



**Путь**  
**к** ДЭВИД БРУКС  
**характеру**

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

# Содержание

Предисловие. Второй Адам .....	11
Глава 1. Смена парадигмы .....	20
Глава 2. Призвание .....	38
Глава 3. Самообладание .....	80
Глава 4. Борьба .....	116
Глава 5. Самодисциплина .....	158
Глава 6. Достоинство .....	192
Глава 7. Любовь .....	222
Глава 8. Порядок в любви .....	268
Глава 9. Самоанализ .....	304
Глава 10. Большое «я» .....	340
Примечания .....	380
Благодарности .....	394

*Посвящается моим родителям Лоис и Майклу Брукс*

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

# Предисловие

## Второй Адам

В последнее время я много задумываюсь о различии между достоинствами «для резюме» и достоинствами «для некролога». Первые — это качества, о которых вы упоминаете при устройстве на работу, навыки, которые предлагаете рынку труда и с помощью которых достигаете внешнего успеха. А достоинства «для некролога» — это нечто более глубокое; то, что вы оставляете после себя. Это качества, о которых будут вспоминать, когда вас не станет, — сущность вашей природы: доброта, смелость, честность; ваши взаимоотношения с другими людьми.

Большинство из вас скажут, что достоинства «для некролога» важнее, чем достоинства «для резюме», но должен признаться, что в длительные периоды своей жизни я больше думал о вторых, чем о первых. Наша система образования, безусловно, ориентирована больше на достоинства «для резюме». Впрочем, как и общественное мнение — психологические советы из журналов, бестселлеры в жанре «популярная психология». Большинство из нас лучше представляет, как достичь карьерного успеха, чем как выработать характер.

О двух наборах достоинств меня заставила задуматься книга «Одинокий верующий человек», которую написал рабби Йосеф Соловейчик в 1965 году. Соловейчик отмечает, что в книге Бытия о сотворении человека говорится дважды, и утверждает: эти два описания характеризуют противоположные стороны нашей природы, которые он назвал первым Адамом и вторым Адамом.

Если несколько осовременить определения Соловейчика, можно сказать, что первый Адам — это ориентированная на карьеру, честолюбивая часть нашей натуры. Первый Адам — это внешний Адам, Адам «для резюме». Он стремится строить, создавать, производить, открывать новое. Он хочет достичь высокого положения и завоевать победу.

Второй Адам — это внутренний Адам. Он стремится воплощать определенные моральные качества. Второй Адам ищет внутренней безмятежности, спокойного, но уверенного ощущения, что хорошо, а что плохо; он хочет не только делать добро, но и быть добрым. Второй Адам жаждет всецело отдаваться любви, жертвовать собой ради блага других, руководствоваться в жизни некоей высшей истиной, обладать духовной целостностью, достойной и Творца, и собственных талантов человека.

Если первый Адам жаждет покорить мир, то второй хочет служить миру, следуя своему призванию. Первый Адам применяет свое творческое начало и наслаждается собственными достижениями, второй — порой отказывается от земного успеха и положения ради священной цели. Первый Адам задается вопросом, как устроен мир; второй — почему сотворен мир и каково наше в нем предназначение. Первый Адам стремится двигаться вперед, второй — вернуться к корням и насладиться покоем семейного обеда. Если девиз первого Адама — «Успех», то второй Адам воспринимает жизнь как нравственную драму и его жизнь проходит под девизом «Милосердие, любовь и искупление».

Соловейчик пишет о противоречии между двумя Адамами: величественный внешний Адам и смиренный внутренний никогда не могут полностью примириться. Мы находимся в вечном противостоянии с самими собой. Мы призваны реализовать обе стороны личности и должны научиться искусству их уравнивать.

Самое сложное в этом противостоянии то, что первый Адам и второй Адам руководствуются в жизни разной логикой. Первый Адам — Адам-созидатель, Адам-строитель, Адам-первооткрыватель — следует прямой утилитарной логике. Это логика экономики. Что-то вложил — что-то получил. Старания вознаграждаются. Дело мастера боится. Стремись к своей выгоде. Будь максимально полезным. Оставь свой след в мире.

Вторым Адамом руководит иная логика — нравственная. Отдавай, чтобы получить. Покорись внешнему — и обретешь внутреннюю силу. Побеждай свои желания — и получишь желаемое. Успех оборачивается величайшим поражением — гордыней. Поражение оборачивается величайшим успехом — смирением и опытом. Чтобы реализовать себя, нужно забыть о себе. Чтобы найти себя, нужно себя потерять.

Чтобы способствовать развитию карьеры первого Адама, имеет смысл развивать свои сильные стороны. Чтобы развивать нравственное ядро второго Адама, следует непредвзято взглянуть на собственные слабости.

## Хитрое животное

Культура, в которой мы живем, печется о первом Адаме, внешнем, и оставляет без внимания второго Адама. Современное общество поощряет размышления о том, как построить выдающуюся карьеру, но не помогает понять, как заботиться о внутреннем мире. Конкуренция за успех и славу настолько высока, что поглощает все наше время. Потребительский рынок побуждает нас мыслить утилитарно и стремиться к удовлетворению своих желаний, не думая о нравственных последствиях повседневных решений.

Быстрое и поверхностное общение заглушает тихий внутренний голос, доносящийся из глубины личности. Мы живем в культуре, которая учит продвигать и рекламировать себя, развивать навыки, необходимые для успеха, но при этом едва ли поощряет смирение, сострадание и честную внутреннюю борьбу со своими недостатками, необходимые для развития характера.

Оставаясь лишь первым Адамом, вы превращаетесь в хитрое животное — изобретательное, заботящееся о самосохранении существо, которое все обращает в игру. В этом случае вы много времени уделяете развитию профессиональных навыков, но плохо представляете, как жизнь наполняется смыслом, и потому не знаете, куда направить свои таланты и какой карьерный путь выбрать, чтобы он оказался наилучшим. Проходят годы, а глубинная часть вашей личности остается неизученной и неупорядоченной. В повседневной суете вы испытываете смутную тревогу, что не реализовали свое главное предназначение. Вы живете в неосознанной тоске, не любя по-настоящему, не отдаваясь всерьез тем нравственным ценностям, которые придают жизни смысл. Вам недостает внутренних критериев для твердой приверженности чему бы то ни было. У вас так и не вырабатывается внутреннее постоянство, внутренняя целостность, которая позволяет вынести общественное неодобрение или тяжелый удар. Вы понимаете, что заняты тем, что одобряют другие, неважно, подходит это вам или нет. Вы неосмотрительно судите о других по их умениям, а не по достоинствам. У вас нет стратегии для выработки характера, а без этого не только внутренняя, но и внешняя ваша жизнь рано или поздно утрачивает целостность.

Эта книга — о втором Адаме. Она о тех людях, кто нашел его в себе, кто выработал сильный характер. Об образе

мышления, который веками помогал человеку обрести внутренний стержень и мудрость сердца.

Признаюсь, я написал эту книгу ради спасения своей души. Я выступаю экспертом и пишу колонки в журналах. Мне платят за самовлюбленную болтовню, за бесчисленные суждения, которые представляются более обоснованными, чем на самом деле; за то, чтобы я казался умнее, лучше и авторитетнее, чем я есть. И мне приходится прилагать больше усилий, чем многим другим, чтобы не удовлетворяться поверхностным. Я все больше осознаю, что, как и многие в наше время, долго жил с неопределенными моральными устремлениями — смутно желая быть хорошим, служить некой великой цели, но не имея при этом ни ясного нравственного лексикона, ни четкого понимания о богатой внутренней жизни, ни уверенных знаний о том, как вырабатывается характер и достигается глубина личности.

Я обнаружил, что без целенаправленного внимания к той стороне личности, которая соответствует второму Адаму, очень легко скатиться в нравственную посредственность. Оценивая себя по самым мягким критериям, мы во всем следуем своим желаниям и довольны собой, пока не причиняем никому очевидного вреда. Мы полагаем: если мы приятны окружающим, значит, достаточно хороши. И постепенно превращаем себя в менее достойную личность, чем та, которой надеялись стать. Между нашим подлинным «я» и желаемым «я» — прискорбный разрыв. Мы понимаем, что в нас слышен голос первого Адама, в то время как голос второго Адама приглушен; что жизненный план первого Адама ясен, а второго — размыт; что первый Адам полон сил, а второй — пассивен.

Я написал эту книгу, не будучи уверенным, что способен проделать долгий путь к сильному характеру, но я хотел хотя бы понять, как он выглядит и как по нему шли другие.



## Структура

У этой книги очень простая структура. В следующей главе я опишу утраченную нами нравственную экологию — культурную и интеллектуальную традицию, ставившую акцент на несовершенстве человека. Я условно называю ее традицией «кривой тесины». Эта традиция требовала смириться с собственным несовершенством, но в то же время утверждала, что каждый из нас властен встретиться лицом к лицу со своими слабостями и в этом противостоянии выработать сильный характер. Преодолевая себя, мы получаем возможность сыграть определенную роль в нравственной драме всего человечества, устремиться к чему-то более возвышенному, нежели счастье, направить повседневные жизненные ситуации на воспитание в себе достоинств, благодаря которым можем стать полезными миру. На примере биографических очерков, которые одновременно являются и нравственными, я расскажу о том, как это происходит в реальной жизни. Со времен Плутарха в этических сочинениях о нормах разъясняли на конкретных примерах. Невозможно построить богатую внутреннюю жизнь, лишь слушая проповеди или следуя отвлеченным правилам. Пример — лучший учитель. Нравственное совершенствование происходит тогда, когда открывается путь к нашему сердцу, когда мы узнаем людей, которые нас восхищают, и сознательно или неосознанно берем их за образец, чтобы изменить свою жизнь.

Эту истину мне помог постичь случай. Как-то я написал колонку о том, что школьная программа не учит детей добру. Один из читателей возразил мне в электронном письме, без прелюдий заявив:

Сердце невозможно воспитать школьным уроком, диктуя постулаты, которые ученики механически

запишут. <...> Добрым и мудрым сердце делают века усердных исканий в глубинах души, века усилий, направленных на то, чтобы исцелить полученные раны. <...> Этому не учат на лекции, это нельзя описать в письме или в твите. Каждый человек находит доброту и мудрость в глубинах своего сердца, когда он готов отправиться на их поиски, — и не раньше.

Задача мудрого человека — смириться с раздражением и являть пример равнодушия, исканий и усердия. То, чему мудрый человек учит других, лишь малая часть того, что он дает миру. Вся его жизнь в целом и в мельчайших проявлениях — вот что служит уроком.

Не забывайте об этом. Урок — это человек, который приблизился к совершенству благодаря опыту других поколений, благодаря другим мудрецам, уже скрытым от нынешнего ученика туманом прошлого. Жизнь гораздо больше, чем нам кажется; это причины и следствия, сплетенные в огромную нравственную структуру, которая постоянно побуждает нас становиться лучше, даже когда мы блуждаем в полумраке.

Эти слова объясняют мой подход к написанию книги. Герои очерков в главах со второй по девятую очень разные люди: черные и белые, мужчины и женщины, религиозные и светские, образованные и необразованные. Все они несовершенны. Но они жили так, как сейчас мало кто живет. Они остро осознавали собственные слабости. Они вели внутреннюю борьбу со своими грехами и потому стали чуть больше уважать себя. И когда мы думаем об этих людях, то вспоминаем не столько их достижения — хотя достижения у них были, и немалые, — сколько их личность. Я надеюсь, что их пример разожжет в вас то робкое стремление, которое

присуще всем нам, стремление быть лучше и следовать их путем.

В последней главе я подвожу итоги, рассказывая, почему в современной культуре трудно быть хорошим человеком, и перечисляю положения иного подхода к жизни («кривой тесины»).

Время от времени и в наши дни можно встретить людей, которым свойственна удивительная внутренняя целостность. Они живут осмысленно и не размениваются на мелочи. Их не раздражают противоречия. Они спокойны, уверены в себе и чувствуют свои духовные корни. Бури не сбивают их с курса, превратности судьбы — не сокрушают. Их сознание исполнено единства, а сердце — надежности и верности. Их достоинства — это не блестящие таланты, какими обладают студенты-отличники, а зрелые добродетели людей, прошедших через испытания, переживших и радости, и страдания.

Иногда такие люди не привлекают внимания: добрые и веселые, они еще и крайне сдержанны. Они наделены скромными достоинствами, стремятся приносить пользу, и им не нужно что-то доказывать миру: они смиренны, замкнуты, умеренны, уважают других и требовательны к себе.

Они излучают нравственную радость. Отвечают тихо и спокойно, если на них кричат. Не жалуются, если их несправедливо притесняют. Сохраняют достоинство, если их пытаются унижить, сдержанны, когда их провоцируют. Их дела говорят громче их слов. Они день ото дня самоотверженно служат миру с такой же скромной невозмутимостью, с какой ходят за продуктами. Они не думают о том, какие подвиги совершают, — они вообще о себе не думают. Невершенство окружающих словно доставляет им радость. Они просто видят, что нужно сделать, и делают это.

Беседуя с ними, вы чувствуете себя умнее, но, узнав их лучше, вдруг понимаете, что никогда не слышали от них

хвастовства, что им несвойственны самодовольство или безапелляционная уверенность в собственной правоте, что они не намекают на свою уникальность и не бравируют своими достижениями при каждом удобном случае.

Бесконфликтному существованию они предпочли борьбу за внутреннюю зрелость и приблизились к решению главной проблемы мира, которую лучше всего сформулировал Александр Солженицын: *«Линия, разделяющая добро и зло, проходит не между государствами, не между классами, не между партиями — она проходит через каждое человеческое сердце».*

Это люди, выработавшие сильный характер, достигшие внутренней глубины. Стремление к успеху уступило в них место стремлению к богатству души. Если жизнь проходит в поисках равновесия, первый Адам в конце концов склоняется перед вторым Адамом. Именно такие люди сейчас нужны.

# Глава 1

## Смена парадигмы

По воскресеньям вечером наша местная радиостанция транслирует старые передачи. Несколько лет назад в машине по дороге домой я услышал Command Performance — эстрадное обозрение, которое транслировали для солдат во время Второй мировой войны. Я попал на выпуск от 15 августа 1945 года — через день после победы на Тихом океане.

Среди участников передачи были главные знаменитости той эпохи: Фрэнк Синатра, Марлен Дитрих, Кэри Грант, Бетт Дэвис и многие другие. Но больше всего в этой программе меня поразили сдержанность и смирение. Американцы и их союзники только что одержали одну из великих военных побед в истории человечества. Но никто не бил себя кулаком в грудь и не рвался возводить триумфальные арки.

«Ну, кажется, все закончилось, — открыл передачу ведущий Бинг Кросби. — Что можно сказать в такой момент? Незачем подбрасывать шляпу в воздух — это для обычных праздников. Думаю, единственное, что сейчас можно сделать, — это благодарить Бога за то, что всё позади». Следом выступила меццо-сопрано Райз Стивенс и торжественно спела Ave Maria. Снова взяв слово, Кросби выразил общее настроение: «Но главное чувство, которое все мы сегодня испытываем, — это глубочайшее смирение».

Этот настрой проходил через всю передачу. Актер Бёрджесс Мередит\* зачитал отрывок из статьи военного

---

\* Оливер Бёрджесс Мередит (1907–1977) — американский актер, режиссер, сценарист и продюсер, наиболее известный по роли Микки Голдмила в фильме «Рокки» и его продолжениях. *Здесь и далее прим. ред.*

корреспондента Эрни Пайла, погибшего несколькими месяцами ранее. Пайлу удалось предугадать ощущения от победы: «Мы победили в этой войне, потому что наши солдаты отважны и по многим другим причинам. Благодаря России, Англии и Китаю, благодаря времени, благодаря природе. Мы победили не потому, что судьба наделила нас чем-то большим, нежели остальных. Я надеюсь, что эта победа пробудит в нас больше благодарности, чем гордости».

Радиопередача отражала реакцию страны в целом. Конечно, были шумные празднования. Моряки в Сан-Франциско захватили фуникулер и разграбили магазины с алкоголем. Улицы Швейного квартала в Нью-Йорке оказались покрыты десятисантиметровым слоем конфетти<sup>1</sup>. Но настроение было неоднозначным. С радостью соседствовали серьезные размышления и сомнения.

Мировая война стала эпохальным событием и пролила столько крови, что каждый отдельный человек чувствовал себя ничтожным в сравнении с ее масштабами. Сыграло свою роль и то, что война на Тихоокеанском фронте завершилась взрывом атомной бомбы. Не успели люди по всему миру осознать, на какие зверства способен человек, как появилось новое, апокалиптическое, оружие. «Мысль о победе была пронизана печалью и сомнениями не меньше, чем радостью и благодарностью», — писал Джеймс Эйджи в редакционной статье журнала Time.

Но скромный тон, заданный Command Performance, был продиктован не просто настроением или вкусом. Участники этой передачи стали современниками одной из самых исторически значимых побед. Но они не кичились этой победой. Не обклеивали свои машины самодовольными лозунгами. Первым инстинктивным порывом было желание напомнить себе, что победители не превосходят в нравственном отношении всех прочих. Все общество поспешило предупредить

себя: не нужно предаваться гордыне, не следует себя возвеличивать. Люди инстинктивно сопротивлялись естественной человеческой склонности к чрезмерному самолюбованию.

Когда я приехал домой, передача еще не закончилась, и я дослушал ее в машине перед тем, как въехать в гараж. После этого я вошел в дом и включил футбольный матч по телевизору.

Квотербек\* бросил короткий пас принимающему игроку, и на него тут же навалились соперники, чтобы отобрать мяч. Игрок защиты отметил свой успех, как все спортсмены нашего времени: исполнил под прицелом камеры победный танец.

Мне пришло в голову, что удачный момент в игре вызвал больший всплеск самолюбования, чем победа во Второй мировой войне. Такой контраст натолкнул меня на мысль, что этот случай, возможно, отражает смену парадигмы в культуре — переход от этики скромности, которая говорит: «Никто не лучше меня, и я не лучше остальных», к этике самовосхваления, кричащей: «Отметьте мои достижения, я особенный». Этот контраст, незначительный сам по себе, продемонстрировал два разных образа мышления, два разных образа жизни.

## Маленькое «я»

После того случая я несколько лет изучал эпоху середины XX века и ее выдающихся деятелей. Прежде всего я вновь вспомнил, что не стоит мечтать о возвращении прежних времен. Тогда было больше расизма, сексизма и антисемитизма. Живимы тогда, у большинства не было бы тех возможностей, какие есть сейчас. Это была и более скучная культура — однообразная еда, одинаковые дома. В те времена царила эмоциональная

---

\* Квотербек — позиция игрока команды нападения в американском и канадском футболе.

холодность: отец часто не мог выразить любовь к собственному ребенку, а муж не осознавал, что у жены есть глубокий внутренний мир. Современность во многом лучше.

Но все же мне показалось, что тогда в большей мере, чем сейчас, был распространен дух смирения; нравственная экология, насчитывающая много веков, но менее выраженная в наши дни, побуждала людей более сдержанно относиться к своим желаниям, более четко осознавать свои слабости, больше ориентироваться на преодоление своих недостатков и превращение слабых сторон в сильные. Люди в той традиции, подумал я, отнюдь не считали, что каждую мысль, каждое чувство и каждое достижение необходимо сразу же предъявлять всему миру.

Массовая культура в эпоху Command Performance была более сдержанной. Тогда не носили футболок со слоганами, на клавиатуре печатных машинок не было восклицательного знака, поддержку борьбе с различными заболеваниями не выражали с помощью разноцветных ленточек, а автомобили не украшали статусными номерами или наклейками, сообщающими о личных качествах или моральных убеждениях их владельца. Никому не приходило в голову покрывать заднее стекло машины наклейками, чтобы похвастаться, в каком университете он учился или каким спортом занимался. Бахвальство, заносчивость и слишком высокое мнение о себе в те времена встречали куда большее общественное порицание.

Социальные нормы отражал сдержанный стиль поведения таких актеров, как Грегори Пек или Гэри Купер\*, а одним

---

\* Грегори Пек (1916–2003) — американский актер, одна из наиболее востребованных голливудских звезд 1940–1960-х годов. Лауреат премии «Оскар» в номинации «Лучший актер» за роль адвоката Аттикуса Финча в драме «Убить пересмешника».

Гэри Купер (настоящее имя Фрэнк Джеймс) (1901–1961) — американский актер, символ золотого века Голливуда. Сыграл более чем в ста фильмах. Обладатель двух «Оскаров» за лучшую мужскую роль (1942, 1953) и почетного «Оскара» за вклад в развитие американского кино (1961).



из героев эпохи был скромный детектив Джо Фрайди из сериала «Облава». Когда помощник Франклина Рузвельта Гарри Хопкинс потерял сына во Второй мировой, высшие военные чины хотели обезопасить других его сыновей, но Хопкинс отказался. С распространенной в то время простотой он написал, что незачем переводить его сыновей на безопасные задания только из-за того, что их брату «не повезло на Тихоокеанском фронте»<sup>2</sup>.

Из 23 министров кабинета Дуайта Эйзенхауэра лишь один, министр сельского хозяйства, написал впоследствии мемуары, и они были настолько скромными, что их можно было читать на ночь в качестве средства от бессонницы. В кабинете Рональда Рейгана уже 12 из 30 министров были авторами мемуаров, в большинстве своем саморекламных<sup>3</sup>.

Джордж Буш-старший, выросший в ту эпоху и впитавший ее ценности, во время президентской гонки отказывался говорить о себе. Если спичрайтер вставлял в речь слово «я», Буш машинально его вычеркивал. Штаб уговаривал его: вы же участвуете в президентской гонке, вы должны говорить о себе. В конце концов его удавалось убедить, и он произносил заготовленную речь. Однако на следующий день ему звонила мать и говорила: «Джордж, ты опять якаешь». И Буш возвращался к прежнему стилю. Никаких «я» в речах. Никакой саморекламы.

## Большое «я»

Материалы, которые я собрал за последующие годы, подтвердили, что мы действительно являемся свидетелями масштабного перехода от этики смирения к этике, которую можно условно определить как «большое „я“»; от культуры, побуждавшей к скромной самооценке, к культуре, где поощряется представление о себе как о центре мироздания.

Материалов оказалось немало, и найти их было нетрудно. Например, в период с 1948 по 1954 год психологи опросили более десяти тысяч подростков. Они задавали им вопрос: «Считаете ли вы себя очень важным человеком?» В то время утвердительно ответили 12%. Когда опрос повторили в 1989 году, очень важными себя сочли 80% юношей и 77% девушек.

В психологическом тесте на нарциссизм испытуемому предлагают утверждения и спрашивают, согласен ли он с ними. Все утверждения следующего типа: «Я люблю быть в центре внимания», «Я особенный/особенная и демонстрирую это при любой возможности», «Я считаю, что кто-то должен написать мою биографию». Медианный показатель нарциссизма за последние два десятилетия вырос на 30%. Девяносто три процента молодых людей показывают результат выше, чем это было двадцать лет назад<sup>4</sup>. Наибольший прирост демонстрирует согласие с утверждениями: «Я необыкновенный человек» и «Я люблюсь своим телом».

Помимо заметного повышения самооценки, отмечается значительный рост стремления к славе. Раньше у большинства людей слава занимала одно из последних мест в списке жизненных приоритетов. Так, в опросе 1976 года участники, расставляя по степени значимости свои цели в жизни, поставили славу на пятнадцатое место из шестнадцати. А в 2007 году уже 51% молодых людей отметил, что стать знаменитым — одна из главных целей их жизни<sup>5</sup>. В ходе исследования школьницам задавали вопрос, с кем они больше всего хотели бы пообедать. На первом месте была Дженнифер Лопес, на втором — Иисус Христос, на третьем — Пэрис Хилтон. На вопрос о том, какую из предлагаемых профессий они бы предпочли, почти вдвое больше опрошенных ответили, что хотели бы стать личным ассистентом звезды,

например Джастина Бибера\*, а не президентом Гарвардского университета. (Правда, я почти уверен, что и президент Гарвардского университета предпочел бы работать личным ассистентом Джастина Бибера.)

В массовой культуре я встречал один и тот же посыл: ты особенный, слушай только себя, будь верен себе. Мультфильмы студий Pixar и Disney постоянно напоминают детям, что те замечательные. К американским выпускникам обращают речи, полные тех же штампов: следуйте за своими желаниями, не признавайте границ, прокладывайте свой путь, вы такие замечательные, что обязаны совершить нечто грандиозное. Это проповедь внимания к себе.

Актриса Эллен Дедженерес, произнося в 2009 году торжественную речь, сказала: «Мой вам совет: будьте верны себе, и все получится». Звездный шеф-повар Марио Батали напутствовал выпускников: «Идите за собственной истиной и не отступайте от нее ни на шаг». Писательница Анна Квиндлен призывала не бояться «отдавать должное своей натуре, своему интеллекту, своим склонностям и, да, своей душе, слушать ее чистый и ясный голос, а не путаные послания нерешительного мира».

В бестселлере «Есть, молиться, любить»\*\* (я, наверное, единственный мужчина в мире, который дочитал эту книгу до конца) Элизабет Гилберт пишет, что Бог проявляет себя как «собственный внутренний голос... Бог живет в тебе, Бог — это ты, такая, какая есть».

---

\* Джастин Бибер (р. 1994) — канадский музыкант-самородок, поп-R&B-певец, музыкант, автор песен и актер. Завоевал популярность с помощью канала на YouTube, не пользуясь услугами менеджеров и лейблов. Бибер стал первым человеком с момента существования сервиса, чье видео получило два миллиарда просмотров.

\*\* Гилберт Э. Есть, молиться, любить. Один год из жизни женщины в путешествии по Италии, Индии и Индонезии в поисках всего. М.: Рипол Классик, 2017.

Я стал задумываться над тем, как мы воспитываем детей, и в этой сфере также обнаружил признаки смены парадигмы. Первые книги для герлскаутов проповедовали этику самопожертвования и скромности. Главное препятствие к счастью, утверждалось в них, — это чрезмерное желание заставить других думать о тебе.

К 1980 году, как отметил социолог Джеймс Дэвисон Хантер, тон сильно изменился. Так, книга для старших герлскаутов *You Make the Difference* («Все зависит от тебя») призывала девушек обращать *больше* внимания на себя: «Как научиться лучше прислушиваться *к себе*? Что *ты* чувствуешь? <...> Каждое занятие в скаутской программе способно помочь тебе лучше понять себя. <...> Поставь себя на первый план в своих мыслях — и увидишь, как чувствуешь, думаешь и действуешь именно ты»<sup>6</sup>.

Перемены затронули даже речи церковных проповедников. Джоэл Остин из Техаса, один из самых популярных телепроповедников наших дней, в книге «Стать еще лучше: 7 ключей к улучшению вашей жизни»<sup>\*</sup> пишет: «Бог не создавал вас заурядной личностью. Вы были сотворены уникальным и неповторимым. Вы обладаете всем, что нужно, чтобы осуществить Богом предназначенную судьбу. <...> Пора сказать себе: „Меня выбрали, меня отличили, мне предназначено побеждать в жизни“».

## Смиренный путь

Работая над этой книгой, я не раз возвращался мыслями к тому выпуску передачи *Command Performance*. Меня не оставляли воспоминания о смирении, которое я слышал

---

<sup>\*</sup> Остин Дж. *Стать еще лучше: 7 ключей к улучшению вашей жизни*. М.: Христианская миссия, 2011.

в голосах участников передачи. Скромность этих людей была привлекательной. В обществе скромного человека мы наслаждаемся умиротворением, а рядом с тем, кто занят саморекламой, нам неприятно, и мы с радостью его покидаем. Смирение — это свобода от потребности постоянно доказывать свое превосходство; эгоцентризм — всепожирающий голод, бушующий в крошечном пространстве, он заиклен на себе, не терпит соперников и требует признания. Смирение пронизано прекрасными эмоциями, такими как восхищение, признательность, благодарность. «Благодарность, — говорил архиепископ Кентерберийский Майкл Рамсей, — это почва, на которой тяжело прорасти гордыне»<sup>7</sup>.

Подобное смирение привлекательно и с интеллектуальной точки зрения. Как пишет психолог Дэниел Канеман, мы наделены «практически неисчерпаемой способностью игнорировать собственное невежество»<sup>8</sup>. Смирение — это осознание, что вы многого не знаете, а из того, что, как вам кажется, знаете, многое неверно или искажено.

Смирение ведет к мудрости. Монтень писал: «Чужое знание может нас кое-чему научить, но мудр бываешь лишь собственной мудростью». Причина в том, что мудрость — это не запас информации. Это нравственная способность узнавать непознанное и понимать, как справиться со своим невежеством, неуверенностью и несовершенством.

Мы считаем мудрыми тех, кто преодолел предубеждения и склонность к самоуверенности, присущие нашей природе. В общем смысле слова интеллектуальное смирение — это способность смотреть на себя объективно, со стороны. Это взросление, когда человек перестает воспринимать себя крупным планом и заполнять собой все пространство, что свойственно подросткам, а обращается к общему плану, чтобы иметь возможность видеть сразу свои сильные и слабые

стороны, свои связи, зависимости и роль, которую он играет в общем порядке вещей.

Наконец, в смирении есть и нравственная красота. У каждой эпохи свои средства саморазвития, свои пути к выработке характера и самосовершенствованию. Участники той передачи Command Performance стремились ограничить в себе дурные склонности: гордыню, самолюбование, высокомерие.

Сегодня многие воспринимают свою жизнь через метафору путешествия — путешествия по внешнему миру, подъема по лестнице успеха. Когда нам хочется изменить мир или обрести смысл жизни, мы часто думаем о каком-то внешнем достижении: осуществить проект, который повлияет на все человечество, создать успешную компанию, сделать что-то для общества.

По-настоящему смиренные люди, описывая свою жизнь, тоже прибегают к метафоре пути. Но они используют и другую, которая больше связана с внутренней жизнью, — внутреннего противостояния. Они верят, что каждый из нас внутренне разделен, щедро одарен и вместе с тем глубоко несовершенен, что у каждого есть и таланты, и слабости. И если мы склонны поддаваться соблазнам и не боремся со слабостями в себе, то постепенно разрушаем нечто основополагающее в своей личности. Мы не будем так совершенны, как хотели бы. Нас ждет крах в чем-то значимом.

Для таких людей внешний сюжет, подъем по лестнице успеха, тоже бывает важен, но центральная драма в их жизни — это внутренняя борьба с собственными слабостями. Как писал в 1943 году известный проповедник Гарри Эмерсон Фосдик\* в книге *On Being a Real Person* («О том, как быть

---

\* Гарри Эмерсон Фосдик (1878–1969) — американский протестант, пастор, один из наиболее влиятельных церковных деятелей первой половины XX века. Принадлежит к числу главных популяризаторов теологического либерализма.

подлинной личностью»), «начало достойной жизни — в противостоянии самому себе»<sup>9</sup>.

По-настоящему смиренные люди прилагают огромные усилия, чтобы развить в себе лучшее и преодолеть худшее, превратить свои слабые стороны в сильные. Прежде всего они остро сознают недостатки собственной природы. Наша основная проблема в том, что мы сосредоточены на самих себе, и эта тенденция прекрасно выражена в знаменитой речи писателя Дэвида Фостера Уоллеса в Кеньон-колледже в 2005 году.

Все в моем личном опыте подтверждает глубокое убеждение, что я абсолютный центр вселенной; самый настоящий, самый яркий и важный человек в мире. Мы редко задумываемся о такой естественной, простой сосредоточенности на себе, потому что она встречает общественное порицание. Но практически все мы ее испытываем. Это наше значение по умолчанию, зашитое с рождения в наши системные платы. Задумайтесь: у вас не было ни единого переживания, в котором вы бы не занимали центральное место. Мир, каким вы его воспринимаете, находится перед ВАМИ или позади ВАС, слева или справа от ВАС, на ВАШЕМ телевизоре или ВАШЕМ мониторе. И так далее. Мысли и чувства других людей должны как-то до вас доходить, но ваши собственные куда более близки, непосредственны и реальны.

У этой заикленности на себе есть несколько неприятных последствий. Это эгоизм, то есть желание пользоваться другими ради своих целей. Это гордыня — стремление к превосходству над другими. Это способность игнорировать и оправдывать собственные недостатки и преувеличивать

свои достоинства. На протяжении жизни большинство из нас все время сравнивает себя с другими, и это сравнение постоянно оказывается в нашу пользу: мы считаем, что несколько более добродетельны, несколько более разумны, несколько более изящны. Мы все время ищем признания и болезненно чувствительны к любой обиде или оскорблению того представления о себе, которое, как нам кажется, заслужили.

Некий каприз нашей природы побуждает нас ставить малое выше большого. Мы ценим множество вещей, к которым стремимся: дружбу, семью, популярность, родину, деньги и так далее. И у каждого из нас есть представление, что одни ценности важнее других. Мы все знаем, что любовь к детям или родителям должна стоять выше любви к деньгам, что любовь к истине должна стоять выше любви к популярности. Даже в наше время, когда приемлемы самые разные позиции, нравственная иерархия чувств, как правило, остается той же.

Однако зачастую мы расставляем ценности не в том порядке. Если друг поделился с вами тайной, а вы ее пересказываете на вечеринке как пикантную сплетню, значит, вы ставите популярность выше дружбы. Если на совещании вы говорите больше, чем слушаете, возможно, выделиться для вас важнее, чем узнать что-то новое или поддержать команду. Мы все время так поступаем.

Тех, кто сдержанно относится к своей природе, можно назвать нравственными реалистами. Нравственные реалисты осознают, что все мы сделаны из «кривой тесины», по знаменитому высказыванию Иммануила Канта: «Из столь кривой тесины, как та, из которой сделан человек, нельзя сделать ничего прямого». Люди, придерживающиеся позиции «кривой тесины», остро осознают свои недостатки и верят, что характер вырабатывается в борьбе с собственными



слабостями. Как писал поэт Томас Мертон\*: «Душа подобна спортсмену, которому нужен достойный соперник, чтобы испытать свои силы, напрячься и заставить себя проявить все, на что он способен»<sup>10</sup>.

Свидетельства такой внутренней борьбы можно найти в дневниках этих людей. Они исполнены радости в дни, когда одерживают пусть даже малую победу над эгоизмом и жестокосердием, и огорчены, когда подвели себя, когда из-за лени или усталости уклонились от достойного дела или не выслушали человека, которому требовалось внимание. Жизнь чаще представляется им своего рода миссией. Как отметил английский писатель Генри Фэрли, «если мы признаем, что склонность к греху есть часть нашей природы и что мы никогда не искореним ее полностью, то у нас в жизни появится хотя бы одно дело, которое не покажется в конце концов бессмысленным и абсурдным».

У меня есть друг, каждый вечер перед сном размышляющий о совершенных за день ошибках. Главный его недостаток, из которого проистекают многие другие, — это холодность. Он очень занятой человек, многие требуют его внимания. Иногда он не может уделить время тем, кто обращается к нему за советом или помощью. Иногда больше заботится о том, чтобы произвести хорошее впечатление, чем о том, чтобы внимательно выслушать других. Возможно, на совещании он больше думал о том, как эффектнее выступить, чем обращал внимание на чужие выступления, а может, чрезмерно кому-то польстил.

Каждый вечер он перебирает свои ошибки, ведет учет дурным поступкам, которые совершает снова и снова, и думает над тем, как их избежать. Завтра он будет смотреть на

---

\* Томас Мертон (1915–1968) — американский поэт, богослов, публицист, общественный деятель, проповедник дзен-католицизма.

людей иначе, уделять им больше внимания. Он поставит отзывчивость выше престижа, важное — выше неважного. У каждого из нас есть нравственный долг быть с каждым днем чуть более нравственным, и он будет бороться за то, чтобы день ото дня делать хотя бы шаг по этому пути, самому значимому из всех.

Люди, которые живут с такими убеждениями, верят, что характер не заложен неизменным от рождения. Его нужно вырабатывать, творчески развивать, прикладывая к этому усилия. Если не вести этой битвы, невозможно стать настолько хорошим, насколько хочешь. Не имея прочной нравственной основы, не достигнуть надежного внешнего успеха. Человека, лишённого внутренней целостности, рано или поздно настигает личный Уотергейт: крах, предательство. Первый Адам в конечном счете зависим от второго Адама.

Я несколько раз употребил слово «борьба». Но было бы ошибкой думать, что моральная борьба против внутренних слабостей — это схватка того же рода, что и война или боксерский поединок, то есть столкновение сил, жестокость и агрессия. Нравственным реалистам приходится совершать трудные поступки, например отстаивать собственную позицию перед лицом общественного неодобрения или сурово ограничивать свои порывы. Но характер закаляют не только трудности и жесткие меры — его также помогают вырабатывать любовь и радость. Когда близко дружите с хорошим человеком, вы перенимаете его лучшие черты. Если сильно любите человека, то испытываете желание заботиться о нем и хотите заслужить его расположение. Наслаждаясь произведениями искусства, вы расширяете свой эмоциональный репертуар. Если преданы делу, то подчиняете свои желания высшей цели и направляете все силы на ее достижение.

Более того, борьба со своими слабостями никогда не ведется в одиночку. Никто не способен лишь своими силами

достичь умения владеть собой. Воли, разума, сочувствия и характера одного человека недостаточно, чтобы постоянно преодолевать эгоизм, гордыню, жадность и самообман. Каждому из нас нужна искупительная помощь извне — помощь семьи, друзей, правил, традиций, институтов, примеров для подражания, а верующим — помощь Бога. Каждый из нас нуждается в людях, которые подскажут, когда мы неправы, посоветуют, как поступить верно, поддержат, ободрят, помогут и вдохновят на пути.

Это довольно демократичный взгляд на жизнь. Неважно, ворочаете вы миллионами на Уолл-стрит или раздаете лекарства неимущим в благотворительной организации. Неважно, насколько ваш доход выше или ниже среднего. Герои и негодяи есть в любом мире. Важно одно: готовы ли вы вступить в нравственную борьбу с самим собой. Более того: готовы ли вступить в нее с радостью и состраданием к себе. Фэрли пишет: «Если мы осознаем, что грешны, понимаем, что ведем внутреннюю войну, то можем вступить в нее как воины, с отвагой, пылом и даже с радостью»<sup>11</sup>. Первый Адам достигает успеха, одерживая победы над другими. Второй Адам вырабатывает характер, одерживая победы над собой.

## Парабола

Герои этой книги жили по-разному, каждый из них воплощает свой путь к сильному характеру. Но один мотив в их историях повторяется: перед тем как подняться наверх, нужно спуститься вниз. Лишь из долины смирения открывается путь к вершинам личности.

На этом пути их часто поджидали моменты морального кризиса, противостояния и восстановления. В решающий

момент им открывалось новое понимание собственной природы. Иллюзия власти над собой рассыпалась в прах. Им требовалось обрести в самосознании скромность, чтобы получить надежду воспрянуть ввысь преображенными, — подобно тому как Алисе пришлось уменьшиться, чтобы попасть в Страну чудес. Говоря словами Кьеркегора, «только тот, кто спускается в подземный мир, спасает возлюбленную».

И тогда происходит нечто прекрасное. Усмирив свое «я», наши герои получают возможность ясно увидеть мир, понять других и принять то, что те предлагают.

Усмирив себя, они впускают в свою жизнь благодать. Оказывается, что им помогают те, от кого они не ждали помощи; что другие их понимают и заботятся о них так, как они раньше и не предполагали; что их любят так, как они того не заслуживали. Они не мечутся в отчаянии, потому что их поддерживают спасительные руки.

И в скором времени те, кто спустился в долину смирения, возносятся на вершину радости и преданности делу. Они отдаются работе, находят новых друзей, обретают новую любовь. Они с изумлением осознают, насколько изменились. Они оборачиваются и видят, какой огромный путь проделали. Этот жизненный опыт не просто исцеляет раны, а трансформирует их. Они находят свое призвание и все свои силы отдают великой цели, трудному делу, которое придает жизни смысл.

Каждый шаг на этом пути оставляет след в душе. Этот опыт меняет внутреннюю сущность, делает ее более целостной, твердой, весомой. Самоуважение не то же самое, что уверенность в себе или высокая самооценка. Человек начинает уважать себя не за коэффициент интеллекта, умственные или физические способности, которые помогают поступить в престижный университет. Самоуважение не

измеряется количественно. Оно появляется не от того, что вы в чем-то превосходите других, а потому, что превосходите самого себя, преодолеваете испытания, не поддаетесь соблазнам. Самоуважение питается внутренними, а не внешними победами. Его может заслужить только тот, кто поборол внутренний соблазн, встретил лицом к лицу свои слабости и осознал: «Что ж, если случится худшее, я выдержу. Я смогу это преодолеть».

У каждого в жизни есть решающие моменты, поворотные события, когда на карту поставлено все. Но тот же процесс может происходить и постепенно, едва заметно. Возможность распознать мелкие недостатки, предложить поддержку ближнему, попытаться исправить ошибки есть каждый день. Характер вырабатывается и в кризисе, и в повседневности.

Передача Command Performance отражала не просто эстетику или стиль поведения. Чем глубже я изучал тот период, тем больше понимал, что заглядываю в совершенно другой с точки зрения нравственности мир. Я стал замечать иной подход к человеческой натуре, иные жизненные ценности, иные представления об осмысленной, духовно богатой жизни. Не знаю, много ли людей в то время строго следовали подобному моральному кодексу, — я безмерно восхищаюсь теми, кто следовал.

Мы нечаянно оставили эту нравственную традицию в прошлом. За последние десятилетия мы утратили ее лексикон, ее образ жизни. Мы не стали хуже, но лишились ясности нравственных понятий. Мы не стали эгоистичнее или корыстнее наших предшественников, но потеряли их понимание, как вырабатывать характер. Нравственная традиция «кривой тесины», основанная на осознании греха и противостоянии ему, была тем наследием, которое передавалось из поколения в поколение. Она помогала понять,

как воспитывать в себе достоинства «для некролога», как развивать ту сторону натуры, которая связана со вторым Адамом. Лишившись этой традиции, современная культура стала в определенной мере поверхностной, особенно в нравственной сфере.

Главное заблуждение современной жизни — уверенность, что достижения первого Адама способны принести глубокое удовлетворение. Это не так. Желания первого Адама безграничны и всегда опережают любое достижение. Лишь второму Адаму доступно глубокое удовлетворение. Первый Адам стремится к счастью, но второй Адам знает, что счастья недостаточно. Величайшие радости — это радости нравственные. На следующих страницах я предлагаю несколько примеров подобной жизни. Мы не можем и не должны стремиться к возвращению в прошлое. Но нам доступна возможность заново открыть эту нравственную традицию, усвоить лексикон характера и внедрить его в свою жизнь.

Не существует формулы или универсальной программы из семи пунктов, следуя которой можно развить в себе второго Адама. Но можно изучить биографии выдающихся людей и попытаться постичь мудрость их образа жизни. Надеюсь, что следующие главы преподнесут вам важные уроки — пусть даже не те, что представляются важными мне. Надеюсь, закончив читать эту книгу, вы почувствуете, что стали немного другим человеком — чуть лучше, чем прежде.