

## Может ли ребенок сделать родителей счастливыми?

Моя пациентка, чуть за тридцать, замужем пять лет. Она чувствует себя одинокой, потому что муж ее «не понимает». Интересы у них разные: она любит музыку и балет, он — рыбалку, лес и пиво. Ее раздражает скучная работа в офисе одного из самоуправлений. И она очень хочет родить ребенка — ей кажется, что малыш наполнит ее жизнь смыслом, любовью, лаской, наградит глубочайшим пониманием, испытает к ней бесконечную и безграничную благодарность только за то, что мама у него есть. Она надеется, что ребенок сделает ее счастливой. И ошибается.

Никто человека счастливым не сделает. Счастье рождается у нас внутри: сначала мы его испытываем, а потом делимся этим переживанием с другими людьми. С любовью о них заботимся, даем то, в чем они нуждаются. И в ответ наше счастье нам возвращают приумноженным. Конечно, родителям радостно оттого, что у них есть ребенок. Но счастье вовсе не он маме с папой дарит, это родители его счастливым делают. В отношениях «родители — дети» родители — всегда ведущие. Они играют первую скрипку, они передают свое мироощущение детям.

И несчастная женщина, родив ребенка, не превращается, как по мановению волшебной палочки, в счастливую мать. Она становится несчастной мамой. Более того,

степень ее несчастья усугубляется. Многим родителям кажется, что, едва родившись, ребенок будет улыбаться, ворковать, ластиться, мило шалить. А на самом деле он и кричит по ночам часами, и капризничает, и швыряет на пол игрушки, и убегает, и злится «на любимых мамочку и папочку», и пытается с ними драться.

Ребенок не является источником счастья. Он создает для родителей завершенную и полную картину мира. Многое нам открывает. Позволяет излить на него любовь и только в ответ на понимание его натуры и выданное ему счастье наделяет радостью нас. Он не решает ни одной проблемы в семье — папа как не понимал маму, так и не понимает. Более того, тяжесть проблемы усугубляется, потому что у родителей нет времени друг с другом объясняться. Дистанция между ними увеличивается с космической скоростью.

Я вовсе не призываю всех достичь счастья и только потом рожать. Достаточно лишь не возлагать на ребенка тех надежд, которых он не может оправдать.

Если в семье нет детей, то супруги переживают по двум причинам. Первая — без ребенка они чувствуют себя неполноценными и некачественными. Вторая — сожалеют об упущенном некогда возможности.

Но я знаю людей, которые сознательно отказывались от возможности родить ребенка, чтобы сконцентрироваться друг на друге и на работе.

## Может ли человек жить одной работой и при этом радоваться жизни?

Да, может. И по очень простой, почти что физиологической причине. Вернемся на минуточку в глубины психоанализа. У каждого человека, как известно со времен Фрейда, есть либидо — огромный запас энергии, которая выражается стремлением к размножению. Либидо можно удовлетворить прямым путем, через секс, и непрямым — через сублимацию, то есть через замещение какой-то другой деятельностью.

Попросту говоря, ваш запас внутренней энергии вы можете вложить в любовь, создание семьи и рождение детей. Или в работу и творчество. Или постараться и выложитьсь во всем разом. Мы ощущаем на глубинном уровне, что и то и другое равноценно. И говорим: «выносить ребенка» и «вынашивать планы», «родить дитя» и «родить идею». Поэтому жить одной работой и радоваться можно. И некоторые люди так и делают. Они вполне довольны жизнью, просто всей полноты счастья не испытывают.

## В чем разница между совершенным мужским и женским счастьем

Для идеального мужского счастья необходимы работа и семья. Больше работы, чем семья, так как без работы мужчина не чувствует себя полноценным. Был такой

старый американский фильм начала 80-х годов под названием «Рокки», в котором Сильвестр Сталлоне играл роль профессионального боксера, парня хорошего, эмоционального, доброго, но без особого интеллекта. Жена пытается удержать его от очередного боя за звание чемпиона: жалко же, когда твоего любимого мордуют на ринге. А он ей ответил: «Просить меня не драться — все равно что просить не быть мужчиной. Я больше ничего не умею, это моя работа, и я должен делать ее хорошо». Мужчине надо быть кем-то во внешнем мире. Он может много зарабатывать или вкалывать исключительно за идею. Но занимать позицию во внешнем мире он обязан! Некоторые мужчины были бы рады сидеть дома с детьми, но тогда они будут считаться неполноценными и от такого стресса точно впадут в хандру и заболеют. Поэтому и эта группа мужчин ищет себе дело вне дома.

Для женского счастья требуются семья и работа. Женщина часто удовлетворяется только семьей. Раньше, лет сто назад, у нее просто не было другой возможности. А теперешняя домохозяйка чаще всего боится выходить на рынок труда и конкурировать с другими специалистами, радостно пользуется шансом спрятаться в семье от активной жизни и чувствует себя при муже и детях защищенной от невзгод, но — не счастливой. И чем старше она становится, тем больше нервничает.

## **В чем тут подвох?**

Я часто вижу мужчин и женщин средних лет, которые ограничили свою жизнь половиной возможного счастья.

Мужчина, посвятивший себя работе, и женщина, увлеченная только семьей, до какого-то момента бывают довольны жизнью. А потом они переживают острое разочарование. Каждый по своей причине. Мужчина добился многого и растерялся: зачем я<sup>3</sup> для кого все это<sup>3</sup>? Женщина вырастила детей и огорчилась: кто я<sup>3</sup> что дальше<sup>3</sup>?

Люди выходят из этого кризиса по-разному. Многие пытаются спешно компенсировать недостающее. Мужчина до сорока двух лет профессионально занимался фотографией, открыл свою студию, был вполне счастлив и вдруг почувствовал, что ему не хватает наследника. Он понял, что созрел для брака, — да, с мужчинами тоже такое случается, и его, как гранатой, шарахнула потребность остынуть, «заземлиться» и завести семью. Он женился на симпатичной и здоровой молодой женщине, которая родила ему сына и через два года — дочку. Дети у него получились замечательные, с женой отношения вполне дружеские и не без страсти. Он по-прежнему работает по двенадцать часов в день. Но у него есть выходные, которые он проводит с детьми, и его картина мира стала завершенной, счастья в ней прибавилось. У него сложилась классическая семья. У кого-то формируются отношения

с женщино<sup>й</sup> без брака. У кого-то ничего толкового в паре не получается: они скандалят и разводятся. Но и первые, и вторые, и третьи приобретают опыт любви, семейных отношений. Проживают недостающее. Проживают — как умеют. И мужчины, чей опыт семейственности не удался, охотно возвращаются к привычному «счастью в труде» и уже не мучаются сомнениями по поводу «счастья в любви». Остальные дополняют свою личную вселенную новыми эмоциями и чувствуют, что нашли недостающее.

Женщина в сорок или пятьдесят лет выходит за пределы семьи, принимается за учебу, устраивается на работу, расширяет круг знакомств, пишет маслом, фотографирует, занимается йогой, ходит в музеи. Одна дама возвращается к старой работе — и берется за бухгалтерский учет. Другая самоутверждается моделированием и шитьем в кругу знакомых и друзей. А третья все попробует, во всем разочаруется, стряхнет «пыль дорог» с ног своих и устроится на коврике перед камином с чувством того, что все испробовано, а дома, как и предполагалось, лучше. Опыт получен. Можно жить дальше.

В проигрыше остается тот, кто не пробует ничего нового, а подавляет томление души повторением старого, только в усиленном варианте. Например, мужчина задумался о семье, но еще больше работает, или домохозяйка в возрасте «за сорок» рожает еще одного ребенка — только потому, что хочется чего-то этакого... За «этакое» новое браться страшно, рискованно, проще повторять прежние

приемы, доставлявшие удовлетворение и радость. А ничего не получается, тоска остается. И это грустно.

## Откуда берутся трудоголики и почему мужчин среди них намного больше, чем женщин

Трудоголик — это человек, который пропадает на работе с утра до ночи. Мужчина становится трудоголиком по трем веским причинам. Первая — он очень любит свое дело. Вторая — он очень любит деньги, и они ему нужны также, как и статус. Третья — мужчина сбегает на работу от проблем в семье — ребенок мешает, жена раздражает. Разводиться из-за подобных мелочей не хочется, но и пребывание дома не радует. Вот он и сидит в офисе до десяти вечера.

Женщина уходит с головой в работу только по одной причине: ей работа нравится. Если у нее дома нелады, она скорее работу бросит, чтобы заняться личными делами, чем в офис переселится. Да, ради выживания семьи она может вкалывать на трех нелюбимых работах, но как только положение близких улучшится, она «нелюбимое бросит» и будет искать что-то интересное или «с приятным коллективом». Поэтому женский трудоголизм «вылечить» труднее, чем мужской. Если уж она окунулась в работу, значит, это бурное море по ней и она в нем с наслаждением плавает. И сколько бы мужчина ее ни упрашивал, она

из него не вынырнет, так как любит свою работу. Поэтому многие бизнес-леди одиноки. А вовсе не потому, что никому не нужны. Ловцов немало, да эти «золотые рыбки» никому не даются. На словах они обожают сокрушаться о том, как тоскуют без сильного мужского плеча, а на деле убегают от него быстро-быстро.

### «А вам приятно брать деньги?»

Дождливым осенним утром я сел на стоянке у дома в такси, чтобы добраться до больницы, где проводил занятия с будущими врачами-психиатрами. Протянул таксисту купюру. Он извлек откуда-то металлическую коробочку и попросил опустить деньги в нее, чтобы, упаси Господи, до них не дотронуться. Как только купюра оказалась в коробке, таксист прихлопнул деньги крышкой, словно я ему ядовитого тарантула подсунул, а не за проезд заплатил. Я поинтересовался, к чему столько предосторожностей, а он со смущенной улыбкой ответил, что деньги несут в себе много негативной энергии и ему страшновато: как бы не подхватить через них хворь или проклятие какое-то.

Через месяц я вновь встретил этого же таксиста, и всю дорогу он мне жаловался, как плохо у него идут дела. А потом вновь протянул коробочку для денег. Я опустил в нее монеты и поймал себя на чувстве неловкости — словно меня обвиняют в том, что я на беднягу порчу насылаю.

И в следующий раз на стоянке я обошел его машину и сел в другое такси, где водитель спокойно и радостно брал у пассажиров деньги безо всяких эзотерических премудростей. А потом подумал, как много у нас связано с деньгами комплексов и заморочек. Человек скорее расскажет о том, с кем и как он сексом занимается, чем тайну своих заработков раскроет. Ему ужасно не хочется быть бедным, но и стремиться к богатству многим тоже как-то неловко.

### Чем плоха бедность

С моей точки зрения, бедность унизительна. Бедный человек все время бьется головой о потолок своих возможностей. И ему трудно расти как личности.

Если вы бедны, вам недоступна масса вещей, которые делают жизнь интересной и осмысленной. У бедных меломана и театрала нет возможности посещать концерты и спектакли, нет достойного музыкального центра для прослушивания обожаемых записей, не говоря уже о домашнем кинозале. Без денег вы не в состоянии вкусить духовную пищу и приобщиться к искусству, увидеть музеи Прадо, Лувр и галерею Уффици.

Для вас доступен только ваш регион с его ценностями. Это не так уж плохо, если вы живете в окрестностях Мадрида, Парижа или Флоренции. А как быть жителям маленького провинциального городка? Например, Лудзы

или Иецавы? Очевидно, придется ограничить реестр духовных радостей любовью к родной природе, сбором грибов, музыкой местных радиостанций и просмотром телепередач. Бумажные книги стоят чертовски дорого, компьютер или электронная «читалка», куда можно скачать целую библиотеку, тоже бесплатно не выдаются.

Бедность лишает нас возможности сделать маме с папой подарки, одолжить соседке-пенсионерке двадцать евро и забыть о них навсегда, наслаждаться вечерними поездками на своем автомобиле к морю или в лес. Нам не удается покупать одежду, которая нас украшает, стать привлекательнее и красивее, здоровее и крепче, так как большая часть оздоровительных и эстетических процедур стоят дорого.

Когда нам не хватает денег, мы о них все время думаем. А это сужает кругозор и ограничивает нас. Вместо размышлений о высоком в голове реют мысли о «низком»: где взять пятьдесят евро, чтобы купить ребенку приличную зимнюю обувь.

**Просьба не путать с бедностью!  
О жизненной позиции:  
«Мне надо не то, что всем остальным»**

Один из моих знакомых любит говорить своим собеседникам, рассуждающим об экономике: «Если ты такой умный, то почему такой бедный?» Ему не приходит в голову, что

многие вовсе не стремятся к богатству как к таковому. И нет никакой корреляции между умом и богатством: человек отменного ума может не гнаться за миллионами, жить скромно и тратить деньги совсем не на то, что принято. Или не тратить вообще, так как не нуждается в том, что обычно покупают за деньги.

Профессор-физик вполне доволен своей квартирой, обставленной расшатанной мебелью 60-х годов. Его ценят студенты и безумно любят супруга. Семь лет назад ему присудили за научное открытие международную премию. И что он сделал, когда получил деньги? Купил двадцатилетней дочке подержанную машину, а себе мощный телескоп, установил его на лоджии своего двенадцатиэтажного дома, наблюдал за солнцем и ночными светилами и через два года написал новую книгу. Но своей машины у него нет. И дачи тоже. Разве его можно назвать бедным? Конечно нет! Ему нужно не то, что входит в стандартный набор других людей.

Я знаю тех, кто сознательно отказывается от материальных благ, для того чтобы не занимать свое время заботой о собственности. Они погружают себя с помощью голодовок, бессонницы и физических нагрузок в трансовые состояния и переживают необычный, расширяющий границы познания мистический опыт. У них почти ничего нет, но они не чувствуют себя в чем-то ущемленными и не являются таковыми. И когда они испытывают потребность в деньгах для поездки в Индию или на ритуал

айяваска в Бразилию, то быстро находят возможность заработать нужную сумму или найти спонсора, способного путешествие профинансировать.

Они не бедные. Они другие.

## Сколько денег надо для благополучной жизни?

По сути, не так уж много. Никакого особого богатства, всего лишь достаток. Нет его — и счастья нет, разве только надежда на него присутствует.

Нам требуются деньги на удобное жилье. Нельзя чувствовать себя счастливыми вчетвером — папа, мама и двое детей — в квартире, состоящей из двух комнат и кухни. Между вами, как бы вы ни были друг другу близки, возникает психологическое напряжение. Оптимальный вариант: каждому по комнате плюс еще одна для всех. Терпимый — родители в одной комнате, дети — в другой, плюс гостиная.

Человеку необходимо раз в год отдохнуть всей семьей. И добротно одеваться — отражение в зеркале должно вас радовать. Денег должно хватать на медицинскую помощь, чтобы болезнь не превращалась в катастрофу. И на транспорт — чтобы можно было добраться до работы.

Большинству из нас требуется персональный компьютер, который мы не делим ни с женой (с мужем), ни с ребенком. Он является библиотекой, средством общения с единомышленниками и приятелями через социальные сети и электронную почту, источником хорошей музыки, красивых картинок и кинофильмов и печатной машинкой. Ну и какой-то неприкосновенный запас на случай болезни кого-то из близких и всяких форс-мажоров. Я понимаю, что некоторым этот набор покажется «обывательским», примитивным, скучным. Но он является фундаментом благополучия для большинства из нас. Как его сотворить и приумножить, подумаем вместе.

Не всегда для достижения желаемого нам нужны деньги. Несколько лет назад я прочитал в английском журнале очерк о тридцатишестилетней «смотрительнице общественных заведений», а точнее уборщице общественных туалетов, которая мечтала совершить кругосветное путешествие. Женщина подумала-подумала, потом села на диету, построинела, поступила на курсы иностранных языков, за год выучила азы немецкого и французского и устроилась горничной на большой круизный лайнер. Теперь она путешествует по миру и вполне счастлива. Никакого чуда — нормальный поступок серьезного человека, обладающего толикой здравого смысла.