

РАЙАН

ХОЛИДЕЙ



ЭГО – ЭТО ВРАГ

МИФ Саморазвитие

Райан Холидей

Эго – это враг

«Манн, Иванов и Фербер (МИФ)»

2016

УДК 159.98
ББК 88.52

Холидей Р.

Эго – это враг / Р. Холидей — «Манн, Иванов и Фербер (МИФ)»,
2016 — (МИФ Саморазвитие)

ISBN 978-5-00169-201-0

Бытует мнение, что препятствия на пути к полноценной успешной жизни возникают вовне – во внешнем мире. Но в действительности самый опасный враг находится внутри – это наше эго. На любом этапе нашей жизни именно эго становится помехой. Райан Холидей на примерах известных людей рассказывает, как, обуздав свое эго, можно достичь самого высокого уровня власти и успеха. Взяв на вооружение уроки, стратегии и тактики, описанные в ней, вы освободитесь для решения тех задач, которые перед собой ставите. На русском языке публикуется впервые.

УДК 159.98

ББК 88.52

ISBN 978-5-00169-201-0

© Холидей Р., 2016
© Манн, Иванов и Фербер
(МИФ), 2016

Содержание

Мучительный пролог	7
Введение	11
Часть I. Стремление	15
* * *	15
Для всего, к чему вы стремитесь, эго – это враг	16
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Райан Холидей

Эго – это враг

Издано с разрешения Portfolio, an imprint of Penguin Publishing Group, a division of Penguin Random House LLC и Anna Jarota Agency

Все права защищены.

Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form. This edition published by arrangement with Portfolio, an imprint of Penguin Publishing Group, a division of Penguin Random House LLC.

© Ryan Holiday, 2016

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2021



Не верьте, будто тот, кто стремится утешить вас, безмятежно существует среди простых и тихих слов, которые иногда несут вам благо. У него тоже много трудностей и печали, и его жизнь сильно отстает от вашей. Будь иначе, он никогда бы не сумел подобрать эти важные для вас слова.

Райнер Рильке, поэт-модернист XX века

Райан Холидей – один из самых тонких мыслителей своего поколения, а эта книга – лучшее его произведение.

Стивен Прессфилд, автор бестселлера «Война за креатив»¹

Комик Билл Хикс сказал, что мир заражен воспаленными эго. В книге «Эго – это враг» Райан Холидей выписывает нам рецепт: смирение. Книга набита историями и цитатами, которые помогут вам перестать создавать себе проблемы. Начинаете ли вы впервые или, наоборот, решаете начать все заново – вам есть что почерпнуть из этой книги.

Остин Клеон, автор книги «Кради как художник»²

Я хотел бы, чтобы эту книгу прочитал каждый спортсмен, честолюбивый лидер, предприниматель, мыслитель и деятель. Райан Холидей – один из самых перспективных молодых писателей своего поколения.

Джордж Равелинг, баскетболист, тренер, член Зала славы баскетбола, экс-директор корпорации Nike по маркетингу

Каждый день я вижу токсичное тщеславие эго, и меня не перестает удивлять, насколько часто оно уничтожает многообещающие творческие

¹ Прессфилд С. Война за креатив. Как преодолеть внутренние барьеры и начать творить. М.: Альпина Паблишер, 2016. Прим. ред.

² Клеон О. [Кради как художник. 10 уроков творческого самовыражения](#). М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020. Прим. ред.

устремления. Прочитайте эту книгу, прежде чем оно уничтожит вас, проекты и людей, которых вы любите. Это так же необходимо, как соблюдать режим или правильно питаться. Идеи Райана бесценны.

Марк Эко, дизайнер одежды (бренд Ecko), основатель молодежного социального медиа Complex

У меня не так много правил в жизни, но одно я никогда не нарушаю: если Райан Холидей пишет новую книгу, я читаю ее, как только удастся ее достать. *Брайан Коппельман, сценарист, кинорежиссер, продюсер (фильмы «Тринадцать друзей Оушена», «Миллиарды» и др.)*

Нам часто говорят, что для достижения успеха необходима уверенность в себе. Райан Холидей оспаривает такое предположение с бодрящей прямоотой. Он подчеркивает, что мы можем сформировать в себе уверенность, стремясь достигнуть большего, нежели собственный успех.

Адам Грант, автор бестселлеров «Оригиналы» и «Брать или отдавать?»³

У философии дурная репутация, но Райан Холидей возвращает ее на надлежащее место в нашей жизни. Эта книга, наполненная незабываемыми историями, стратегиями и уроками, идеально подходит всем, кто пытается что-то делать и чего-то добиться. Не будет преувеличением утверждение, что после ее прочтения вы уже никогда не сядете за работу так, как делали это раньше. *Джимми Сони, автор книги Rome's Last Citizen («Последний гражданин Рима»)*

Я бы хотела вырвать все страницы и наклеить вместо обоев, чтобы постоянно иметь перед глазами напоминание о смирении и работе, необходимой для истинного успеха. На полях своего экземпляра я раз за разом делала одну и ту же пометку: «Блеск!..ение этой книги вернуло меня к смирению и упорному труду, необходимым для победы.

Чандра Кроффорд, олимпийская чемпионка 2006 года в лыжном спринте

Сегодня, когда все гоняются за мгновенным вознаграждением, искажена сама идея успеха: многие считают, что путь к их целям линеен. Как бывшая профессиональная спортсменка я скажу вам: этот путь совсем не прямой. Он состоит из поворотов, изгибов, взлетов и падений, он требует, чтобы вы погрузились в работу целиком. Своей книгой Райан Холидей попадает в самую точку, напоминая, что подлинный успех заключается в путешествии и процессе обучения. Жаль, что такого сокровища не было у меня, пока я играла.

Лори «Молния» Линдси, полузащитник в женской сборной США по футболу

³ Грант А. Оригиналы. М.: АСТ, 2019; Грант А. [Брать или отдавать? Новый взгляд на психологию отношений](#). М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. *Прим. ред.*

Мучительный пролог

Эта книга об эго, но не лично обо мне. Я собираюсь ответить на вопрос, о котором вынужден думать, чтобы не быть лицемером: кто, черт возьми, я такой, чтобы писать об этом?!

Моя история не особо важна для уроков, которые будут описаны дальше, но я хочу кратко коснуться ее, чтобы задать определенный контекст. Я сталкивался с эго на всех стадиях своей короткой жизни. Устремление. Успех. Неудача. И снова, и снова, и снова.

Когда мне исполнилось девятнадцать, я почувствовал поразительные возможности, способные изменить жизнь, и бросил колледж. Наставники бились за мое внимание, поскольку видели во мне перспективного протеже. Успех пришел ко мне быстро, когда я был еще *ребенком*.

Я стал самым молодым руководителем в агентстве по работе с талантами в Беверли-Хиллз. На мне были контракты и контакты со множеством рок-групп. Я консультировал по книгам, которые продавались миллионами и авторы которых создавали собственные литературные жанры. В двадцать один я стал специалистом по стратегии для American Apparel, одного из самых популярных брендов в мире моды. Вскоре я занял в этой компании пост директора по маркетингу.

К двадцати пяти я выпустил первую книгу со своим лицом на обложке; издание немедленно стало дискуссионным бестселлером. На телевидении захотели сделать шоу о моей жизни. Следующие несколько лет принесли мне целую коллекцию атрибутов успеха: влияние, стабильную и престижную работу, авторитет, возможности, деньги и даже некоторую скандальную известность. На основе этих активов я позднее создал небольшую компанию, стал работать с хорошо известными платежеспособными клиентами и выполнять заказы, которые позволяли мне выступать на конференциях и модных мероприятиях.

Успех вызывает искушение приврать, сгладить углы, преуменьшить значение элементов везения и приправить все это какой-то мифологией. Вы знакомы с подобными искрящими повествованиями о геркулесовой борьбе за величие наперекор всему. В них непременно будут и сон на полу, и разрыв с родителями, и страдания из-за амбиций. В рассказах такого рода талант замещает вашу личность, а достижения предстают вашей главной ценностью. Однако подобные истории никогда не бывают честными или полезными.

В перечисленных мной успехах многое весьма удобно пропущено. Вы не прочли о стрессах и искушениях; катастрофичные падения и тошнотворные ошибки – все ошибки!..стались на полу монтажной комнаты, так как не вошли в итоговый вариант ролика. И у меня были времена, которые сейчас я предпочел бы не вспоминать и не обсуждать: уважаемый мной человек устроил мне публичное освежение. Я оказался настолько раздавлен, что даже попал на скорой в больницу. Я потерял самообладание и объявил начальнику, что с меня хватит и я возвращаюсь учиться. Бестселлер оказался однодневкой: в лидерах продаж книга продержалась всего неделю. На автограф-сессию явился *один* человек. Компания, которую я построил, разлетелась на куски, и ее пришлось воссоздавать. Причем дважды. И это только некоторые из моментов, которые я опять изящно отредактировал.

Я только что нарисовал более полную картину – и это по-прежнему всего лишь часть жизни. Хотя теперь задан более правильный тон – как минимум более правильный для этой книги: амбиции и достижения соседствуют с невзгодами.

Я не из тех, кто верит в чудеса и озарения. Один момент не способен в корне изменить человека. Таких поворотных, значимых моментов обязательно бывает много. В течение примерно шести месяцев 2014 года в моей жизни все эти события происходили подряд.

American Apparel, компания, в которую я вложил столько усилий, оказалась на грани банкротства: миллионные долги превратили ее из уважаемого бренда в собственную тень.

Основателя American Apparel, которым я восхищался с юности, совет директоров бесцеремонно выставил за дверь. Этих людей он сам когда-то взял на работу, а после бесславной отставки был вынужден ночевать у старого друга на диванчике.

Я имел неплохой доход в агентстве по работе с талантами, но история повторилась: клиенты настойчиво требовали денег. Так исчерпались мои взаимоотношения еще с одним патроном.

Я опирался на этих людей, строил вокруг них жизнь. Я смотрел на них снизу вверх и учился у них. Их стабильность – финансовая, эмоциональная, психологическая – была для меня не просто чем-то само собой разумеющимся. Она составляла основу моего существования и самооценки. Однако все казавшееся незыблемым и неистребимым одно за другим взрывалось прямо на глазах.

Колеса отрывались от земли – во всяком случае, именно такими были ощущения. Желая всем существом быть похожим на кого-то, невозможно в один миг осознать, что на самом деле быть таким *не надо*. Подобная мысль бьет под дых, вызывает шок, и к этому нельзя быть готовым.

Подобное разрушение не обошло и меня. Проблемы, которыми я пренебрегал всю жизнь, начали возникать или активизироваться именно в момент, когда я меньше всего мог себе это позволить.

Несмотря на достигнутые успехи, я снова оказался в городе, где когда-то начинал. Я был переутомлен и перегружен, большую часть с трудом заработанной свободы приходилось обменивать на деньги и острые ощущения: сказать им нет казалось невозможным. Нервы были настолько истрепаны, что приступы безудержной ярости начинались от малейшего напряжения. Работа, которая всегда давалась легко, превратилась в мучение. Рухнула вера и в себя, и в других людей. Обвалилось качество жизни.

Однажды я вернулся домой из долгой поездки и обнаружил, что нет связи с интернетом.

Паника тут же обрушилась лавиной: *«Если я не отправлю эти электронные письма... Если я не отправлю эти электронные письма... Если я не отправлю эти электронные письма... Если я не отправлю эти электронные письма...»*

Вы считаете, что заняты тем, чем положено. Общество вознаграждает вас за это. Но вдруг девушка, которую вы уже видели своей женой, бросает вас, потому что вы не тот человек, кого она полюбила, – вы не тот, каким были раньше. Как такое возможно? Способны ли вы избавиться от ощущения, что еще вчера стояли на плечах гигантов, а сегодня вам надо выбраться из-под руин и начать собирать целое из груды обломков?

В том факте, что я трудоголик, был единственный плюс. Он и заставил меня смириться с собственным трудоголизмом. Я осознал: мои увлечения и качества, которые рано привели к успеху, имеют свою цену. Подобное происходит и с другими людьми. Дело не столько в объеме работы, которую было необходимо проделать для достижения высоты, – дело в непомерной роли, которую она играла в ощущении моего «я». Я оказался в ловушке собственных мыслей. Оказалось, я бесконечно кручу колесо боли и разочарования, и хорошо бы теперь выяснить, почему я это делаю, – разумеется, если я не хочу сломаться.

Как исследователь и писатель я много лет изучал историю и бизнес. И, как обычно бывает при длительных наблюдениях, у меня начали возникать универсальные вопросы. Главным увлекавшим меня предметом оказалась тема эго.

Нельзя сказать, что я не был знаком с эго и его влиянием. Перед событиями, о которых я только что рассказал, я изучал вопрос почти год. Однако полученный болезненный опыт сместил предмет моего интереса в центр внимания; раньше я не мог представить ничего подобного.

Передо мной предстали негативные последствия эго, причем не только лично во мне или на страницах истории, но и у друзей, клиентов и коллег (а некоторые из них занимали

очень высокое положение в своих сферах). Людям, которыми я восхищаюсь, их эго стоило сотни миллионов долларов. Как мифологический Сизиф, из-за своего эго они никак не могли приблизиться к вождельным целям. И вот я сам заглянул в эту пропасть.

Через несколько месяцев я набил на правом предплечье: «Ego is the enemy» – «Эго – это враг». Не знаю, откуда взялись эти слова; возможно, давным-давно я их где-то прочитал. Но они сразу же стали источником и утешения, и руководства. Татуировка на левой руке (почерпнутая из столь же неясного источника) гласит: «The obstacle is the way» – «Препятствие как путь»⁴.

Эти две фразы я перечитываю по многу раз каждый день; я делаю это, принимая решения. Я не могу не видеть их, когда плаваю, медитирую, пишу, выбираюсь из душа утром. Они обе увещевают – заклинают!..еия выбрать верный курс фактически в любой ситуации.

Я написал эту книгу не потому, что достиг какой-то мудрости, и не потому, что считаю себя достойным проповедовать. Просто мне не хватает подобной книги в поворотные моменты собственной жизни. Передо мной, как и перед каждым, периодически встают самые важные вопросы: кем быть, каким путем пойти? («Quod vitae sectabor iter»⁵.) Я счел эти вопросы вечными и универсальными, поэтому попытался опираться в этой книге на философию и примеры из истории, а не на личный опыт.

Историческая литература полна рассказов об одержимых гениальных фантазерах, которые с почти иррациональной силой переделывают мир. Однако я заметил, что реальную историю творят люди, на каждом шагу побеждающие свое эго: они отказываются от света прожекторов, ставят достижение цели выше стремления к признанию. Моим методом изучения и усвоения историй стал их пересказ.

На эту работу, как и на другие мои книги, сильно повлияли философия стоиков и фактически все великие классические мыслители.

Я много заимствую у них, когда пишу, но также опираюсь на них в собственной жизни. И если что-нибудь в этой книге окажется вам полезным, то причиной буду не я, а они.

Оратор Демосфен говорил: понимание – начало доблести, мужество – ее исполнение. Прежде всего мы должны по-новому посмотреть на себя и на мир. Затем надо бороться за то, чтобы стать и оставаться другими, – это самая трудная часть. Я не настаиваю на подавлении и сокрушении каждой крупинки эго в своей жизни. Я даже не утверждаю, что это вообще можно сделать. Это всего лишь напоминания, моральные истории для поощрения наших лучших устремлений.

В «Этике» Аристотель сравнивает человека с кривым деревом: опытный садовник медленно прилагает к деформированному участку давление в противоположном направлении, по сути, выгибая его до прямоты⁶. Разумеется, спустя пару тысячелетий Кант фыркнул: «Из столь кривого дерева, из какого сделан человек, нельзя сделать ничего совершенно прямого»⁷. То есть, возможно, мы никогда не сможем стать идеально прямыми, но мы можем стремиться стать *прямее*.

Всегда приятно ощущать себя особенным, наделенным редкими способностями или вдохновением. Но цель этой книги в другом. Я попытался организовать ее таким образом, чтобы вы оказались там же, где и я по завершении работы. То есть чтобы вы стали меньше

⁴ Под таким названием вышла еще одна книга Райана Холидея. См.: Холидей Р. [Препятствие как путь](#). М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020. *Прим. ред.*

⁵ «Как мне выбрать жизненный путь» (лат.). Цитата из эклоги древнеримского поэта Авсония (ок. 310 – ок. 394). Перевод М. Л. Гаспарова. *Прим. пер.*

⁶ «От этой нашей склонности мы должны себя отвлекать в противоположную сторону, и если мы удалимся насколько возможно от нашей ошибочной природной склонности, то достигнем середины; того же самого придерживаются садовники, желающие выпрямить кривое дерево». Перевод Э. Л. Радлова. *Прим. пер.*

⁷ В эссе «Идея всеобщей истории во всемирно-гражданском плане». *Прим. пер.*

думать о себе. Я надеюсь, вы меньше станете вкладываться в истории о собственной уникальности и в результате освободитесь для решения тех задач, которые вы ставите перед собой.

Введение

Главный принцип: ты не должен дурачить самого себя.

А себя одурачить как раз проще всего.

Ричард Фейнман, нобелевский лауреат по физике

Возможно, вы юны и амбициозны, молоды и переживаете сложные времена. Не исключено, что вы заработали миллион или даже два, заключили первую сделку, вас выбрали в какую-то элитную группу или вы просто уже настолько успешны, что вам хватит полученного на оставшуюся жизнь. Возможно, вы были ошеломлены, узнав, насколько пусто наверху и что вам вменяется вести других через кризис. Допустим, вас только что уволили и вы только что достигли дна.

Кем бы вы ни были и что бы вы ни делали, ваш злейший враг уже живет внутри вас. Это ваше эго.

«Да это не про меня, – думаете вы. – Никто никогда не называл меня эгоцентристом». Может быть, вы считаете себя вполне уравновешенным человеком. Но для людей с амбициями, талантами, импульсами и потенциалом неотъемлемая часть жизни – эго. То же самое, что превращает нас во многообещающих мыслителей, творцов, предпринимателей, делает нас уязвимыми перед этой стороной психики.

Это не книга об эго, как его понимал доктор Фрейд. Великий психоаналитик любил такую аналогию: наше эго – это всадник на лошади. Бессознательные влечения – это оседланное парнокопытное, а эго пытается им управлять. Современные психологи называют эгоистом (эго-маньяком) человека, опасно сфокусированного на себе и пренебрежительного относящегося к другим. Приведенные определения вполне верны, однако за пределами медицины не особо ценны.

То, о чем мы говорим, обычно определяют менее официально: эго – это нездоровая вера в собственную важность. Высокомерие. Зацикленные на себе амбиции. Именно таким смыслом слова «эго» мы и будем оперировать в этой книге. Эго – это вздорный капризный ребенок внутри каждого из нас. Он предпочитает добиваться желаемого, пробиваясь через что угодно или наступая на тех, кто мешает на пути. Жажда быть *лучше*, чем диктует разумная потребность, жажда *признания* за ее рамками – это эго. Это ощущение превосходства и самоуверенность, выходящие за границы уверенности в себе и таланта.

Эго – это настолько раздутое представление о себе и мире, что окружающая реальность начинает искажаться. Когда, как объяснял американский футболист и тренер Билл Уолш, «упорство становится упрямством, а уверенность в себе – высокомерием и безрассудством». Это и есть то эго, которое, по словам английского прозаика Сирила Коннолли, «засасывает нас, как закон гравитации».

Такое эго становится врагом того, чего вы желаете, и того, что у вас есть. Овладения каким-нибудь мастерством. Настоящего творческого озарения. Хорошей работы с другими людьми. Создания лояльности и поддержки. Долголетия. Повторения и поддержания успеха. Оно отвергает выгоды и возможности. Оно магнит для врагов и ошибок. Сцилла и Харибда.

Большинство из нас не являются патологическими эгоистами, но эго лежит в основе почти всех мыслимых проблем и помех – от «почему мы не можем выиграть» до «почему нам нужно выигрывать все время и за счет других». От «почему у нас нет того, что нам хочется» до «почему, получив то, чего нам хочется, мы не чувствуем себя лучше».

Мы обычно не рассматриваем ситуацию с такой точки зрения. Мы считаем, что в наших проблемах виновато что-то или кто-то (чаще всего другие люди). Мы – тот самый больной, что не ведает причины болезни, как выразился тысячи лет назад поэт Лукреций. Особенно эго

вредит успешным людям: они не могут увидеть, как эго мешает им, поскольку замечают только уже сделанное. Эго подрывает, а то и сводит на нет усилия, направленные на достижение любой цели – большой и маленькой.

Миллиардер и многолетний руководитель корпорации ИТТ Гарольд Дженин сравнивал эгоизм с алкоголизмом: «Эгоист не спотыкается, сбивая вещи со стола. Он не бормочет и не пускает слюни. Но он становится все более и более высокомерным, а некоторые люди, не зная, что под этим скрывается, принимают такое высокомерие за чувство силы и уверенности в себе». Вы могли бы сказать, что они начинают ошибаться и в отношении себя, не осознавая, что заболели или что тем самым они убивают себя.

Если эго – это голос, который вещает, что мы лучше, чем есть на самом деле, то можно утверждать: эго препятствует истинному успеху, мешает прямой честной связи с окружающим миром. Один из первых участников содружества «Анонимные алкоголики» определил эго как «сознательное *отделение*». От чего? Да от всего.

Это отделение проявляется огромным количеством способов. Мы не можем общаться с другими людьми, если возводим вокруг себя стены. Мы не можем улучшить мир, если не понимаем его или себя. Нельзя получить обратную связь, если мы неспособны прислушаться к внешним источникам или не заинтересованы в этом. Нельзя распознать или создать возможности, если не присмотреться к тому, что перед нами, – мы будем продолжать существовать в собственных внутренних фантазиях.

Если не оценить свои способности и *верно* не соотнести их с чужими, то у нас возникнет не уверенность в себе, а заблуждение. Как нам достучаться до других людей, мотивировать или возглавлять их, если у нас отсутствует связь с их потребностями, поскольку мы утратили связь даже с необходимым нам самим?

Мастер перформанса Марина Абрамович⁸ формулирует это прямо: «Если вы начинаете верить в свое величие – это смерть вашего творчества».

Только одно удерживает эго: комфорт. Погоня за чем-то большим в спорте, искусстве или бизнесе часто ужасает – эго смягчает страх. Оно – бальзам для незащищенности. Заменяя рациональную сознательную часть нашей души самовосхвалением и самолюбованием, эго нашептывает нам то, что мы хотели бы слышать, причем делает это в подходящее время.

Однако все это временные меры с протяженными последствиями.

ЭГО БЫЛО ВСЕГДА. СЕЙЧАС ОНО ПООЩРЯЕТСЯ

Сегодня наша культура раздувает пламя эго сильнее, чем когда бы то ни было. Никогда еще не было проще выступать и наслаждаться ощущением своей значимости. Мы можем хвастаться своими целями перед миллионами поклонников – раньше это делали только рок-звезды и лидеры культов. Мы можем следить за своими кумирами в Twitter, общаться там с ними, читать книги и публикации на сайтах, смотреть выступления на конференциях TED⁹ – и перегружаться информацией, как никогда ранее (для всего этого существуют специальные мобильные приложения). Мы можем именовать себя генеральным директором собственной – существующей только на бумаге – компании. Можем публиковать любые новости в социальных сетях и принимать поздравления. Можем размещать статьи о себе в изданиях, которые раньше были объективной прессой. Некоторые из нас делают это чаще и в больших объемах, чем другие. Но это только вопрос степени.

⁸ Марина Абрамович (род. 1946) – сербская художница, «бабушка современного перформанса». *Прим. пер.*

⁹ TED (Technology, Entertainment, Design) – американская организация, проводящая ежегодные конференции под слоганом «Идеи, стоящие распространения». *Прим. пер.*

Дело не только в изменившихся технологиях. Нас убеждают: прежде всего, надо верить в собственную уникальность. Нам предлагают масштабно мыслить и масштабно жить, запоминаться и отваживаться. Мы думаем, что для успеха необходимо какое-то смелое видение или какой-то всеобщий план: именно это, по идее, было у создателей вон той компании или чемпионской команды. (Было? Точно?) Мы видим в интернете и средствах массовой информации рискованных и успешных людей и вслед за ними устремляемся к собственным успехам, пытаемся сформировать у себя правильное отношение, занять правильную позицию.

Мы интуитивно устанавливаем причинно-следственные связи, которых на самом деле нет. Мы предполагаем, что признаки успеха – то же самое, что сам успех, и в этой наивности путаем побочный продукт с причиной.

Конечно, для некоторых людей эго срабатывало: многие вошедшие в историю мужчины и женщины были откровенно эгоистичны. Но у них случалось и множество неудач. И на деле гораздо больше, чем нам известно. Но наша культура поощряет бросать кости – играть в азартные игры, игнорируя ставки.

ЭГО С ВАМИ ВСЕГДА

В любой момент времени человек находится на одной из трех стадий. Мы стремимся к чему-нибудь, пытаемся оставить след во Вселенной. Либо мы достигли успеха – возможно, маленького, возможно, побольше. Или мы недавно потерпели неудачу (или терпим их постоянно). Большинство находится на этих стадиях динамично: стремится вперед, пока не преуспее, преуспевает, пока не провалится или пока не устремится к большему, а после неудачи может вновь начать стремиться куда-то или преуспевать.

Эго – враг на каждом этапе этого пути. В определенной степени эго – враг создания, поддержания и восстановления. Когда все идет легко и быстро, это, может быть, и хорошо. Но во времена перемен и трудностей...

Именно поэтому в этой книге три части: «Стремление», «Успех», «Неудача».

Цель такой структуры проста: помочь подавить эго задолго до укоренения вредных привычек; заместить искушение смирением и дисциплиной (на подходе к успеху); воспитать силу и стойкость (чтобы не дать неудаче погубить вас, когда весь мир против). Структура этой книги поможет вам быть:

- скромными в устремлениях,
- добрыми при успехах,
- стойкими в неудачах.

Я не говорю, что вы не уникальны, что у вас нет ничего интересного, чтобы оставить след в истории. Я не намекаю даже, что нельзя раздвигать творческие границы, изобретать, чувствовать вдохновение или устремляться к действительно амбициозным переменам и новациям, – для этого в мире достаточно места. Но чтобы правильно это делать и принимать возникающие риски, нужен баланс. Как заметил один из отцов-основателей США, квакер-пацифист Уильям Пенн, если вокруг постоянно дуют сильные ветра, зданию нужен хороший фундамент.

И ЧТО ТЕПЕРЬ?

Книга, которую вы держите в руках, основана на одном оптимистичном предположении: ваше эго не та сила, которую вы вынуждены подпитывать на каждом шагу. Эго можно управлять. Его можно направлять.

В этой книге мы взглянем на таких людей, как Уильям Шерман, Кэтрин Грэм, Джеки Робинсон, Элеонора Рузвельт, Билл Уолш, Бенджамин Франклин, Велизарий, Ангела Меркель

и Джордж Маршалл. Могли бы они добиться того, чего добились: спасти ненадежные компании, развить военное искусство, внести вклад в бейсбол, революционизировать атаку в американском футболе, противостоять тирании, храбро переносить несчастья, – если бы эго оставило их неподготовленными и поглощенными собой?

По словам писателя и специалиста по стратегическому мышлению Роберта Грина, именно их чувство реальности и осознания мы должны принять, поскольку именно они стали основателями великого искусства, великой литературы, великого дизайна, великого бизнеса, великого маркетинга и великого лидерства.

Когда мы знакомимся с этими людьми, мы обнаруживаем, что они были осмотрительны и непоколебимо реалистичны. Не то чтобы кто-нибудь из них вообще был лишен эго. Но они знали, как его подавить, укротить и направить. Они великие, но скромные.

Погодите, но вот такой-то и такой-то отличались непомерным эго и были успешными. Что насчет Стива Джобса? Или Канье Уэста?

К таким примерам худшего поведения мы можем отнестись рационально. Однако никто не является действительно успешным *по той причине*, что блуждает в иллюзиях, оторван от реальности или заиклен на себе. Даже если эти черты присущи каким-то популярным личностям, у них есть и другие качества: зависимость, плохое обращение (с собой и с другими), депрессия, одержимость. Когда мы изучим этих людей, то увидим: лучшее, что они делали, происходило в моменты, когда они обуздывали свои импульсы, расстройства и пороки. Человек может достичь предела возможностей, только освободившись от эго.

Именно поэтому мы познакомимся с такими личностями, как Говард Хьюз – младший, персидский царь Ксеркс, Джон Делореан, Александр Македонский, а также рассмотрим множество предостерегающих историй других людей, потерявших контроль над реальностью. На их примере будет понятно, каким рискованным может оказаться эго. За полученные дорогостоящие уроки они заплатили невзгодами и саморазрушением. Мы увидим, как часто даже самые успешные люди колеблются между смирением и эго и какие проблемы это вызывает.

Устранив эго, мы остаемся один на один с реальностью. Эго сменяется смирением, но это твердое смирение и уверенность в себе. Эго искусственно – уверенность в себе выдерживает нагрузки. Эго украдено – уверенность в себе заслужена. Эго самопровозглашено, его самодовольство – уловка. Уверенность готовится к трудностям – эго манипулирует. Это как разница между сильнодействующими и ядовитыми веществами.

Как вы увидите на следующих страницах, именно уверенность в себе превратила во время Гражданской войны ничем не примечательного и недооцененного генерала в главного воина и стратега Америки. Эго подхватило другого генерала на высотах власти и влияния после той же войны и довело его до нищеты и бесславия.

Тихий, спокойный немецкий ученый превратился не просто в лидера нового типа, а в силу мира. Два других инженерных ума XX века, разные, но одинаково блестящие и смелые, закружились в шумихе и славе. Но потом их надежды разбило о скалы неудач, банкротства, скандала и безумия.

Один привел одну из худших команд в истории НФЛ к трем победам в Супербоулах, а потом сделал ее одной из доминирующих династий в игре. А бесчисленное множество других тренеров, политиков, предпринимателей и писателей преодолевали аналогичные препятствия лишь для того, чтобы неизбежно уступить первое место кому-то другому.

Некоторые учатся смирению. Другие выбирают эго. Кто-то готов к переменам в судьбе – положительным и отрицательным. Иные – нет. Что выберете вы? Кем станете?

Вы взяли эту книгу, потому что чувствуете (осознавая это или нет), что вам нужно найти ответ на вопрос.

Что ж, мы здесь; приступим.

Часть I. Стремление

* * *

Итак, у нас есть цель, вызов, новое начинание. Так начинается каждое путешествие, но слишком многие в итоге не достигают своей цели. Виновником чаще всего бывает эго. Мы вооружаемся фантастическими историями, считаем, что всё знаем, позволяем своей звезде гореть ярко и горячо – но лишь для того, чтобы выяснить, что все окончилось пшиком. И мы понятия не имеем почему. Это признаки эго, лекарством от которого являются смирение и чувство реальности.

Для всего, к чему вы стремитесь, эго – это враг

Говорят, что он смелый хирург, рука которого не дрожит, когда он проводит операцию самому себе; и он часто столь же смел, как и тот, кто не боится стянуть таинственную вуаль самообмана, которая скрывает уродства его собственного поведения.

Адам Смит, английский экономист и мыслитель

Примерно в 374 году до н. э. Исократ, один из самых известных учителей и раторов Афин, написал письмо молодому человеку по имени Демоник. Исократ был другом его недавно умершего отца и хотел дать осиротевшему юноше несколько советов. Они варьировались от практических до моральных и выражались в «благородных изречениях», как назвал их автор. По словам Исократ, они являлись «наставлениями на грядущие годы».

Демоник, как и многие из нас, был честолюбив, и Исократ писал, что путь амбиций может быть опасен. Ритор начал с сообщения, что более всего юноше к лицу «стыдливость, справедливость и скромность, ибо считается, что все это украшает нравственный облик молодого человека»¹⁰.

«Вырабатывай твердость характера», – наставлял Исократ и предостерегал Демоника от попадания в зависимость от «гнева, наслаждения и боли». И «к льстецам относись с такой же ненавистью, как к обманщикам: и те и другие, когда им верят, причиняют поверившим зло».

Автор учил адресата: «С теми, кто общается с тобой, будь обходительным, а не надменным. Ведь спесивость тех, кто преисполнен презрения, с трудом смогут выносить даже рабы»; «Обдумывай решения медленно, приводи их в исполнение быстро»; «Знай, что самое лучшее... обладать рассудительностью». Исократ призывал юношу не забывать о разуме: «Заботься обо всем необходимом в жизни, но более всего развивай свой разум. Великое в малом – вот что такое хороший ум в теле человека».

Некоторые из этих советов могут показаться знакомыми. Действительно, через две тысячи лет о бешенстве эго стал часто предупреждать Уильям Шекспир. В «Гамлете» он, фактически используя это письмо в качестве образца, вложил слова Исократ в уста Полония, обратившегося к своему сыну Лаэрту. Речь эта, если вам доводилось ее слышать, заканчивается такими строками:

*Но главное: будь верен сам себе;
Тогда, как вслед за днем бывает ночь,
Ты не изменишь и другим. Прощай;
Благословеньем это все скрепится¹¹.*

Слова Шекспира легли на сердце Уильяму Шерману, молодому офицеру в Соединенных Штатах, – впоследствии он станет, возможно, величайшим генералом и стратегом в истории страны. Не исключено, что он никогда не слышал об Исократе, но зато любил «Гамлета» и часто цитировал речь Полония.

Отец Шермана (как и отец Демоника) умер, когда тот был очень молод. И, как и Демоника, юношу взял под крыло мудрый старший товарищ – Томас Юинг, друг отца и будущий сенатор Соединенных Штатов. Юинг усыновил мальчика.

¹⁰ «К Демонику». Все цитаты в переводе Э. Д. Фролова. Прим. пер.

¹¹ «Гамлет», акт I, сцена 3. Перевод М. Л. Лозинского. Прим. пер.

Несмотря на высокое положение приемного отца, практически никто не мог бы предсказать серьезных достижений Шермана. И уж тем более никто не предвидел беспрецедентного шага – отказа от поста президента страны. Восхождение Шермана на политический олимп было медленным и постепенным – в отличие от, например, Наполеона, который стремительно ворвался в историю и так же быстро сошел со сцены¹².

Молодые годы Уильям Шерман провел в Вест-Пойнте, федеральной военной академии, и в армии. В первые годы службы он верхом изъездил почти всю страну; каждая поездка приносила офицеру новые знания и умения. Когда разразилась Гражданская война, Шерман отправился на восток и получил звание полковника Добровольческой армии (северян). В первом сражении при реке Булл-Ран северяне потерпели катастрофическое поражение, однако Шерман, успешно командовавший полком, отличился в бою.

После сражения Шермана повысили до бригадного генерала и вызвали для встречи с президентом Линкольном и его военным советником¹³. В таком составе военачальники обсуждали стратегические планы несколько раз, как вдруг Шерман обратился к Линкольну со странной просьбой: не возлагать на него верховное командование. При этом Шерман соглашался на любое другое назначение. Президент с радостью пообещал удовлетворить просьбу; все остальные генералы хотели как раз обратного: как можно больше чинов и полномочий.

В тот период Шерману было комфортно в роли второго номера. Он был уверен, что здраво оценивает свои способности и что выбранная им роль подходит ему лучше всего. Только представьте: честолюбивый человек отказывается от шанса взять на себя ответственность, потому что хочет быть готовым к ней!..безумие ли это?!

Но Шерман вовсе не был образцом сдержанности и порядка. В начале войны, когда ему пришлось защищать Кентукки с недостаточным количеством войск, его одержимость и склонность к сомнению в себе странным образом встретились. Он бесился из-за нехватки ресурсов и с паранойей относился к маневрам противника. В результате он сорвался и поговорил с несколькими газетными репортерами в недопустимом тоне. Последовал конфликт, Шермана временно отстранили от командования. Чтобы привести нервы в порядок, офицеру потребовалось несколько недель отдыха. Это был один из немногих почти катастрофических моментов – в остальное время его карьера развивалась достаточно успешно.

¹² На самом деле разницы практически нет. Шерман служил с 1840 до 1853 года, после чего вышел в отставку, занялся бизнесом и был вызван на службу только в 1861 году, а генералом армии США стал в 1869-м. Таким образом, для перехода от выпускника Вест-Пойнта до высшей точки армейской карьеры ему формально понадобился 21 год службы. Наполеон начал военную службу в 1785 году, а императором стал через 19 лет, в 1804 году. *Прим. пер.*

¹³ Источники говорят, что Линкольн появился в войсках 23 июля, где был впечатлен Шерманом и дал ему звание бригадного генерала добровольцев. *Прим. пер.*

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.