

Где ты, счастье?

Для вас истинно то, что вы наблюдали сами. Утрачивая это, вы утрачиваете все.

Что такое личная целостность? Личная целостность – это знание того, что вы знаете. И еще обладание смелостью знать и говорить то, что вы наблюдали. Вот что такое целостность. И нет другой целостности.

Ничто в этой книге не является для вас истинным, пока вы не пронаблюдали этого в своей жизни, и это не стало истинным в соответствии с вашими наблюдениями. Вот и все.

Все счастье, которое вы когда-либо сможете найти, находится внутри Вас.

Мама малыша Джонни всегда знала, где искать своего сына, если тот вдруг пропал. Он сидел около окошка самого верхнего этажа, устроившись так, чтобы ему было виден двор железнодорожного депо в двух кварталах от их дома.

«Вот чем я буду заниматься», – часто говорил он, и глаза его при этом светились. «Когда я вырасту, я стану машинистом локомотива».

И хотя он проработал на железной дороге сорок лет, сначала кочегаром, потом инженером, он никогда не терял этой детской восторженности. Каждый рейс был для него приключением, которое он с энтузиазмом описывал. Выйдя на пенсию, через пару лет он по случаю приобрел настоящий паровоз и пару вагонов и установил их у себя во дворе.

Он получал много радости от своей семьи, от плавания и морских путешествий, от дружеских посиделок с друзьями за картами, но любовью всей его жизни была и оставалась всегда только она – железная дорога.

Он был счастливым человеком.

Что такое счастье?

Задайте десяти людям вопрос о том, что сделало бы их счастливыми – и вы получите десять разных ответов. Однако все десять согласятся в одном, и это наверняка будет так и для вас: каждый **хочет** быть счастливым.

Кто-то уверен, что пара Кадиллаков, квартира в Нью-Йорке, вилла во Франции и несколько нефтяных скважин в Техасе вполне способны дать счастье. Если же эти безделицы и не принесут счастья, то, как минимум, они гарантируют роскошное несчастье.

Других настолько замучила повседневная рутина нелюбимой работы, что они мечтают о праздной жизни. Третьи готовы на все ради полной безопасности – только чтобы о них кто-то заботился – и уверены в том, что этого для счастья более чем достаточно.

Однако даже поверхностное изучение историй из старых газет немедленно продемонстрирует вам тот факт, что ни богатства, ни беззаботные путешествия, ни жительство на пособие (которое вам гарантирует государство или фонды богатых родителей) не дадут вам гарантии от печали и одиночества. Среди тех, у кого нет недостатка во всем вышперечисленном, мы находим все то же самое – алкоголизм, наркоманию и самоубийства. Статистика говорит о том, что проценты здесь даже растут, а вовсе не уменьшаются.

Где же искать счастливых?

Столкнувшись с рутинной и разочарованиями повседневного существования, многие решают, что счастье – это просто миф, фантастические картинки из популярных журналов и телерекламы.

Поэтому они идут на компромисс и соглашаются на весьма посредственную подмену счастья: **хорошее самочувствие**. Толстяк пять раз в день обедается, молодежь курит травку, рабочий вечером идет в кабак «пивка попить», чтобы хоть как-то справиться с этой жизнью. Все эти люди делают свой выбор в пользу простого «оттяга», превращая свои жизни в ловушки.

Подлинное счастье не исчерпывается простыми физиологическими радостями.

Однако для того чтобы его отыскать, нам придется рискнуть и посмотреть немного дальше вопросов о том, как побольше заработать и побольше купить, как получить физическое удовольствие или временное просветление, доступное с помощью наркотиков.

Потребность в самореализации

Мы становимся старше и вступаем в компромиссы со своими юношескими мечтами, подменяем страсть рутинной, заполняем свое время искусственно созданной деятельностью, и

все меньше и меньше вспоминаем о действительно беспокоящих нас вопросах, таких как «Что настоящего я делаю в своей жизни?», «Что я создаю в жизни такого, что действительно стоит того?».

Задайте эти вопросы сварщику, что работает на конвейере автомобильного завода, и в ответ вы услышите нечто типа: «По утрам мне трудно просыпаться, потому что я знаю, что следующие 8 часов мне придется работать в этом шуме и гаме. Через некоторое время эта рутина настолько меня достает, что мне уже все равно становится, что будет с тем автомобилем, над которым я работаю. Само собой, радости и мне самому от этого мало, но у меня двое детей, так что без денег никак. А что еще можно сделать?».

Поговорите с дизайнером: «Эта контора нанимает людей в три раза больше, чем действительно необходимо для выполнения работы. Каждым проектом занимается два десятка инженеров, только ради того, чтобы создать очередной симпатичный тостер или утюг. Все решается общим советом. Трудно действительно интересоваться чем-то, когда осознаешь, что твои собственные таланты никого не интересуют, а твой продукт – очередной сверкающий хромом хлам, предназначенный для того чтобы выманить побольше долларов из потребителя».

Поговорите с теми, кто недоволен своей жизнью, и все их жалобы сведутся к одному простому утверждению: «Я занимаюсь не тем, чем действительно хотел бы заниматься в этой жизни».

Вот что важнее денег, важнее безопасности, важнее отсутствия проблем: то, что человек **делает**. Каждый человек хочет заниматься тем, что является испытанием его талантов и дает ему ощущение действительно ценного вклада.

Недавно проведенные психологические исследования показали, что обладатели профессий, требующих задействования всего потенциала человека – например, семейные врачи – гораздо больше склонны чувствовать себя состоявшимися в жизни, чем представители других профессий, что, само собой, сильно влияет на общее состояние здоровья.

И наоборот, рабочие с конвейеров предприятий, чьи личные таланты не имеют никакого значения, гораздо сильнее страдают от скуки, стрессов и неудовлетворения.

Цели

Каждый из нас, обычно еще в раннем детстве, ставит перед собой цель – какое-то направление деятельности – которая является действительно верной.

Этой целью может быть что угодно: водить локомотив, писать музыку, чинить автомобили, строить мебель, играть в комедиях, взбираться на горы, создать новый тип двигателя, придумывать ювелирные изделия, плотничать, заниматься математикой, океанографией или ветеринарией.

Наши личные цели существуют независимо от возраста, пола, образования, происхождения, «практичности» или «того, что папа считал правильным». Человек может работать в соответствии с целью или в несоответствии с ней. И если нам посчастливилось работать в направлении своей цели, то ничто – абсолютно ничто – не заставит нас отказаться от этого.

Когда человек занимается своим желанным делом, то это всегда можно заметить по определенной доле творчества, будь он композитор или столяр. Он обычно гордится своей работой, а не просто зарабатывает себе средства на жизнь.

Ни один человек не счастлив без цели, и ни один человек не сможет стать счастливым без веры в свою способность достичь этой цели.

Однажды всемирно знаменитая цирковая группа «Летающие Валенды», которая специализировалась на воздушной акробатике, пострадала в Детройте от страшного несчастия. Двое членов семьи тогда погибли, а один остался парализованным на всю жизнь. После этого случая один репортер брал интервью у Карла Валенды и спросил его, не решит ли он теперь завершить свою цирковую карьеру. Его ответ был классическим вариантом ответа человека, который точно следовал своей цели: «Нет, я никогда не откажусь от этого. Только там, под куполом, я чувствую биение жизни. Все остальное неважно».

Вероятно, на свете нет ни одного человека, у которого нет цели. Она может быть скрытой, спящей, погребенной под горой старых неудач, забытой или игнорируемой. Однако цель эта никогда не умирает окончательно; она продолжает существовать, как крохотный, едва тлеющий уголек в мертвой золе давно погасшего костра, ожидая своего часа, когда о ней вспомнят и скажут о ней ободряющие слова.

Отказываясь от своих целей, человек теряет свое будущее, потому что будущее наполнено нашими мечтами. Чем более недостижимыми кажутся эти мечты, тем туманнее становится наше будущее. Иногда человек вообще может решить, что от всего этого больше проблем, чем пользы. И тогда он совершает самоубийство души.

Человек живет мечтами. Чтобы убить его, надо просто отнять у него его мечты, одну за другой.

Жизнь каждого из нас в той или иной степени определяется нашими целями. Немногие счастливчики тратят свои дни как раз на то, чем они всегда хотели заниматься. Другие знают свои цели, но, поддаваясь тяжести долговременных обязательств, лишь с горечью оглядываются назад, осознавая упущенные возможности. Многие другие просто чувствуют себя на работе не в своей тарелке, но не могут найти свое место. А остальные просто плывут по течению подобно осенним листьям, убежденные в том, что вокруг ни в чем нет цели.

ВЫЗОВ

Один мой друг – яркий альпинист, имеющий заметный авторитет среди своих товарищей. Он покорил немало вершин в американских и канадских Скалистых горах, участвовал в нескольких экспедициях на Аляску. Однажды я задал ему стандартный вопрос, который задают всем альпинистам: «Зачем ты это делаешь? Это приносит тебе деньги, или, сидя на вершине горы, можно ощутить какую-то ни с чем не сравнимую радость?».

«Ну, – ответил он, – Мэллори¹ сказал, что он идет на гору потому, что она есть. Но я попробую ответить тебе более содержательно. Во-первых, большинство альпинистов ничего на этом не зарабатывают. Они сами оплачивают свои расходы, а наше оборудование достаточно дорогое. А что касается сидения на вершине, так туда ведь и на вертолете можно попасть, если этого так хочется».

Он подумал минутку. «Все дело в вызове. Это работа в команде с товарищами, это тест на способность справиться со всеми этими трудностями и ловушками, которые таятся на горных дорогах. И самая большая победа, я полагаю – над самим собой. Когда ты достигаешь вершины, это еще одно доказательство твоего овладения собственными слабостями – ты сильнее, раз опять стоишь на вершине».

Счастье – это не вещи, не место и не положение в обществе, и не телесное удовлетворение. Это действие – действие в направлении любой истинной цели. Счастье происходит от действия, от стремления, от созидания, от производства.

Каким бы радостным не было обладание вещами или деньгами, все это приносит гораздо больше наслаждения, если это стало наградой за качественное выполнение своей работы.

Говорят, достижение цели – это лишь половина удовольствия; но еще более вероятно, что практически все удовольствие и состоит в процессе достижения цели. Наши цели и задачи дают нам направление для путешествия, но счастье состоит в самом этом путешествии.

Новое определение счастья

Вот необычное и довольно мудрое определение счастья, которое я хочу вам предложить:

¹ Знаменитый альпинист, покоритель Эвереста.

Счастье – это преодоление вполне известных препятствий на пути к известной цели.

Давайте посмотрим, как это определение связано с нашей жизнью.

Известная цель

Для того, чтобы установить направление в жизни, каждому нужна известная цель. Нужно **знать**, куда идешь и чего стремишься достичь. Жизнь без цели, как корабль без руля, обычно заканчивается на скалах.

Вполне известные препятствия

Никто не поспорит с тем, что избегание давления со стороны неприятной обыденной жизни приносит немалое удовольствие. Однако такое удовольствие – скорее **облегчение**, вызванное избавлением от неприятного состояния, чем активное состояние счастья.

Жизнь на тропическом острове может некоторое время казаться восхитительной, особенно если она представляет собой отдых или перемену обстановки. Но как долго вы сможете оставаться довольны, если вам будет совершенно нечем заняться, кроме прогулок по пляжу с бутылочкой в руках и наблюдения за пальмами, легко шуршащими на морском ветерке? Сколько пройдет времени, прежде чем одна бутылочка перед обедом станет двумя, тремя и так далее?

Если вас попросить вспомнить те моменты вашей жизни, когда вы находились в самом сильном состоянии счастья, что вы ответите?

Есть большая вероятность, что большинство из нас вспомнят то, что никак не назовешь безмятежным ничегонеделаньем.

Скорее всего, вы вспомните те моменты, которые были заполнены волнениями и напряжением: вот вы летите на лодке через пороги горной реки, едва справляясь с веслом, вот вы бежите с подружкой вниз по пролетам лестницы в доме, где погас свет, вот вы сидите ночами с самой интересной книгой из всего, что вам попадалось.

Что общего во всех этих ситуациях? В них есть драма, напряжение, вызов – преодоление препятствий.

На самом деле никто не стремится к постоянной безмятежности или вечному покою. Мы можем думать, что это так – но только пока нам не выдастся пара недель такого покоя. Обычно это вылечивает такое желание.

Вкус жизни придается борьбой с теми вызовами, которые мы сами ставим перед собой.

Нам нужны проблемы

Для большинства людей само слово *проблема* ассоциируется с чем-то неприятным. А причина этого состоит в следующем: те проблемы, которые вводят нас в огорчение, мы не выбираем **сами**. В наших детских идеалистических мечтаниях мы вряд ли планировали справляться с придирчивыми покупателями, текущими крышами, авралами на работе, севшими аккумуляторами или с порванными собакой подушками.

Но когда мы находимся на пути к **нашей** цели – это совсем другая история. Карен Блек, популярная и талантливая актриса, однажды рассказывала в интервью, как прояснение собственных целей изменило ее жизнь. Интервьюер задал ей вопрос: «И что, вы хотите мне сказать, что теперь у вас вообще нет проблем?».

Карен ответила: «Нет. Дело совсем не в этом. Просто раньше я беспокоилась о том, как заработать пять долларов в неделю, а теперь я решаю, какой мне снимать фильм».

Наша духовная диета должна включать в себя достаточное количество проблем правильного типа – проблем, связанных с нашей целью.

Если вы когда-либо принимали решение научиться пилотировать самолет, написать роман или построить собственный дом, то вы должны быть знакомы с тем фактом, что любой из этих видов деятельности изобилует проблемами.

Каждый раз, сажая самолет, пилот сталкивается с множеством проблем. Он должен справиться с такими факторами, как ветер, погода, управление самого самолета, чтобы суметь безопасно посадить самолет. Писатель сталкивается со сложностями в самовыражении, с поиском вдохновения, с вопросом о том, как побудить себя продолжать труд, несмотря ни на какие внешние или внутренние соблазны заняться чем-нибудь другим. А строительство дома никак не обходится без решения большого количества разнообразнейших проблем, прежде чем вам удастся получить точно то, что вы хотите.

Ключ именно в этом: ЧТО ВЫ ХОТИТЕ. Мы можем ворчать по поводу трудностей, однако в конце концов все же примем эти проблемы с удовольствием, потому что мы занимаемся тем, чем мы сами хотим заниматься. Это и есть те самые «вполне известные препятствия» в определении счастья. Эти препятствия и вызовы мы сами создаем и принимаем как часть своей игры.

Работа

«Хорошо вам тут рассуждать о том, что надо заниматься только тем, что действительно хочешь делать, – можете возразить вы, – но мне ведь надо на жизнь зарабатывать».

Работа! Что за отвратительное слово! Слишком часто печальная необходимость зарабатывать на жизнь в пух и прах разрушает наши менее практичные желания. Нам приходится ставить деньги на первое место и откладывать свои идеалы на второе. Легионы недовольных обращаются за обычными 40 часами какой-нибудь бессмысленной для них работы, отговариваясь дежурной фразой: «Это заработок, за все надо платить».

Гомо сапиенс должен работать. И работа – это не игра, о чем нам так часто любят повторять. И это самое трудное, с чем приходится мириться человеку: что необходимо отдавать себя во власть того, что он выбрал не сам.

Эл был женат и имел двух детей, и зарабатывал неплохие деньги, продавая страховки. Он (вместе с банком) имел в собственности красивый дом и два автомобиля. Очевидно, у него все было замечательно, однако ему отчего-то так не казалось. Он много пил, ссорился с женой и находил море предлогов, чтобы возвращаться домой как можно позже. У него было ощущение, что суть жизни ускользает от него, как ночной поезд. Он стал напиваться все чаще. Жена ушла от него.

Через несколько месяцев после развода, он сидел за небольшим рабочим столом в своей меблированной комнате и листал свой блокнот. Он потянулся к трубке телефона: «Надо еще разок попробовать поговорить с этим человеком. Он уже должен созреть для того, чтобы купить вот это...».

Внезапно он остановился и откинулся на спинку стула. «Какого черта я снова суечусь? Мне деньги больше не нужны. У меня их достаточно для того чтобы оплатить эту комнату и содержание ребенка в течение года».

Кровь бросилась ему в лицо, и он вдруг с горячностью осознал, что просто ненавидит продавать страховки. Он всегда это ненавидел.

Когда я повстречал Эла, он играл на тенор-саксофоне в местной джаз-группе. «Я всегда хотел заниматься музыкой. Это единственное, что действительно что-то для меня значит. Наверное, состояние таким образом я не сколочу, но и от голода я не умру. Самое смешное, что я осознал – мое состояние загнанности было вызвано вовсе не семьей и не домом. Дело было в работе. Я дошел до такого состояния, что у меня даже не хватало сил поговорить с женой и выработать какое-то лучшее решение. Как бы то ни было, сейчас у меня отношения с ней и с детьми лучше, чем были когда-либо раньше. Мое давление пришло в норму, язва рассосалась, и я отказался от спиртного. У меня такое чувство, будто жизнь началась для меня заново».

Слишком часто мы относимся к работе как к некоему занудному занятию, которое приносит нам деньги. Давайте изменим отношение. Работа должна иметь цель, должна создавать продукт или услугу, которые дают нам ощущение достижения, в какой угодно роли: юриста, автомеханика, архитектора, садовника, изобретателя, каменщика, артиста, водителя или художника.

Работа не должна становиться оплачиваемым рабством.

Больше одной цели

Если вашей страстью является поэзия, но вы не можете вообразить себе возможность построить на этом свой доход (самые лучшие стихи редко ценятся больше чем в шесть бесплатных экземпляров художественного журнала, и на акции их не обменяешь), вам стоит подумать о разумном компромиссе. Но не надо сдаваться полностью. Найдите приятное занятие, которое позволит вам оплачивать счета, и пишите свои стихи во время обеденных перерывов, по вечерам и в выходные.

Многие состоявшиеся люди обладают вторичными областями интересов и навыков. Я знаком с дипломированным бухгалтером, который весьма увлечен своей обычной работой, но по выходным, ради волнующего контраста, занят гонками на спортивных автомобилях. Мой друг-стоматолог с огромной и успешной частной практикой с удовольствием пилотирует свой самолет. Автором нескольких романов-бестселлеров является врач, начавший карьеру писателя после многих лет успешной медицинской практики. Несмотря на довольно плотный график работы в своей клинике, он еженедельно находит в нем 20 часов для этого занятия.

Джипси Роз Ли, после многих лет успешных занятий шоу-бизнесом, начала писать детективы, и достигла в этой области процветания и даже неплохой известности.

То есть, это все может стать примером того, как овладевший совершенством в одной области человек, достигнув своей исходной цели, стремится найти себе новые препятствия для преодоления.

Лениться вредно для здоровья

Простое существование в качестве полностью зависимого и обеспечиваемого существа может быть вполне удовлетворительно для домашнего животного, но не для человека. Обычно человек не может себя хорошо чувствовать, если не вносит свой вклад. В основе своей все мы творцы, строители, деятели, созидатели, изобретатели. Человек в лучшей форме всегда является причинным решателем проблем, победителем своих противников, изобретателем лучших способов и путей, вдохновителем искусств.

Мэри встретила Билла в агентстве по недвижимости, где они работали вместе. После женитьбы Билл начал собственную практику в качестве брокера и настоял на том, чтобы Мэри перестала работать.

Через несколько лет бизнес Билла достиг процветания. Мэри же растолстела. Позже она говорила: «У меня было так много свободного времени. И я заполняла его постоянной едой. Меня разнесло до 95 килограмм. Я чувствовала себя просто отвратительно, но я не могла прекратить это обжорство. Я пыталась сесть на диету, но у меня не хватало характера воздержаться от еды. Не знаю, с кем я играла во все эти игры».

Однажды ей позвонил муж. «Я застрял в Чикаго, – сказал он, – мой самолет опоздал, и я пропущу назначенную встречу. Не могла бы ты поработать там за меня?».

За три года Билл впервые попросил ее помочь ему в деле. Хорошо знакомая с рынком и спросом, она отлично разбиралась в ценах и в продажах. Это был любимый проект Билла; он мог принести неплохую прибыль. Она согласилась встретиться с клиентом и показать ему недвижимость.

Она отчаянно рылась в своем гардеробе. Что бы она не надела, выглядела она как дирижабль с накинутым поверх тентом. С другой стороны, подумала она, дело тут не в одежде: она на самом деле была похожа на дирижабль. В состоянии некоторого расстройства, она тем не

менее отправилась на встречу. Однако ее опасения за свой имидж просто испарились, как только она заговорила с будущими покупателями. Она легко справилась с беседой.

По пути в аэропорт навстречу Биллу, с подписанным договором в руках, она вдруг осознала, что с момента звонка Билла она ничего не ела, более того, она вообще даже и не вспоминала о еде!

По пути домой она твердо заявила: «Я возвращаюсь в дело. Если ты не берешь меня на работу, я буду работать на кого-то другого».

«Но, дорогая, нет никакой необходимости в этом. Я думал, мы это давно уже уладили».

«Мне необходимо работать. Не ради денег. Ради себя! Сегодня я осознала, что деньги – не единственная награда за работу».

Несколько месяцев спустя, перебивая посуду после обеда, Мэри мурлыкала себе под нос популярную песенку. Билл вытирал тарелки и смотрел на нее, улыбаясь. Она была восхитительна, в ней бурлила энергия, она приносила пользу делам, и выглядела она гораздо сексуальнее со своей новой фигурой 44 размера. Она была права по поводу работы. Смешно... Он-то думал, что приносит ей большое счастье, настаивая на том, что она должна сидеть дома!

Человек ощущает себя способным и компетентным только тогда, когда ему позволяют вносить свой вклад в дело, пропорционально или даже в большем размере, чем получает он сам.

Ваши цели и цели тела

Не стоит смешивать ваши собственные цели и цели вашего тела. Телесные цели радикально отличаются от устремлений наших собственных. Тело весьма практично; оно поклоняется необходимости быть в тепле и удобстве и иметь полный живот. Оно требует немедленного удовлетворения и безопасности, твердо противостоя «непрактичным» вещам вроде сочинения песен, изучения математики или недоедания ради совершенствования вашего последнего изобретения.

В противоположность этому, наши собственные цели побуждают нас идти на риск, создавать красоту, исследовать непознанное, упражнять наши силы и интеллект в противостоянии вызовам, которые далеко не всегда гарантируют безопасность.

Семья

Создание семьи – это побуждение телесное. Оно вовсе необязательно является личной целью индивидуума.

Семья, являясь важным фактором, тем не менее не может быть конечной целью. Большинство из нас нуждается в большем самосовершенствовании. Слишком часто мужчины и женщины отказываются от желаемой карьеры ради семьи и брака.

Марк мечтал стать художником, но какой же художник может своим трудом обеспечивать семью? Сейчас он работает менеджером мясного отдела в супермаркете. Фред планировал начать собственное дело, но не хотел рисковать своими сбережениями. Вместо этого он приобрел дом в рассрочку и пошел работать в Джeneral Моторс.

Не жертвуйте собой ради семьи. Как ни странно, никто не оценит вашей жертвы. Найдите способ сохранить семью и свои цели тоже. Тогда все будут довольны.

Счастливая семья

Если вы любите кого-то, позаботьтесь в первую очередь о его целях. Нет более благородного намерения в отношении другого, по сравнению с помощью в достижении его целей. Если

вышло так, что у вас с вашим партнером или с детьми различные цели, мы можем как минимум помочь им в их устремлениях.

Лучший вклад, который мы можем дать другому – вера в то, что другой человек сможет достичь того, к чему стремится. Поговорите с ним о его намерениях, «поволнуйтесь» с ним о том, как он будет достигать их.

Это один из секретов ведения домашних дел. ☺

Без цели

Вы когда-нибудь чувствовали мгновенный прилив усталости при одной только мысли о том, что каждый день вам надо спешить на работу? Вы ощущали, что ваши усилия тщетны и невелики? Вас томило постоянное чувство неудовлетворения? Человек без цели одной ногой будто прикован к столбу, он ходит кругами и ничего не достигает.

Когда вы идете к цели, время пропадает. Погрузившись с головой в работу, вы забываете обо всем. Вы сами потом удивляетесь, как это за такое удовольствие да еще кто-то готов платить вам деньги?

Андре Превен, композитор-пианист, однажды заявил: «Музыка приносит мне блаженство. Если проходит день, а я ничего не написал, не сыграл, не прослушал или не прорепетировал – день пошел коту под хвост».

Найти свою цель

Однажды я спросил приятеля: «Чем бы в своей жизни ты на самом деле хотел заниматься?».

Он пожал плечами: «Не знаю. Я просто хочу подождать и посмотреть, что из этого выйдет».

И вы знаете, что из этого вышло? В возрасте пятидесяти лет он все еще ждал, что из этого выйдет.

Вот и **все**, что произошло!

Ваша цель никогда не появится автоматически в яркой вспышке вдохновения. **Вы** должны принять решение, что вы будете делать.

Какая тема или предмет вас вдохновляют? Вы живо интересуетесь историями об антропологах, отыскавших город, затерянный в Перу, или когда слышите голос знаменитого исполнителя, или воображаете управление собственным бизнесом?

Если вы не можете решить, что вы хотите делать больше всего на свете, все равно поставьте перед собой цель. Плохая цель лучше полного отсутствия целей. Вы всегда успеете передумать.

Бесцельно живущие люди принимают решение по умолчанию. Их решение – не принимать решений, отдать это действие в руки окружения, родителей, учителей, начальства и просто других людей.

Интерес

Устремление человека выходит из его талантов, приносит ему несравнимое ни с чем удовольствие, и захватывает его интерес.

Ничто на земле не может быть важнее интереса. Вы можете направлять внимание другого, но вам никогда не удастся заставить его интересоваться чем-то силой или по команде. Трудно понять, почему одни люди увлечены воздухоплаванием, а другие с не меньшим удовольствием занимаются изучением системы налогообложения.

Отдаться своей цели

Отдаться во власть своей собственной цели – это требует определенного мужества. Очень смелые во всех отношениях люди часто становятся поразительно неуверенными в себе, когда дело касается достижения их собственных целей. Им кажется гораздо безопаснее играть в игру типа «вот если бы...». Вы постоянно слышите от них: «Если бы это было практично, я бы работал ювелиром и зарабатывал бы этим на жизнь... Если бы я получил образование, я стал бы юристом... Если бы не моя ответственность за семью... Если бы не было уже так поздно... Если бы только у меня были средства...».

Эти оправдания и объяснения блокируют наши устремления. Никто, кроме нас самих, не может указать выход из этого состояния. Найти способ сделать это практичным, получить необходимое образование, выйти из зажимающих вас обстоятельств. Что стоит на кону? Основа нашего желания жить: наша цель.

Если все эти обстоятельства кажутся вам непреодолимыми, вы можете обратиться за помощью. К счастью, боль прошлых поражений можно стереть. Потерянные таланты человека можно восстановить, можно повысить его способности. Метапсихология помогла множеству людей достичь в жизни того, к чему они стремились.

Как сказала Аманда Амброс, хорошо известная актриса: «Основное в этой системе то, что она работает».

Определяясь с тем, что вы хотите делать, не позволяйте кому-то другому вручить вам ложную цель. На самом деле, ни одну цель нельзя классифицировать как «неверную» (если только это не откровенно разрушительная цель), однако цель может быть неверной **для вас**.

Многие люди (особенно родители) заваливают нас советами. Заявляя о том, что «они знают лучше» и что «все это для твоего же собственного блага», родители весьма часто заставляют детей заниматься тем, что кажется важным, значимым или прибыльным с **их точки зрения**.

Какими бы добрыми намерениями все это не было продиктовано, мы должны сами принять решение о том, что для нас правильно, если только мы не собираемся прожить всю жизнь, мучаясь от подавляемого разочарования в жизни.

Как помочь ребенку

Родители могут помочь своему ребенку, ободряя его и способствуя тем его занятиям, которые кажутся привлекательными самому ему.

С пятилетнего возраста малыш Билли мечтал стать профессиональным футболистом.годами он мечтал об играх и победах. Когда ему было 14, он был самым большим парнем в своем классе. Само собой, тренер его заметил в первую очередь. Бобби решил вступить в футбольную команду своей школы.

Его родители отнюдь не впали в энтузиазм по поводу его решения и вели разговоры о том, какая это грубая игра и как немного игроков становится в ней профессионалами. Однако они не запрещали ему заниматься этим. Согласившись с решением Бобби, они дали ему денег на униформу, снаряжение и все необходимые медицинские комиссии.

Многие месяцы Бобби исправно ходил на занятия. Каждый вечер он приходил домой весь в синяках и царапинах, едва находил силы поесть и сделать уроки, прежде чем упасть и заснуть.

Однажды октябрьским вечером Бобби объявил: «Я бросаю занятия футболом. Завтра моя последняя игра». Его мама в изумлении спросила его: «Что произошло?».

«Это вовсе не так весело, как я ожидал. Я не так хорошо играю. И у меня не хватает времени на модели самолетов и на любительское радио».

Потеря времени и средств для родителей? Вовсе нет. Если бы он не попробовал это, вряд ли бы он смог открыть тот факт, что **на самом деле** он вовсе не желал быть профессиональным футболистом.

Понравится ли вам это занятие?

В какой-то момент жизни практически каждый ребенок хочет стать пожарником, полицейским, звездой кино, солдатом, певцом или ковбоем. Наши цели, однако, связаны с тем, что мы собираемся **делать**. Нас может привлекать какая-то роль, костюм, слава, внимание, и при этом мы забываем о том, какая работа стоит за этой ролью.

В детстве Джун, ныне успешный дизайнер, хотела стать актрисой. Она неплохо научилась выступать на публике, приобрела превосходное умение выступать на сцене, и на первом курсе колледжа уже играла главные роли в двух пьесах. Природный комедийный талант подарил ей море восхищения от однокурсников, друзей и коллег.

«Как ни странно, – вспоминала она годами позже, – это одно переживание полностью удовлетворило мою страсть к актерскому ремеслу. Она полностью исчерпалась во мне. Мне нравилось играть эти роли, однако я осознала, что не хочу делать это профессией на всю жизнь. И я рассталась с этим безо всяких сожалений».

Когда вы идете к своей цели, будь вы эксперт или начинающий ученик, единственным критерием, достойным внимания, является ваше собственное ощущение удовольствия и самореализации.

Много лет назад, помню, я как-то присутствовал на состязаниях спортивных автомобилей. Мимо меня пронеслось ревящее стадо гоночных машин, и вдруг в пыли за ними показались два побитых старых джипа, толкавшихся друг с другом. Когда они скрылись за поворотом, стоящий неподалеку зритель произнес: «Я знаю тех двух парней в старых джипах. У них нет денег на машины, которые могли бы идти в первых рядах. Однако они так увлечены борьбой друг с другом, что им вообще нет дела ни до кого – они просто в восторге от этого собственного мини-соревнования».

Я часто размышлял впоследствии о том, кто получал больше удовольствия: победители гонок или те двое, увлеченные своим состязанием в состязании.

Делайте что-нибудь

Если вы занимаетесь лишь тем, что предаетесь мечтаниям о своих целях – этого недостаточно. Нужно предпринимать что-то для того, чтобы продвигаться к цели.

Многие годы Петер мечтал о кругосветном плавании. Он был доволен своей работой в качестве ассистента в крупной лаборатории, но помнил о том, что рано или поздно ему придется пойти вслед за своей мечтой и вольными ветрами.

«Если я не сделаю это, то какая-то часть меня засохнет и умрет. Это настолько важно для меня.

Но сейчас я пока не готов отшвартоваться. Дети еще не выросли. Тем временем я начал строить десятиметровый корпус лодки у себя на заднем дворе. И это здорово отличается – просто мечты и созидание их в реальном мире».

Просто само наличие того, что делаешь, и причины делать это, уже вводит жизнь в управляемое русло. Если у вас нет цели, у вас нет ни частички того, что внесло бы хоть кроху смысла в вашу жизнь. Без этого жизнь становится отвратительным бременем.

Невозможные цели

Вероятно, невозможных целей не бывает, однако некоторые упорно создают таковые.

Джерри хотел бы стать звездой дискотек, однако до сих пор так и не научился ни петь, ни играть хоть на каком-нибудь инструменте. Его стандарты столь высоки, а шансы на успех столь мизерны, что он вообще отказался от каких-либо усилий. Вместо этого, он просто утопает в мечтах.

Ставьте перед собой сколь угодно высокие цели, но будьте готовы идти по реальной дороге к ним.

Я знал множество людей, мечтавших написать книгу. У каждого есть своя история, достойная изложения, и это действительно так, однако большинство лишь фантазирует о славе великого писателя. Порой это доходит до поисков «соавторов» (т.е. до попыток найти кого-то, кто напишет вашу книгу за вас).

Практически в каждом из этих случаев человек не был готов сделать свой первый шаг к профессионализму (а когда речь заходит о заработках на писательском поприще, то говорят именно о профессионализме). Но они не подписывались на литературные журналы, не ходили на курсы творчества и литературы, не читали книг на эту тему и редко могли вообще себе представить, что такое рукопись. Но самое смешное состояло в том, что некоторые из них и строки не написали!

По контрасту, я вспоминаю одну женщину, которая написала свой первый роман несколько лет назад. Вопреки тому факту, что она начала эту работу безо всякого предшествующего опыта или образования, ее роман стал бестселлером. Она заработала сотни тысяч долларов авторских гонораров за книги и фильмы по ним. И хотя деньги ее, конечно, весьма порадовали, она откомментировала это так: «Вы знаете, приятнее всего был все таки сам процесс творчества». По прочтении интервью с ней, было легко увидеть, как ей удалось добиться такого успеха.

Достигнув сорока лет, она оказалась с мужем, тремя детьми и хозяйством на руках, и в ее личной истории не было ничего примечательного. Она верила в то, что сможет написать неплохую книгу. Она была права, конечно, однако за этой верой было нечто большее, чем просто розовые мечты.

Чтобы подготовиться, она прочла все текущие бестселлеры, изучила стиль успешных писателей, и проанализировала технологию этого ремесла. Месяцы работы в библиотеке дали ей хорошее знакомство с местами и временем действия ее будущего романа. Только тогда она приступила к работе.

Каждое утро, отправив мужа и детей по их делам, она вынимала из шкафа свои материалы. Два года она работала над книгой и никому ни слова об этом не говорила. Заметное отличие от тех, кто любил поболтать о своих грандиозных планах!

Достижение практически любой цели требует от нас овладения некоторыми навыками. Если все эти приготовления не приносят вам удовольствия – возможно, вы просто купились на сияние и славу кажущейся вам такой привлекательной роли.

Что же вы хотели?

Возможно, вы слышали историю человека, который сказал: «Все, что мне нужно – это трехразовое питание в день и крыша над головой»? Это было его представление о безопасности. И он в итоге оказался в тюрьме.

Я знал девушку, которая всегда мечтала о прекрасном венчании в церкви, с соблюдением всех традиций. Когда она выходила замуж, все соответствовало ее мечтам. Через полгода она развелась.

Оба этих человека достигли того, чего желали; но их план был не полон.

Чтобы создавать что-то, надо стать причиной. Самый главный компонент причинности – формулировка цели и намерения. Главный признак способности быть причиной – ясное выражение того, что вы стремитесь сделать.

Как только вы сформулируете свои устремления во всех подробностях, помощь часто вдруг приходит с самой неожиданной стороны. Вы «случайно» встречаете нужных людей; возможности сами стучатся к вам в дверь, мелкие детали сами собой утрясаются так, как надо.

Мой приятель – независимый архитектор, который работает дома. Однажды он жаловался мне на то, что ему никак не удастся скопить сумму, достаточную для покупки небольшого самолета, который ему очень нравился. Я спросил его о том, сколько денег он собирался зара-

батывать, когда создаст свой бизнес. Он подумал, и потом с медленной усмешкой произнес: «Ну, я сознавал, что поначалу будет нелегко, так что я решил: если я буду получать ровно столько, сколько необходимо для выживания, этого будет достаточно. Ты знаешь, – засмеялся он, – это, пожалуй, все, чего я достиг!».

Я предложил ему пересмотреть собственные ожидания.

Только после того, как человек точно сформулирует свои цели, вселенная будет готова сотрудничать с ним и предоставлять ему возможность реализовать их.

Итог

Когда мы двигаемся сообразно цели, жизнь обретает смысл и ценность. Без цели, мы страдаем от неудовлетворения и внутренних терзаний, несмотря ни на какие «компенсирующие обстоятельства».

Исходной целью человека является мощное желание создать нечто стоящее. Она никогда не может быть связана с ленью, обманом или уходом от жизни.

Деньги, имущество и безопасность не гарантируют самореализации. Счастье рождается от способности встать лицом к лицу с препятствиями на пути к нашим целям и преодолеть их.

Хорошая компания и приятное окружение может определенно способствовать нашему счастью, но это далеко не все.

Мы должны побеждать в *выбранной нами* игре.

Оливер Венделл Холмс сказал: «Многие люди умирают, так и не подарив миру свою музыку. Почему же? Слишком часто это происходит от того, что они все время готовятся жить. И время заканчивается до того, как они успевают осознать это».

Тагор написал: «Я прожил свои дни, натягивая и отпуская струны моего инструмента, а моя песня так и осталась неспетой».

Не оставляйте свою песню в себе. Осознайте, что вы на самом деле хотите делать, и начните делать это.

Никакой триумф по размаху не сравнится для вас с тем моментом, когда вы отбросите все свои сомнения, терзания и слабые попытки оправдаться и наконец проявите свое четкое решение сделать то, что вы больше всего хотите сделать.

Удачи вам в этом!