Продюсер собственного ледового шоу, хореограф в фигурном катании. Награжден орденом Дружбы

Всегда гонюсь за чем-то новым и увлекательным. Но по большому счету понимаю, что новое надо искать под ногами.

Моя квартира – это мое убежище, мой мир, в который мне не доставляет радости пускать многих. Я не затворник, но и не человек-праздник, душа компании, всегда ожидающий гостей в дом.

К своим 39 годам я трижды менялся настолько, что это три абсолютно взаимоисключающих человека, начиная с достаточно неорганизованного, немного рассеянного мальчика и заканчивая тем, кем я стал. Многие очень удивлялись и говорили: «Никогда не могли себе представить, что из Илюши Авербуха получится такой руководитель, организатор и что у него будет своя маленькая фигурная империя».

Никогда не мечтал о чемпионстве, об этом больше мечтала моя мама, а на победы меня нацеливал тренер. Я же просто чувствовал, что у меня есть обязательства перед ними. Сказать, что моей внутренней потребностью было желание выиграть турнир и стать исключительно первым, – нет!

Я никогда не любил физические нагрузки. И сейчас иногда сам не верю, что через все это прошел. Бывает, анализирую происходящее и спрашиваю себя: «Неужели Я всего этого добился?!»

Сегодня я проживаю, как мне кажется, свои самые яркие годы. Самые активные и насыщенные. В них нет глупых тренировок, а есть ежедневный творческий рост.

Многие спортсмены задумываются и переживают насчет того, что их ждет. Еще будучи в большом спорте, я все время задавал себе вопрос, кем бы я хотел быть. Но когда делился своими мыслями и фантазиями о том, что у меня будут свой проект, свой коллектив, который станет собирать залы, то встречал только скепсис и улыбку.

Если говорить о собственной мотивации, то для меня, конечно, на первом месте – творчество. Но я не альтруист, я несу ответственность за людей, которые работают в моей компании, и за спортсменов, сотрудничающих со мной. Поэтому я должен бежать впереди паровоза.

К СВОИМ 39 ГОДАМ Я ТРИЖДЫ МЕНЯЛСЯ НАСТОЛЬКО, ЧТО ЭТО ТРИ АБСОЛЮТНО ВЗАИМОИСКЛЮЧАЮЩИХ ЧЕЛОВЕКА

Спортсмен не может быть совсем без честолюбия. Это нонсенс. Но я никогда не ставлю перед собой какую-то несбыточную цель, всегда реальную, которой и добиваюсь. Меня подгоняет вперед не желание захватить новые территории, а боязнь, не сделав следующий шаг, растерять то, что уже завоевал. И это нарастает как снежный ком.

По большому счету моя мечта – это первый в мире стационарный ледовый театр, потому что тогда мы можем показать все, на что способны.

Очень важно, чтобы люди, с которыми я дружу и работаю, испытывали ко мне доверие. Это не пустой звук, не пафос, это мое естество. Вначале поверили в меня, а потом постепенно я уже сам поверил в то, что я лидер и за мной надо идти. А теперь просто не могу остановиться.

Я достаточно закрытый человек. Но есть люди, которым я абсолютно доверяю, они рядом со мной и являются моим вторым «я». Но их немного.

Успешных и состоятельных людей не любят. И не только в нашей стране. Но любой человек вряд ли ходит на работу бесплатно. И вряд ли он отказался бы от возможности зарабатывать деньги.

Считаю, что мужчина должен доказывать свою состоятельность поступками и делами. Я употребляю слово «должен», потому что если раньше он мог самоутвердиться, уходя на войну, защищая свою страну, и тем самым исполнить свое мужское предназначение, то сейчас он должен быть опорой для женщины хотя бы в материальном плане. А часто мужчина – это что-то болтающееся рядом, по принципу «лучше такой, чем никакой».

Весь смысл заработка только в том, чтобы тратить его на близких людей. Но при этом, конечно же, замечательно, если какие-то вещи ты можешь позволить и себе.

К престижу я отношусь очень сомнительно. Для меня важно, чтобы вещь, которой я владею, была максимально удобна, комфортна и как можно дольше радовала меня. Демонстрацией роскоши в каких-нибудь глянцевых многотиражных журналах я не занимаюсь: мне это не интересно.

Больше всего может ранить ситуация, когда у человека, с которым мы долгое время шли вместе, вдруг появляется своя правда и он начинает ставить под сомнение все то, что было нами сделано. Значит, за время нашего сотрудничества я не сумел доказать ему своими поступками и делами, что мне можно абсолютно доверять. Хотя мне казалось, что это так.

Публичная «стирка нижнего белья» противоречит природе мужчины, уважающего себя. Причем для меня не важно, рассказывает человек о том, как он счастлив или как несчастлив. Все, что происходит между двумя любящими людьми, – это интимная история, и она должна всегда оставаться между ними.

Не считаю себя человеком настроения, потому что умею управлять им. Умею быстро переключить себя, заставить работать. Но я вспыльчив, бывают эмоциональные срывы, что меня самого очень расстраивает.

Если чувствую, что не прав, всегда найду в себе силы извиниться. Хотя для меня это не просто формальность. Это дается нелегко.

Не люблю в людях неестественность, особенно в женщинах. Меня сразу отталкивает игра, когда человек выдает себя за того, кем на самом деле не является.

ОЧЕНЬ ВАЖНО, ЧТОБЫ ЛЮДИ, С КОТОРЫМИ Я ДРУЖУ И РАБОТАЮ, ИСПЫТЫВАЛИ КО МНЕ ДОВЕРИЕ

Женщина, которая умеет поддерживать в мужчине ощущение нужности и значимости, наверное, сможет надолго сохранить чувства. Она должна быть позитивной в отношениях, доверять любимому и давать ему основания думать, что он решит все вопросы, потому что он – лучший мужчина на свете.

Женщины сначала вдохновляют нас на свершение больших побед, а потом мешают воплотить их в жизнь. Так вот я бы хотел, чтобы женщина не только вдохновляла, но и потом не мешала воплощать именно то, на что она вдохновила.

Александр Балув

«Умение прощать – огромное приобретение человека»

Актер театра и кино, лауреат премий «Кинотавр», «Ника». Сыграл в фильмах «Мусульманин», «Кандагар», «Московская сага», «Гибель империи», «Жуков», «Петр Первый. Завещание», «Жизнь и судьба»

Если я чего-то в жизни очень сильно хотел, у меня никогда это не получалось. Но, как только начинал относиться к своему желанию с безразличием – будь что будет, – все удавалось. И я вывел для себя закономерность: стараюсь ничего не хотеть безумно.

У каждого человека есть предначертанный путь. То, что я стал актером, было заложено генетически. Нам только кажется, что мы что-то меняем. На самом деле, если мы изменили свой путь, значит, нам было предназначено иное. Я в это верю.

Театр – это состояние души, а не работа. Порой моя душа не соответствует публичности в тот момент, когда нужно выйти на сцену: мне бы в глушь куда-нибудь. Я понимаю, что сейчас непрофессионально говорю, но это так и есть.

Если спектакль прошел, с моей точки зрения, неудачно, стараюсь его забыть. Как в теннисе. Если теннисист за каждую неудачную подачу будет себя казнить, он проиграет однозначно. Не подал – все. Значит, следующую подаст. Цепляться за ушедший миг нет никакого смысла.

Мнение о моей работе других людей на меня влияет, но это не главное. Хотя, конечно, когда хвалят, приятно. Раньше, когда читал разгромные статьи, очень переживал. Очень! Потом выработался иммунитет на всех, кто бы это ни был.

Нельзя сказать, что театр не оказывает никакого воздействия на людей. Но то, что спектакль или фильм способен многое изменить, – величайшее заблуждение. Я к этому отношусь очень осторожно. И режиссеры, и артисты – клоуны, только хотят выглядеть серьезнее и значимее, чем есть на самом деле.

Не считаю, что артист должен много работать: он должен работать ровно столько, насколько чувствует потребность в этом. Наверное, по молодости, обилие разных ролей – это хорошо. Но когда начинаешь что-то понимать, количество теряет значение. Важно качество. Каждый выстрел для тебя самого должен иметь определенный смысл.

Для меня деньги не показатель истинных ценностей. Это знаки, которые позволяют в той или иной степени жить независимо.

Иногда я вынужден просто зарабатывать, но всегда отдаю себе отчет в том, что именно делаю в этот момент. В этом смысле я довольно циничен и откровенен.

МНЕ КАЖЕТСЯ, ВЛЮБЛЕННОСТЬ ВСЕГДА ПОМОГАЕТ, ОНА ВСЕГДА В ПЛЮС

Человек – это достаточно замкнутый мир. Любой человек. Существует личная гигиена. Некоторые проблемы человек должен решать сам, не навешивая их на других.

Блиzkих друзей не может быть много. Общения – да, сколько угодно. Но по внутреннему ощущению я не публичный человек. Иногда просто приходится поддерживать контакт.

Дружба – это чувство, испытанное временем. А поскольку время у каждого лимитировано... Я к тому же не очень легко схожусь с людьми. Мне достаточно тех людей, которые рядом со мной.

Любовь – это космос, и она имеет неземное воздействие, словно проводник к другим пространствам, временам и мирам. В этом я абсолютно уверен.

Мне кажется, влюбленность всегда помогает, она всегда в плюс. По крайней мере мне. Хотя из-за любви могут происходить разные перекосы, даже войны. Но в этом не любовь виновата, а ее искаженная трактовка.

Не считаю, что женщина должна быть порабощена, угнетена и обязана жить под каким-то давлением. Наоборот, меня интересует абсолютное равноправие, чтобы у женщины всегда была возможность реализации собственных замыслов.

Женская логика – это логика, существование которой надо признавать, но понимать ее и оправдывать – бессмысленное дело. Я объясняю жене: у тебя своя логика, я на это соглашаюсь, а у меня своя, и давай об этом не забывать.

Я живой человек, всякое бывает, и накричать могу. Обычно, конечно, срываюсь на близких – в этом нет никакой оригинальной мысли. Главное, вовремя извиниться, найти в себе силы и мужество признать свою неправоту.

Умение прощать – огромное приобретение человека. Прощая кого-то, ты учишь самого себя терпимости и пониманию. Другое дело, что можно простить и потом не общаться. Это уже выбор каждого. Но прощать нужно всех и всегда.

К 40 годам я отработал все кризисы среднего и несреднего возраста по полной программе. У каждого мужчины к этому периоду, да и у женщины тоже, происходит осознание того, что сделано за прошедшие 20 лет. И многое приводит к неудовлетворенности. Надо либо смириться, либо опротестовать.

Никакой грусти, связанной с возрастом, у меня нет: я не думаю, что что-то упустил. Образно говоря, я не стану президентом или космонавтом, но я и не хотел этого. А сколько мне осталось – не мое дело. Я просто живу, и все.

В юности по сравнению со зрелым возрастом мы мало что можем дать своим детям, потому что, во-первых, еще материально не способны этого сделать, во-вторых, постоянно надо куда-то бежать, что-то кому-то доказывать. Не хватает времени, сил, души. Все это появляется с годами и опытом.

Тяга к театру у меня, наверное, от мамы, потому что папа вообще туда не ходил до тех пор, пока я не начал работать на сцене. А мама очень любила оперу. Во время войны она была в Самаре, куда был эвакуирован Большой театр, и бегала на все спектакли, собирала автографы. Видимо, страсть была такой сильной, что это каким-то образом передалось и мне.

НИКАКОЙ ГРУСТИ, СВЯЗАННОЙ С ВОЗРАСТОМ, У МЕНЯ НЕТ: Я НЕ ДУМАЮ, ЧТО ЧТО-ТО УПУСТИЛ

Найти абсолютное счастье на земле невозможно. Но минуты, периоды счастья испытывает каждый человек. Нет людей, которые всю жизнь были бы несчастливы: просто кому-то везет больше, кому-то меньше, а кому-то меньше надо.

Сказать о себе «я хороший человек» не могу: много было сделано плохого, того, чего не следовало делать. Но лично мне не встречался кристально порядочный человек. «Хороший», «плохой» – это только клише, которые кому-то выгодны. Я – разный.

Гарри Бардин

«Создать что-то можно, только если осознаешь себя свободным. Хотя я больше люблю пушкинское слово “вольность”»

Аниматор, сценарист, актер, автор 22 фильмов, отмеченных пятью «Никами» и многочисленными призами в России и за рубежом. Лауреат Государственной премии РФ. Награжден орденом Почета

Мудрость – это сомнительная и относительная вещь. Лично я в своем возрасте не научился делать глупости. Ко мне мудрость так и не пришла, разве что опыт. А так по-прежнему наступаю на те же грабли.

Ребенком я много врал: самозабвенно, зная, что через секунду буду разоблачен. Остановиться не мог. А потом это обернулось профессиональной деятельностью и назвалось фантазией: я стал врать в сценариях.

Сегодня прагматизм убивает романтику. Когда парнишка в восемь лет знает, что он хочет сидеть на газовой трубе, на нефтяной скважине или в администрации президента, к романтике это не имеет никакого отношения... Хотя я до сих пор искренне не могу поверить в то, что ребенок мечтает о кресле главы какой-то там компании.

Сына я никогда не воспитывал, но сегодня мы с ним смотрим в одну сторону, и это важнее всего. У нас были, конечно, разговоры, общение, но без всякого назидания. Когда проводили опрос, кого считать человеком, достойным подражания, мы с ним вместе, не сговариваясь, ответили – Януша Корчака. И это наше единомыслие мне очень по нраву.

От сына я добивался того, чтобы он не был частью стада. Чтобы не всегда отождествлял себя с толпой, но был сам по себе и все пропускал через себя.

Однажды к нам с женой пришла учительница и сказала, что благодарит нас за нравственный урок, который преподал ей наш сын. На большой перемене один мальчик, Лева Куропаткин, носился сломя голову и шалил. Учительница решила руками одноклассников выгнать его из октябрят. Тогда мой сын встал и сказал, что голосовать не будет, потому что он не вправе: он бегал так же, как и Лева. Он не побоялся стать белой вороной.

Создать что-то можно, только если осознаешь себя свободным. Хотя я больше люблю пушкинское слово «вольность». Вот эту вольность я в себе культивировал: старался на все иметь свое мнение, не боялся его высказать. Вне зависимости от того, как это потом отзовется, шел на конфликт, если не мог с чем-то согласиться, даже зная, что это будет мне во вред.

МУДРОСТЬ – ЭТО СОМНИТЕЛЬНАЯ И ОТНОСИТЕЛЬНАЯ ВЕЩЬ. ЛИЧНО Я В СВОЕМ ВОЗРАСТЕ НЕ НАУЧИЛСЯ ДЕЛАТЬ ГЛУПОСТИ

Творчество процветает в условиях одиночества и свободы от обязанностей, а голод подстегивает к работе. Когда я ушел из театра, наступила полная независимость – от денег, от квартиры, от семьи: в ту пору я был холост и у меня не было детей. Пожалуй, это самое яркое впечатление в жизни, когда принадлежишь только себе. И ни перед кем не в ответе, разве что перед собственным желудком: ты должен себя накормить. Я искал свой путь, а пока ищешь, нужно быть свободным.

От хамства должна существовать защита, и это – чувство собственного достоинства. Пожалуй, вот это качество я уж точно прививал сыну. Считаю, что в нашей стране хамству, которое укоренилось как традиция, можно и нужно противостоять.

Со временем я перестал быть категоричен в оценках людей. Невозможно знать, кто и как может себя повести в критических ситуациях – как человек проявит себя в камере, за решеткой, в лагере. А если его будут пытаться? Какой у него порог боли? Можно ли осуждать человека? Не знаю.

У человека всегда есть нравственный выбор. И неча на зеркало пенять, коли рожа крива. Я мог бы сказать, что абсолютно вся политика – это грязь, если бы не было Вацлава Гавела, Нельсона Манделы, Индиры Ганди...

Человек ко всему привыкает. Мы привыкаем к убийствам, нас потрясают только цифры, только массовое уничтожение: Беслан, «Норд-Ост», «Курск»... Я был в Беслане, в этом гимнастическом зале вскоре после теракта. Приехал туда показывать свои фильмы уцелевшим детям. И вот я стоял посреди зала, а на меня со стен смотрели огромные черные глазищи осетинских детей. Они смотрели на меня в упор с немым вопросом: «Вот ты живешь, а мы ушли. Почему?» И ничего страшнее я не знаю.

«Учитесь властвовать собою» – не впадайте в панику, ищите выход из любой ситуации и приобретайте азарт преодоления трудностей. Многие люди первые шишки воспринимают как конец света. Но пока человек жив, ничто не потеряно, надо искать выход! Я об этом говорю, когда общаюсь с молодыми. Рассказываю о том, как состоялась моя судьба. Вопреки.

У Константина Райкина есть любимая фраза «Надо выпрыгивать Богу навстречу», чтобы он тебя заметил. Если будешь сидеть на печи, как Емеля, задницу отсидишь, а больше ничего не произойдет. Мы не в сказке, печь никуда не поедет. Надо самому преодолевать все трудности и барьеры.

Мерило успеха? Вот я еду в метро, вдруг на «Преображенской площади» ко мне подсакивает незнакомая женщина и говорит: «Гарри Яковлевич, мы так переживаем за вас, дай вам Бог здоровья, чтобы у вас все получилось!» Вот это для меня важно. Когда посторонний человек дает понять, что мои фильмы не прошли мимо него, – значит, я кого-то затронул, не оставил зрителя равнодушным.

Я считаю, что детям нужно отдавать нежность. Это форма жизни. Если ребенок в детстве не получал нежности, не аккумулировал ее в себе, что он потом отдаст своим жене, детям? Отстраненность родителей иссушает душу. Мы с сыном были в очень нежных отношениях, меня даже ругали за это: «Кого ты растишь – девочку или мальчика?» Но я уверен, что был прав.

«УЧИТЕСЬ ВЛАСТВОВАТЬ СОБОЮ» – НЕ ВПАДАЙТЕ В ПАНИКУ, ИЩИТЕ ВЫХОД ИЗ ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ И ПРИБРЕТАЙТЕ АЗАРТ ПРЕОДОЛЕНИЯ ТРУДНОСТЕЙ

В своих фильмах я стараюсь не быть высоколобым: считаю, что мультипликация не имеет права рядиться в тогу таинственности, непонятности или высокомерия. Как выпускник школы-студии МХАТ исповедую жизнь человеческого духа. Беру спичку, а дальше вдыхаю в нее жизнь человеческого духа, чтобы зритель начал сопереживать...

Марьяна Безруких

«Никогда не поздно учиться: процесс формирования мозга не прерывается всю жизнь»

Ученый-физиолог, психолог, доктор биологических наук, профессор, академик РАО. Лауреат Премии Президента РФ в области образования. Директор Института возрастной физиологии Российской академии образования

Думаю, что состояние счастья человек испытывает редко: для этого он должен быть свободен от тревог, забот, внутренней неудовлетворенности. Это очень редкие моменты в жизни.

Фиксация «я не чувствую счастья» приводит к депрессии, и это характерно для современного мира. Для того чтобы почувствовать счастье, нужно уметь остановиться. Возможно, оглянуться. А бешеный темп сегодняшней жизни редко позволяет это сделать.

Вовлеченность в дела семьи порой заменяет нам собственную жизнь, и это беда. Но мы как-то даже гордимся, что живем жизнью детей, потом внуков: у нас так принято. А в результате оказывается, что не живем своей жизнью.

У нас в стране домостроевское воспитание: ребенка не уважают, не ценят, он принадлежит взрослому, и взрослый имеет право решать за него. Под насилием понимают только применение грубой физической силы, хотя по характеристике Всемирной организации здравоохранения насилие – это и речевые атаки, и унижения, и неадекватные требования, то, что родители используют всегда.

Чем жестче закручивать пружину страха, тем больше она распрямляется. Родители боятся, что ребенок сядет на голову, не будет послушным, но на самом деле получают обратную ситуацию: в 10–11 лет он просто уходит из-под влияния, и образуется непреодолимый разрыв между ребенком и взрослыми.

В семьях с высоким образовательным цензом и материальным достатком жесткость требований к детям гораздо выше. Они должны соответствовать уровню притязаний родителей, как соответствуют часы, дорогой автомобиль или квартира. Но не все дети это могут.

Неопределенность – самая тяжелая ситуация в жизни человека. Психологически, физиологически она самая стрессовая. Сегодня дети в полной мере испытывают ее на себе. Раньше все было четко: ребенок сначала октябренок, потом пионер, потом комсомолец, потом молодой специалист. Жизнь как бы расписана. Сейчас риски будущего непонятны.

ВИНИТЬ ЗА СВОИ ПОСТУПКИ, ЗА СВОЮ ЖИЗНЬ, ЗА СВОЕГО РЕБЕНКА МОЖНО ТОЛЬКО СЕБЯ

Родители хотят воспитать роботов или солдат, хотя сами не отдают себе в этом отчета. Просто так легче – подчинять детей под угрозой страха или наказания. А потом сами жалуются: «Он уже заканчивает школу, но не знает, куда идти». Он и не может знать: ему не позволяли выбирать никогда.

Очень часто родители используют самую неэффективную методику отлучения от себя – «я с тобою не разговариваю». А это сильнейший стресс, как правило из пушек по воробьям. У ребенка появляется ужасное ощущение ненужности.

Не было бы такого количества суицидов у подростков, если бы взрослые хотели понять детей. Но, к сожалению, чтобы понять, надо о ребенке много знать. А система про-

свещения родителей у нас фактически отсутствует. И эти знания нельзя дать никаким учебным курсом: это формируют среда и общество.

Никогда не поздно учиться: процесс формирования мозга не прерывается всю жизнь. Очень активное развитие идет до 25 лет, а о пластичности мозга говорят на протяжении всей жизни человека.

Плач ребенка – это всегда крик о помощи. И когда родители говорят «пусть заплачет, приставать не будет», это первый сигнал ребенку, что он не нужен. Не стоит думать, что малыш ничего не понимает. Трехмесячный ребенок уже реагирует на выражение лица и прекрасно считывает эмоции взрослого.

Винить за свои поступки, за свою жизнь, за своего ребенка можно только себя. Это выбор взрослого человека, осознанный выбор. Отсутствие же ответственности приводит к тому, что все вокруг виноваты.

До сих пор в России есть детские дома, поэтому мы не можем назвать себя цивилизованной страной. Кроме того, многие дети рождаются в семьях, где нет ответственности за них. Все это повторяется и автоматически передается из поколения в поколение.

Успешный человек – это всегда человек организованный и осознанный. Он понимает, что он делает, знает, как это делать, и готов взять ответственность на себя.

Человек может выбрать дело своей жизни к 10–12 годам. Как нейрофизиолог скажу: это этап, когда созревают механизмы произвольной регуляции деятельности. Ребенок может уже осознанно направить волевые усилия на реализацию какой-то деятельности.

Для успеха нужна поддержка. Родители, которые говорят своим детям «у тебя все получится», делают благое дело.

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.