

Николай Зайцев

НЕ ТОМУ МИРУ –
НЕ ТЕ МЫ?

Николай Зайцев

Не тому миру – не те мы?

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73517143

ISBN 9785006947702

Аннотация

Эта книга – карта местности для тех, кто потерял себя в новом мире. Без готовых рецептов, но с правом задавать вопросы. Опираясь на мировые исследования и личный опыт, автор ищет ответ на главный вопрос XXI века: как остаться человеком, когда вокруг – цифра, хаос и одиночество?

Не тому миру – не те мы?

Николай Зайцев

© Николай Зайцев, 2026

ISBN 978-5-0069-4770-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Не тому миру – не те мы?

Эпиграф

Будьте людьми. Это единственное, что действительно имеет значение.

Аннотация

Последние пять лет стали временем тектонических сдвигов. Пандемия, экономическая турбулентность, технологическая революция, информационный хаос – мир изменился до неузнаваемости. Многие из нас оказались на обочине, потеряли привычные опоры, чувствуют себя чужими в новой реальности.

Эта книга – честный разговор о том, что происходит с обществом и с каждым из нас. Опираясь на свежие мировые исследования, автор размышляет о том, какими мы стали, почему растёт тревога и одиночество, исчезают профессии и истончаются связи между людьми. Но главное – о том, как

в этом новом, не всегда дружелюбном мире остаться человеком: сохранить способность любить, дружить, радоваться малому, помогать друг другу и находить опору внутри себя.

Книга не даёт готовых рецептов, но предлагает карту местности и право задавать вопросы. Она для тех, кто хочет не просто выжить, а жить – осмысленно, тепло, по-человечески.

Благодарности

Этой книги не случилось бы без людей, которые были и остаются моими главными опорами.

Моей маме, Елене Борисовне – спасибо за то, как ты меня воспитала. За твою веру, терпение и мудрость. Ты дала мне корни, из которых выросло всё, что я умею и чем могу делиться.

Моей супруге Ирине – за твою преданность, любовь и невероятную силу. Ты была рядом, когда я сомневался, уставал и тонул в вопросах. Без тебя я бы не справился. Спасибо, что ты есть.

Моей дочке Нике – за ту радость, которую ты приносишь в каждый день. Твой смех и твои вопросы напоминают мне, зачем всё это.

Моей дочке Софии – ты ещё совсем маленькая, но уже такая мудрая. Спасибо, что ты есть, за твои объятия и за то, как ты смотришь на мир.

Моей тёще, Надежде Ивановне – за твой сбалансированный ум, за поддержку и за то, что ты всегда умеешь най-

ти правильные слова. Твоё присутствие делает нашу семью крепче.

И всем, кто прошёл со мной этот путь – читателям, собеседникам, попутчикам. Эта книга родилась из наших общих вопросов. Надеюсь, она поможет найти хотя бы часть ответов.

Введение

Мы живём в эпоху, которую историки, возможно, назовут «Великой перестройкой мира». Последние пять лет пролетели как один миг, но вместили в себя больше перемен, чем иные десятилетия. Пандемия, экономические штормы, технологическая революция, геополитические сдвиги – всё это обрушилось на нас с такой скоростью, что у многих zakружилась голова.

Но главное даже не в самих переменах. Главное в том, что многие из нас оказались в странном положении: физически мы выжили, приспособились, научились работать из дома, считать деньги и игнорировать плохие новости. Но внутри... Внутри остался вопрос: а где в этом новом мире я? Куда исчезло то чувство, когда утром просыпаешься и знаешь, зачем встаёшь? Где то тепло, когда мир вокруг кажется если не дружественным, то хотя бы нейтральным, а каждое твоё действие – естественным продолжением тебя самого?

Я написал эту книгу не потому, что у меня есть готовые ответы на все вопросы. У меня их нет. Но я, как и вы, прошёл через эти годы – с их тревогами, потерями, непонима-

нием и редкими минутами ясности. Я наблюдал за собой, за людьми вокруг, за обществом в целом. Я читал умные книги, слушал экспертов, пробовал разные стратегии – от отрицания до принятия. И постепенно у меня сложилась картина того, что происходит и, главное, как с этим быть.

Эта книга не про политику. Она про нас – обычных людей, которые хотят жить достойно, растить детей, находить радость в каждом дне и не сойти с ума от неопределённости. Она про то, как не просто выжить в новом мире, но и найти в нём своё место, свой смысл, свою опору. Про то, как заново научиться чувствовать мир – не как враждебную среду, а как пространство, где ты можешь проявить всё, что в тебя заложено.

Мы пройдем долгий путь – от диагноза к действию, от вопросов к поиску, от страха к принятию. И в конце, надеюсь, каждый найдёт что-то своё.

Добро пожаловать в путешествие. Начнём.

Глава 1. Технологический скачок или где в этом новом мире человек?

Последние пять лет нам постоянно говорят: мир ускорился, технологии шагнули вперёд, будущее уже наступило. Мы читаем новости о том, как искусственный интеллект пишет книги, нейросети рисуют картины, а роботы собирают автомобили. Нам обещают, что скоро всё станет удобно, быстро, гладко. Мир превратится в умный, отлаженный механизм, где каждому будет хорошо.

Но если остановиться и оглядеться вокруг – не в экране смартфона, а по сторонам, – часто видишь совсем другую картину.

Курьеры, которые разносят нам еду из приложений, месят ногами грязь на дорогах, которые никто не чистит. Пешеходы в темноте переходят улицу там, где фонарь не горел ещё с прошлого века. Люди едут на работу в переполненных автобусах по колдобинам, а их зарплата приходит в виде цифр на экране, но этих цифр едва хватает до следующей полочки.

И возникает странное чувство раздвоения. С одной стороны – цифровой мир, где всё должно быть удобно, быстро и технологично. С другой – физическая реальность, где ничего не меняется годами, а если и меняется, то часто в худшую сторону.

Две скорости реальности

В одном мире человек просыпается утром, открывает приложение на телефоне и заказывает кофе с доставкой. Его будильник синхронизирован с умным домом, шторы раздвигаются сами, а искусственный интеллект уже составил план дня, проанализировав его календарь и биоритмы.

В другом мире человек просыпается затемно, потому что через час начинается смена, а ехать до работы полтора часа на перекладных. Вода в кране есть, но горячую нужно греть. Завтрак – вчерашний суп, разогретый на газовой плите, потому что микроволновка сломалась год назад, а новую не купить – зарплата ушла на долги.

Эти два мира существуют параллельно, почти не пересекаясь. Они дышат одним воздухом, но живут в разных измерениях.

Технологии, которые стали роскошью

Нам говорят: «Технологии доступны всем!» Но что значит «доступны»?

Доступны – значит, ты можешь купить смартфон последней модели, чтобы пользоваться новыми приложениями. Доступны – значит, у тебя есть быстрый интернет, чтобы смотреть видеоуроки. Доступны – значит, ты можешь позволить себе курсы, которые научат тебя работать с нейросетями.

А если зарплата – 30 тысяч, из которых 15 уходит на коммуналку и еду? Если после работы ты падаешь без ног, а в выходные пытаешься подработать, потому что иначе не свести концы с концами? Какой там ChatGPT, какие курсы, какое «освоение новых технологий»?

Я знаю людей, которые до сих пор пользуются кнопочными телефонами. Не потому, что они ретрограды. А потому, что смартфон – это лишние 5—10 тысяч, которых просто нет. И даже если есть, они нужны на другое: на сапоги ребёнку, на лекарства матери, на ремонт старой машины, которая не заводится по утрам.

Для таких людей технологии – не подарок, а насмешка. Им говорят: «Скачай приложение, получи скидку». А у них приложение не влезает в память телефона. Им говорят: «Оформи онлайн-заявку, будет быстрее». А у них интернет

ловит только на улице, и то не всегда.

Знание, до которого не дотянуться

Но даже если телефон есть, даже если интернет проведён – остаётся барьер знаний.

Чтобы пользоваться современными технологиями, нужно постоянно учиться. Интерфейсы меняются, появляются новые сервисы, старые приложения требуют обновлений, в которых ничего не понятно. Для человека, который привык работать руками, а не головой, это отдельный стресс.

Я видел, как пожилая женщина стояла в очереди в поликлинику два часа, потому что не могла записаться через терминал. Кто-то из молодых помог ей нажать нужные кнопки, но в следующий раз она снова придёт живой очередью – потому что проще простоять, чем мучиться с непонятной машиной.

А если ты работаешь по 12 часов шесть дней в неделю? Если твоя работа – физическая, и после смены единственное желание – поползти до кровати? Когда учиться? Когда разбираться? Когда повышать свою цифровую грамотность?

У человека, который выживает, нет ресурса на развитие. У него есть ресурс только на то, чтобы дожить до зарплаты.

Удачное место

И здесь мы подходим к самому главному разлому. Есть те, кто оказался в «удачном месте». У кого работа позволяет и заработать, и учиться, и развиваться. Кто востребован в этом новом мире, чьи навыки совпали с запросом времени.

А есть все остальные. Те, кто работает там, где платят хоть что-то. Кто меняет профессии, потому что старые умирают, а новые требуют времени и денег, которых нет. Кто крутится как белка в колесе, чтобы просто не выпасть.

И вот эти двое смотрят друг на друга и не понимают.

Первый говорит: «Возможности есть, просто надо захотеть и вкалывать». Второй молчит, потому что если он начнёт говорить, то скажет: «Я вкалываю больше тебя, но моя работа ничего не стоит в твоём мире».

Чьи это часы?

Есть такой образ: представьте, что у каждого из нас есть внутренние часы, которые тикают с разной скоростью. У кого-то они синхронизированы с технологическим прогрессом, и такой человек живёт в ритме обновлений, стартапов, новых возможностей. У кого-то часы идут по-старому – медленно, но надёжно, как ходили у его родителей и бабушек.

И вот эти двое встречаются. Один говорит: «Смотри, как всё изменилось, как стало удобно!» А второй оглядывается вокруг и не видит этих изменений в своей жизни. Он видит только, что привычный мир рушится, а новый – не наступает. Или наступает где-то там, у других.

Кому же удобен этот новый мир? Тем, у кого есть доступ к ресурсам: деньгам, образованию, времени. Тем, кто попал в «удачное место». А для остальных он становится ещё одним напоминанием о том, что они на обочине.

Нужны ли мы все в этом новом мире?

Самый страшный вопрос, который рождается из этого разрыва: а нужны ли мы все в этом новом мире?

Когда технологии развиваются так быстро, когда искусственный интеллект уже справляется с задачами, которые раньше требовали человеческого участия, когда границы между реальным и цифровым стираются – не окажется ли, что многие из нас просто лишние?

Не в смысле «их хотят уничтожить». А в смысле – их присутствие перестанет что-то значить. Они будут не нужны для производства, не нужны для принятия решений, не нужны даже как потребители, потому что потреблять смогут только те, у кого есть доступ к ресурсам нового мира.

Это пугающая мысль. Но если мы честны с собой, мы должны её рассмотреть.

Что остаётся человеком?

И всё же, когда я смотрю на этот контраст – между цифровым обещанием и физической реальностью, – я замечаю одну важную деталь.

В той самой темноте у перехода, где не горит фонарь, люди всё равно как-то переходят дорогу. Они подсвечивают телефонами, берут друг друга за руки, перекликаются. На нечищенных дорогах курьеры всё равно доставляют еду – потому что кому-то эта еда нужна, а кто-то на этой работе зарабатывает на жизнь.

В очереди в поликлинике, где терминал не работает, люди разговаривают. Делятся рецептами, жалуются на погоду, об-

суждают новости. Там, где технологии бессильны, человеческое никуда не исчезает. Оно просто проявляется в других местах.

И может быть, главный вызов нашего времени не в том, чтобы догнать технологии. А в том, чтобы, несмотря на них, сохранить в себе человека. И построить мир, где для каждого найдётся место – независимо от того, с какой скоростью тикают его внутренние часы и на каком телефоне он читает эту книгу.

Что дальше?

Эта глава не даёт ответов. Она только ставит вопросы. Потому что прежде чем искать решение, нужно правильно сформулировать проблему.

А проблема, как мне кажется, звучит так: как нам построить мост между двумя реальностями – цифровой и физической, быстрой и медленной, для избранных и для всех, – чтобы ни один человек не остался на обочине?

Глава 2. Экономика неопределённости

Размышления о том, на что опереться, когда земля уходит из-под ног

Когда меняется всё вокруг, первым делом начинаешь шарить рукой в поисках опоры. Той самой, привычной, которая всегда была. А её нет. Или она не там, или она шатается, или её просто убрали, пока ты не смотрел.

В этой главе я хочу поразмышлять о самой материальной из опор – о деньгах, работе, стабильности. Точнее, о том, что

от этой стабильности осталось и оставалась ли она вообще когда-нибудь?

Куда ушло «завтра»

Раньше, получив зарплату, можно было выдохнуть и распределить: это за квартиру, это на еду, это на одежду, это отложить. Сегодня распределяешь, а откладывать уже нечего. Или откладываешь, а через неделю понимаешь, что эти запасы съела какая-то непредвиденная трата – у ребёнка сломалась обувь, у машины отвалилось что-то важное, у родителей закончились лекарства.

И начинаешь думать: а правильно ли я вообще считаю? Может, я что-то делаю не так? Может, надо больше работать? Или меньше тратить? Или по-другому вкладывать?

Но когда оглядываешься вокруг, видишь, что многие живут так же. В режиме постоянного латания дыр. И дело не в том, что они плохо планируют, а в том, что сама ткань реальности стала слишком тонкой – чуть потянешь, и рвётся.

Два полюса и размытая середина

Есть такое наблюдение: рынок труда всё больше напоминает песочные часы. Сверху – узкое горлышко, где крутятся те, чьи навыки совпали с запросом времени. Там другие зарплаты, другие возможности, другие горизонты. Снизу – широкое основание, где люди работают за выживание. Курьеры, продавцы, охранники, уборщицы, водители. Их работа нужна, без неё никуда, но платят за неё ровно столько, чтобы человек мог выйти на следующую смену.

А середина – та самая, где раньше был «средний класс», – размывается. Инженеры, учителя, врачи, работники культуры. Они вроде есть, но их место в этой конструкции становится всё менее определённым. Одни уходят наверх, другие падают вниз, третьи висят в подвешенном состоянии.

И вот вопрос, который я часто себе задаю: что чувствует человек, который оказался не на своём полюсе? Который вынужден работать за копейки, имея за плечами высшее образование и огромный опыт? Или который прорвался наверх, но с ужасом смотрит на тех, кто остался внизу, потому что понимает: это мог быть я?

Мы не ищем здесь ответа. Просто думаем об этом.

Кредитная спираль

Наверное, каждый хоть раз в жизни брал в долг. У друзей, в банке, в микрозайме. Когда не хватает до зарплаты, когда случается что-то непредвиденное, когда просто хочется жить, а не выживать.

Но есть разница между разовым займом и жизнью в кредит. Когда ты берёшь, чтобы отдать, и снова берёшь, потому что отдал слишком много. Эта спираль затягивает незаметно.

Я знаю людей, которые отдают банкам половину зарплаты. Они не могут уволиться с нелюбимой работы, не могут сказать «нет» начальнику, не могут позволить себе заболеть. Кредит стал не инструментом, а клеткой.

И самое горькое: они брали эти деньги не на роскошь.

На обычную жизнь, которая без кредита уже не складывается. На детскую одежду. На лечение. На ремонт старой машины, без которой не добраться до работы.

Кто виноват? Банки, которые дают? Государство, которое не регулирует? Они сами, что не рассчитали силы? Наверное, каждый по-своему прав, и каждый по-своему нет. Мы не судьи. Мы просто смотрим на эту спираль и думаем: как из неё выбраться? И можно ли вообще?

Стратегии, которые мы выбираем

В этой новой реальности люди приспосабливаются по-разному.

Кто-то уезжает. В другой город, в другую страну, в другую жизнь. Ищет место, где его навыки снова станут нужны.

Кто-то осваивает новое. Бесплатные курсы, YouTube, книги – всё идёт в ход. Учится программировать в пятьдесят, рисовать в шестьдесят, писать тексты в сорок.

Кто-то открывает своё дело. Печёт торты, стрижёт собак, ремонтирует телефоны, вяжет носки на заказ. Маленькое, своё, которое не уволит и не обманет.

Кто-то уходит в тень. Работает без оформления, получает наличные, не платит налоги. Потому что иначе не выжить.

Все эти стратегии имеют право на существование. И у каждой есть своя цена. Усталость. Неуверенность. Страх. Одиночество.

Мы не говорим, что правильно, а что нет. Мы просто видим, как по-разному люди пытаются удержаться на плаву.

Так на что же опереться?

И вот главный вопрос, который возникает после всех этих размышлений: если привычные опоры рушатся, если стабильность оказалась миражом, если деньги текут сквозь пальцы, а завтрашний день непредсказуем – на что тогда опираться?

Может быть, на то, что внутри? На свои руки, голову, опыт, способность учиться и адаптироваться? Может быть, на тех, кто рядом? На семью, друзей, сообщество – пусть маленькое, но своё? Может быть, на понимание, что мы не одни в этой неопределённости, что так живут многие, и в этом есть какая-то странная, горькая, но всё же общность?

Я не знаю ответа. Честно. Я только думаю об этом. И приглашаю вас подумать вместе.

Глава 3. Социальные сдвиги

О том, какими мы стали, куда исчезает человечность и можно ли её удержать

Есть вещи, которые не измеришь опросами. Но опросы помогают увидеть то, что мы чувствуем кожей, но боимся назвать. Последние годы стали временем, когда привычные связи между людьми истончились, как лёд на весенней реке. Вроде ещё можно пройти, но в любой момент – провал.

В этой главе я хочу медленно, внимательно, без спешки посмотреть на то, что происходит с нами, с обществом, с тканью человеческих отношений. Я буду опираться на цифры, потому что они дисциплинируют мысль. Но главное здесь –

не цифры, а то, что стоит за ними: наши страхи, наши надежды, наши молчаливые выборы.

Часть 1. Что показывают цифры

Начну с того, что меня поразило.

Всемирный опрос Edelman Trust Barometer 2024 охватил 28 стран и задал простой вопрос: кому вы доверяете? Ответы разделили мир на две части. Своим – близким, семье, коллегам – доверяют больше 70%. Незнакомцам, людям за пределами круга – меньше 30%. Это не просто цифры. Это карта нового мира, где мы живём в крепостях, а между крепостями – ничейная земля.

В России, по данным ВЦИОМ (2024), уровень межличностного доверия упал до 24% – исторический минимум. Но похожие цифры я вижу и в других странах. В США, по данным Pew Research, только 32% считают, что большинству людей можно верить. В Великобритании – 29%. Мир становится осторожным. Мир становится закрытым.

Исследование Signa 2023 добавило ещё один штрих. Одиночество – не проблема пожилых, как думали раньше. Самый высокий уровень одиночества – у молодёжи 18—24 лет. 79% из них чувствуют себя одинокими. Они живут в самом связанном мире за всю историю, у них тысячи друзей в соцсетях, они никогда не знали жизни без интернета – и они одиноки. Что-то пошло не так.

Психологи объясняют: качество связей упало. Мы научились переписываться, но разучились говорить. Мы ставим

лайки, но не чувствуем тепла. Мы знаем, что у подруги новая причёска, но не знаем, о чём она плачет по ночам. Связи стали шире, но мельче. Как лужа после дождя – вроде много воды, но ноги не намочишь.

Часть 2. Дружба, которая тает

Оксфордский университет в 2022 году провёл масштабное исследование социальных связей в 122 странах. Вывод: за последние 30 лет количество близких друзей сократилось вдвое. В 1990-м средний человек называл 3—5 человек, с кем можно поделиться самым сокровенным. Сегодня – 1—2. А каждый четвёртый сказал: у меня вообще нет такого человека.

Задумайтесь. Каждый четвёртый из нас, когда случается беда, остаётся с ней один на один.

Я думаю об этом и вспоминаю свои студенческие годы. Тогда дружба была чем-то само собой разумеющимся. Мы могли прийти к другу в три часа ночи просто потому, что грустно. Мы занимали деньги, не спрашивая когда отдашь. Мы знали родителей друг друга, младших братьев, кошек и собак. Сейчас это кажется почти экзотикой.

Немецкое социологическое исследование (2023) подтверждает: молодые люди 20—30 лет заводят близких друзей в два раза реже, чем их родители в том же возрасте. Они не против дружбы, они просто не успевают. Работа, подработка, развитие, соцсети, сериалы, спортзал – на близость не остаётся времени и сил. А близость требует времени. Её

не ускорись.

Часть 3. Психика под нагрузкой

Всемирная организация здравоохранения в 2022 году сообщила: за первые два года пандемии уровень тревожности и депрессии в мире вырос на 25%. Но дело не только в ковиде. Это наложение нескольких кризисов – экономического, климатического, военно-политического.

Международный опрос Gallup 2023 в 140 странах показал: впервые за 15 лет негативные эмоции преобладают над позитивными во всех регионах. Люди чаще испытывают стресс, грусть, гнев, чем радость и спокойствие.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.