



Александр

Молчанов



Александр  
Молчанов  
*Мотиватор  
по-русски*

**ВОЛШЕБНЫЙ  
ПЕНДЕЛЬ**

Ленивая скотина-2



**АЛЕКСАНДР МОЛЧАНОВ  
ВОЛШЕБНЫЙ ПЕНДЕЛЬ  
ЛЕНИВАЯ СКОТИНА**



Александр Молчанов

**Ленивая скотина: Мотиватор  
по-русски. Ленивая скотина  
– 2: Волшебный пендель**

ИГ "Весь"

2017, 2018

**Молчанов А.**

Ленивая скотина: Мотиватор по-русски. Ленивая скотина – 2:  
Волшебный пендель / А. Молчанов — ИГ "Весь", 2017, 2018

ISBN 978-5-94-438061-6

Ленивая скотина: Мотиватор по-русски Успешных людей от неуспешных отличает одно... Успешные люди однажды решили, что они будут успешными. А неуспешные однажды решили, что они будут неуспешными. Все, что мы имеем, – результат одного-единственного нашего решения. Вам нужна лишь одна секунда для того, чтобы принять это решение, и вы можете принять его прямо сейчас. Эта книга поможет вам держаться принятого решения. Поможет не отказаться от него в минуту слабости. Поможет вам преодолевать препятствия. Даст вам силы для того, чтобы двигаться дальше. Мы призовем на помощь древнюю философию и современную психологию! Применим все возможные методики мотивации. Мы больше не будем хитрить и обманывать сами себя. Давайте в кои-то веки скажем себе правду. Вы можете больше. И вы достойны большего. Просто вы – ленивая скотина. Хорош уже расслабляться! Подъем! Или вы идете со мной прямо сейчас. Или закройте эту книгу и катитесь к черту. Ленивая скотина – 2: Волшебный пендель То, что вы прочитаете в этой книге, вам не расскажут на тренингах личностного роста. И западные гуру, съевшие не одну собаку на мотивации, в своих бестселлерах о таком не напишут. В этой книге я поставил перед собой амбициозную задачу – сделать личностный рост great again! Эта книга перевернет все ваши представления, как собственными руками слепить из того, что было, – лучшее будущее для себя и своих близких. Человек – скотинка ленивая, пока не пнешь – не полетит. Эта книга – целая шкатулка пенделей для ленивой скотины, которые помогут вам взлететь. Пендели эти не простые, а волшебные! Самораспаковывающиеся. Каждый пендель, помимо мгновенного эффекта, заряжен на долгосрочный личностный рост. Возможно, пройдут месяцы, после которых вы заметите, что начали вести себя в привычных ситуациях чуть-чуть по-другому. И вот это «чуть-чуть», эти

маленькие изменения будут давать огромные результаты, которые вам точно понравятся. Обнимаю! Ваш Молчанов

ISBN 978-5-94-438061-6

© Молчанов А., 2017, 2018

© ИГ "Весь", 2017, 2018

## Содержание

Ленивая скотина: Мотиватор по-русски	8
От автора	11
Глава 1. Я – ленивая скотина	13
Глава 2. Враги	17
Глава 3. Не сжигайте корабли	21
Глава 4. Чем опасна безопасная жизнь?	25
Глава 5. Можно?	29
Глава 6. Страх – трах!!!	33
Глава 7. Они	38
Глава 8. Я бездарность	42
Глава 9. Персонаж, читатель, автор	46
Конец ознакомительного фрагмента.	49

## **Александр Молчанов**

### **Ленивая скотина: Мотиватор по-русски.**

### **Ленивая скотина – 2: Волшебный пендель**



Дорогой Читатель!

Искренне признателен, что Вы взяли в руки книгу нашего издательства.

Наш замечательный коллектив с большим вниманием выбирает и готовит рукописи. Они вдохновляют человека на заботливое отношение к своей жизни, жизни близких и нашей любимой Родины. Наша духовная культура берёт начало в глубине тысячелетий. Её основа – свобода, любовь и сострадание. Суровые климатические условия и большие пространства России рождают смелых людей с чуткой душой – это идеал русского человека. Будем рады, если наши книги помогут Вам стать таким человеком и укрепят Ваши добродетели.

Мы верим, что духовное стремление является прочным основанием для полноценной жизни и способно проявиться в любой области человеческой деятельности. Это может быть семья и воспитание детей, наука и культура, искусство и религиозная деятельность, предпри-

нимательство и государственное управление. Возрождайте свет души в себе, поддерживайте его в других. Именно это усилие создаёт новые возможности, вдохновляет нас на заботу о близких, способствуют росту как личного, так и общественного благополучия.

Искренне Ваш,

Владелец Издательской группы «Весь»

A stylized, handwritten signature in black ink, featuring a large, flowing loop on the left and a series of sharp, intersecting strokes on the right.

Пётр Лисовский

## Ленивая скотина: Мотиватор по-русски





Иллюстрации Веры Васильевой  
Фотограф Юрий Арнаут

ИГ «Весь», 2017

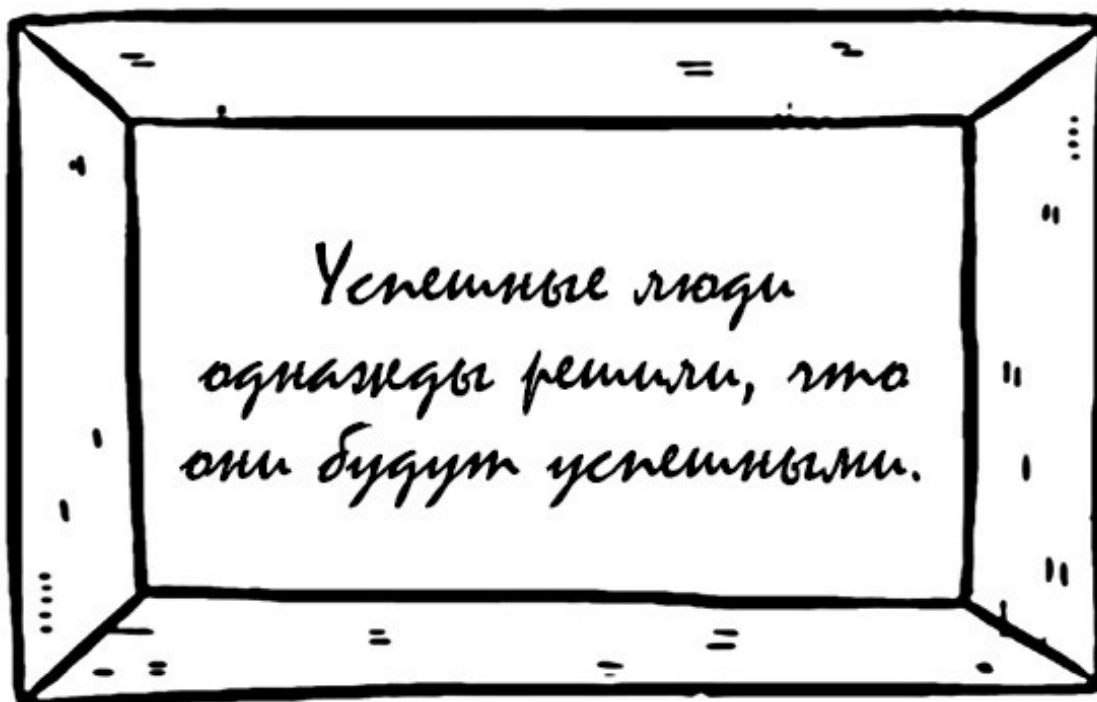
Посвящается  
Николасу Картози,  
величайшему труженику  
из всех, кого я знаю



## От автора

Вы никогда не задавались вопросом, чем успешные люди отличаются от неуспешных? Успешные богаты, красивы, здоровы, талантливы, любимы. Неуспешные бедны, некрасивы, больны, бездарны, нелюбимы. Успешные родились в столице, в приличных семьях, получили хорошее образование, с детства общались с выдающимися людьми и так далее. Ой-ой, я никогда не буду успешным, ведь я родился в деревне, мой папа пропивал все, что зарабатывала мама, я учился в сельской школе, я некрасивый, бездарный, никто меня не любит, пристрелите меня, чтобы я не мучился...

Какая же это все глупая и вредная чушь! Успешных людей от неуспешных отличает одно...



А неуспешные однажды решили, что они будут неуспешными. Все, что мы имеем, – результат одного-единственного нашего решения. Вам нужна лишь одна секунда для того, чтобы принять это решение, и вы можете принять его прямо сейчас.

Давайте, мать вашу, решайтесь уже!

Решились?

Тогда продолжаем разговор.

Эта книга поможет вам держаться принятого решения. Поможет не отказаться от него в минуту слабости. Поможет вам преодолевать препятствия. Даст вам силы для того, чтобы двигаться дальше.

Мы призовем на помощь древнюю философию и современную психологию! Применим все возможные методики мотивации.

Мы больше не будем хитрить и обманывать сами себя. Давайте в кои-то веки скажем себе правду. Вы можете больше. И вы достойны большего.

Просто вы – ленивая скотина.

Хорош уже расслабляться!

Подъем!

Или вы идете со мной прямо сейчас.  
Или закройте эту книгу и катитесь к черту.

*Ваш*  
*Молчанов*

## Глава 1. Я – ленивая скотина



Я – ленивая скотина. Ой, можно, я напишу это еще раз: я – ленивая скотина. Мне нравится, как эти слова выглядят на странице. Наконец-то я могу в этом признаться. Да, я ленивая

скотина. Я знаю толк в лени. Я потратил сотни часов на бесполезные, тупые, разлагающие и утомительные занятия. Я продинамил сотни отличных возможностей, о которых буду жалеть до конца своей жизни!

До сих пор каждый мой день происходит смертельная битва с ленью. Я воздвигаю стену вокруг моих планов в надежде защититься от лени, но она постоянно находит лазейку, чтобы проникнуть внутрь и нарушить их.

И вот уже как-то само собой получается, что вместо того, чтобы писать деловое письмо, я листаю соцсети. Вместо того чтобы позвонить клиенту, я читаю какую-нибудь статейку по саморазвитию. Вместо того чтобы поработать над книгой, я слушаю музыку на сайте «ВКонтакте», а то и, страшно признаться, смотрю забавные ролики на «Ютубе».

Знакомая ситуация?

При этом со стороны-то кажется, что я фигачу со страшной силой. Что я чертовски эффективен и продуктивен. Что я ворочаю горы и осушаю реки.

Ну да, ворочаю и осушаю. Но если бы не лень, ворочал бы и осушал в два раза больше. А то и в сорок два (Леша Ходорыч, привет!).

Я-то точно про себя знаю: я – ленивая скотина. И всегда таким был.

И вот однажды я решил разобраться со своей ленью. Понять, что она такое и почему она никак не оставит меня в покое. И почему она находит лазейку даже тогда, когда, казалось бы, ей неоткуда взяться.

Я начал вспоминать все случаи, когда мне было лениво.

Например, когда я учился в старших классах школы, мой папа ушел из журналистов в фермеры. Разумеется, мне пришлось делить с ним все прелести фермерской жизни. Самой сложной частью нашей работы было копать картошку. У нас ее было пять гектаров. Это много. У нас был трактор с картофелекопалкой, но она просто выкапывала картошку из земли и разбрасывала ее по полю. И нужно было идти с ведром, собирать эту картошку и складывать ее в мешки. В мешок влезало четыре ведра. Я приходил из школы в час или в два часа дня, обедал и шел на поле, где отец уже выкапывал для меня несколько рядов картошки. Я работал до девяти вечера. За это время я собирал 25–30 мешков. Около девяти вечера темнело, и можно было идти домой. Нужно было торопиться, потому что в конце сентября в наших широтах мог выпасть снег, так что у нас было всего четыре недели на то, чтобы убрать всю картошку. И все бы ничего, но после школы и шести-семи часов работы в поле я никак не мог заставить себя сделать уроки. Мне было лениво. Мне хотелось почитать книжечку, посмотреть телевизор, поиграть на гитаре. Все что угодно, только не уроки!

Кстати, в смысле учебы я вообще был изрядным лентяем. Я ненавидел физику, химию, историю, математику, физкультуру... гм, какие там еще были предметы? Литературу я тоже недолюбливал, хотя бы потому, что знал по этому предмету больше, чем преподаватели. Мне было лениво учиться, лениво тратить время на домашние задания, уроки и контрольные. Как глупо тратить время на всю эту ерунду, если можно заниматься тем, что мне действительно нравится – читать книги.

Я с детства мечтал стать писателем. Поэтому поступил в университет на филфак. Я был уверен, что уж на филфаке-то я буду заниматься только чтением книг. В каком-то смысле так оно и было. Но, кроме литературы, у нас было множество других предметов, изучение которых, как мне казалось, для филолога не только бесполезно, но и вредно. Например, политология. Экономика. Возрастная физиология. Медицина! Бу-у-у! Медицину я сдавал семь раз! Мне кажется, мои преподаватели заключили пари – способен этот парень понять, как делать искусственное дыхание, и осмыслить устройство санитарных носилок или нет? Я был неспособен. Вы не представляете, как было лениво день за днем смотреть в толстенный учебник с информацией, которая, как мне казалось, никогда не пригодится мне в жизни. И должен признаться, что я сдал этот экзамен с седьмого раза только потому, что, придя на него в шестой

раз, пометил ручкой обратную сторону своего билета. И в седьмой раз выучил только его, да и то на троечку. Лень на выдумки хитра!

И вот моя мечта исполнилась. Я стал-таки писателем. Мои книги разлетаются, как горячие пирожки, мои пьесы ставятся в десятках театров по всей России и Европе, а по моим сценариям снимают телесериалы, которые смотрит вся страна. И вот я сижу, тупо смотрю на белую страницу и никак не могу начать очередной сценарий. Сроки поджимают, редакторы нервничают, актеры волнуются, режиссер бегаёт по потолку, а мне лениво... Я в сотый раз проглядываю одни и те же посты в «Фейсбуке», смотрю в окно, хожу по комнате – словом, делаю все что угодно, лишь бы не работать. Мне лениво, лениво, лениво.

Как же справиться с ленью?

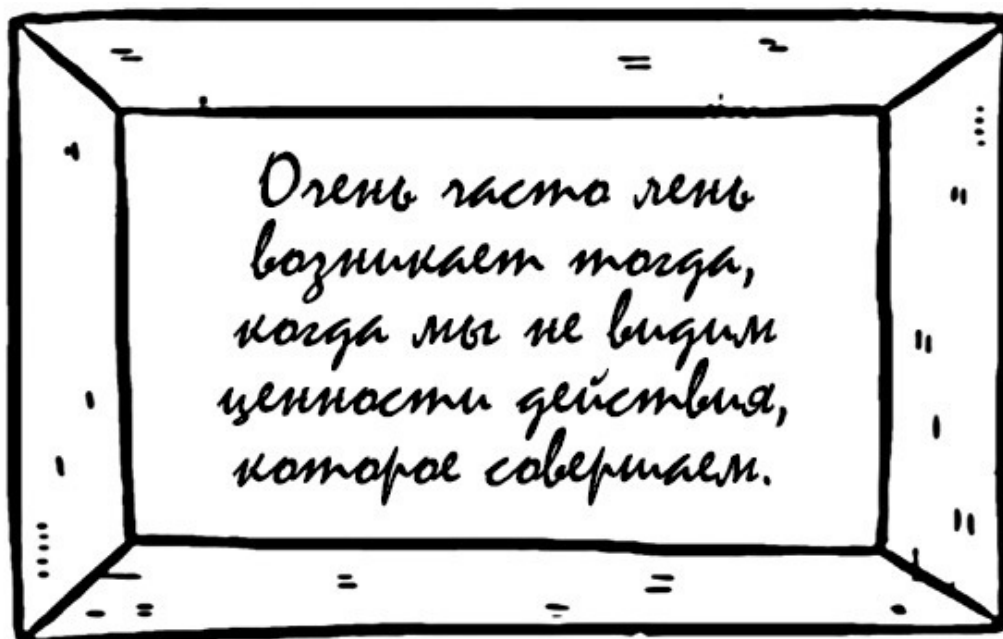
На самом деле, коллеги, это неправильный вопрос. Правильный вопрос звучит так: почему мне лениво? Что такое лень и откуда она приходит? Что является ее причиной?

Как вы думаете?

Правильный ответ звучит так: **каждый раз по-разному.**

Например, когда я целый день вламывал в поле, а потом мне было лениво делать уроки – причиной лени была обычная физическая усталость. Возможно, я ее даже не чувствовал, потому что был молодой и глупый. И еще не научился отслеживать сигналы организма. А она, усталость, была. И именно она втайне от меня открывала ворота лени. Она подкидывала мне какие-то развлечения и отвлечения – книжечка, телевизор. Усталость говорила мне – дружок, отдохни, ты устал. А я думал, что это говорит лень. В итоге я услышал ее голос и понял, кто это говорит. И стал ложиться спать сразу по возвращении с поля. В 21–22 часа. И просыпаться в пять утра. И вот что удивительно – с утра мне никакая лень не мешала. Потому что не было усталости, которая маскировалась под лень.

Как же я теперь жалею, что вполуха слушал преподавателей физики, химии и особенно экономики! Сейчас я плачу сумасшедшие деньги за те знания, которые мог 20 лет назад получить бесплатно. И не понимаю, как (КАК, ЧЕРТ ВОЗЬМИ?!!) я мог лениться на уроках химии, физики или экономики! А медицина? Когда я ее изучал, мне казалось, что она никогда в жизни мне не пригодится. Как же я вспоминал уроки медицины тогда, когда пытался привести в чувство умирающего от передозировки друга...



А чтобы осознать ценность, нужно взглянуть на действие со стороны, увидеть его в перспективе. Мне очень нравится история про трех строителей, у которых спросили, что они делают. Один сказал – «я таскаю камни», второй – «я строю стену», третий – «я возвожу храм». Если на вас внезапно напала лень, спросите себя – в чем смысл действия, которое я сейчас делаю? Может быть, для того чтобы справиться с ленью, вам будет достаточно вместо камней увидеть храм, который вы строите. А может быть и наоборот, увидев картину целиком, вы поймете, что вам не нравится не само действие – вам не нравится цель, к которой ведет действие. **В этом случае нужно просто развернуться и найти другую цель и другое действие.**

Но даже если вы точно знаете, что делаете то, что хотите, если вы здоровы и полны сил, а лень все равно вас атакует, даже в этом случае нужно спросить ее: лень, о чем ты хочешь мне сказать?

Может быть, вы не умеете делать то, что вам нужно сделать. Когда я начинал работать в газете, я каждый день садился за очередную заметку с ощущением, что не смогу ее написать. И, конечно, лень была тут как тут во всей красе – я был готов раскладывать пасьянс, читать газеты, трепаться с коллегами – делать что угодно, лишь бы не работать. Я не слышал, что лень говорит мне – дружище, ты просто не умеешь писать заметки. Научись это делать, и тогда я уйду. В конце концов я научился и стал легко писать по три-четыре заметки в день. Продолжая при этом раскладывать пасьянсы, читать газеты и трепаться с коллегами.

Однажды мне нужно было написать сериал про адвокатов, и я никак не мог начать. Мне мешала лень. Но я уже знал, о чем я должен спросить мою лень. И она мне сказала: ты просто ничего не знаешь про адвокатов, поэтому ты и не можешь начать работу. И я засел за изучение матчасти. Читал статьи и блоги, изучал литературу, встречался с адвокатами и их клиентами. После чего сериал написался как-то сам собой. Лень больше не давала о себе знать.

Итак, мы все – ленивые скотины. Но хорошая новость состоит в том, что лень – это на самом деле здорово. Лень всегда что-то говорит нам. **Она говорит нам, что мы устали, что мы потеряли перспективу, что у нас недостаточно умений, знаний или ресурсов.**

*Запомните:*

**берегите вашу лень, слушайте ее, и она станет для вас хорошим помощником.**

*Сделайте:*

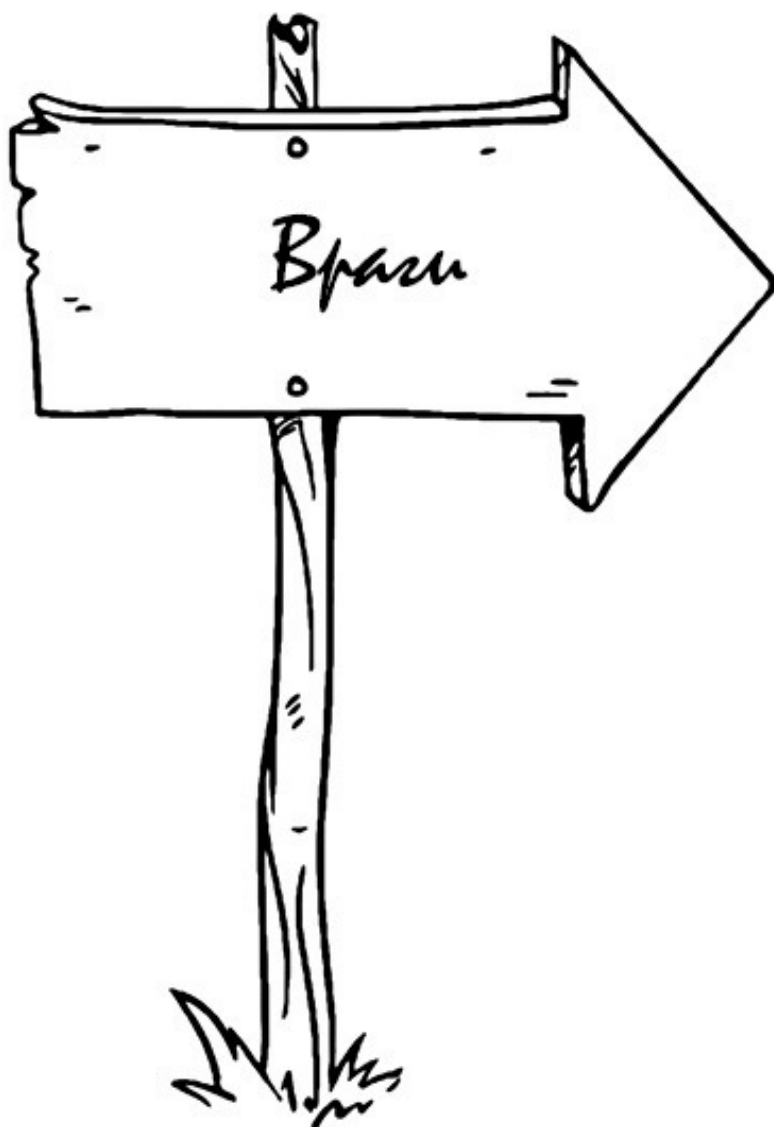
**скажите себе вслух — «я — ленивая скотина». И добавьте — «но мне это не мешает быть успешным!»**

И засмейтесь адским смехом.

Нет, не надо смеяться адским смехом. Я пошутил.



## Глава 2. Враги



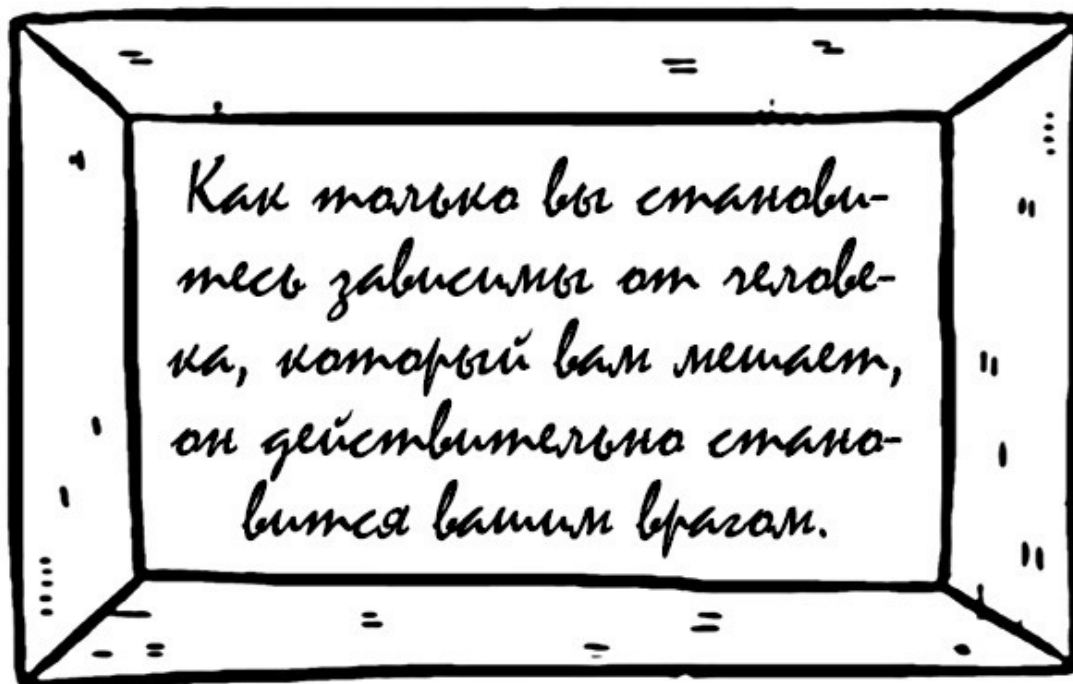
Несколько лет назад по интернету ходил забавный список врагов, составленный неким писателем-графоманом. Туда входили все редакторы, отказавшие ему в публикации, все коллеги, поругавшие его творения, все отвергнувшие его женщины и нахамившие ему кондукторы. Над списком потешались – мол, вот сумасшедший. А ведь, наверное, у каждого есть свой список врагов – неважно, зафиксирован он в виде текста или нет.

Кто же такие наши враги? Это те, с кем мы вступаем в конфликты, верно? Это незнакомец в метро, который наступил вам на ногу. Продавщица в магазине, нахамившая вам. Чиновник в окне, как-то не так на вас посмотревший. Тролль в интернете. Такие конфликты воспринимаются острее всего потому, что происходят внезапно, и вы к ним не готовы. И помнятся потом годами. Было у вас такое? Ходишь, вспоминаешь какой-нибудь эпизод двадцатилетней давности и думаешь – надо было вот так ему ответить.

Братцы, никакие это не враги. Это просто трение во время движения. Если вы хотите двигаться быстро – старайтесь снизить это трение. Вы же не считаете своим врагом собаку, которая на вас лает из подворотни? Тре-ни-е.

Враги – это те, кто вам действительно мешает двигаться вперед, неважно, сознательно или неосознанно. Давайте посмотрим, кто это может быть.

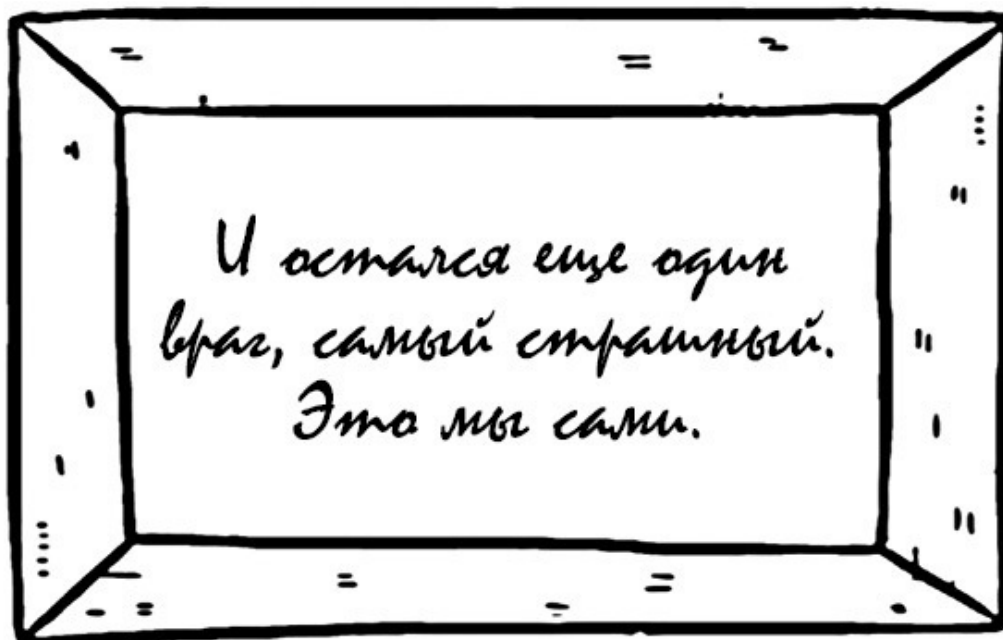
Это может быть любой человек, встреченный вами на вашем пути. Та же самая продавщица, если она по какой-то причине не хочет продать то, что вам нужно. Тот же самый чиновник, который почему-то не выдает необходимую бумагу, хотя обязан это сделать. Тот же самый тролль в интернете, если вы не знаете, как его забанить.



Следующий круг – это знакомые, друзья, коллеги. Они нас любят, учат, поддерживают, ободряют. И очень часто – мешают двигаться вперед. Иногда потому, что любят нас и боятся за нас. Иногда – из зависти. И воевать с ними бесполезно – они этого просто не поймут. Они же ваши друзья! Они хотят вам добра!

И, наконец, самый ближайший круг – это родственники. То есть наши близкие, от которых мы даже убежать не можем. Они с нами на всю жизнь. Приведу только один пример – Лев Толстой, наверняка вы слышали о таком писателе, он жил в XIX веке и у него, скажем так, были

семейные проблемы. Тут весь ассортимент военных действий – от психологического давления до слежки и саботажа. И закончилось все побегом. Не скажу, чьим, чтобы не спойлерить.



Очень часто мы сами себе мешаем. Сами себя бьем. Сами себя предаем.

Что же делать?

Караул!

Кругом враги!

Делать нечего, давайте воевать.

У китайцев было 36 стратагем, давайте рассмотрим три основные.

Во-первых, **вы можете врагов уничтожить**. Атаковать и – раздавить, унижить, уязвить. Именно это и хочется сделать в первую очередь, верно?

Во-вторых, **врагов можно превратить в друзей**. Переубедить, очаровать, обмануть, подкупить, наконец.

В-третьих, **от врагов можно бежать**. Китайцы, кстати, считали эту стратегию наилучшей.

Какую же из этих стратегий в каком случае применять? Чаще всего мы начинаем с первой. При любом проявлении враждебности – вступаем в конфликт. Потом мы пытаемся бежать, а когда нас ловят, стараемся врагов очаровать, и это не работает, потому что они нам уже не доверяют.

Мне кажется, более правильным было бы начать с переворота врага. Попробуйте посмотреть на врага как на друга. У нас в Вологде была такая присказка: «Чего смотришь? Ударить хочешь? Получи сдачу!». Иногда можно так посмотреть на человека, что ему сразу захочется дать сдачи. А можно посмотреть так, что у любого, самого лютого, врага опустятся руки.

У меня была история, когда ко мне в комнату в общежитии пришел один парень, и я сразу почувствовал, что у него какое-то не такое настроение. И начал его развлекать, рассказывать анекдоты, стараясь развеселить. И в какой-то момент я почувствовал, что его отпустило. Он расслабился, посидел еще минут пять, потом встал и, уже подойдя к двери, сказал: «А вообще-то я сегодня пришел сюда, чтобы тебя убить».

Я остался жив только потому, что сумел превратить врага в друга.

Однако есть враги, которых никак не получается превратить в друзей. Они вроде бы соглашаются с вами, улыбаются вам, а потом за спиной делают гадости. От таких врагов нужно бежать. Как бы близко к вам они ни находились. Даже если такой враг – вы сами. Тогда нужно найти способ отдалить от себя ту часть личности, которая вам вредит. Нужно сделать так, чтобы вы не были от нее зависимы. Бегите. Не оглядывайтесь. Просто бегите и все.

Вернемся к первой стратегии – уничтожению. Мне кажется, ее нужно применять в самых крайних случаях. Любой конфликт – это неэкологично. Это затрата энергии, это продукты распада, оставшиеся после аннигиляции противника. Идти на конфликт нужно лишь в том случае, если вы видите, что противник настолько ничтожен, что его проще убрать, чем что-то ему объяснить.

**Запомните:**

**самое главное — не перепутать, когда какую стратегию применять. Удачи вам в ваших войнах, возвращайтесь с победой!**

**Сделайте:**

**разберитесь с вашими врагами. Мы не можем позволить себе иметь в тылу пятую колонну. Простите их, помиритесь с ними, сбегите от них или уничтожьте их. Даю вам на это один день. Время пошло.**

Всех люблю, всем чмоки!

### Глава 3. Не сжигайте корабли

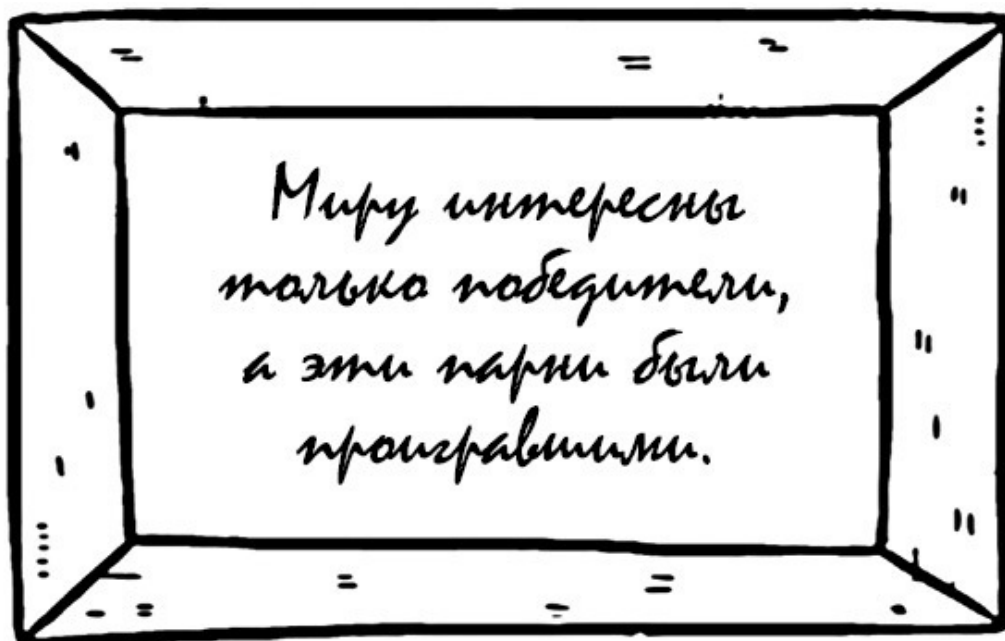


Это случилось в древней древности. Один военачальник переплыл со своим войском море и, выяснив, где находится враг, приказал сжечь корабли. И сказал солдатам – кораблей, мол, больше нет, отступать некуда. Вы должны или победить, или погибнуть. Начался бой. Воины храбро сражались. Но силы были неравны, враг теснил их к морю. Если бы у них были корабли, они могли бы отступить, но корабли они сожгли сами по приказу своего военачальника. Ну и их всех убили. Всех, до единого. И военачальника тоже.

Один летчик-любитель собирался поставить рекорд длительного перелета. Он так сильно хотел достичь своей цели, что отказался взять с собой карту, на которой были указаны запасные аэродромы, где он мог бы сделать экстренную посадку. В полете у него отказал один из двигателей. Если бы он знал, где находится запасной аэродром, – он мог бы приземлиться и остаться в живых. А так его самолет упал и разбился.

Тренер одной из футбольных команд, собирая ее на очередную, очень важную, игру, заранее заказал банкетный зал в дорогом ресторане. И заявил игрокам – у вас нет варианта не выиграть, зал для победного банкета уже заказан, вы можете только выигрывать. Команда проиграла. Владелец команды отказался оплачивать банкет после проигрыша, и расходы пришлось взять на себя тренеру. Он был разорен. Его бросила жена, и вскоре он покончил с собой от разочарования.

Знаете, что общего у всех этих трех историй? Общее то, что мы не знаем имен военачальника, летчика и тренера.

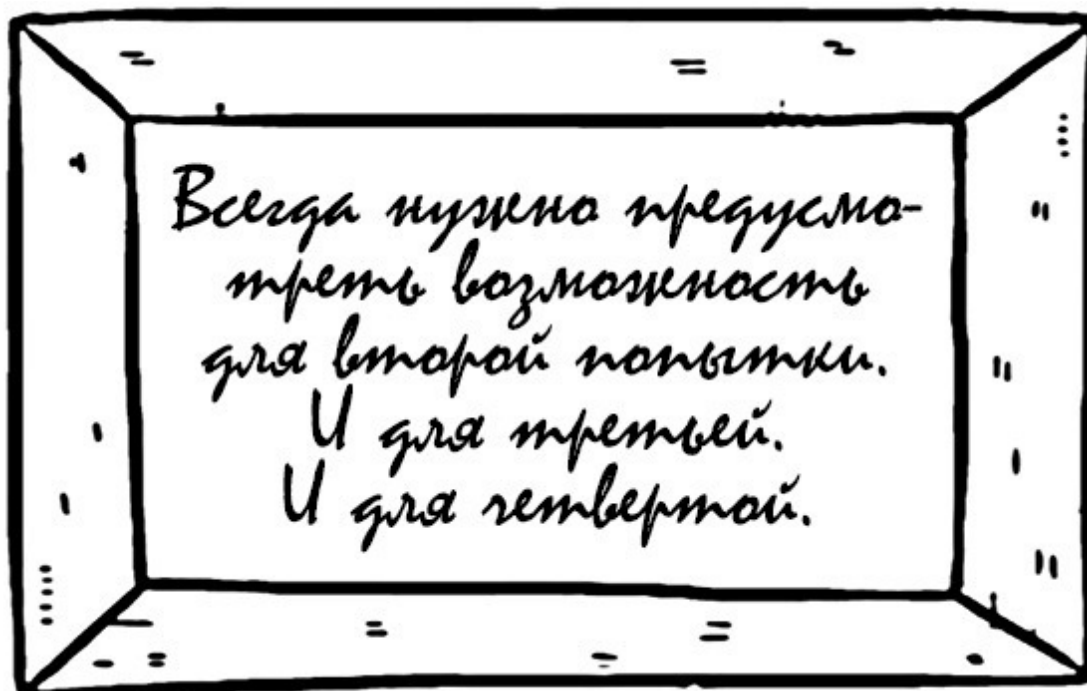


Они поставили все до последнего на кон и проиграли. Почему они проиграли? Возможно, потому, что столкнулись с превосходящими силами – противника, стихии, судьбы. А может быть, потому, что знали – это их единственный шанс. Другого не будет.

Попробуйте положить на пол проволоку и пройти по ней. Несложно, согласитесь. А теперь натяните эту проволоку между двумя небоскребами. Сразу стало сложнее. Потому что если вы упадете с проволоки, лежащей на полу, с вами ничего не случится, а вот если грохнуться с проволоки, натянутой между небоскребами...

Я всегда говорил – **если у вас выбор: прыгать или не прыгать, нужно прыгать.** Но прежде чем прыгать, убедитесь в том, что у вас есть страховка. Подстелите соломку, чтобы было мягче падать. Наденьте налокотники и шлем. Потренируйтесь в прыжках с небольшой высоты. И только после этого прыгайте. Если вы прыгаете с самолета без парашюта, как бы

вы себя ни убеждали в том, что все у вас получится, как бы вы ни были уверены в себе – вы разобьетесь.



Эдисон изобрел лампочку после десяти тысяч неудачных попыток. Можете себе представить, что было бы, если бы он сказал перед первой попыткой: «Или сейчас у меня все получится, или я пушу себе пулю в лоб». Глупо? Глупо. А между тем, очень многие делают именно так. Дают себе только одну попытку и при этом совершенно не заботятся о страховке.

Прежде чем выйти замуж или жениться – имеет смысл сходить на свидание. Прежде чем переехать в новый город – узнать об этом городе побольше. Прежде чем сесть за руль гоночной машины – стоит погонять сначала на машине обычной, а то и на автосимуляторе. Прежде чем уволиться с работы, чтобы начать бизнес, – имеет смысл убедиться в том, что бизнес сможет вас прокормить.

И это вовсе не трусость. Это разумная предосторожность. Лучше всегда иметь в запасе еще одну (а то и не одну) попытку. И вы знаете – так проще выиграть.

Не сжигайте корабли. Не отказывайтесь от запасных аэродромов. Не заказывайте банкетов, пока игра не выиграна.

*Задача:*

что бы вы сейчас ни делали, хорошенько подумайте, что может пойти не так. И придумайте запасной план. А лучше — два. Что будет, если у вас не получится? Как вы можете минимизировать потери? Как вы можете перестраховаться?



## Глава 4. Чем опасна безопасная жизнь?



Каждый из нас стремится к безопасности. А особенно хочется безопасности тогда, когда мы не в силах о себе позаботиться, – например, когда человек очень молод или когда он очень стар. И многие люди принимают важнейшие жизненные решения, думая именно о своей безопасности. Например, выбирают профессию, учебное заведение, место жительства. И тут есть одна очень опасная ловушка, в которую многие попадают. Давайте посмотрим, что это за ловушка и как ее избежать.

Начнем с выбора места жительства. Скажем, вы родились в маленьком городе или поселке. И после того как вы окончили школу, наиболее безопасным решением кажется – остаться дома и найти работу где-то поблизости. Привычное окружение, крыша над головой, помощь и поддержка близких. Все это выглядит вполне безопасно по сравнению с переездом в чужой город, где придется мыкаться по съемным углам и тяжело работать за кусок хлеба.

Учеба. Что безопаснее – поехать через всю страну поступать в престижный вуз, где конкурс сто человек на место, или подать документы в ближайшее ПТУ, где каждый год недобор? Решение кажется таким очевидным.

Работа. Здесь очень часто дети идут по пути родителей. Папа был дорожным рабочим – и сын берет в руки лопату. Ведь это так просто и безопасно – всегда можно попросить совета или помощи родителя.

А если вы проявляете некоторые способности и получаете возможность повышения по службе? Скажем, вам предлагают заняться распределением нарядов вместо того, чтобы кидать лопатой битум. Согласиться на повышение – это риск. Вам нужно будет принимать решения. Можно ошибиться. А махать лопатой – так спокойно и безопасно.

И уж конечно, человеку, который заботится о своей безопасности, никогда и в голову не придет мысль уйти с наемной работы во фриланс или заняться предпринимательством. Ведь это чудовищный риск! Это нестабильность. Это очень-очень опасно.

И так человек идет себе по жизни, раз за разом выбирая решение, которое кажется ему наиболее безопасным.

И что он получает в итоге?

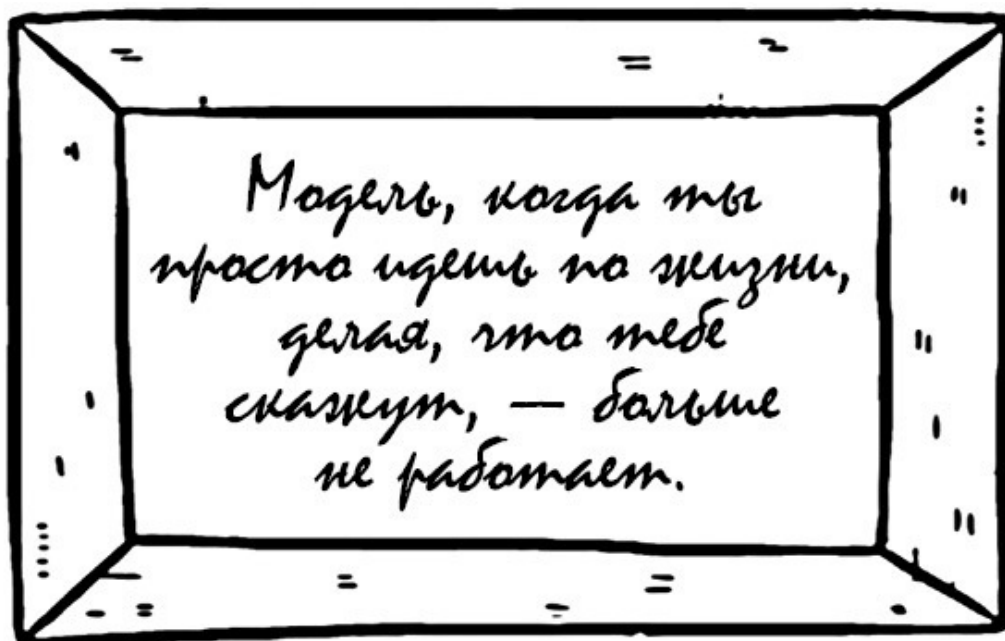
Я знаю людей, который живут под самой трубой химического предприятия, которое убьет их к сорока годам. Живут и не уезжают. Почему? Боятся! Уезжать – это опасно! Рискованно! Там, куда они уедут, их ждет неизвестность. А здесь – свой привычный, уютный и безопасный ад.

Я знаю людей, которые не нашли в себе силы покинуть свои родные дома. И теперь родители винят их же самих в том, что они ничего не добились в жизни.

Я знаю людей, которые погубили свои жизни только потому, что не смогли продержаться полгода-год в общежитии – действительно, не самом безопасном месте в мире. Они вернулись в свои родные дома – в уютную, привычную безопасность. Там они и сидят – без работы, без будущего.

Я знаю людей, которые осторожно, аккуратно строили свои карьеры, работая по найму, достигали высоких должностей – и теряли работу после одной-единственной ошибки. Или даже просто потому, что их место понадобилось владельцам, чтобы посадить туда кого-то из «своих». Некоторые из этих людей больше так и не смогли подняться. Слишком силен был удар.

И я знаю людей, которые всегда шли навстречу опасностям. Бросали свои уютные дома, ехали в другие города, брали штурмом самые неприступные учебные заведения, работали круглыми сутками ради каких-то туманных перспектив, ходили по краю, рисковали, проигрывали, падали, падали, падали, падали – но поднимались снова и снова. Эти люди рискуют каждый день. Это предприниматели, режиссеры, художники, писатели. Что бы с ними ни происходило – они будут в порядке. Если жизнь роняет их – они, как мячики, отскакивают от пола и подпрыгивают еще выше.



Она больше не гарантирует того, что ты будешь в порядке. Более того, если вы выбираете такую стратегию, она с очень высокой степенью вероятности приведет вас к поражению. **То есть теперь безопасные стратегии оказываются высокорискованными, а рискованные – более безопасными.**

В этом есть какая-то ирония – в том, что люди, которые выбирают безопасность, на самом деле ужасно, трагически рискуют. Прямо-таки идут в самое пекло, не позаботившись о том, чтобы себя защитить.

И только те, кто готов рисковать, на самом деле оказываются защищены со всех сторон.

**Запомните:**

**друзья, если вы хотите быть в безопасности — идите навстречу опасности. Встречайте ее лицом к лицу, не позволяйте ей напасть сзади.**

**Сделайте:**

**спросите себя, где заканчивается ваша зона комфорта и безопасности и что вы должны сделать для того, чтобы выйти за пределы этой зоны. А теперь выходите-ка за пределы этой зоны. Сделайте какое-нибудь действие, которое хотя бы на полшага выведет вас из этой зоны. Сделайте его прямо сейчас, книжка подождет.**

## Глава 5. Можно?



Наверное, было у вас такое – вы впервые начинаете какое-то дело, у вас что-то не получается и появляется ощущение, что все вокруг на вас смотрят, все видят, как вы косячите, и вы боитесь, что сейчас кто-нибудь скажет громогласно: «Да вы только посмотрите на него! Он же ничего не умеет! Он не имеет права делать то, что он сейчас делает! Он занимает чужое место! Он самозванец! Вон отсюда!»

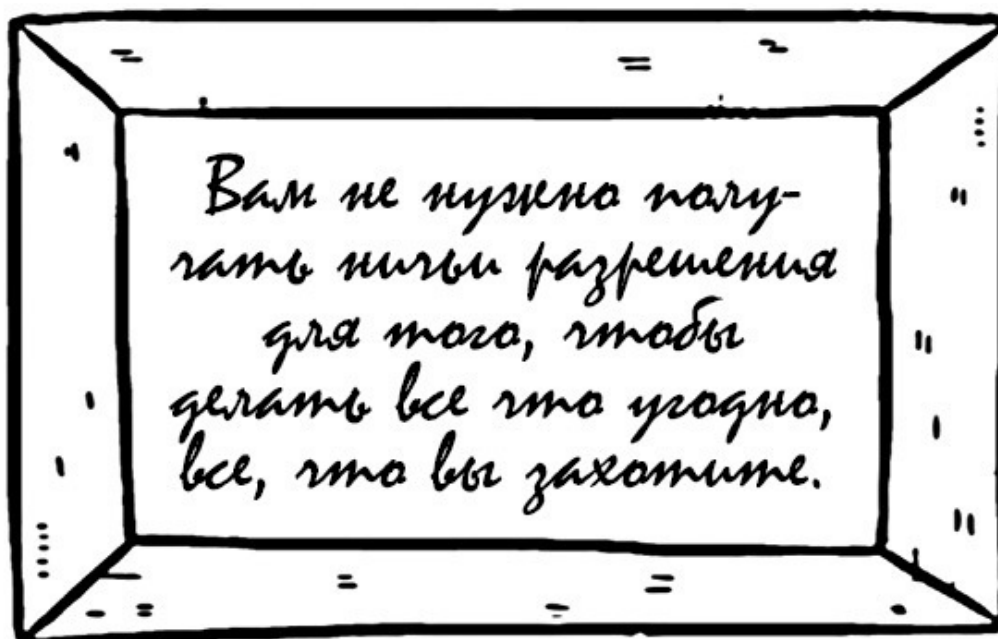
Бывало такое?

У меня – постоянно. Помню, когда я начинал работать журналистом в областной газете, мне все время казалось, что однажды придет кто-то важный и скажет: «Какой же из тебя журналист? Кто тебе разрешил быть журналистом? Ты должен пасти коров в деревне». И выгонит меня из редакции. Примерно такие же чувства я испытывал, когда стал сценаристом и начал работать на телевидении. И позже – когда открывал первую в России онлайн-киношколу.

Мне казалось – чтобы сделать что-то значительное, я должен получить от кого-то разрешение. Есть какая-то высшая инстанция, которая должна рассмотреть мое дело и сказать: да, ты имеешь право этим заниматься. И выдать мне бумагу с печатью, которая подтвердит мое право что-то сделать.

А пока такой бумаги нет, все, что со мной происходит, – это результат какого-то невероятного стечения обстоятельств. Шел в одну комнату – попал в другую. Кто-то обозначился, принял меня за журналиста, сценариста, писателя, я постеснялся возразить и так и живу, занимая место, которое принадлежит по праву кому-то другому.

Так вот, нет никакой инстанции. Вам не нужны никакие бумаги с печатями.



И вы занимаете свое место. Всегда. Если, конечно, вы не подделали документы и не живете под чужим именем.

Те ощущения, о которых я вам рассказывал, давно описаны и имеют вполне определенное название – «синдром самозванца». Уверен, у вас тоже иногда возникает такое ощущение. Бывает? А? Чувство, что вас сейчас разоблачат и выгонят?

Ну вот, значит, нас с вами, таких самозванцев, уже двое – вы и я.

А теперь давайте посмотрим статистику. Как вы думаете, у сколько процентов людей есть синдром самозванца? Минуточку, что нам по этому поводу подскажет «Гугл»? Ого! «Гугл» говорит – около 70 процентов. А оставшиеся 30, наверное, побоялись признаться, чтобы их не разоблачили и не выгнали.

Ничего себе. А мы-то с вами только что думали, такая ерунда только у вас и у меня.

Это что же получается – у нас тут целое человечество самозванцев? Похоже на то.

Давайте подумаем, для чего эволюция встроила в нас этот синдром. Человек – животное общественное. И этот синдром делает каждого отдельного человека более управляемым. **Синдром самозванца – это красная кнопка, которую можно найти и нажать в нужный момент.** Есть люди, которые этим постоянно пользуются. Вы знаете таких людей.

«А что ты такого сделал?» «Кто ты такой вообще?» «Какое ты имеешь право?» «Кто тебе разрешил?»

Неважно кто задает эти вопросы – ваш начальник или случайный знакомый в интернете. Это красная кнопка, которая включает ваш синдром самозванца. И вы тут же начинаете оправдываться – да вот, я сделал то-то и то-то, я такой-то, мне разрешили такие-то. И судорожно ищите ближайшую инстанцию, которая могла бы выдать вам документ с печатями.

Как вы думаете, зачем нам нужны университеты? Чтобы учиться? Да Бог с вами! В любой профессии первое, что говорят выпускнику любого вуза, – забудь все, чему тебя учили. Пять лет скуки в пыльных аудиториях дают человеку ощущение, что он «заслужил», ослабляют воздействие синдрома самозванца. Это и есть главная функция системы образования.

Для этого же существуют творческие союзы. Вы спрашиваете, кто сказал, что я настоящий сценарист? Кто назвал меня сценаристом? Кто разрешил мне так называться?

Вот у меня есть диплом государственного образца о профессиональном образовании, полученный во ВГИКе, и билет № 7315 члена союза кинематографистов. А еще до кучи – билеты члена союза писателей и члена союза журналистов. Понимаете, как тут все запущено?

**Многие люди не отваживаются сделать первый шаг навстречу своему призванию только потому, что у них якобы нет на это права.** Потому что никто не разрешил им этого делать. Потому что они или окружающие их люди нажали на красную кнопку и включили синдром самозванца.

Кстати, об окружающих. Для них нажимать на красные кнопки – любимое занятие. И происходит это потому, что они в своей жизни только и делали, что нажимали свои красные кнопки. «Я же этого не делал, потому что считаю, что не заслужил такого права, вот и ты не делай».

Наверняка вам случалось видеть подобных людей и ощущать прикосновение их липких пальчиков к вашим красным кнопкам.

А кто дал им на это право? Кто им разрешил? Кто дал им бумагу с печатью, позволяющую называть вас самозванцем?

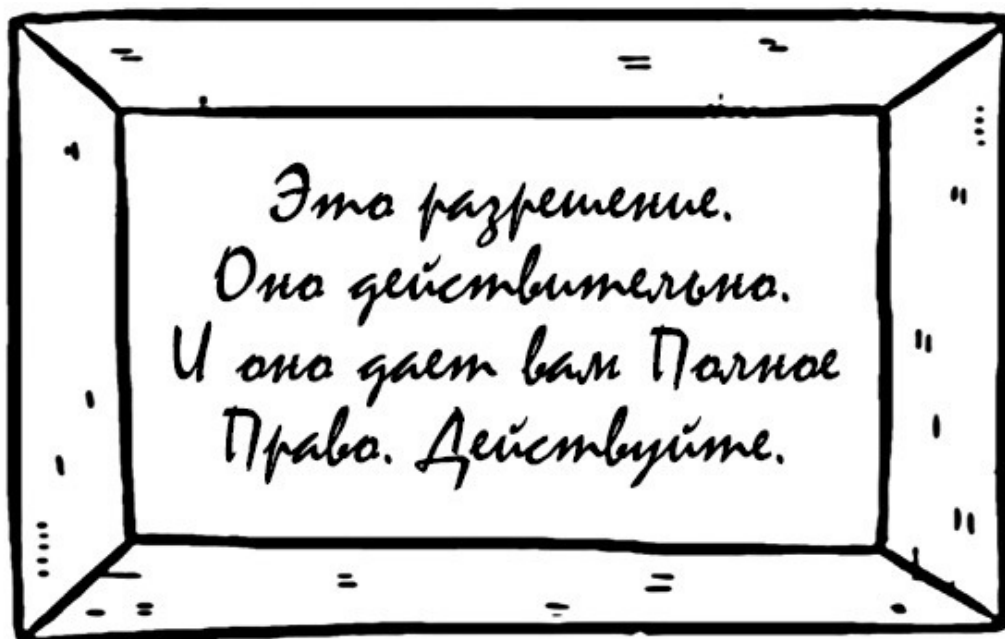
В общем, давайте-ка, братцы, скажем всем этим самозванцам: «Руки прочь от наших красных кнопок!».

Мы запрещаем запрещать!

**Нам не нужно ничье разрешение для того, чтобы осуществить наше призвание, и только мы решаем, как именно мы это призвание будем осуществлять.**

(Разумеется, в рамках текущего законодательства, выплачивая все налоги и сборы, лицензируя все те виды деятельности, которые подлежат лицензированию. А заодно напоминая, что курение вредит вашему здоровью и так далее...).

Возможно, у вас не получится сразу отключить ваш синдром самозванца. Попробуйте его подкормить. Но делайте это сознательно. Спросите себя: «Можно, я сделаю вот это?». Спросили? Теперь возьмите лист бумаги, напишите на нем: «Можно!». Поставьте подпись, дату и, если у вас есть какая-нибудь печать, – еще и печать.



Повесьте этот документ на стену. И каждый раз, когда кто-то (или вы сами) захочет нажать на вашу красную кнопку, показывайте пальцем на этот документ и говорите: «Вот! Видите? Бумага с печатью! Я имею право здесь находиться и имею право делать то, что я делаю».

**Запомните:**

70 процентов людей испытывают синдром самозванца. Вы не одиноки.

**Сделайте:**

изготовьте из подручных средств документ, разрешающий вам сделать то, что вы хотите сделать.



## Глава 6. Страх – трах!!!



У каждого есть какой-нибудь страх. Страх высоты. Страх одиночества. Страх старости и смерти. Страх перед публичными выступлениями. Страх неизвестности. Кто-то боится пауков, змей, открытого пространства, закрытого пространства, микробов, слонов, пришельцев, боевых человекоподобных роботов. Кто-то боится пьяницу-соседа, который каждую пятницу бегают по коридору с ножом. А кто-то – далекой и агрессивной Америки, которая и днем и ночью думает только о том, чтобы нас завоевать и поработить.

Мы живем в мире, полном страхов. Страх парализует нас. Мы концентрируемся на наших страхах, подкармливаем и лелеем их. Мы носимся с нашими страхами как с писаной торбой. Нам кажется, что наши страхи делают нас интересными.

«Ах, он такой загадочный, он боится людей, одетых в костюмы». Эй, придурок, «Матрица» – это не документальное кино! Обычно человек в костюме – это не агент Смит, а несчастный менеджер по продажам. Его нужно не бояться, а жалеть всем сердцем!

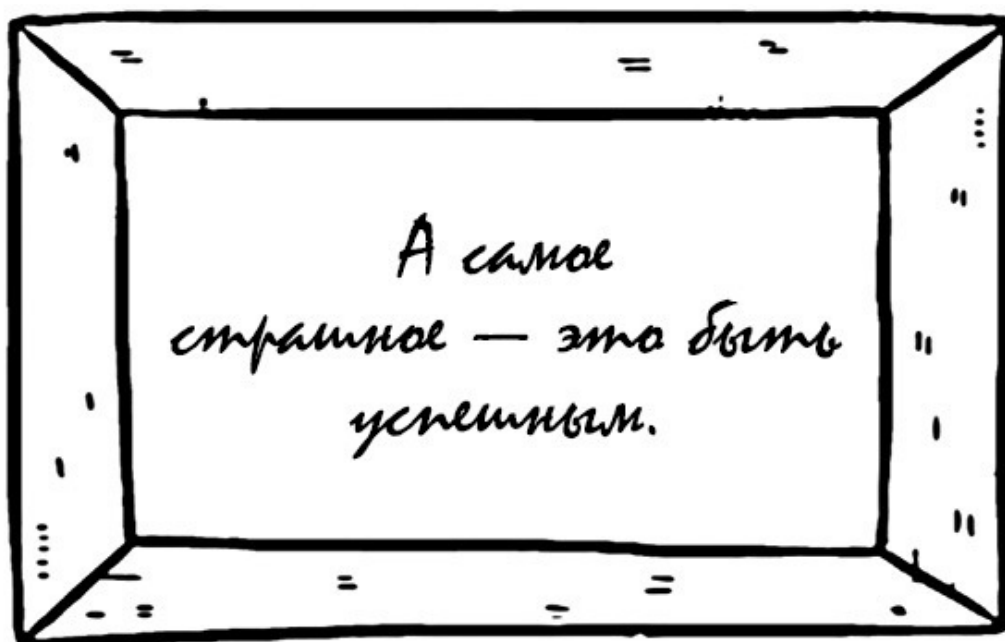
Идем за помощью к авторитетам, а авторитеты сами сидят под кроватью и бубнят оттуда дрожащим голосом: «Не выходи из комнаты, не совершай ошибку...»

Как же мы боимся осуждения! Боже мой, да мы готовы на стену лезть от ужаса перед тем, что про нас скажут незнакомые люди, чье мнение никак не может повлиять на нашу жизнь.

Страх действия. Страшно написать письмо. Страшно позвонить по телефону. Страшно заговорить с незнакомым человеком. Страшно поехать в другой город. Страшно открыть бизнес. Страшно спеть песню. Страшно написать книгу.

Мы идем на пять лет в университет только за тем, чтобы отложить на пять лет начало осуществления наших профессиональных планов. Лишь бы не начать делать что-то прямо сейчас. Потому что страшно.

Страшно, аж жуть!



**Страшно стать богатым. Страшно стать знаменитым. Страшно быть талантливым.**

Буду талантливым – мне будут завидовать. Буду богатым – меня ограбят. Буду знаменитым – за мной будут охотиться папарацци, а злобные хакеры взломают мой компьютер и опубликуют историю поиска в моем браузере. Буду успешным – мне придется работать круглые сутки, отказавшись от... от чего отказавшись? Да хотя бы от моей мечты быть успешным? О

чем же я буду мечтать, лежа на диване, если все мои мечты осуществляются? Страшно остаться без мечты!

Но и мечтать тоже страшно. Давайте будем мечтать о чем-нибудь уютном и безопасном. О домике на берегу моря. О тихом ужине со свечами. А о великих свершениях пусть мечтает кто-нибудь другой. Кто-то, кто любит покидать зону комфорта.

Да тьфу на вас!

Надоели вы уже со своей зоной комфорта.

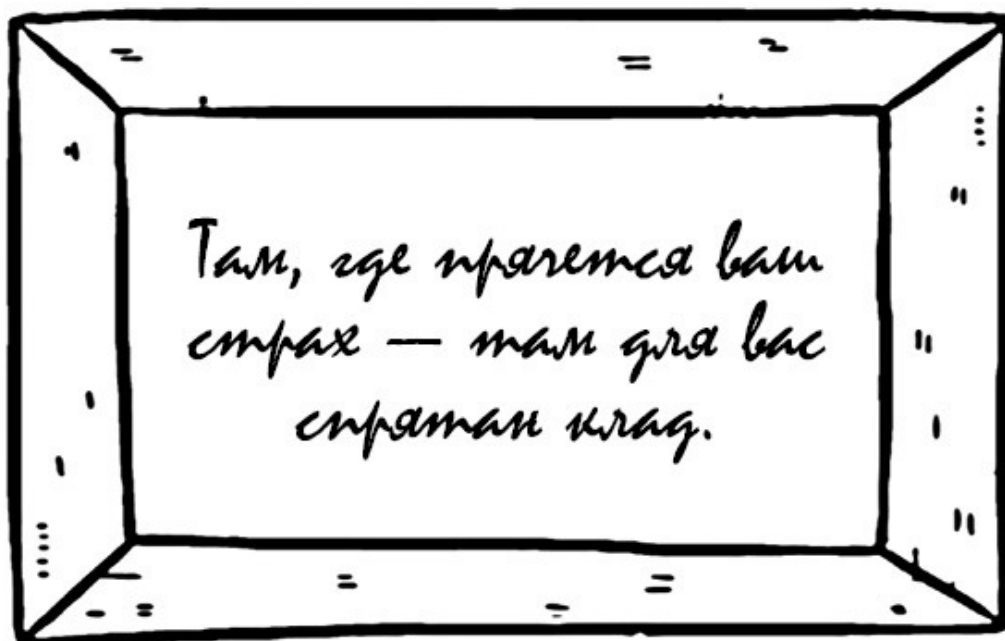
Помните, наверное, дурацкий анекдот про человека из Лос-Анджелеса, который советует человеку из Магадана покинуть зону комфорта. Ха-ха, как смешно. Нам бы, жителям Магадана, ваши лос-анджелесские проблемы.

А страшная (стра-ашная!) правда состоит в том, что человек из Магадана действительно находится в зоне комфорта. В зоне, которую он сам ощущает как зону комфорта. Его пайку и его койку у него никто не отнимет. А далекий Лос-Анджелес – это стра-ашно. Там люди с песьими головами. Лучше уж свои, привычные пайка да койка.

Никакая это не зона комфорта, не обманывайте себя. Это зона самого что ни на есть тотального дискомфорта. Привычного дискомфорта. Нестрашного дискомфорта.

Так что не надо ля-ля про вашу зону комфорта. Вы ее за свою жизнь еще ни разу рукой не потрогали, зону комфорта-то, даже не знаете толком, как она выглядит.

**На самом деле страх – это сигнал.** Это знак вам. Флажок на выцветшей карте.



Всегда.

Посмотрите на свой страх внимательно. Ваш страх – это страж, который охраняет сокровище.

Иногда вам достаточно просто посмотреть на свой страх, и он тут же отступит, открывая дорогу к сокровищу.

Вам придется встретиться с этим страхом лицом к лицу.

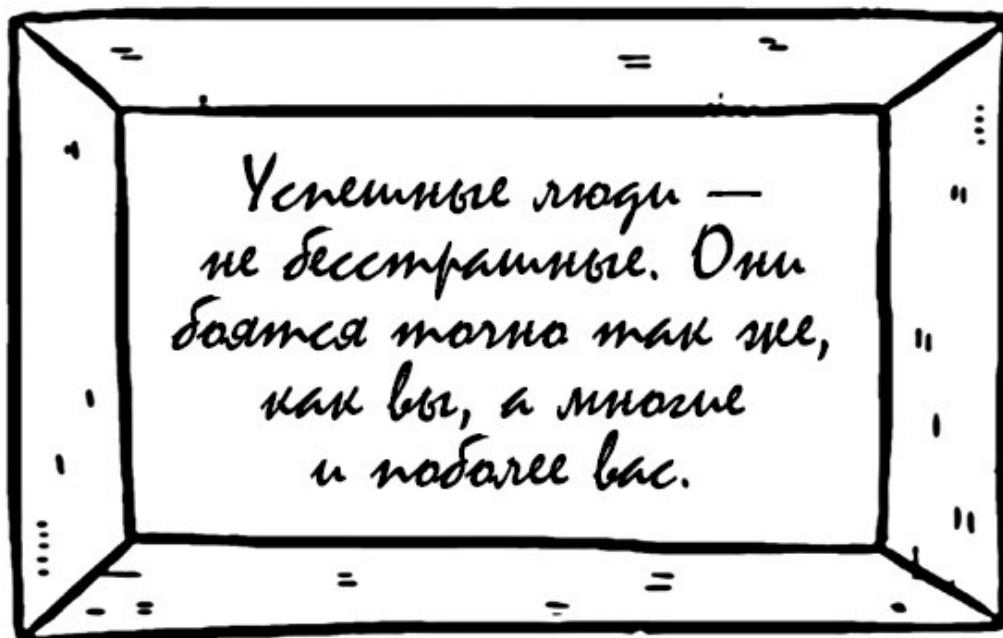
Возможно, вам придется сразиться с ним.

Возможно, вы даже проиграете.

Но если вы этого не сделаете – грош вам цена. Никогда в жизни вы ничего толкового не создадите. Продолжайте лежать на своей койке, грызть свою пайку и мечтать о далеких мирах

и о навсегда закрытых для вас дверях, за которыми верят, и любят, и ждут, да не вас, а кого-нибудь посмелее да пошустрее.

Давайте, хорош уже валяться, вставайте и идите навстречу вашим страхам. Смотрите на ваши страхи. Исследуйте их. Задавайте им вопросы и получайте ответы. Сражайтесь с ними. Договаривайтесь. Обманывайте их. Подкупайте. И получайте ваши сокровища, которые они охраняют.



Посмотрите на Стивена Кинга. Этот очкарик с детства спит с включенным светом и боится заглядывать под кровать (ему кажется, что там кто-то бубнит что-то на незнакомом языке). Боится – но заглядывает. И вот уже сорок лет вытаскивает оттуда миллионные тиражи и мировую славу.

**Не пытайтесь перестать бояться. Бойтесь на здоровье. Но идите вперед.** Закрывайте глаза от ужаса – но идите вперед. Орите от страха – но идите вперед.

Только не нужно путать отвагу и слабоумие. Если вы с радостным криком «я ничего не боюсь!» кидаетесь под грузовик, вы не смельчак, а идиот. Примите вашу Дарвиновскую премию<sup>1</sup> и нашу благодарность за то, что вы не успели произвести на свет такое же убогое потомство.

Ну так что, чего вы боитесь?

Я вот боюсь высоты. Ужасно боюсь. Ничего так не боюсь, как высоты. Но в каждой новой стране, в каждом новом городе, в который приезжаю, первым делом ищу самую высокую башню и лезу наверх. Вы не представляете, как мне страшно. У меня подгибаются колени, в животе уже не бабочки порхают, а кошки визжат и царапаются, голова кружится и только одна мысль – будь проклят тот день, когда я получил загранпаспорт.

Последние метров десять, как правило, меня тащит на себе моя жена. Я к этому времени уже пребываю в обмороке. Она вытаскивает меня на смотровую площадку, подталкивает в спину и отходит в сторону. Потом я открываю глаза и несколько минут громко и мелодично ору от ужаса.

<sup>1</sup> Премия Дарвина – виртуальная премия, присуждаемая лицам, которые умерли или потеряли способность иметь детей из-за собственной глупости. – Здесь и далее примеч. ред.

Потом, когда все остальные туристы разбегаются, я наконец могу оглядеться и увидеть окружающую красоту – крыши домов, облака, море вдали. Неужели вся эта красота не стоила нескольких минут страха?

Вот, я рассказал вам о своем страхе. А вы чего боитесь? Составьте список ваших страхов. Только будьте честны перед собой. Вытаскивайте на белый свет все страхи, даже такие, о которых и подумать страшно.

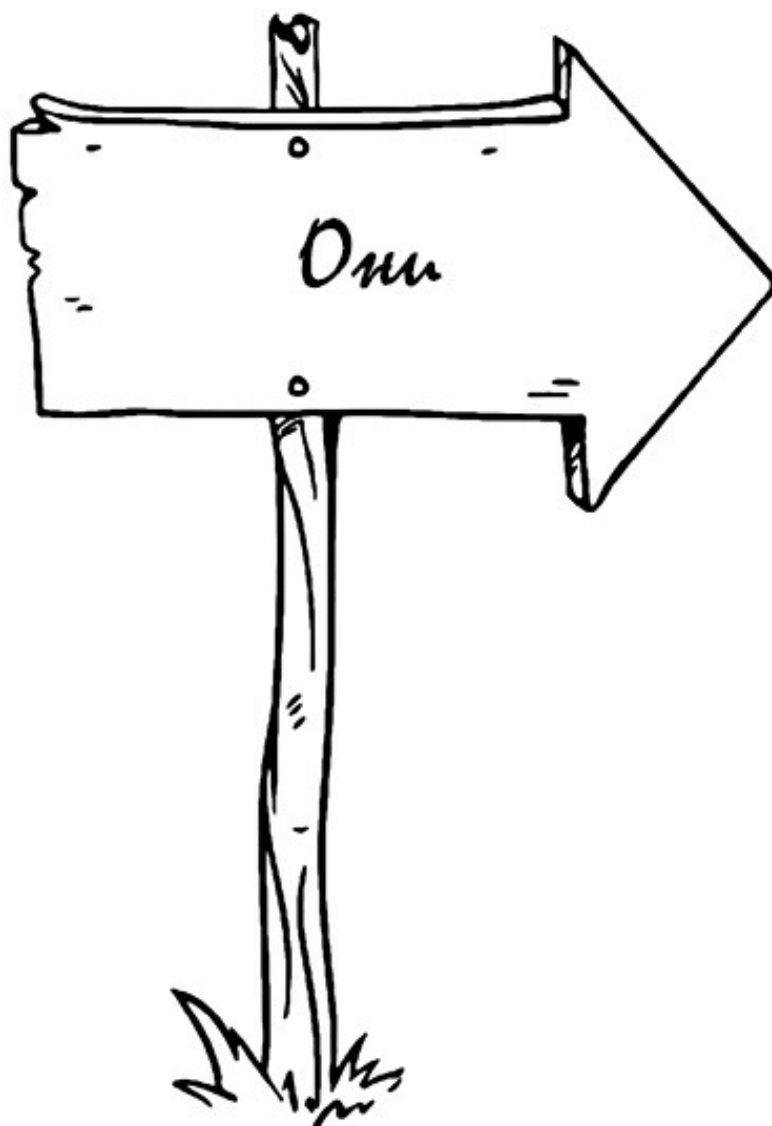
**Запомните:**

**Сделайте:**

**страх — это сигнал вам о том, что вас ждет спрятанное сокровище.**

**посмотрите внимательно на свой страх. Что он вам хочет сказать? Куда он вас пытается не пропустить? Что спрятано там, за этим страхом? Что вы можете сделать со своим страхом? Обойти? Победить? Договориться с ним? Идите навстречу вашему страху и возвращайтесь с сокровищем.**

## Глава 7. Они



Давайте-ка мы сегодня займемся любимой русской забавой – поиском виноватых. Расскажите мне, кто виноват в том, что вы до сих пор не достигли успеха. Оглянитесь на вашу жизнь, вспомните те ситуации, когда она могла измениться к лучшему, и спросите себя – кто виноват в том, что ваша жизнь так и не изменилась к лучшему.

Не обладая даже минимальными провидческими способностями, я знаю, кого вы назовете виноватыми.

**Это сделали с вами ОНИ.**

Другие.

Кто-то.

Они задолго до вашего рождения выбрали для своего лагеря непригодное для жизни место. Они создали общественную систему, которая заранее уничтожила перспективы вашего социального и духовного роста. Они родили вас в провинции, вместо того чтобы сделать это в столице. Они учили вас в школе не тому и не так. Они написали книги, которые сформировали у вас неверные установки. Они дразнили вас на переменах и после уроков и заложили в вас неизбежные психологические травмы. Они разбили ваше сердце своим высокомерием и сделали так, что вы навсегда разучились любить. Они измучили вас завистью и вредными советами. Они заставляли вас работать на работе, которую вы ненавидите. Они закрыли музей кино и сериал «Светлячок». Они убили Кенни и Курта Кобейна. Все они, они проклятые.

И только мы ни в чем не виноваты. Мы жертвы проклятых их. Если бы не они, уж мы бы ох, уж мы бы ах.

Попробую подобрать подходящий научный термин из арсенала социальной психологии, чтобы наиболее точно определить это явление.

О, нашел.

Тупые отмазки, вот как это называется.

Я не буду вас убеждать в том, что на самом деле вы хозяин своей судьбы, что все в вашей жизни зависит только от вас, и надо самому отвечать за свои поступки, бла-бла-бла, тили-тили, трали-вали. Вы это слышали тысячу раз и от более умных и образованных людей, чем я. И пропускали мимо ушей.

«Возьми на себя ответственность за свою жизнь» – это очень скучная игра, она нам не нравится. Мы с вами найдем игру поинтереснее.

Про нас нам не интересно. Уберите зеркало. Давайте лучше посмотрим, кто такие они.

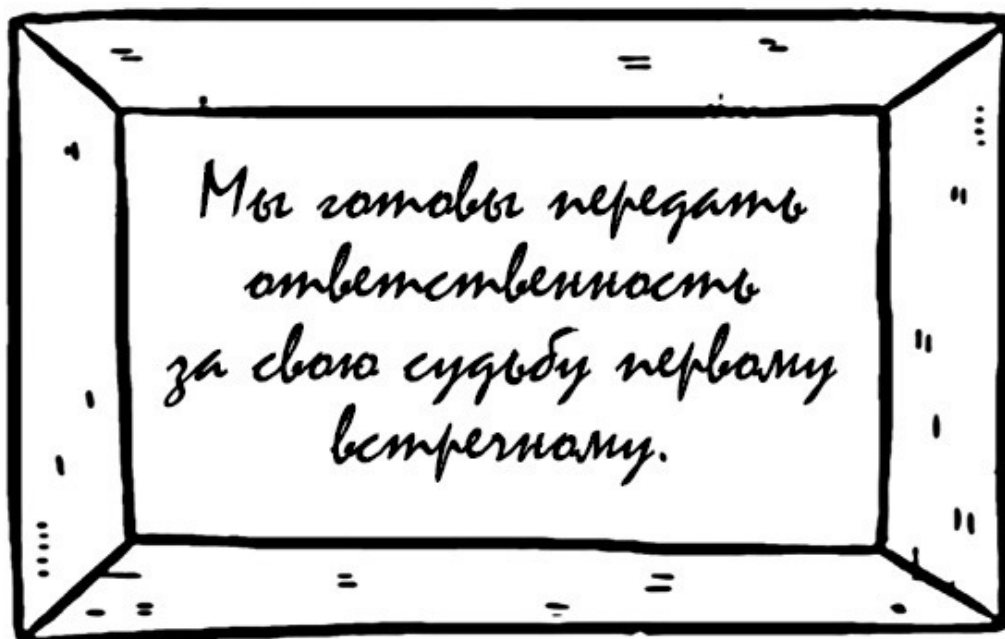
Они – это такие же мы, только другие. Внутри себя каждый из них – это я. А все вместе они – это мы. У них тоже есть душа, разум, сознание, цели, страхи. Точно такие же, как у вас. И точно так же, как вы, они ищут виноватых. И точно так же, как вы, находят их там же, где их нашли вы. Для них тоже виноваты они. То есть вы.

Это вы вредно на них влияете, даете неправильные советы, сбиваете с истинного пути, тащите на дно.

Не ожидали такого поворота событий?

Что же получается?

И мы готовы взять на себя ответственность за судьбу первого встречного. Мы почему-то с таким трудом принимаем решения для самих себя и так легко принимаем решения за других.



Мы можем потратить неделю на то, чтобы выбрать цвет занавесок в спальне. И можем легко, за секунду, оценить перспективы многолетних семейных отношений нашего знакомого и ничтоже сумняшеся дать ему единственно верный совет: немедленно разводись (или – терпи ради детей).

Сколько факторов вы учитываете при выборе занавесок в вашей спальне? Десятки. Цвет, рисунок, текстура ткани, как занавески сочетаются с цветом обоев, мебели, ваших глаз.

Сколько факторов вы учитываете при выборе совета, который даете вашему запутавшемуся знакомому? Один. В зависимости от того, какое из двух слов – «разводись» или «терпи» – лежало ближе. Но ваш запутавшийся знакомый этого не знает. Он не видит механизм принятия вашего решения. Решения, которое вы приняли для него и за него. А поскольку вы для него – ОНИ, он вам доверяет больше, чем себе. И ваше решение имеет для него большую ценность, чем его собственное. Кстати, пока он не ушел, попросите его посмотреть варианты занавесок – думаю, он поможет вам сделать наконец выбор. И если окажется, что он выбрал не те занавески, вы сможете спокойно его обвинять.

Итак, мы выяснили, что легко принимаем решения для других и очень трудно – для себя. При этом мы своим решениям не склонны доверять, а чужие решения имеют для нас более высокую воспринимаемую ценность.

**Очевидно, что наша с вами задача – понизить ценность чужих решений и повысить ценность наших.** Мы отдаем себе отчет в том, что качество нашей экспертизы по поводу наших проблем выше, чем у первого встречного. Однако мы получаем вторичную выгоду, если перекладываем ответственность на других, ведь в случае неправильного решения у нас есть кто-то, кого мы можем обвинять в наших бедах.

Миша виноват в том, что я выбрал не ту профессию. Маша виновата в том, что я вышла замуж не за того парня.

Отлично. Вам стало от этого легче? Ну окей.

Даже если мне удалось вас сейчас в чем-то убедить, вы все равно будете стоять насмерть, защищая свое незыблемое право принимать решения за других, и отказываться от принятия решений для себя.

Поэтому мы с вами будем тренироваться не в принятии решений для себя, а в принятии решений для других. **Давайте повышать качество вашей экспертизы.**



Пожалуйста, с этого момента отслеживайте ситуации, когда вы принимаете решения за других. Когда подруга спрашивает, какое платье ей надеть. Когда жена спрашивает, что приготовить на ужин. Когда друг спрашивает, что делать с изжившими себя отношениями. Когда соседка спрашивает, какие выбрать занавески в спальню. Когда у вас просят совета – не давайте этот совет автоматически. Остановитесь и задумайтесь. Запросите все вводные. Войдите в ситуацию. Взвесьте все за и против. Повысьте качество вашей экспертизы. Разработайте свою методику принятия решений за других. Принимайте решения за других вдумчиво и осознанно.

И очень скоро вы с удивлением заметите, что вам стало легче принимать решения для себя. И вроде бы вам даже не нужны для этого никакие советчики. Они вдруг оставят вас в покое, позволив вам жить своей жизнью.

**Запомните:**

**принимать решения за других легче, чем принимать их для себя.**

**Сделайте:**

**сначала научитесь принимать решения за других, а потом начните принимать решения для себя.**

## Глава 8. Я бездарность



О, это моя любимая тема. Минимум раз в день я слышу вопрос: «Скажите пожалуйста, есть ли у меня талант или я бездарность?» Если когда-нибудь изобретут прибор, который будет с высокой степенью точности определять – талантлив человек или нет, его создатель озо­лоти­ся.

Много лет назад мы с одним моим приятелем сочиняли мистический сериал, который, к сожалению, так и не вышел в эфир – помешал кризис 2008 года. Так вот, приятель придумал историю про некий артефакт, который позволял определить талант поэта. Насколько мне помнится, этот артефакт указал, что Ахматова бездарна, а Цветаева талантлива. Не хочу углубляться в литературоведческую дискуссию, но мне очень понравилась сама постановка вопроса. Станным образом всем творческим людям по данному поводу очень нужна полная определенность. Именно поэтому они так падки на любые подтверждения своего таланта – премии, тиражи, похвалы критиков. И так болезненно относятся к случаям, когда их обнесли премией, не издали, поругали в прессе или в соцсетях. И именно поэтому их жажда подтверждения таланта никак не насыщается. Потому что они взыскуют не похвал, а того самого волшебного артефакта, который окончательно и бесповоротно подтвердит наличие у них таланта.

И если приговор окажется не в нашу пользу, мы со спокойной совестью пойдем работать на почту, женимся, заведем детишек и проживем долгую, счастливую жизнь вдали от искусства. Но если Аполлон сообщит нам, что нас ждут у священной жертвы, тут уж мы не оплошаем, мы на все будем готовы – и на бессонные ночи, и на голод и нищету, и на поругание, и на изгнание. Ну где же, где этот ваш гаджет, определяющий талант, тащите его скорее сюда.

Ребята, эта система работает немного по-другому. Позвольте сделать небольшое лирическое отступление.

В 1961 году физик Клаус Йенсон поставил любопытный эксперимент, который считается одним из самых красивых в истории науки.

Смотрите: есть источник, излучающий поток электронов в сторону стоящей на неком расстоянии фотопластинки. На пути этих электронов устанавливают преграду – медную пластинку с двумя щелями. Если представить, что электроны – это маленькие шарики, которые вылетают из одной точки, проходят через две щели и попадают на пластинку, какие следы они оставят на ней? Понятно, две полоски напротив двух щелей.

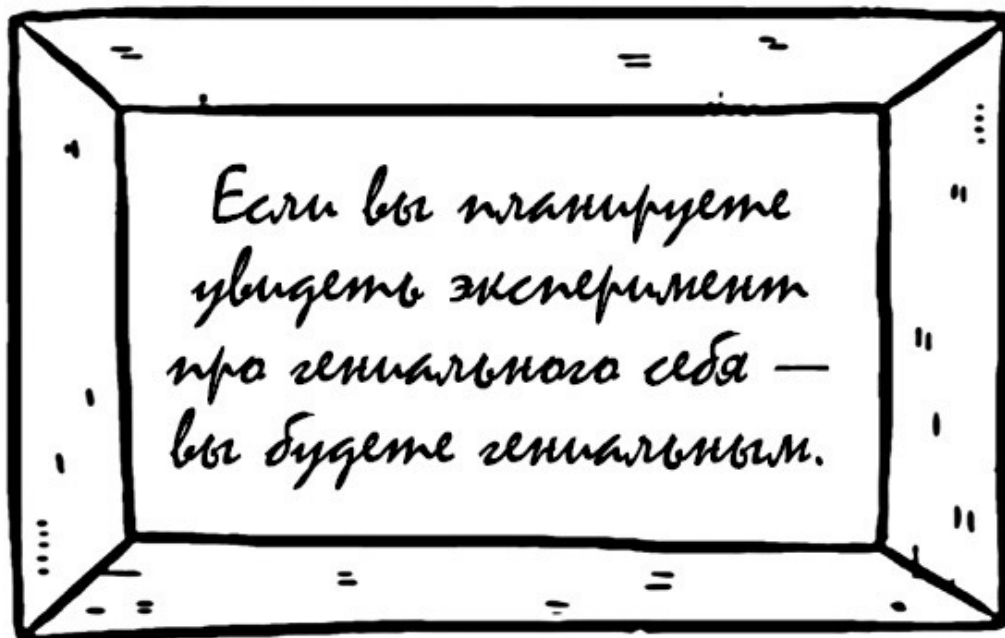
Однако электрон – штука хитрая, он только в детских книжках про физику выглядит как маленький шарик, похожий на драже M&M's. На самом деле он начинает вести себя не как частица, а как волна, и, проходя через две щели, эти волны накладываются друг на друга, то усиливая одна другую, то ослабляя, и на пластинке оказывается не две, а несколько полос по всей поверхности.

Самое интересное, что, даже если электроны «выстреливали» сквозь щели по одному, они ухитрялись вести себя как волны, проходя одновременно через две щели.

Нет, я вас обманул, это не самое интересное. Самое интересное началось потом, когда физики попытались зафиксировать, через какую из щелей пролетает этот одиночный электрон. Когда они увидели, что получилось, то буквально не поверили собственным глазам. Как только за электроном стали «подглядывать», он тут же превратился в маленький шарик и стал послушно пролетать только через одну щель и ложиться на фотопластинку ровно напротив нее. Этот опыт повторяли много раз в разных лабораториях, и в конце концов проклятые электроны начали просто издеваться над физиками: когда опыт проводил ученый, считающий, что электрон – это волна, он вел себя как волна. А когда за приборами стоял физик, уверенный, что электрон – это частица, тот вел себя как частица. Много копий по этому поводу было сломано, много научных репутаций – растоптано, не обошлось и без разводов и депрессий.

В конце концов стало ясно, что электрон подстраивается под ожидания зрителя и выдает ему ту картинку, которую тот произвольно ожидает увидеть. Так ученые поняли, что **наблюдение за системой оказывает на нее воздействие**.

Точно так же ведут себя все элементарные частицы, которые вьются в вашей голове. **Они выдают вам тот результат, который вы от себя ждете.** Представьте, что вы – ученый, наблюдающий эксперимент про самого себя. Если вы планируете увидеть эксперимент про бездарного себя – вам покажут бездарного вас.



Ваши электроны не позволят вам быть бездарным. Они покажут вам то, что вы ожидаете увидеть. Внимание: **не то, что вы хотите увидеть, а то, что вы ожидаете!**

Опыт прошел в 1961 году, так почему же все люди до сих пор не гениальны? Дело в том, что обществу для выживания не нужно, чтобы все были гениями. Оно старается обезопасить себя от чрезмерного количества гениев. И постоянно создает ограничители, которые не позволяют поверить всем в свою гениальность. Система образования, общественные институты, семейные отношения, литературные традиции – все это заточено на то, чтобы создавать в нас неуверенность, сеять сомнения в собственной гениальности.

Большинству людей не приходит в голову противостоять давлению общества и традиции. Некоторые выпадают из этих традиций по чистой случайности. Скажем, когда Эдисона выгнали из школы за абсолютную и непроходимую тупость, мама сказала ему: «Директор просил передать, что ты гений и школа не может ничего тебе дать». Эдисон поверил в это и действительно стал гением, который изменил мир.

Казалось бы, делов-то, назови себя гением и спокойно твори шедевры. Но это так не работает. Нужно не просто сказать, нужно поверить в собственную гениальность. **Поверить безоговорочно и начать этой своей гениальности соответствовать.**

Проблема в том, что, чем сильнее мы твердим себе «Я гений, я гений», тем сильнее мы этой мысли сопротивляемся.

Мы пытаемся убедить себя в том, что у человека от природы есть склонность к тому или иному занятию. В самом деле, человек, не имеющий слуха, не может сочинять музыку! Расскажите это глухому Бетховену и Скрябину, который, по некоторым свидетельствам, не имел абсолютного слуха.

Любые навыки можно прокачать, любые способности можно развить.

Наверное, вам случалось видеть непризнанных гениев. Их полным-полно на графоманских сайтах и в соцсетях. И кажется, что каждый из них как минимум Пушкин или Моцарт, настолько они выглядят уверенными в себе и готовы убить любого, кто покрикует их бездар-

ные вирши или трехаккордные песенки. Но на деле за их агрессией всегда скрывается неуверенность в себе, сомнение. В глубине души они знают, что никакие не гении, и тратят всю свою силу на то, чтобы убедить в своей гениальности окружающих. Вместо того чтобы раз и навсегда убедить в этом себя и сосредоточиться на изучении матчасти, саморазвитии и прокачивании профессиональных навыков.

Лишь у немногих получится это сделать. Они и будут гениями.

*Запомните:*

**Ваша гениальность на 100 процентов зависит от вашей уверенности в собственной гениальности и ничем больше.**

*Сделайте:*

**Вы и сами знаете, что нужно сделать.**

## Глава 9. Персонаж, читатель, автор



В 2006 году режиссер Марк Форстер снял отличный фильм «Stranger Than Fiction», в России он шел под названием «Персонаж». Это история налогового инспектора Гарольда Крика, который вдруг начал слышать голос, комментирующий его действия, и понял, что он не человек, а персонаж романа какой-то писательницы.

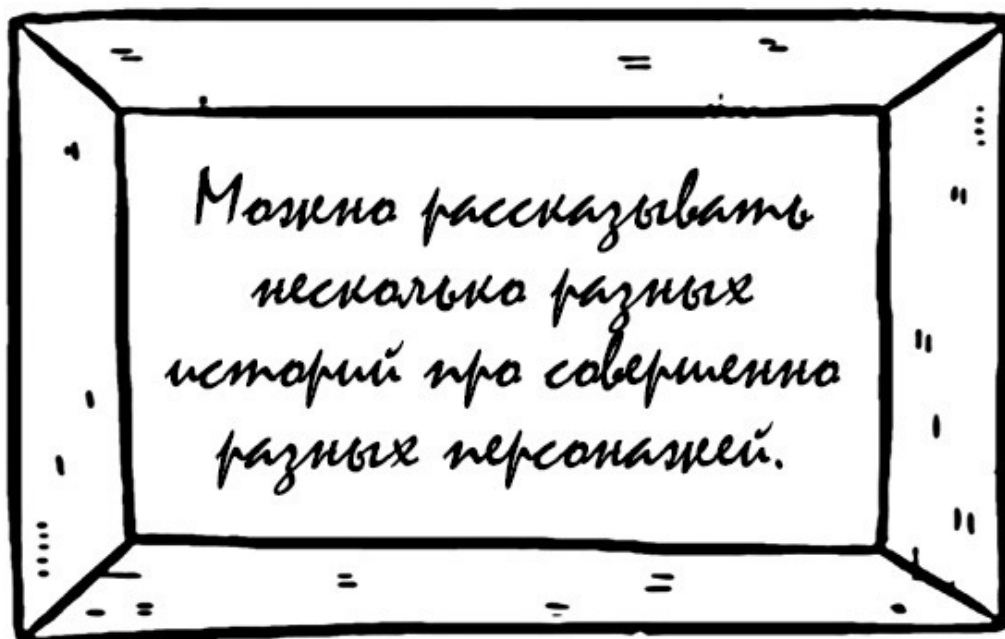
**На самом деле мы все персонажи.** Кто-то пишет книгу нашей жизни, а мы лишь выполняем то, что в этой книге написано, изображаем своего персонажа. У кого-то этот персонаж – один на всю жизнь. И есть люди, которые искренне гордятся своим ослиным упрямством в удерживании подле себя этого персонажа. Наверное, вам случалось услышать такую фразу, которая всегда произносится с неподдельной гордостью: «У меня всего одна запись в трудовой книжке». Или еще вот это: «Где родился, там и пригодился». Вам дали вашего персонажа, и вы всю жизнь этого персонажа изображали, даже не потрудившись посмотреть в сторону других персонажей. Самое интересное, что персонаж настолько с вами срастается, что вы начинаете сами себе рассказывать длинную и запутанную (или наоборот простую как мычание) историю своего собственного персонажа. И, если вам хочется сделать что-то, что не очень вписывается в характеристику вашего персонажа, вы тут же его правите.

Знаете, когда мы работаем над сценарием сериала, мы составляем описание каждого персонажа и прописываем основные сюжетные линии. Этот документ называется «библия сериала». Есть очень хорошая сценарная поговорка – «когда в библию начинают писать все кому не лень, получается дребедень». Так вот, **мы почему-то позволяем писать всем кому не лень библию нашего персонажа.**

Давайте попробуем сами поработать над историей и характером персонажа. Посмотрите на него внимательно. Как он выглядит? Как двигается и говорит? Чего он хочет? Что ему нравится, а что – нет? Про что он вообще? А если попробовать его немного отредактировать? Что если он не такой, а... ну, например, вот такой. Станьте автором своего персонажа, немножко поработайте над ним. Сделайте его более романтичным, или более скептическим, или пусть он будет озабочен собственной внешностью. Или пусть станет целеустремленным трудоголиком. Или вдохновенным раздолбаем.

Поработали? А теперь давайте отправим его в свет. Посмотрим, как он будет себя вести в придуманной вами истории. Представьте, что вы читаете книгу про своего персонажа. Какие приключения его ждут, когда вы перевернете следующую страницу? Неужели не интересно? Чертовски интересно, особенно когда вы в одном лице являетесь и автором, и персонажем, и читателем.

А ведь можно придумать несколько персонажей.



Кто сказал, что мы должны прочитать только одну книгу за всю свою жизнь? Книг может быть много, и вы можете читать их одновременно, переключаясь в течение дня между ними легко и непринужденно.

Давайте посмотрим на ваших персонажей. Вот, скажем, персонаж «влюбленный», который развивает свою «арку»<sup>2</sup> семейной жизни. Он мягкий, внимательный, романтичный. Он никогда не спорит со своей возлюбленной. Его цель в данной истории – угадывать ее желания. А это персонаж «лидер» – его мало интересует чужое мнение. Он уверенно идет к цели, заставляя других подчиняться. Что будет, если «лидер» придет на свидание с возлюбленной? Цветами по морде будет, вот что будет. А что произойдет, если «влюбленный» вдруг попадет в директорское кресло? Он будет, как флюгер, болтаться на ветру, станет зависимым от последнего услышанного им мнения.

Могут ли «влюбленный» и «лидер» уживаться в одном человеке? Не скажу, что будет легко, но это вполне возможно. При этом у обоих персонажей могут быть разные вкусы, привычки и даже характеры. Они даже внешне могут значительно отличаться друг от друга. Так что тот, кто знает только «лидера», может не узнать «влюбленного», если встретит его на улице. Даже если разглядит его лицо за букетом цветов.

---

<sup>2</sup> Арка героя (драматургический термин) – история изменений героя на том пути, который он проходит для достижения цели.



## **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.