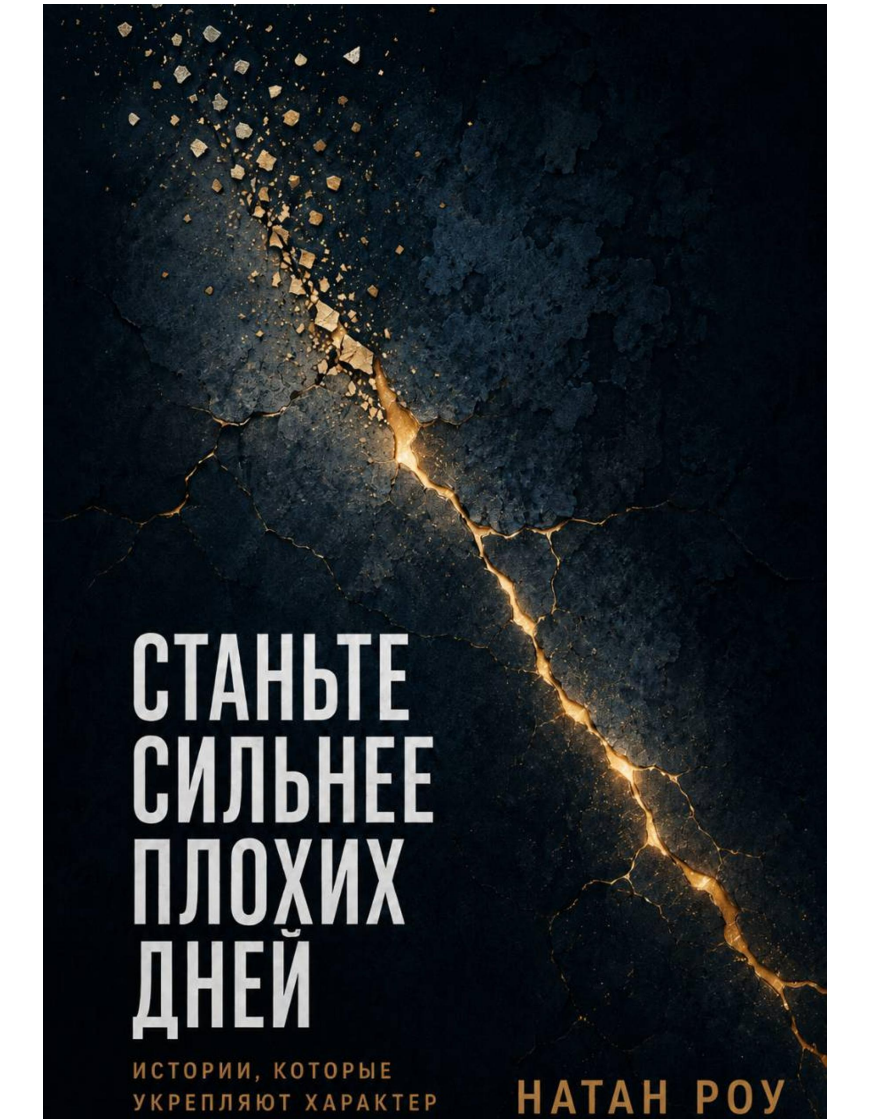


The background of the entire image is a dark, textured surface, possibly representing a cracked rock or a celestial body. A prominent, jagged crack runs diagonally from the upper left towards the lower right, filled with a bright, glowing golden light. Above this crack, numerous small, angular, golden-brown fragments are shown falling or exploding away from the surface, creating a sense of dynamic movement and impact. The overall color palette is dominated by deep blues and blacks, contrasted with the bright gold of the crack and debris.

# СТАНЬТЕ СИЛЬНЕЕ ПЛОХИХ ДНЕЙ

ИСТОРИИ, КОТОРЫЕ  
УКРЕПЛЯЮТ ХАРАКТЕР

НАТАН РОУ

# **Натан Роу**

## **Станьте сильнее плохих дней. Истории, которые укрепляют характер**

*<https://litres.ru/74461334>  
SelfPub; 2026*

### **Аннотация**

Иногда совет забывается через час. А история остаётся на годы. Эта книга собрала короткие рассказы о людях, которые сталкиваются с ошибками, унижением, ответственностью, конфликтами, страхом, потерями и неожиданными проявлениями человечности и каждый раз оставляет читателю маленький моральный выбор. Здесь есть любовь детей, солдатская ответственность, сложные клиенты, похвала, репутация, терпение и способность превращать агрессию в мир. Это не линейный учебник характера: книгу можно читать по одной истории в день, возвращаясь к ней именно тогда, когда всё идёт не по плану. Её задача проста — не сделать жизнь легче, а дать внутренний запас примеров, к которым можно обратиться в плохой день и спросить себя: каким человеком я хочу выйти из этой ситуации?

# **Натан Роу**

## **Станьте сильнее плохих дней. Истории, которые укрепляют характер**

### **Предисловие**

Живя в этом сложном и запутанном обществе, не каждый может бросить всё и уйти от реальности. Когда уйти невозможно, нам остаётся только восстановить душевное равновесие. Когда радость, печаль или грусть настигают вас, если вы сможете спокойно принять всё это и найти точку равновесия на нарушенных весах, жизнь станет проще и счастливее.

«Гарвардские наставления VI — Станьте новым человеком» — это изысканный курс, помогающий обрести новое «я» внутри себя.

В этой книге собрано множество замечательных статей, каждая из которых написана очень плавным и живым языком. Главный редактор книги твердо убеждён, что традиционные нравоучения или примеры, не вызывающие у читателя отклика, не могут быть приняты широкой аудиторией. В глазах молодёжи истории, происходящие в жизни успешных людей, являются наиболее достойными изучения и осмысления; из них легче всего извлечь ценный опыт и уроки. Ста-

тьи, как правило, используют тщательно выстроенную логику и увлекательные философские истории, чтобы раскрыть секреты того, как обрести новую себя. Хотя эта книга и не является автобиографией, в ней содержится множество интересных и ценных мыслей.

Стать совершенно новым человеком — значит поверить в себя. Кто-то сказал: «Уверенность в себе — это арфа в руках музыканта, это тушь, которую мастер китайской живописи бросает на рисовую бумагу.» Уверенный в себе человек, даже находясь под низким карнизом скромного сельского дома, способен высоко поднять голову и увидеть рассвет новой жизни. Однако для человека, лишённого уверенности в себе, даже пребывание в роскошных дворцах в окружении князей и вельмож не избавит его от понурого настроения и постоянной угрюмости.

Давайте сначала посмотрим небольшую историю о том, как обрести уверенность в себе и начать жить по-новому!

Одна певица, впервые выходя на сцену, очень нервничала. При мысли о том, что ей скоро предстоит выйти перед тысячами зрителей, у неё вспотели ладони: «А что, если я на сцене занервничаю и забуду слова?» Чем больше она об этом думала, тем сильнее билось её сердце, и у неё даже возникло желание сбежать со сцены.

И вот в этот момент к ней с улыбкой подошла одна из старших коллег, сунула ей в руку бумажку и тихо сказала: «Здесь написаны слова песни, которую ты будешь петь. Если на сце-

не забудешь слова, просто разверни бумажку и посмотри». Она сжала эту бумажку, как спасительную соломинку, и поспешно вышла на сцену. Возможно, благодаря тому, что этот бумажный сверток лежал у неё в ладони, она почувствовала себя гораздо увереннее. На сцене она выступила очень хорошо, совершенно не растерявшись.

Она с радостью сошла со сцены и поблагодарила старшую коллегу. Та же, улыбаясь, ответила: «Это ты сама победила себя и вернула уверенность в себе. На самом деле я дала тебе чистый листок бумаги, на котором вообще не было написано ни слова текста!» Она развернула листок в ладони — и действительно, на нём ничего не было написано. Она была удивлена: благодаря тому, что держала в руке чистый листок, ей удалось преодолеть трудности и добиться успеха в выступлении.

«Этот листок бумаги, который ты держала, — не просто чистый листок, а твоя уверенность в себе!» — сказала старшая коллега.

Певица поблагодарила старшую коллегу. На дальнейшем жизненном пути именно благодаря своей уверенности в себе она преодолевала одно за другим трудности и добивалась одного успеха за другим.

Раз уверенность в себе так важна, то как же нам её укрепить?

Во-первых, необходимо правильно познать себя. Правильное самопознание — важнейшее условие для того, что-

бы раскрыть в себе нового человека и укрепить уверенность в себе. Только правильно осознав свои достоинства и недостатки, зная, в чём свои сильные стороны, человек может по-настоящему укрепить свою уверенность. Если вы не осознаете свои сильные и слабые стороны, а свои достоинства считаете недостатками или игнорируете их, у вас сформируется следующее психологическое состояние: «Я ничего не умею, во всём уступаю другим». В результате у вас возникнет чувство неполноценности.

Во-вторых, необходимо развивать свои способности во всех аспектах. Высокие способности и качества являются важным условием для того, чтобы человек смог раскрыть себя по-новому и обрести здоровую уверенность в себе. Если у вас нет способностей и качеств, откуда может взяться уверенность в себе? Только развив свои способности и качества, вы сможете с большей уверенностью добиваться успеха в жизни и карьере; чем больше у вас будет шансов на успех, тем сильнее станет ваша уверенность в себе.

В-третьих, идеалы являются прочной основой для того, чтобы раскрыть в себе нового человека и укрепить уверенность в себе. Только поставив перед собой высокие идеалы, человек обретает уверенность в себе, которая становится его духовной опорой, и получает мотивацию для упорной работы и борьбы. Если человек каждый день живет как ходячий труп, не имея в жизни ни определённой цели, ни высоких идеалов, ни стремления к самосовершенствованию,

как у него может появиться уверенность в себе? Только поставив перед собой высокие идеалы, человек будет упорно трудиться и бороться ради их достижения, смело открывать новые горизонты и стремиться к прогрессу, раскрывая в себе совершенно новую личность. Именно это дарит нам уверенность в себе — она является движущей силой, помогающей воплотить наши идеалы в жизнь. Таким образом, идеалы являются основой для раскрытия в себе совершенно новой личности.

Овладев важными методами укрепления уверенности в себе, каждый может создать свою собственную историю успеха.

Успех, которого может достичь человек, будет прямо пропорционален степени его уверенности в себе!

Если вы обнаружили, что застряли на месте, не имеете или испытываете недостаток энтузиазма и уверенности, чтобы смотреть в глаза жизни, то эта книга для вас как нельзя лучше подходит! Если вы устали от посредственной жизни и не хотите прожить остаток своих дней в оцепенении, эта книга также поможет вам избавиться от душевных тревог.

Если эта книга вдохновит вас, поможет вам открыть свой ум и с радостью принимать новые вещи и идеи, то вы обнаружите, что ваше сознание способно принять радикальное переосмысление и перестройку вашего «я», и в результате на смену прежнему вам придет совершенно новый человек!

**Часть первая**

## Солнечные годы

### «Любовь» детей

Воззрения и поведение людей, воспитанных в разных системах образования, зачастую кардинально различаются.

— Джим

Джозеф обсуждал с несколькими друзьями тему «строгих границ между полами», и для детской психики это действительно является своего рода искажением. По сути, в подростковом возрасте дети естественным образом осознают половые различия, и некоторое чувство таинственности по отношению к противоположному полу является нормальным явлением. Однако традиционное воспитание рассматривает секс как грех, полагая, что таким образом можно препятствовать естественному развитию природных склонностей молодых людей.

Ещё в 50–60-е годы XX века многие девочки-старшеклассницы испытывали страх перед половым созреванием и появлением вторичных половых признаков. Ношение корсетов было широко распространённым явлением — полная противоположность сегодняшней моде на увеличение груди, когда повсюду мелькают рекламы средств для увеличения груди.

Это может показаться чем-то очень далёким, но на самом деле это не так. Йозеф рассказал, что его китайская жена как-то призналась ему: когда ей было 18 лет, она все еще испытывала страх перед мужчинами. Однажды она села на

деревянный стул и почувствовала, что сиденье слегка теплое. Она вспомнила, что на этом стуле только что сидел учитель-мужчина. Внезапно ее охватил ужас: она испугалась, что может забеременеть, и как это будет постыдно. Невероятно, что такое могло произойти в большом городе.

Он думал, что традиционный страх перед противоположным полом уже давно остался в прошлом. Но, как оказалось, совсем недавно, когда он был в гостях у своего друга-студента из Японии в Германии, дочь хозяев, катаясь на роликах в комнате, начала капризничать и требовать перевода в другую школу. Причина заключалась в том, что эта девочка, которой было всего 9 лет, училась в немецкой начальной школе, и появление первой девочки с желтой кожей и черными волосами вызвало в классе немалый переполох. Не прошло и семестра, как один немецкий мальчик заявил, что влюбился в неё.

В немецких школах это обычное явление, но в случае с этой японской девочкой она отреагировала не так, как западные девочки, которые обычно испытывают от этого гордость, а проявила сильное возмущение.

А тот немецкий мальчик, не стесняясь, использовал любую возможность, чтобы проявить к ней близость.

Однажды девочка заболела и не пошла в школу, а немецкий мальчик на глазах у всего класса разрыдался, заявив, что без этой японской девочки он не сможет продолжать учебу и хочет вернуться домой.

Учительница ни не отчитала его, ни не помешала ему.

Придя домой, он в слезах сказал матери, что хочет жениться на японской девочке.

Такой нелепый случай в Японии, даже если родители и не считают его поводом для стыда, должен вызвать глубокую озабоченность.

Йозеф спросил родителей японской девочки, как отреагировали родители того немецкого мальчика?

Друг ответил Йозефу: «Мама того мальчика сказала: „Это же прекрасно! Но для свадьбы нужны смокинг, свадебное платье, кольца, а ещё собственный дом и сад — на всё это уйдёт очень много денег. А у тебя сейчас ничего нет, даже игрушки тебе покупает мама. Если ты хочешь жениться на этой милой японской девочке, с этого момента тебе придётся усердно учиться, чтобы в будущем у тебя появилась надежда обрести всё это“».

Мальчик, к удивлению всех, вытер слёзы и с тех пор стал очень усердно учиться.

Рядом сидела дочь его друга, которая всё время нервно пыталась остановить родителей, рассказывающих эту историю. Но история оказалась настолько увлекательной, что родители всё же быстро дочитали её до конца.

Йозеф с большим интересом спросил её, что она думает об этом немецком мальчике.

Она скривила губы и сказала: «Псих!»

Йозеф не особо расстроился и спросил её: «А что насчёт

матери того мальчика? Разве она не очень прогрессивная?»

Она с ещё большим презрением ответила: «Она — ещё большая психичка!»

Различные модели воспитания формируют разные взгляды и модели поведения. Иногда нам стоит задуматься, всегда ли наши взгляды правильны.

## **Научиться трогаться**

Сохранение некоторой несовершенности делает вещи интереснее и даёт ощущение, что у них ещё есть пространство для развития.

— Фернс

С момента основания компания «Мэдисон» процветала. Однако из-за влияния международных террористических актов в этом году её оборот резко упал.

Председатель совета директоров понимает, что винить в этом сотрудников нельзя, ведь все работают на благо компании не хуже, чем в предыдущие годы; можно даже сказать, что, осознавая экономический спад, каждый трудится еще усерднее, чем раньше.

Это ещё больше усугубило бремя председателя совета директоров, ведь скоро наступает Новый год, и по традиции в конце года выплачивается премия в размере как минимум трёхмесячной зарплаты, а в лучшие годы — даже вдвое больше.

В этом году дела обстоят плачевно: как ни считал, в качестве премии можно выплатить максимум одну месячную

зарплату.

«Если об этом узнают сотрудники, избалованные многолетней практикой, то моральный дух в коллективе, боюсь, резко упадет!» — с тревогой сказал председатель правления генеральному директору: «Многие сотрудники рассчитывают на надбавку не менее чем в размере двух месячных зарплат. Боюсь, что они уже забронировали авиабилеты и заказали новую мебель, и теперь ждут только премии, чтобы отправиться в отпуск или оплатить счета!»

Генеральный директор тоже нахмурился: «Это как давать детям конфеты: каждый раз они берут целую горсть, а если вдруг дать им только две, то дети обязательно начнут капризничать».

«Ах да!» — внезапно озарился председатель совета директоров. «Ты напомнил мне о том, как в детстве я ходил в магазин за конфетами и всегда обращался к одному и тому же продавцу. Дело в том, что другие продавцы сначала набирали полную горсть, отправляли её на весы, а потом по одной отбирали лишние. А тот милый продавец каждый раз набирал меньше положенного веса, а потом по одной докладывал недостающее. Честно говоря, в итоге количество конфет практически не отличалось. Но мне нравился именно второй вариант».

Внезапно у председателя совета директоров появилась идея...

Не прошло и двух дней, как в компании внезапно распро-

странился слух... «Из-за плохих показателей в конце года предстоит сокращение персонала, руководство сейчас определяет конкретный план действий».

В мгновение ока все впали в панику. Каждый гадал, не его ли уволят. Рядовые сотрудники думали: «Наверняка начнут с самых низов». Руководители же думали: «У меня самая высокая зарплата, боюсь, что начнут с меня!»

Однако вскоре генеральный директор объявил: «Хотя компания переживает тяжелые времена, мы все находимся в одной лодке, и как бы опасно ни было, я не хочу жертвовать коллегами, с которыми мы вместе переживаем эти трудности. Просто годовую премию выплатить мы ни в коем случае не сможем».

Узнав, что увольнений не будет, все вздохнули с облегчением: все тайно радовались, что им не придётся сворачивать вещи и уходить домой, и это чувство перевесило разочарование от отсутствия годовой премии.

Видя, что Новый год приближается, все приготовились провести его в бедности, отказавшись от роскошных развлечений и дорогих поездок.

Внезапно председатель совета директоров созвал руководителей всех подразделений на экстренное совещание.

Увидев, как руководители спешат наверх, сотрудники переглянулись, и у всех в душе забилося сердце: «Неужели снова изменили решение!»

И действительно, решение изменили!

Через несколько минут руководители один за другим ворвались в свои отделы, восторженно крича: «Есть! Есть! Годовая премия всё-таки будет — целый месячный оклад, выплатят сразу, чтобы все хорошо встретили Новый год!»

По всему зданию компании раздались восторженные крики, и даже председатель правления, сидевший на верхнем этаже, почувствовал, как дрожит пол...

Хотя ситуация осталась прежней, разные подходы приводят к разным результатам. Мысли — это удивительная вещь, и только вам решать, как к ней относиться.

### **Отдельный отпуск**

Поверь мне, Эрос — это второе солнце в природе: куда бы он ни светил, там сразу же расцветает весна.

— Чепмен

Тем летом, когда Кама было 15 лет, её родители решили отправиться в отпуск по отдельности. С точки зрения Камы, это часто было предвестником развода, столь же зловещим, как и то, что родители спали в разных комнатах. Папа арендовал небольшую яхту на Карибском море. Кама с мамой отправились в путешествие по Европе. Такая роскошь и расточительство усугубили трещины в браке, и в конце концов всё закончилось разводом и охлаждением отношений.

В июне прошлого года Кама провела Рождество в одиночестве в писательской деревне. Тогда её муж поочерёдно объяснял всем членам семьи, что это ни в коем случае не была попытка разлуки. Опыт недельного отдыха на острове

Мартас-Виньярд заставил супругов перестать верить в эффективность дорогих отпусков: красивые пейзажи не всегда способствуют укреплению отношений между мужем и женой. Кама и её муж всегда скептически относились к семейным традициям, предписывающим супругам постоянно находиться вместе.

Как раз в тот момент, когда их лондонские друзья настойчиво приглашали их в гости, Кама случайно увидела в газете заманчивую рекламу туристического предложения: за 298 долларов можно было приобрести билет в оба конца до Лондона. Кама с нетерпением изучила условия специального предложения, а её муж, будучи актёром, сразу же заглянул в свой график съёмок. «Чёрт, — сказал он, — у меня четыре дня подряд съёмки, я никак не смогу уехать». Он бросил взгляд на Каму через стол: «А почему бы тебе не поехать одной?»

«Ты уверен, что не хочешь поехать со мной?» — спросила Кама, стараясь не выглядеть слишком возбуждённой. Но при мысли о путешествии в одиночку Кама была необыкновенно взволнована, ведь в поездке без спутника таилось бесчисленное множество романтических соблазнов.

«Конечно, я бы с удовольствием поехал, но у меня куча работы. Тебе лучше поскорее позвонить и забронировать билеты, пока не стало слишком поздно. Хорошо проведи время», — очень великодушно сказал муж, — «только спать тебе придётся одной».

Раньше, путешествуя в одиночку, Кама всегда молилась о том, чтобы в музее или ресторане встретить симпатичного спутника, с которым можно было бы провести день или ночь, но на этот раз, прогуливаясь по величественным улицам Лондона, она хотела лишь в полной мере насладиться всем, что ее окружало. Обычно, неспешно позавтракав с друзьями, она отправлялась гулять в одиночку — то на автобусе, то на метро, а когда хотелось, могла бродить пешком по несколько часов. Иногда заглядывала в книжный магазин и набирала целую сумку книг; иногда ходила в театр, чтобы в одиночестве погрузиться в мир искусства.

Кама широко раскрыла глаза и оглядывалась по сторонам, словно та маленькая девочка, которая когда-то приезжала сюда с мамой. В одном из специализированных магазинов на Найтсбридже, примеряя красивые модные итальянские туфли на высоком каблуке, Кама сказала молодой продавщице: «В Америке такие туфли стоят в три раза дороже». Но Кама не знала, когда же она решится их купить. Если бы рядом был её муж, он наверняка сказал бы: «Не сомневайся, покупай». Возможно, Кама послушалась бы его. Но за те десять с лишним дней, что она путешествовала в одиночку, Кама постоянно носила брюки из хаки и ела не совсем свежие сэндвичи с ветчиной и сыром у входа в фойе театра «Феникс», чтобы во время спектакля «Венецианский купец» у неё не заурчал живот, и ей совсем не казалось, что она живет шире и достойнее, чем в 15 лет.

Кама, привыкшая путешествовать с мужем, теперь, отправившись в путь в одиночку, была в восторге — так же счастлива, как будто похудела или сделала новую модную причёску. Кама считала, что не она сама изменилась, а лишь пересмотрела свои взгляды. Она по-прежнему оставалась собой, просто лучше научилась развлекать себя.

В витрине «Британская литература» с рукописями Британского музея хранится рукопись «Миссис Дэлавей», переплетённая в книгу и раскрытая так, что можно рассмотреть изящный почерк Вулф. Там же находится рукопись «Мидмар» толщиной в несколько тысяч страниц, на которой виден тонкий почерк Элиот, а чуть дальше — «Джейн Эйр».

Глядя на эти шедевры, вошедшие в историю, и думая о том, как писатели вкладывали в них всю душу, тщательно обдумывая каждое слово, Кама не могла сдержать слез. Кама помнила, как каждая из этих книг выглядела на полке, и помнила, как впервые читала их в пятнадцать лет, но если бы в этот момент рядом был её муж, он наверняка уже давно начал бы нервничать. Он совершал такие приключения, о которых Кама и не мечтала, в том числе пересек Атлантический океан на яхте, идущей в составе из трёх судов. Но рукописи Вулф для него, вероятно, лишь чуть более интересны, чем счета. С другой стороны, если бы он был рядом, Кама, напротив, почувствовала бы ущерб своему самолюбию.

Пробираясь сквозь толпу в зале египетских древностей, Кама чувствовала, как её настроение становится всё мрач-

нее. Она думала: неужели она становится всё более бесчувственной из-за того, что вышла замуж за человека, который никогда не читал «Мидмар»? Разве та пятнадцатилетняя девочка не клялась выйти замуж за идеального мужчину, начитанного и обладающего ученым достоинством? Неужели она вернулась в Лондон только для того, чтобы обнаружить, что вышла замуж не за того?

Следующая остановка — поход по универмагу «Харроуз». Поднимаясь наверх в отдел женской обуви, Кама заметила телефон на повороте лестницы, и её настроение сразу смягчилось. Раз муж доверяет ей и позволяет путешествовать в одиночку, она должна позвонить ему и устроить ему сюрприз. Телефон сразу же соединился, его голос звучал очень чётко, и казалось, что он как раз ждал звонка от Камы.

«Вообще-то, — сказал он, — я всё время думал, что, может быть, нам стоит так поступать чаще».

«В каком смысле?» — спросила Кама.

— Отдыхать, путешествовать по отдельности. Я хочу поехать в Санто-Доминго, навестить друзей. Что ты об этом думаешь?

— Подожди, пока я вернусь домой, и тогда уже уезжай.

«Тогда так и сделаем», — сказал он. «Тебе понравилось?»

«Конечно, сегодня вечером я иду на спектакль „Беспокойство в голове“ с Аланом Бейзом. Места в пятом ряду, заплатила 14 фунтов».

«Запиши это», — сказал он.

Повесив трубку, Кама убедилась, что все еще любит его, оценила его одобрение идеи отдельных отпусков для супругов и почувствовала себя гораздо лучше благодаря его поддержке. Кама поднималась по лестнице, перескакивая по две ступеньки за раз. Вдруг Кама вспомнила одну знакомую пару, которая ездила на машине по США и громко читала друг другу «Мидмарский район» — но через несколько лет всё равно развелась. Кама подумала, что Элиот не способен укрепить брак, а она приехала в Лондон не для того, чтобы размышлять, правильно ли она выбрала мужа.

Возможно, Кама приехала сюда, чтобы понять разницу между двумя типами браков. Один из них — брак, полный одиночества, как у её отца, где отдельный отпуск только усугубляет отчуждение между супругами; другой — её собственный брак, где только один из них читает «Мидмару», только один пересекает Атлантический океан на яхте, но при этом оба имеют свои достижения, уважают интересы друг друга и ценят достоинства партнёра. Кама считает, что её брак — это брак, переполненный счастьем благодаря взаимному доверию и пониманию.

Чем глубже любовь, тем глубже терпимость и понимание. В мире любви нужно уметь прощать и понимать партнера, давать ему время и пространство, чтобы брак был наполнен счастьем благодаря взаимному доверию и пониманию.

### **Очарование похвалы**

В мире есть самая мелодичная песня — похвала, и это

также самый красивый язык в мире.

— Соро

Однажды комик с Бродвея увидел сон: он выступал перед тысячами зрителей в переполненном театре — рассказывал анекдоты, пел, но ни один человек в зале не смеялся и не аплодировал.

«Даже если бы я зарабатывал 100 тысяч долларов в неделю, — сказал он, — такая жизнь была бы для меня настоящим адом».

На самом деле, не только актерам нужны аплодисменты. Без похвалы и поддержки любой человек теряет уверенность в себе. Можно сказать так: у всех нас есть двойная потребность — получать похвалу от других и хвалить других.

Хвалить других — это тоже искусство, требующее не только умения выразить это в подходящей форме, но и проницательности и творческого подхода.

Одна элегантная дама сказала своей подруге: «Твоя речь сегодня вечером была просто великолепна. Я не могла не подумать, каким прекрасным адвокатом ты могла бы стать!»

Услышав этот неожиданный комплимент, подруга покраснела, как школьница.

Как однажды сказал Андре Морес: «Когда я говорил о заслугах одного генерала, он не поблагодарил меня. Но когда одна дама упомянула о блеске в его глазах, он проявил безграничную благодарность».

Нет человека, которого не тронула бы искренняя похвала.

С известным профессором Йельского университета Уильямом Леоном Ферпасом произошёл следующий случай:

Однажды летом, когда стояла душная жара, он зашёл в переполненный вагон-ресторан, чтобы пообедать. Когда официант протянул ему меню, он сказал: «Сегодня парням, готовящим еду у плиты, наверное, пришлось несладко».

Услышав это, официант удивлённо посмотрел на него и сказал: «Те, кто приходит сюда, то ли жалуются на еду, то ли критикуют обслуживание, то ли ворчат из-за духоты в вагоне. За 19 лет вы — первый человек, который проявил к нам сочувствие».

Ферпас пришёл к выводу: «Людам нужно всего лишь немного внимания, которое по праву принадлежит каждому человеку».

Философия похвалы других — это не прерогатива дипломатов или благотворителей; ею может воспользоваться любой человек в любое время и в любом месте, и её эффект просто поразителен.

### **Препятствия, связанные с опытом**

Опыт — это богатство пожилых людей, но в то же время и их самое большое препятствие.

— МакРейкен

Мэлик собирался отправиться на поезде из Флорено в Нью-Йорк. Перед отъездом его дядя Джало пришел к нему и поделился некоторыми советами по поводу путешествия.

«Когда сядешь в поезд, сначала выбери место и сядь, не

оглядывайся по сторонам, — сказал Джарл своему племяннику. — Как только поезд тронется, по проходу пройдут двое людей в униформе и спросят у тебя билет. Не обращай на них внимания, они мошенники».

«Да, дядя», — кивнул Малик.

«Не проедешь и 20 ли, как к тебе подойдет приветливый молодой человек и предложит сигарету. Скажи, что не хочешь. В этой сигарете подмешано наркотическое вещество».

«Да, дядя», — Малик слегка озадачился, но, как обычно, кивнул.

«Когда ты пойдёшь в вагон-ресторан, по дороге к тебе намеренно столкнётся красивая молодая женщина, чуть не обнимая тебя. Но ты должен сохранять самообладание и отойти подальше. Эта женщина — проститутка. Если она заговорит с тобой, притворись глухим. Это единственный способ избавиться от неё».

«Да, дядя». Малик невольно немного удивился, но всё же кивнул.

«Я много путешествовал по миру, и всё вышесказанное — не выдумки из головы. На этом я закончу!»

«Ещё одно», — казалось, Джале вдруг что-то вспомнил, и напутствовал: «Вечером, перед сном, вынь деньги из кармана, положи их в голенище ботинка, а ботинок — под подушку, а голову — на подушку, и не засыпай».

«Да, дядя, спасибо за совет!» — Малик глубоко поклонился своему дяде.

На следующий день Майлик сел на поезд и отправился через всю Америку в Нью-Йорк.

Те двое в униформе оказались не мошенниками, молодой человек с сигаретами с наркотиком так и не появился, а с той красивой девушкой он так и не встретился. В первую ночь Майлик положил деньги в голенище ботинка, а ботинок — под подушку, но всю ночь не сомкнул глаз. Однако на вторую ночь он перестал следовать этим советам.

На следующий день он сам предложил сигарету одному молодому человеку, и тот с радостью согласился. В вагоне-ресторане он специально сел напротив одной молодой девушки. В курительной комнате он организовал партию в карты. Поезда до Нью-Йорка было ещё далеко, но Малик уже познакомился со многими пассажирами, и пассажиры тоже знали его.

Когда поезд проезжал через Огайо, Малик вместе с тем молодым человеком, которому он предложил сигарету, и двумя студентками Вашальского женского колледжа собрали квартет и некоторое время пели, заслужив одобрителные отзывы пассажиров.

Эта поездка доставила Малику немало радости.

Малик вернулся из Нью-Йорка, и его дядя снова пришёл к нему.

— Я вижу, что у тебя по дороге не было никаких неприятностей, — с радостью спросил Джало у Малика, как только они встретились. — Ты сделал так, как я тебе советовал?

«Да, дядя!» — как всегда ответил Малик.

Джало с радостью пробормотал про себя: «Я очень рад, что кто-то извлек пользу из моего опыта!»

Не стоит полностью полагаться на чужой опыт: всё в этом мире постоянно меняется. Нужно самому пробовать, чтобы найти лучший путь. Лучше действовать, чем просто мечтать, ведь действие может превратить мечты в реальность и преобразить их.

### **Другой способ похвалить**

Человек мил не потому, что он красив, а красив потому, что он мил.

— Толстой

Наступила весна, и девочки, идущие в школу на других улицах, надели красивые новые наряды. Но эта девочка с Гейт-стрит по-прежнему была одета в ту грязную блузку, которую носила всю зиму. Может быть, у неё была только эта одна одежда?

Её учительница глубоко вздохнула: какая хорошая девочка! Она очень усердно учится, вежлива и всегда улыбается, когда встречает людей. Жаль только, что она никогда не моет лицо, а волосы у неё всегда растрёпаны.

Однажды учительница сказала девочке: «Завтра, прежде чем прийти в школу, пожалуйста, умой лицо, хорошо?» Учительница видела, что девочка на самом деле очень милая.

На следующий день милая девочка вымыла лицо и аккуратно причесала волосы.

После уроков учительница снова обратилась к ней: «Милая девочка, попроси маму постирать тебе одежду».

Но девочка по-прежнему каждый день приходила в школу в той же грязной одежде. «Может быть, мама её не любит?» — подумала учительница. Тогда она купила красивое голубое платье и подарила его девочке. Девочка, приняв подарок, была удивлена и обрадована, и быстро побежала домой.

На следующий день девочка пришла в школу в этом прекрасном наряде: она была чистая и опрятная и радостно сказала учительнице: «Мама, увидев меня в этом новом платье, даже рот открыла от удивления. Папа ушел искать работу, но ничего страшного — за ужином он меня увидит».

Увидев дочь в новом наряде, отец невольно пробормотал про себя: «Не мог и подумать, что моя дочь такая красавица!»

Когда вся семья села за стол, он снова удивился: на столе лежала скатерть! На домашнем обеденном столе никогда не использовали скатерти, и он невольно спросил: «Почему?»

«Мы будем поддерживать порядок», — ответила его жена. «Грязный и неубранный дом — это не то, что нужно нашей чистенькой и красивой малышке».

После ужина мама начала мыть пол, а папа, постояв рядом и понаблюдав некоторое время, молча взял инструменты и пошёл во двор чинить забор. На следующий вечер вся семья приступила к обустройству небольшого огорода во дворе.

На второй неделе сосед начал с интересом наблюдать за

тем, что происходит в доме девочки, а затем и сам приступил к покраске своего дома, который не ремонтировался уже более десяти лет. Деятельность этой семьи привлекла внимание ещё большего числа людей, и в результате некоторые обратились к правительству, церкви и школе с призывом помочь жителям этой улицы, на которой не было ни тротуаров, ни водопровода. Несмотря на столь плачевное положение, они всё равно изо всех сил старались создать вокруг себя прекрасную обстановку.

Через несколько месяцев улица Гейт стала просто неузнаваемой. Были отремонтированы тротуары, установлены уличные фонари, а во дворах проведён водопровод. Спустя шесть месяцев после того, как девочка надела свою новую одежду, улица Гейт превратилась в ухоженную улицу, на которой жили дружелюбные и уважаемые люди. Те, кто узнал об изменениях на улице Гейт, называли это «благоустройством улицы Гейт», и слухи об этом чуде разлетелись далеко за её пределы.

Красота часто пробуждает в глубине души человека некую силу, поэтому она способна освежить ум, восстановить и сохранить энергию, а также укрепить здоровье тела и духа.

### **Роза на войне**

Жизнь — это ответственность, и все трудности и страдания приходится нести в одиночку.

— Наполеон Хилл

После сокрушительной победы над Пруссией Наполеон на Тирзитских мирных переговорах потребовал уступки Франции обширных прусских территорий к западу от Эльбы. Прусский король Вильгельм поручил королеве Луизе отправиться к Наполеону, чтобы попросить его смягчить эти чрезмерно жесткие условия.

Наполеон очень радушно принял Луизу-Шарлотту, вынул из вазы распустившуюся розу и вежливо протянул её ей. Луиза-Шарлотта, полагая, что это знак согласия с её просьбой, взяла розу и спросила: «Вы отдаёте мне даже Магдебург, не так ли?»

Наполеон тут же с серьёзным выражением лица ответил: «Я должен указать Вашему Величеству, что, кроме самого себя, я ничего не могу вам дать. А вы можете сами решить, согласны вы или нет».

Пруссаки сочли, что эти дерзкие слова Наполеона нанесли их стране огромное унижение, и решили отомстить за «Тирзитскую розу».

В 1871 году, разгромив французскую армию в битве при Седане, прусские войска без промедления заняли Париж и, взяв в качестве военной добычи знаменитый сорт роз, преподнесли его в дар немецкому королю и королеве.

Вскоре после окончания войны в мэрию Берлина поступило письмо от одного раненого солдата, к которому была приложена увядшая роза, с просьбой передать этот цветок той женщине в Германии, которая больше всех заботится о

раненых.

В мэрии сочли, что этой чести достойна только нынешняя королева Августа. Однако королева скромно заявила, что не заслуживает такой чести, и предложила передать розу в полевой госпиталь, поскольку медсестры и другие женщины, работающие там, рискуя жизнью и не жалея сил, гораздо больше заботятся о раненых. В конце концов, эта белая роза, символизирующая чувства солдата, была помещена в изящную стеклянную шкатулку и выставлена в дворце, став символом немецкого патриотизма и рыцарских традиций.

Ответственность в жизни является продуктом определённых социальных отношений. На протяжении всей жизни, независимо от того, осознаёте ли вы это или нет, каждый из нас несёт определённую ответственность перед собой, другими людьми, коллективом и обществом. Именно эта ответственность формирует внутреннюю движущую силу, побуждающую людей к реализации своей личной и общественной ценности.

### **Неожиданный подарок**

Отец! Мы не можем найти более священного обращения, чем это.

— Уолтсворт

Любимый праздник Джеффа — Новый год. Правда, в Новый год Джефф не всегда может оставаться дома, ведь он моряк, и, находясь на корабле, никогда не знает, где встретит Новый год — в плавании или дома.

Как и в этом рейсе. Они должны были завершить рейс после Нового года, все были очень заняты и хотели вернуться домой как можно раньше. Поэтому, ещё не доплыв до Ла-Манша, капитан попросил всех потрудиться поусерднее, и в этот момент погода тоже пошла им навстречу: ветер словно подчинялся команде — дул с запада, и они мчались, как будто у них выросли крылья; Балтийское море было гладким, как зеркало, — словно и не зима вовсе.

31 декабря они остановились на стоянке. Когда якорь с глухим «плюхом» упал в воду, они с нетерпением стали ждать. Взгляд на часы — 20:00. Все понимали, что перед Новым годом почти никто не работает. Всё было улажено: без задержек оформили документы, пришвартовались у причала № 10 — их судно достигло конечного пункта, но здесь была одна тонкость: в этот момент самым неприятным было «козел отпущения» — старая традиция, согласно которой тот, на чью смену пришёлся заход судна в порт и швартовка у причала, должен оставаться на дежурстве до следующего утра. То есть «козел отпущения» должен остаться. Итак, Джефф сел в такси — «хлоп» — и такси тронулось с места.

Водитель такси ускорил ход. Похоже, он понял, что нужно Джеффу, и по дороге они разговаривали: откуда вы? Где бывали? Бывали ли вы в Галифаксе?...

«Смотрите, — хвастался Джефф, — я привез сыну вот такой подарок!» Сидя на заднем сиденье, он надел на лицо маску Санта-Клауса, купленную за границей.

Водитель такси обернулся. «Ой!» — произнес он с нечёткой дикцией, — «Это же Санта-Клаус, импортный! Не снимай её! Так дома будет весело!»

«Да, моя маленькая соловыха с радостью скажет: „Настоящий Санта-Клаус пришёл!“»

Как сказал, так и сделал. Джефф расплатился за поездку и вбежал в подъезд. Джефф взглянул на часы: 12:30 — как раз время садиться за новогодний стол. Джефф поднялся на лифте, сердце его колотилось так же неистово, как якорь, который невозможно закрепить во время морского шторма.

А Джефф думал: «Моя Любаша, наверное, ждёт меня!» Джефф отправил телеграмму, что вернётся 3-го или 4-го, но из-за хорошей погоды вернулся раньше. Неизвестно, что теперь произойдёт! Интересно, как она, без мужа, смогла подготовиться к празднованию? Коллеги, плавающие по морю, говорили: в мире есть такие жёны, которые не особо переживают, если муж задерживается в плавании. Конечно, Джефф знал, что его жена Любаша не из таких!

Джефф нажал на дверной звонок, и раздался звонок. Жена открыла дверь.

«Ой! Что это значит?»

Она была одета в красивое платье, которое Джефф привез из Касабланки во время своего последнего плавания; её щеки покраснели, а в волосах сверкали маленькие металлические блески.

«Мы не заказывали Санта-Клауса, — сказала она, — на-

верное, вам нужно пойти к кому-то другому».

«Как это возможно?» — спросил Джефф, не сдерживая улыбки: «В заявке указан адрес доставки: улица Эйсмаэ, 76, подъезд 82, Святгогер. Верно?»

— Да, именно так. Но мы его не заказывали.

— Не может быть!

— Да! — Любаша взмахнула руками и хлопнула в ладоши. — Наверное, это неожиданный подарок, который мой муж Джефф заказал нам по телеграфу во время плавания.

— Верно, — подтвердил Джефф. — Мы получили такую телеграмму.

«Почему я сразу не догадалась! Ладно, заходите, не стойте у двери».

Джефф вошёл в комнату. Среди гостей были соседи и их маленький сын — Гна. Маленький Гна вместе с сыном Джеффа играл в кроликов вокруг новогодней ёлки. Все они радостно смотрели на него.

«Это подарок, который приготовил для нас мой Джефф!» — объясняла гостям Любаша. «Вот что вы видите! Но я сначала не сразу поняла, в чём дело!»

Джефф открыл сумку, и гости просто остолбенели от удивления: какой подарок! Как обрадовались дети! И взрослые тоже. С виду это выглядело просто смешно!

«Но как он мог заказать эти подарки по телеграфу?» — спросил сосед. «Разве такое возможно?»

«Почему бы и нет?» — улыбнулся Джефф. «Всё оформ-

ляется через денежный перевод, попробуйте сами!»

Лю Баша взволнованно вытерла слёзы и поцеловала сына.

«Посмотри, — сказала она, — у тебя такой папа, сынок! Он приготовил такой неожиданный подарок».

Джефф посмотрел на жену, но почувствовал, что слова застряли у него в горле, и он не может их произнести. В такой ситуации Джеффу очень хотелось сбросить маску и раскрыть всю правду. Но он вовремя передумал, понимая, что это лишит сына радости, ведь они, в конце концов, верили, что всё это правда — что Джефф и есть «Дед Мороз».

Что же делать? Провести немного времени с детьми. Джефф рассказывал им разные маленькие сказки и басни. Джефф почувствовал, что пришло время прощаться. Поэтому он сказал: «Счастливого Нового года!» — и собрался уходить. Его Люба поблагодарила его и даже сунула ему пять рублей в знак благодарности, а Джефф едва не рассмеялся вслух.

Выйдя на улицу, он увидел, что идёт снег — красиво и тихо. Джефф снял маску, дошёл до перекрёстка и увидел такси.

— В порт, — сказал Джефф.

— Вы, моряк, почему в Новый год всё ещё отправляетесь в море? — спросил водитель.

— Бывает всякое.

Водитель быстро довез Джефа до порта. Так Джеф смог поспать несколько часов в своей каюте до утра. А ранним утром он снова появился дома.

«Привет, дорогая!» — объяснил Джефф. «Только что вернулся с моря».

Джефф, конечно, был рад, но старался не показывать, как одинок он чувствовал себя вчера — теперь Джефф знал, что это уже не имело никакого значения.

«Джефф, мы благодарны тебе за подарки, — сказала жена, — особенно за Санта-Клауса. Мы еще никогда так радостно не встречали Новый год!»

На самом деле все отцы не умеют выражать свои чувства и редко это делают. Отцовская любовь — это безмолвное, неосязаемое чувство, которое могут понять только те, кто умеет чувствовать сердцем.

### **Ответственность часового**

Чувство ответственности часто исправляет узкий кругозор человека. Когда человек блуждает в поисках пути, оно становится надёжным проводником.

— Премчанд

В графстве Форт есть старинный городок, и именно в нём жил Дик. По рассказам стариков, поезд пролегал через этот городок ещё с давних времён, и его родной город когда-то процветал и процветал, но потом экономический кризис унёс с собой необычайную оживлённость городка, и даже четыре старых колокола на высокой башне церкви перестали бить. Люди решили возродить к жизни эти старые колокола, символизирующие долгую историю городка. На общегородском собрании — о, какое счастье! — Дик, только что

исполнившийся 18 лет и работавший продавцом в торговом центре, был выбран человеком, который будет ежедневно заводить часы и настраивать время. Неизвестно, было ли это потому, что он так красиво пел гимны, или потому, что был красивцем...

Через неделю, когда седовласый часовщик мастер Мортон закончил ремонт больших часов, Дик попросил у него ключ. Неожиданно тот предложил Дику «прогуляться по городу, посмотреть, в каком состоянии находятся различные часы, и поделиться своими впечатлениями», прежде чем передать ему ключ от старинных церковных часов. Какой же он странный старик, но Дик не смог его переубедить.

В тот день после работы Дик начал обращать внимание на все часы в городе. Эй, и действительно, он сделал новое открытие: будь то часы в здании мэрии, в банке или на фондовой бирже — все они либо остановились, либо шли неточно. Он также заметил, что многие люди, проходя мимо этих часов, закатывают рукава и сверяют время по часам. Дику очень хотелось громко сообщить им точное время, чтобы люди не опоздали на молитву в церковь; не пропустили момент открытия торгов на бирже; и чтобы влюбленные, с нетерпением ожидающие свидания, не остались разочарованными.

Дик снова неспешно пошёл вдоль железной дороги. На высоком насыпе стоял старый жёлтый кирпичный дом — это был дом супругов Мэриленд, стрелочников. Дядя Мэриленд

отдыхал после ночной смены, а тётя Мэриленд сидела перед домом, прислушиваясь к ветру: она прислушивалась, не принесёт ли ревущий северный ветер гул промчавшегося вдали поезда.

«У вас нет часов?» — с любопытством спросил Дик.

«Есть. Но мы уже старые, зрение у нас слабое».

Раньше супруги Мэриленд могли ориентироваться по звону церковных колоколов, а теперь им приходится по очереди дежурить, чтобы охранять железную дорогу. Выйдя из домика, Дик почувствовал беспокойство в душе.

«У нас здесь не колоколов не хватает, а ответственности», — поделился Дик своими размышлениями.

Старик Мортон улыбнулся:

«Хорошо, запомни, какова ответственность звонаря!»

И тут же вручил ему толстый латунный ключ.

При лунном свете Дик надел испачканную маслом рабочую одежду, в одиночку подошёл к колокольне, пробрался в темную башню и поднялся наверх.

«Я обязательно заставлю этот старинный большой колокол тикать так же точно, как его помнят старики; каждая секунда и каждая минута для всех жителей города должны тикать в одном ритме».» Открыв четыре тяжелых крышки колоколов, он поднял голову к ночному небу, затуманенному звездами, завел механизм, смазал его маслом и поочередно отрегулировал восемь стрелок, толстых как руки, на четырёх циферблатах. Затем он тщательно вытер циферблаты плат-

ком. Он хотел, чтобы четыре больших колокола, как хорошо отлаженная машина, всегда шли в унисон.

Прошло два года, и большие колокола церкви вновь стали частью жизни людей. Например, в оживлённом почтовом отделении кто-то громко спрашивал: «Сколько сейчас времени?» Люди как по команде закатывали рукава, чтобы взглянуть на наручные часы, или доставали карманные часы и хором отвечали: «Двенадцать». И, как обычно, добавляли: «Я только что сверял время по большим колоколам церкви».

Ощущение того, что ты действительно нужен людям, всегда пробуждает в нас желание нести на себе важную миссию — и в этом заключается ценность чувства ответственности. Возможно, в глазах других это всего лишь незначительная мелочь, но только тот, кто выполняет свою работу с чувством миссии, способен осознать величие этого дела.

### **Пусть холодильник не услышит**

Богатство принадлежит не тому, кто им владеет, а тому, кто им пользуется.

— Франклин

О гостях из космоса слышали много раз, но Вог никогда особо не верил в подобные слухи. Зато Вог верил, что нас окружают созданные нами самими одушевлённые существа, единственная цель которых — мучить нас и в конечном итоге разрушить общество.

Два года назад Вог получил страховую выплату в размере 600 долларов. Вог и его жена сидели за кухонным столом и

обсуждали, как потратить эти дополнительные деньги. Вог знал, что холодильник подслушал их разговор, потому что на следующий день он начал капризничать.

Ремонтник сказал, что придётся поменять холодильник на новый, и это обойдётся в 600 долларов.

Вскоре после этого налоговая служба вернула им часть уплаченных налогов — этой суммы хватило на поездку в Мексику.

«Мне нужно тебе кое-что сказать», — обратился Вог к жене. «Давай поговорим наедине, может, в кабинете?» — спросила она. Вог вспомнил, что в кабинете стоит цветной телевизор, и ответил: «Нет, там не подойдет, давай лучше выйдем на улицу».

Они стояли на улице, и Вог показал жене чек. Вздвоненные, они обнялись и даже не заметили, что пошел дождь.

Машина Вога стояла так близко, что их разговор было слышно, но в тот момент он этого не заметил. На следующее утро, когда Вог ехал на машине к вокзалу, она начала издавать странные скрипящие звуки.

«Двигатель сломался, — сказал автомеханик. — Замена обойдётся примерно в 1000 юаней».

Этот случай с ремонтом автомобиля убедил Вога в том, что ему не везёт с неожиданными доходами. Вог проанализировал их семейные счёты и обнаружил, что за последние 10 лет каждый раз, когда появлялся «дополнительный доход», за ним обязательно следовал расход на ту же сумму —

замена водонагревателя, телевизора или печи.

Теперь Вог с особой настороженностью относится ко всем бытовым электроприборам и никогда не упоминает о неожиданных доходах в их присутствии.

Однако, если эта статья Вога будет опубликована и он получит гонорар, то его компьютерный текстовый процессор обязательно выйдет из строя и потребует замены. Ведь он обязательно об этом узнает.

Будьте внимательны к мельчайшим расходам, ведь даже небольшая трещина может привести к гибели большого корабля. Если бы у Вога было больше материальных благ, он не тратил бы их сразу же при появлении каждого дополнительного заработка.

### **Код любви**

Что же такое женская любовь? Это мужская любовь.

— Стельренберг

Она наконец решила угостить нас свадебными конфетками, и все были очень удивлены — не потому, что сочли её поступком неожиданным, а потому, что она наконец решилась выйти замуж за своего парня, с которым горячо встречалась более двух лет.

Раньше ей причинили боль — все знали того парня, с которым она тогда была безраздельно влюблена, но когда дело дошло до разговоров о свадьбе, он внезапно бросил её, что стало для неё серьёзным ударом. Поэтому, несмотря на то что её отношения с нынешним парнем были неординарны-

ми, она не решалась произносить слово «свадьба». Парень тоже всегда молча заботился о ней, ни словом не упоминая об этом.

На этот раз парень отправился в Филадельфию по делам и, оказавшись там, обнаружил, что цены на товары значительно выросли, а привезённых денег не хватает. Он позвонил ей и попросил снять немного денег и перевести их ему, поскольку его сберегательная книжка осталась у неё. Однако он не сообщил ей пароль к книжке. Возможно, он просто забыл, а может, думал, что она и так знает, ведь он много раз ходил с ней в банк, чтобы снимать или вносить деньги, и она, должно быть, знала пароль. На самом деле пароль состоял из дат их дней рождения: он родился 6 мая 1969 года, а она — 8 февраля 1972 года.

Друзья, с которыми она пришла, ждали её у входа в банк. Она заполнила бланк у окна, и только когда сотрудница банка попросила её ввести пароль, она вспомнила, что забыла спросить у своего парня. Но дело уже дошло до этого, и она смутно помнила, что пароль связан с датами рождения. Поэтому она набрала 6956. Это была дата рождения её парня, но компьютер сообщил, что она ввела неверный код; она набрала 6972 — опять неверно. Сотрудница банка бросила на неё взгляд, и она почувствовала себя неловко. Подумав немного, она ввела 5628, но результат оказался всё таким же — неверный. Сотрудница банка пристально посмотрела на неё с подозрением, и она не осмелилась вводить цифры

дальше. Подруга, которая ждала её у входа, подошла, задала несколько вопросов, а затем ввела 2856 — и пароль оказался верным.

У входа в банк она спросила подругу, откуда та это знала. Подруга серьезно ответила ей: «Он так тебя любит, что, делая что-либо, всегда сначала думает о тебе, а уже потом о себе. То же самое и с паролем — он сначала подумал о твоём дне рождения...»

Перечислив ему деньги, она позвонила ему, и в конце разговора тихо сказала: «Когда вернёшься, давай поженимся...»

В любви, пожалуй, самое главное — не громкие клятвы и сладкие слова, а мелкие детали повседневной жизни, которые, возможно, лучше всего отражают его чувства к тебе. Вот в чём заключается «код любви».

### **Зеркало в комнате отдыха**

Гнев причиняет страдания другим, но больше всего от него страдаешь ты сам.

— Толстой

В университете лекции обычно длятся по 2 часа, с 20-минутным перерывом посередине. В это время преподаватель может зайти в комнату отдыха для преподавателей, расположенную рядом с аудиторией, чтобы посидеть, выкурить сигарету, выпить чаю и немного поболтать. Перед началом занятия преподаватель также может провести в комнате отдыха некоторые подготовительные работы.

В то время, когда Том работал ассистентом, он скептически относился к большому зеркалу, висевшему на стене у двери в комнату отдыха. Но он заметил, что каждый преподаватель перед началом занятия обязательно подходит к зеркалу, чтобы поправить воротник и причесать волосы.

На одном из плановых собраний учителей речь директора изменила мнение Тома о зеркале.

Она сказала: «Мы повесили зеркало в учительской, с одной стороны, чтобы каждый учитель выглядел опрятно и презентабельно — это наше основное требование к учителям; но с другой стороны, мы надеемся...»

Директор сделала паузу длиной примерно в 10 секунд, а затем медленно произнесла: «...чтобы каждый из нас оставлял здесь свои негативные эмоции и не приносил их в класс».

Затем директор рассказала следующую историю:

Однажды из-за мелочи она поссорилась с мужем, а после этого пошла на урок.

В тот день на уроке она была в очень плохом настроении и, пишу на доске, несколько раз ошиблась, чего раньше никогда не бывало — ведь её ответственность и отношение к делу были общепризнанными. Когда она закончила писать на доске и обернулась, то заметила, что одна девочка, склонив голову, смотрит в маленькое круглое зеркальце, которое держала в руке. В обычной ситуации она бы прервала урок и взглядом намекнула бы девочке на её ошибку, но сегодня она резко подбежала к девочке и строго отчитала её. Именно

в этот момент она случайно увидела в маленьком круглом зеркальце на парте своё лицо — какое же это было лицо! Её обычно мягкое, благовоспитанное, элегантное и сдержанное лицо было искажено гневом. Она резко остановилась.

«Лучше оставить негативные эмоции в учительской, иначе...»

Чудесная сила зеркала заключается в том, что оно помогает вам контролировать себя и действовать с холодной рассудительностью. На уроке элегантный внешний вид учителя и его любящая улыбка способствуют вовлечению учеников гораздо больше, чем любые обширные знания. Некоторые зеркала не только помогают привести в порядок внешний вид, но и позволяют нам увидеть мрак в своей душе.

### **Замки в душе**

Одно и то же средство не может подходить для всех ситуаций, а один и тот же трюк нельзя повторять бесконечно.

— Греческая пословица

У мастера фокусов Гудини был особый трюк: он мог за считанные секунды открыть любой, даже самый сложный замок, и ни разу не промахнулся. Однажды он поставил перед собой сложную задачу: за 60 минут освободиться из любого замка, при условии, что его запрут в специально сшитой одежде и никто не будет наблюдать за процессом.

Жители одного английского городка решили бросить вызов великому Гудини, намереваясь поставить его в неловкое положение. Они специально изготовили прочную желез-

ную камеру, снабженную замком, выглядевшим чрезвычайно сложным, и пригласили Гудини, чтобы он попробовал выбраться оттуда. Гудини принял этот вызов.

Он надел специально сшитую одежду, вошел в железную камеру, дверь с грохотом закрылась, и все, соблюдая правила, отвернулись, чтобы не смотреть, как он работает. Худини достал из одежды свои специальные инструменты и приступил к работе. Прошло 30 минут, и Худини, прижав ухо к замку, сосредоточенно трудился; прошло 45 минут, прошел час, и на лбу Худини начал выступать пот.

Наконец прошло два часа, но Худини так и не услышал долгожданного звука, когда пружина замка должна была отскочить. Он, изнеможенный, прислонился к двери и сел, и в этот момент дверь сама открылась. Оказалось, что дверь вовсе не была заперта, а тот замок, казавшийся таким грозным, был лишь декорацией.

Возможно, если изменить образ мышления, жизнь станет более успешной и легкой, поэтому не стоит бояться огромных трудностей — простые методы часто позволяют решить самые сложные проблемы.

### **Никогда не спорьте с клиентом**

Когда для других всё заканчивается провалом, для тех, кто не сдаётся, успех только начинается.

— Эгстон

Джозеф Эллисон был продавцом компании «Уэстинхаус Электрик»; ему пришлось приложить немало усилий, чтобы

продать несколько двигателей одному крупному заводу.

Через три недели он вновь отправился на этот завод с целью продажи, полагая, что заказчик купит у него ещё несколько сотен единиц. Однако главный инженер, едва увидев его, сказал: «Эллисон, я больше не могу покупать у вас двигатели! Потому что двигатели вашей компании совершенно не соответствуют требованиям!»

Эллисон удивлённо спросил: «Почему?»

«Потому что ваши двигатели слишком нагреваются — их даже рукой не прикоснешься».

Эллисон понял, что спорить с ним бесполезно, и поспешно ответил: «Мистер Спенс, я полностью согласен с вами. Если двигатели перегреваются, их следует вернуть, верно?»

«Да», — ответил главный инженер.

«Конечно, двигатель нагревается, но вы же не хотите, чтобы его температура превышала нормы, установленные Национальной ассоциацией электротехников, верно?»

«Верно», — снова ответил главный инженер.

«Согласно стандартам, температура двигателя может превышать температуру в помещении на 72 градуса по Фаренгейту, верно?»

«Верно. Но ваш продукт превышает этот показатель на много».

Эллисон не стал спорить, а просто спросил: «Какая температура в вашем цехе?»

«Около 75 градусов по Фаренгейту».

Эллисон продолжил: «В цехе 75 градусов по Фаренгейту, плюс положенные 72 градуса — итого 147 градусов. Даже если вы приложите руку к крану с горячей водой, температура которой 147 градусов по Фаренгейту, вам будет жарко!»

Главный инженер был вынужден вновь кивнуть в знак согласия.

«Хорошо, впредь не прикасайтесь к двигателю руками. Будьте спокойны, это совершенно нормально».

В результате Эллисон заключил ещё одну сделку.

Позже Эллисон сказал своим коллегам: «Мне понадобились годы и бесчисленные убытки в бизнесе, чтобы понять: спорить бесполезно. Только если смотреть на проблему с точки зрения другого человека и заставить его сказать „Да, да“, можно получить больше выгоды и добиться успеха».

Один и тот же факт может раскрывать несколько истин — главное, с какой точки зрения его интерпретировать; убедительная речь — это искусство, а умение рассматривать проблему с точки зрения интересов собеседника значительно усиливает воздействие этого искусства.

### **Свет человечности**

Человек, исправивший свою ошибку, демонстрирует не только понимание истины, но и широту взглядов и честность.

— Хьюм

Тега очень легко умилялся. Однажды, когда закончилось представление «Лебединое озеро» в Кировском балете, у Те-

ги потекли слёзы. Каждый раз, когда он видел в документальном фильме, как Роча Банниста устанавливал «непревзойденный» рекорд, пробегая 1 милю менее чем за 4 минуты, Тега был так взволнован, что терял дар речи. Тега думал, что его глубоко трогает, когда он видит, как люди проявляют светлую сторону человеческой натуры, причём это не обязательно должны быть великие личности, и их поступки не обязательно должны быть великими.

Возьмём, к примеру, тот вечер несколько лет назад, когда Тега с женой шёл на ужин к друзьям в Нью-Йорке. В тот момент шёл дождь со снегом, и они поспешили к двору дома друзей. Тега увидел, как одна машина выезжает с обочины, а впереди стояла другая, готовая заехать на место, которое только что освободила первая — а в переполненном Манхэттене такое место просто на вес золота. Однако, не успел он начать маневр, как сзади подъехала другая машина и заняла место, на которое он рассчитывал. «Какой негодяй!» — подумал Тега.

Жена вошла в дом друзей, а Тега вернулся на улицу, намереваясь сделать замечание тому, кто отнял у него парковочное место. К счастью, тот человек ещё не уехал.

«Эй!» — сказал Тега, — «Это место принадлежит тому человеку». Тега жестом указал на машину впереди. Человек, отнявший парковочное место, был весь в ярости и угрожающе смотрел на Тегу. Тега чувствовал, что просто встал на защиту справедливости, и поэтому не обратил внимания на

его злобный вид.

«Не лезь не в своё дело!» — сказал тот. «Нет, — ответил Тега, — знаешь ли, тот человек уже давно ждал это место». Разговор не пошёл, и они быстро вступили в перепалку. Неожиданно человек, захвативший парковочное место, полагая на свою мощную фигуру, внезапно нанёс Теге удар кулаком, свалив его на капот машины, а затем дал ему две пощёчины. Теджа понимал, что не соперник ему, и подумал, что водитель впереди обязательно придет ему на помощь. Но к его глубокому огорчению, тот, увидев происходящее, сел в машину и умчался прочь.

Захватчик парковочного места «проучил» Теджу, а затем гордо уехал. Теджа вытер кровь с лица и с огорчением вернулся к друзьям. Будучи бывшим морским пехотинцем, Теджа, как настоящий мужчина, почувствовал себя очень униженным. Увидев мрачное выражение лица Теджи, жена и друг поспешили спросить, что случилось, но Теджа смог только солгать, сказав, что поссорился с кем-то из-за парковочного места. Они, конечно, понимали, что в этом деле есть какая-то подвох, но больше не стали расспрашивать.

Вскоре снова зазвенел дверной звонок, и Теджа подумал, что тот парень снова пришёл. Тот знал, что Теджа направляется сюда, да и сам грозился, что ещё «разобрался» с ним. Теджа боялся, что тот устроит скандал в доме друга, и поэтому поспешил открыть дверь раньше всех. Как и ожидалось, тот стоял за дверью, и у Теджи сердце замерло.

«Я пришёл извиниться», — тихо сказал он. «Когда я вернулся домой, я спросил себя: какое право я имел так поступить? Мне очень стыдно. Все, что я могу тебе сказать, — это то, что Бруклинская морская верфь скоро закроется. Я работал там много лет, а сегодня меня уволили. Я был в полном смятении, потерял самообладание. Надеюсь, ты примешь мои извинения».

Спустя много лет Тега всё ещё помнит того человека, который отнял у него парковочное место. Тega уверен, что для того, чтобы специально прийти к нему и извиниться, потребовались огромная сила и мужество, и в этом человеке Тега в очередной раз увидел свет человечности.

До сих пор Тега ясно помнит, как в тот день, прощаясь с ним, он снова не смог сдержать слёз.

Человек — это примате, в котором смешаны достоинства и слабости. Слабости проистекают из различных физиологических и психологических ограничений человека, которые порой приводят общество в хаос; но человек — это также замечательное существо, полное разума и эмоций, способное преодолевать свои слабости, и в этом заключается величие человеческой натуры.

# **Жизнь, лишенная человечности**

Вдохновение — это вовсе не грациозно взмахивающие руки, а психологическое состояние, возникающее, когда человек трудится изо всех сил, словно бык.

— Чайковский

Французская физик и химик Мария Кюри стала всемирно известной великой учёной благодаря открытию радия и огромному вкладу в развитие радиологии. В 1903 году она получила Нобелевскую премию по физике, а в 1911 году — Нобелевскую премию по химии. Её столь впечатляющие достижения неразрывно связаны с её упорным трудом.

Например, на встречах с друзьями она не общалась с другими и не болтала, она даже не хотела тратить ни минуты на то, чтобы научиться готовить говяжий бульон. С её точки зрения, материальные блага не имели никакого значения; она предпочитала тратить время, которое могла бы посвятить кулинарии, на чтение книг по физике или на проведение интересных анализов в лаборатории. Жизнь Марии была аскетичной: её рацион был крайне скудным. У неё не было денег на рестораны, а потратить полчаса на приготовление мясных ломтиков она не хотела, поэтому в течение нескольких недель подряд она пила только чай и ела хлеб с маслом, а в лучшем случае покупала два яйца, кусочек шоколада или несколько фруктов. Такой нечеловеческий образ жизни по-

дорвал её здоровье: её организм быстро стал крайне ослабленным, и она часто теряла сознание. Однажды Мэри потеряла сознание на глазах у однокурсницы, которая немедленно сообщила об этом её шурина. Когда шурин, врач по профессии, примчался к Мэри, он застал бледную девушку за чтением.

Приехав, он осмотрел Мэри, а затем заглянул в её чистую тарелку и пустую пароварку — и всё стало ясно.

«Что ты сегодня ела?»

— Сегодня? ... Не знаю... Кажется, я только что пообедала...

— Что именно ты съела? — настойчиво спросил шурин.

«Немного вишен, и... и всякие разные вещи...»

В конце концов Мари была вынуждена сказать правду: с позавчерашнего вечера она съела лишь горсть редиски и полфунта вишен, а потом проспала четыре часа. Швагер отчитал её, а затем отвёз к себе домой. Только после более чем недели ухода она пришла в себя.

В течение четырёх лет учёбы в Париже Мари с необычайной стойкостью вела бедную, но благородную жизнь, преодолевая трудности, которые обычному человеку трудно себе представить. В долгие зимние ночи, живя на чердаке на самом верхнем этаже, Мари не могла заснуть от холода, и тогда она доставала из сундука всю свою одежду, надевала её на себя или укрывалась ею, а иногда даже подтягивала стул и прижимала его к одеялу, чтобы согреться. Бесконеч-

ное стремление к научным знаниям заставляло её забывать о материальных лишениях; казалось, что её ведёт какая-то волшебная сила, и она неустанно и без остановки блуждала в океане науки. Чтобы реализовать свои устремления, она отказалась от удовольствий, доступных обычным молодым девушкам, и вела уединённую, скучную жизнь, в которой в её голове крутились только учёба и работа. Она всегда предъявляла к себе высокие требования: ей было недостаточно степени магистра физики, она стремилась получить ещё и степень магистра математики, постоянно подстегивая себя смело продвигаться вперёд по пути научных исследований.

Трудно смотреть глазами обычного человека на тех, кто всецело посвящает себя карьере. Возможно, вам они покажутся непонятными, но нельзя отрицать ценность, создаваемую таким безжалостным к себе образом жизни. Возможно, это цена, которую приходится платить за любое дело.

### **Всегда вперед**

Два «я» — светлое и тёмное — постоянно спорят и борются друг с другом. Нужно быть осторожным и осмотрительным, чтобы сохранить светлое «я» и не дать тёмной стороне одержать верх.

— Ог

Холодной зимней ночью Джон из Йорктауна, измученный голодом и холодом, укрылся в разваливающейся рабочей бараке. Снаружи бушевал снег и ветер, а он, одинокий, свернулся калачиком на потрепанной кровати. В помещении не

было огня, и он, сжавшись в комок, впал в полубессознательное состояние. Затем — может, это был сон, а может, просто галлюцинация — он увидел окно, за которым плясали языки пламени, а у печи сидел человек, внешне абсолютно похожий на него.

Этот человек был румяным, бодрым и полным уверенности в себе; он жестом пригласил Цюншена подойти и согреться, и тот, робко, но послушно, последовал его совету; на глазах у него Цюншен почувствовал стыд за свой обветшалый вид. Затем тот предложил Цюншуну познакомиться с остальными людьми в комнате. Цюншун, спрятавшись в углу, украдкой посмотрел и обнаружил, что все эти люди — его бывшие работодатели, друзья и знакомые; у него не хватило смелости встретиться с ними.

В течение нескольких дней подряд его приглашали в этот уютный дом, где сидели те, с кем он не смел встретиться, но он так и не набрался смелости выйти к ним. Наконец, однажды он не выдержал и спросил хозяина дома: «Кто ты на самом деле?»

«Я — твоё прошлое и твоё будущее. Мы когда-то жили в одном теле; хотя иногда у нас и возникали споры, в целом мы уживались мирно. Однако ты постепенно изменился, и мы больше не могли уживаться вместе, поэтому мне пришлось с грустью уйти. В теле каждого человека существуют два «я»: одно — светлое, другое — тёмное. Теперь, когда ты изгнал меня, в твоём теле осталась только тьма».

«Почему ты заставляешь меня встречаться с этими людьми?» — снова спросил Цюншэн.

«Это ты заставляешь меня. После моего ухода ты вел тело к падению. Ты знаешь, что конечной точкой является смерть? Сейчас ты уже подошел к грани смерти; еще один шаг вниз — и мы оба погибнем. Прояви немного ума и силы воли: тебе нужно лишь подняться вверх, и я смогу вернуться».

«Я уже утратил силу воли, и разум у меня больше не работает».

«Нет ничего невозможного. На мой взгляд, этот мир полон света, и если у тебя хватит смелости попросить, ты получишь то, что хочешь».

Когда Цюншэн очнулся, его мировоззрение претерпело радикальные изменения. Он снова увидел ослепительный солнечный свет, снова слышал стрекот насекомых и пение птиц. Его тело по-прежнему было слабым, но он был полон боевого духа. Он огляделся по сторонам, пытаясь найти того бодрого и энергичного «я», но, судя по всему, тот скрылся из виду.

Цюншэн вспомнил всё, что видел во сне, и твёрдо решил вернуть своё светлое «я». Когда эта мысль возникла, светлое «я» на самом деле уже вернулось в его тело, просто он в тот момент этого не осознавал. Он не стал вспоминать прошлое — вчерашние события ушли безвозвратно, реально было только сегодня, и он решил начать всё сначала.

Он зашел в ресторан, куда раньше часто ходил, кивнул в знак приветствия своим старым знакомым, а затем нашел своего бывшего домовладельца и попросил его сдать ему комнату. После этого он вернулся на прежнюю фабрику и попросил начальника взять его на работу. В последующие дни он усердно трудился, прилагая столько же усилий, как и в самом начале своего пути.

Друзья были потрясены его переменой; сначала они относились к этому скептически, но вскоре стали поздравлять его с тем, что он вновь обрёл себя. Он знал, что его светлая сторона взяла верх, и понимал, что при малейшей неосторожности она может в любой момент покинуть его. Вторая половина его жизни пролетела незаметно. Цзюньшэн с гордостью говорил, что до сих пор он продолжает подниматься вверх и больше никогда не опускался на дно жизни.

Ваши желания могут сбыться — просто протяните руку, и вы их получите. Не преуменьшайте свой потенциал, не поддавайтесь страху — самое страшное в этом мире — это уклонение от проблем и трусость. Раскройте свой потенциал, во всём ищите светлую сторону, не бойтесь пробовать. Воплощайте свой жизненный взгляд в жизнь — философия без практики остаётся пустыми словами, только действие может изменить вашу жизнь. Следуйте велениям своего сердца, и вы получите заслуженный плод.

### **Ценные отзывы**

Похвала — важный элемент, формирующий уверенность

в себе; человек часто обретает уверенность именно потому, что сумел покорить взгляды окружающих.

— Мандела

Марк Экланд — ученик первого класса третьего года обучения, а Мэри — его учительница. В классе 34 ученика, все они оживлённые и милые, а Марк — настоящая жемчужина среди них. Он всегда одет аккуратно, всегда весел, а его редкие шалости доставляют всем удовольствие.

Марк любил болтать на уроках, и Мэри приходилось снова и снова напоминать ему, что разговаривать без разрешения учителя — это плохо. Каждый раз, когда Мэри исправляла его ошибку, он искренне говорил ей: «Спасибо, что поправили меня, сестра!» Сначала, слыша такие слова, Мэри не знала, как реагировать, но вскоре она привыкла к этому и слышала их по несколько раз в день.

Однажды утром Марк снова заговорил на уроке. На этот раз Мэри действительно рассердилась и совершила ошибку, которую часто допускают начинающие учителя. Мэри строго посмотрела на него и холодно сказала: «Ещё одно слово — и я заклею тебе рот!»

Не прошло и десяти секунд, как Чак из класса крикнул: «Учительница, Марк снова разговаривает». Мэри никого не просила следить за Марком, но, раз уж она объявила, что накажет его, ей пришлось сдержать слово. Мэри подошла к учительскому столу, не спеша открыла ящик и достала рулон скотча. Не говоря ни слова, она подошла к парте Марка, ото-

рвала две полоски скотча и заклеила ему рот в форме буквы «Х», а затем вернулась к кафедре.

Мэри бросила взгляд на Марка, чтобы посмотреть, как он себя чувствует, а он подмигнул ей. Вот это да, теперь он точно усмирился! Мэри не смогла сдержать улыбку. Она подошла к Марку, сняла с него скотч и беспомощно пожала плечами. В этот момент весь класс взорвался аплодисментами. Первыми словами, которые произнес Марк, были: «Спасибо за замечание, сестричка!»

В конце того года Мэри назначили преподавать математику в средней школе. Спустя несколько лет Марк снова оказался в классе Мэри. Он стал ещё более красивым и вежливым. Уже в девятом классе он перестал так любить болтать на уроках, как в третьем, и внимательно слушал, как Мэри объясняла «новую математику».

Однажды в пятницу Мэри заметила, что что-то не так: в течение всей недели ученики, казалось, из-за чего-то ссорились и конфликтовали друг с другом. Мэри решила, что она должна положить конец этой ненормальной ситуации и вновь сплотить всех. Перед окончанием уроков Мэри попросила учеников написать на листе бумаги имена одноклассников и подумать о самом большом достоинстве каждого из них, указав его рядом с именем. Закончив, все отдали листы Мэри и вышли из класса. Марк подошёл к Мэри и сказал: «Спасибо, что помогаете мне с уроками, сестра! Желаю вам приятных выходных».

В субботу, в выходной день, Мэри написала имена учеников своего класса на отдельных листах бумаги. Затем она переписала достоинства, которые ученики указали для каждого из своих одноклассников. В понедельник перед началом урока Мэри раздала ученикам эти отзывы. Вскоре лица учеников расцвели улыбками, словно распустившиеся цветы. «Правда?» — услышала Мэри, как кто-то тихо прошептал. «Я и не знал, что другие считают меня таким хорошим!» «Оказывается, одноклассники меня так любят!» Было видно, что эти необычные отзывы стали для всех неожиданно.

Позже никто больше не упоминал об этих отзывах; Мэри не знала, обсуждали ли они это после уроков или рассказывали ли об этом своим родителям. На самом деле для Мэри это не имело значения. Важно то, что этот метод достиг своей цели.

В любом случае, получать признание и похвалу — это всегда приятно. Не скупитесь на похвалу, особенно в отношении детей: возможно, один ваш одобрительный взгляд или одобрительная улыбка изменят всю его жизнь.

### **Превратите насилие в мир**

Доверьтесь силе мысли, и вы сможете ясно видеть суть любого кризиса и смело противостоять любым трудностям.

— Поп

Мишель, подруга Питера, с детства была маленькой «хозяйкой». Её родители развелись, когда ей было 5 лет. Отец

был эмоционально нестабилен и часто ходил с хмурым лицом, поэтому ей приходилось играть роль «весельчака» в семье, но, к сожалению, это не помогало. Отец был подавлен, а мать чувствовала себя не лучше: в период с 5 до 10 лет Мишель обнаружила, что мать на самом деле была алкоголичкой.

Такая ситуация заставляла Мишель постоянно заботиться о других. Эти детские переживания глубоко повлияли на её дальнейший характер.

Взрослея, Мишель стала трудоголиком: после работы ей приходилось ухаживать за своим алкоголиком-бойфрендом и родителями. В результате она практически осталась без гроша в кармане; она часто работала в юридической фирме по 12 часов в день, без выходных; она была в постоянном напряжении, а жизненный стресс заставлял её жить в постоянном страхе; иногда её мысли полностью оцепеневали, и в моменты умственного затуманивания она не могла даже решить, какую одежду надеть.

Мишель была независимой по характеру и всегда брала на себя всю тяжесть проблем, пытаясь решать их самостоятельно, поэтому она и не думала обращаться к психологу. В конце концов она рассталась со своим парнем-алкоголиком и погрузилась в работу. Наконец, однажды она позвонила Питеру и сказала, что находится на грани срыва.

«Мне нужна помощь», — сказала Мишель.

Пит заверил её: «Мишель, я знаю, что сейчас тебе немно-

го тяжело, но при правильном руководстве это может стать поворотным моментом в твоей жизни! Я думаю, тебе стоит обратиться к профессиональному психологу».

«Сейчас я готова на всё», — решила она.

После этого разговора Мишель шесть месяцев не связывалась с Питом, и только недавно она рассказала ему о результатах терапии.

«Сначала я не совсем понимала, о чём говорила психотерапевт, — сказала Мишель. — Я была очень рассержена, потому что она знала то, чего я не знала, а я всегда стремилась всё изучить и понять. В любом случае, за время, проведённое в её кабинете, я успокоилась и испытала такое спокойствие, какого никогда раньше не испытывала в жизни. Я поняла, что не хочу уходить оттуда. Постепенно, благодаря консультациям, аудиозаписям и книгам, я начала обретать собственное душевное равновесие. Та механическая суета, которая раньше сопутствовала моей работе, не только бесполезна, но и вредит здоровью».

«Что именно тебя тронуло?» — спросил Пит.

«Мой терапевт попросил меня успокоиться. Я была очень расстроена, потому что совершенно не знала, как это сделать. Тогда я задала ей кучу вопросов, но она всегда давала один и тот же ответ: «Пока не обращай на это внимания, поверь себе — со временем ты сама поймешь, как поступить». Затем она рассказала мне, как можно мыслить двумя способами: один — когда все мысли бурно крутятся в голове;

другой — когда ты просто позволяешь мыслям идти своим чередом и решать самим. Позже я обнаружила, что, когда я поступаю так, как она советовала, в голове действительно становится не так хаотично, и в делах легче разобраться. Раньше в моей душе уже не оставалось места ни для новых идей, ни для мыслей о том, чтобы сначала все обдумать, а потом действовать. Моя проблема заключалась в моей привычке беспокоиться. Это действительно помогло мне понять, почему я испытывала страх и панику».

«Я стала наблюдателем за собственными мыслями и научилась ясно видеть свои мысли. Как только у меня появлялась плохая мысль, я быстро ее обнаруживала, а когда мысли выходили из-под контроля, я могла вовремя их остановить. Очень странно, но чтобы вернуть контроль, мне сначала нужно было отпустить мысль о том, что я должна это контролировать. В некотором смысле мой нервный срыв оказался благом, пришедшим в виде беды. Он помог мне понять, что на протяжении всех этих лет здоровье появлялось, как только я расслаблялся, — оно никогда не уходило. Это похоже на то, как учиться плавать на спине: нужно просто довериться себе и спокойно наблюдать за тем, что происходит. Когда я так поступил, то обнаружил, что уже давно умею плавать на спине. Я научился просто чувствовать, а не пытаться понять. Как иронично: только сейчас моя жизнь вошла в нормальное русло, и только сейчас начали происходить прекрасные вещи».

Когда человек понимает, как войти в этот естественный образ мышления, он обнаруживает, что жизнь может стать легче: не нужно изо всех сил стараться, достаточно просто следовать за своими внутренними мыслями и мудростью, и тогда достижение прекрасной жизни станет делом легким.

## **Терпеливый Блумберг**

Успех часто кроется в терпении: когда мы в раздражении жалуемся, мы постоянно упускаем возможности.

— Дюпон

Блумберг изначально планировал проработать в «Соломоне» год-два, одновременно ища работу в сфере производства. Хотя он считал свои отношения с этой компанией скорее «романтическими», а не «брачными», его «роман» с «Соломоном» продлился целых 15 лет, пока компания не уволила его. Каждый раз, когда другие компании пытались переманить его, он отказывался, всегда находя повод остаться и вдохновляя себя новыми перспективами компании «Соломон». Блумберг объяснял: «Возможно, мне не хватало смелости попробовать себя в новой среде, а может быть, это было связано с моей решимостью и дальновидностью в поиске лучшего. Как бы то ни было, оглядываясь назад, я понимаю, что остаться было всегда правильным решением — это я осознал позже, в конференц-центре Тали-Сити в Нью-Йорке, где как раз и завершилась моя карьера в «Соломоне».

Когда Блумберг посчитал, что ему пора стать партнером

в «Соломоне», его не повысили, но он не потерял терпения. Это лучший пример терпения (возможно, лучший в мировой истории).

В течение шести лет после приема на работу у Блумберга дела шли довольно хорошо. Он был тем самым блондином — суперзвездой крупных сделок в самом заметном отделе самой модной компании на Уолл-стрит, а также любимчиком двух старших партнеров. Он приветствовал всех важных клиентов, приходящих в офис, давал интервью каждой авторитетной газете, играл роль ведущего брокера Уолл-стрит на крупных светских мероприятиях и казался еще более легендарным, чем тот образ, который он создал в своем воображении. Когда другие молодые озорники собирались вместе, чтобы предсказать, кого назначат партнером в качестве поощрения, они ставили его на первое место в своем списке.

Деньги не были проблемой: он давно погасил все кредиты и вел не роскошную, но достойную жизнь. Хорошие времена, хорошие друзья, увлекательная работа, много денег — у него было всё это.

Однако для Блумберга авторитет партнера важнее всего на свете. Он считает, что это равносильно тому, чтобы недвусмысленно показать всему миру, что он лучший и способен подняться на самую вершину в условиях жестчайшей конкуренции. «Этот выпускник бизнес-школы благодаря своему уму и таланту взобрался на самую вершину карьерной лестницы. Я уже имею право стать партнером, и теперь я

хочу, чтобы общественность навсегда признала мою ценность — я крупная рыба в большом пруду». Возможно, такая мысль всегда присутствовала в его голове, коренясь в его внутреннем комплексе неполноценности. Но, без сомнения, стать партнером в компании «Соломон» было его «священной мечтой».

Наконец наступил тот день. Был обнародован список новых партнеров — и его в нём не было! Все, абсолютно все остальные, оказались в списке. Все те, кто не подходил Блумбергу, были в списке, даже те, у кого, судя по частным слухам, вообще не было шансов. Блумберг позже вспоминал:

«Столько людей приняли, а меня проигнорировали, унизили. Даже никого не оставили, чтобы разделить со мной мою горечь — это было ужасно. Я был раздавлен. До сих пор никто не объяснил, почему меня не выбрали».

«У меня на глазах навернулись слёзы, сначала я не мог смириться с этим фактом, а потом стал выдумывать безумные планы мести. Я хотел найти кого-нибудь, кого можно было бы обвинить. Первая безумная фраза, которую я пробормотал себе под нос, была: „Я уйду в отставку“. „Я убью их“. «Я покончу с собой». Как я теперь буду смотреть людям в глаза? Все будут смотреть на меня и смеяться за моей спиной. Я знаю, что не должна была быть такой гордой. Я никогда этому не училась».

«К счастью, у меня была привычка после работы бегать вдоль Ист-Ривер, и это позволяло мне вымещать гнев на ас-

фальте, а не на боссе. На следующее утро я пошла на работу и заключила самую крупную сделку, которую компания когда-либо совершала. Я ставил точку над каждой «i» и черту над каждой «t». Я был полностью сосредоточен: я работал, я улыбался, я набирал номера. Я сильнее всех остальных? Другие даже близко не стоят. Пока я не стал партнером, я должен работать так же хорошо, как и раньше. «К чёрту их!»»

Через три месяца, без предварительного уведомления, в офисе Билли Соломона состоялось внеплановое собрание партнеров. Участники вышли оттуда с бесстрастными лицами и в молчании. Босс Блумберга, Джей Пэри, подошел к его столу и встал позади него, спиной к остальным.

«Они хотят, чтобы ты и Дон Фейрштейн стали партнерами», — сказал Пэри.

Пэри так и не объяснил Блумбергу, почему они сделали меня партнером именно тогда, а не три месяца назад; но, что самое главное, Блумберг благодаря своему исключительно терпению одержал победу — он получил то, чего хотел.

Мы все стремимся к успеху, но зачастую стремимся к нему слишком нетерпеливо. Поспешность мешает достижению цели; если же терпеливо идти вперед, мы вновь увидим свет. Верьте в то, что вы — лучший, и успех обязательно придет к вам.

## **Прекрасная репутация**

Серьёзное и ответственное отношение к работе — один из признаков, вызывающих уважение и доверие; оно подобно

добродетели.

— Лейман

Однажды днём Гейзер вместе с сыном Бенджи работал во дворе; как раз был период летних каникул в университете — время, когда будущее его сына оставалось неопределённым. Ему очень хотелось что-то ему сказать.

Во время перерыва Бенджи оглядел свои 15 акров земли: ручей, лес и луга, колышущиеся, словно бирюзовые волны. «Здесь так красиво», — сказал он, погружившись в раздумья и восхищение.

И тогда он рассказал Бенджи историю этого участка.

Незадолго до рождения их первой дочери Сюзанны Глория и он преподавали в том городке, где он вырос. Им очень нужен был участок земли, чтобы построить дом. Ему приглянулся участок к югу от городка, где фермеры пасли стада коров; это была земля 92-летнего пенсионера-банкира, мистера Юра. У него было много земли, но он не продавал ни одного участка. Он всегда говорил: «Я обещал фермерам, что они смогут пасти на этой земле свои стада».

Несмотря на это, Глория и он всё же пошли к нему в банк. Он по-прежнему проводил свои пенсионные дни в банке. Они прошли через внушительную дверь из красного дерева и вошли в слабо освещённый кабинет. Мистер Юр сидел за письменным столом и читал «Уолл-стрит джорнал». Он почти не пошевелился, лишь смотрел на нас поверх очков. «Не продам», — гордо заявил он, когда мы сказали, что заинте-

ресованы в этом участке, — «я уже обещал его одному фермеру для выпаса скота».

«Я знаю», — ответил он, слегка нервничая, — «но мы здесь преподаем, и, возможно, вы продадите её тем, кто собирается здесь поселиться».

Он надул губы и пристально посмотрел на нас: «Как, вы сказали, вас зовут?»

«Гейзер. Билл Гейзер».

«Хм! Вы как-то связаны с Гровером Гейзером?»

«Да, сэр, он мой дедушка».

Мистер Юр отложил газету, снял очки, а затем указал на два стула. Мы сели.

«Гровер Гейзер был лучшим рабочим, который когда-либо был на моей ферме», — сказал он, «Он приходил рано, уходил поздно, делал всё, что нужно, и ему не приходилось ничего приказывать». Старик наклонился вперёд. «Если трактор нуждался в ремонте, а его оставляли стоять без дела, ему становилось не по себе», — мистер Юр прищурился, и в его глазах отразились далекие воспоминания.

«Что ты хочешь, Гейзер?»

Гейзер ещё раз повторил ему, что хочет купить землю.

«Дайте мне подумать, приходите через пару дней».

Через неделю он снова пришёл в его кабинет. Мистер Юр сказал, что уже всё обдумал. Гейзер затаил дыхание. «Как насчёт 3800 долларов?» — спросил он.

«По 3800 долларов за акр — это выйдет около 60 000 дол-

ларов». Разве это не явный отказ?

«3800 долларов? Всего 3800 долларов». У него словно что-то застряло в горле.

«Да, 15 акров за 3800 долларов». Он с безграничной благодарностью согласился.

Спустя почти 30 лет он и Бенджи прогуливались по этой прекрасной земле. «Бенджи, — сказал он, — всё это благодаря прекрасной репутации человека, которого ты никогда не видел».

Гейзер рассказал, что на похоронах его деда многие говорили ему, что дед был терпеливым, добросердечным, честным и праведным. Это напомнило ему стихотворение: «Нам следует выбирать не богатство, а добрую репутацию; не золото и серебро, а благодать любви». Добрая репутация — вот какое наследие оставил им дедушка Гейзер, и он надеялся, что когда-нибудь Бенджи, прогуливаясь по этой благодатной земле, тоже расскажет эту историю своему сыну.

Никогда не относитесь к работе халатно: раз вы её приняли, старайтесь выполнить её как можно лучше. Именно в этом часто проявляется высота личности человека, и именно по этому критерию люди обычно судят о человеке.

## **Воришка**

Храбрость — это сопротивление страху, преодоление страха, а не отсутствие страха.

— Марк Твен

В два часа ночи Дика Нуссе разбудил крик жены. При

тусклом свете туалета Дик увидел, как она стояла недалеко от кровати и кричала на мужчину с расстегнутой рубашкой и мускулистым телом: «Убирайся!»

Дик замер, приступ страха пронзил всё его тело, и тут же, сделав кувырок, он с криком «Ааа!» вскочил с кровати, приняв боевую стойку. В этом глухом вопле, казалось, слышались нотки крови — такого давно не было. Несмотря на то что Дик прошел подготовку в морской пехоте, эта неожиданная встреча все же сильно его напугала.

Увидев злобный блеск в глазах Дика, этот ублюдок, напротив, спокойно повернулся спиной к нему, словно пренебрегая им. Затем он выключил свет в туалете, и в комнате воцарилась полная темнота.

Он хочет навредить моей жене? Но у него же нет оружия. Не задумываясь, Дик спрыгнул с кровати и бросился к жене. В этот момент он увидел, как тот парень в панике промчался мимо него и направился прямо в комнату их пятилетнего сына. Он хочет навредить моему сыну? Боже мой! Дик в ярости бросился в погоню.

Дик включил свет, и тот тип как раз пересекал комнату сына. Сын сидел на кровати и потирал глаза.

«Стой на месте, не шевелись!» — отчаянно приказал Дик сыну.

Дик тут же вошел в гостиную и обнаружил, что дверь и окно на балкон были распахнуты, а тот тип уже собирался сбежать. В лучах лунного света Дик увидел, как тот метнул-

ся к краю балкона, ограждённого защитной решёткой. Балкон находился на высоте четырнадцатого этажа. Деревянную решётку Дик установил для защиты от взломщиков, а также для защиты роз, растущих на балконе.

Дик не знал, почему он так упорно преследовал этого ублюдка, но он действительно так и поступил. Дик был просто вне себя от ярости.

Тот поправил святыню Дика — его семью, превратив его близких в испуганных, как перепуганные птицы, людей. Дик хотел, чтобы тот убирался, убирался, убирался навсегда!

Дик схватил железный стул, поднял его высоко над головой и шаг за шагом приближался к балкону. Хочешь сбежать? Хм! Только если не заберешься за пределы деревянной конструкции и не перепрыгнешь на соседнее здание.

Он перекинул ногу через нижнюю перекладину деревянной конструкции, а рукой ухватился за перекладину выше. Между ним и Диком не было никаких преград, только черная как смоль ночь.

Дик наступал на него, намереваясь отправить его на тот свет. Внезапно их взгляды встретились, и в его глазах читались страх и отчаяние.

«Убить его? Он же не причинил вреда ни моей жене, ни детям, ни мне». В тот самый миг, когда Дик засомневался, тот, дрожа от страха, воспользовался моментом, взобрался на деревянную конструкцию и прыгнул на балкон другого здания. Он сбежал, и Дик, не в силах удержаться, отпустил

его. Дик всё время думал: «Не сделал ли он только что то же самое со мной?»

Хотя этот ублюдок сбежал ещё в августе прошлого года, тень, которую он оставил, до сих пор не рассеивается. Сын теперь понял, что из себя представляет этот грабитель. Он не только научился снимать отпечатки ног, но и сам стал отслеживать этого преступника по объявлениям на доске объявлений. Дик сто раз повторял ему, что этот злодей больше не осмелится прийти, но он никак не хотел верить. Все это он пережил на собственном опыте, как и Дик.

С тех пор никакие защитные решетки на балконе, какими бы прочными и надежными они ни были, не могли избавить сына от паники. Он боялся, что кто-то тайком заберется с улицы, боялся, что они спустится с крыши на веревке. Каждую ночь глубоко за полночь он громко будил родителей, чтобы убедиться, что они в безопасности.

Он не смел входить в дом один, особенно ночью. Его голова была полна вопросов, но эти вопросы так не соответствовали его возрасту.

«Папа, почему кто-то готов рисковать жизнью, чтобы проникнуть в чужой дом? У воров тоже есть дети? Есть ли у воров постоянная работа? Где они живут? Откуда они приезжают? Почему люди воруют?»

Как ни странно, тот «джентльмен с балки» сблизил сына и Дика, создав между ними узы, которые они готовы были разделить на жизнь и смерть. Сын считал Дика героем, а Дик

в его глазах становился ещё более мужественным. Конечно, похвала сына не всегда соответствовала действиям Дика, но каждый раз, когда он снова и снова рассказывал о событиях той ночи, Дик улыбался, не испытывая ни капли стыда.

«Это мой папа сбросил его с балкона», — говорил он всем подряд: «Мой папа служил в морской пехоте, поэтому он знает, как нужно поступать».

Похвала сына заставила Дика задуматься о том, как ему следует быть отцом в соответствии с его представлениями. Внезапно Дик осознал, какую особую роль должен играть отец в процессе взросления детей.

И тогда Дик задался вопросом: а где же был его отец, когда тот вор-альпинист был ещё испуганным пятилетним мальчиком?

Родители — первые учителя детей, и их воспитание играет ключевую роль в развитии ребёнка. Правильные подходы и методы воспитания — это конкретное проявление вашей ответственности перед ребёнком.

## **Вырасти свой картофель**

Все зависит от человека: если хорошенько подумать, можно добиться чего угодно; в этом мире нет ничего невозможного.

— Гете

Джейми изначально не любил картошку, но с тех пор, как услышал ту историю о картошке, он, как ни странно, увлекся этой неприметной штукой. Эта история рассказывает о том,

как картошка была завезена из Америки во Францию.

Во Франции выращивание картофеля долгое время не получало распространения. Верующие не приветствовали его и даже дали ему странное название — «яблоко дьявола»; врачи считали его вредным для здоровья; агрономы утверждали, что выращивание картофеля приводит к истощению почвы.

Известный французский агроном Анри Парманше однажды попробовал картофель в Германии и решил выращивать его на родине. Однако в течение долгого времени ему не удалось убедить никого принять эту культуру. Столкнувшись с глубоко укоренившимися предрассудками, он оказался в тупике. В конце концов Парманше решил воспользоваться авторитетом короля, чтобы достичь своей цели.

В 1787 году он наконец получил разрешение короля на выращивание картофеля на участке, известном своей низкой урожайностью. Парманш поклялся, что заставит этот непопулярный «яблоко-призрак» появиться на столах французов!

Он прибег к небольшой уловке — попросил короля направить туда отряд вооружённых до зубов гвардейцев, которые днём строго охраняли этот участок. Этот необычный шаг разжег у людей сильное желание украсть урожай. Каждый раз, когда спускались сумерки и стражники уходили, люди тихонько пробирались на поле, выкапывали картофель, а затем осторожно пересаживали его в свои огороды.

Каждую ночь на картофельном поле появлялись крадущиеся на цыпочках воры. Так этот уродливый маленький картофель гордо вошел в тысячи и тысячи домов.

Парманче наконец-то добился своего.

Джейми радовался за картошку, но ещё больше восхищался упорством и мудростью Парманче. Джейми часто пристально смотрел на свои руки и настойчиво наставлял их: «Если ты взял в руки росток, достойный защиты, то должен сделать своё сердце грядкой, а кровь — источником, возвращать его, поливать, охранять, ждать, задействовать всю силу своей жизни, чтобы отшлифовать клубень до идеальной округлости, чтобы мир узнал: есть клочок земли, где лучше всего растут чудеса...»

Агроном — действительно умный человек, умеющий использовать любопытство людей. Но самое трогательное в этой истории — это стремление ученых к достижениям и их дух приключений, благодаря которым они впоследствии сияют, как звезды.

# Весёлая гармоника

Каждый ребёнок — художник, вопрос лишь в том, как остаться художником, когда вырастешь.

— Пикассо

Уэйн Кэлин до сих пор помнит, как в тот день отец с трудом притащил к дому ту тяжёлую гармошку. Он позвал Уэйна и мать в гостиную и открыл коробку, похожую на сундук. «Вот она, — сказал он, — как только ты научишься на ней играть, она будет с тобой всю жизнь».

Уэйн с трудом улыбнулся, не разделяя воодушевления отца. Он всегда мечтал о гитаре или фортепиано. Был 1960 год, и Уэйн целыми днями не отрывался от радио, слушая рок-н-ролл. В его увлечённом воображении для аккордеона просто не было места. Он смотрел на блестящие белые клавиши и кремовый мех, словно уже слышал анекдоты о аккордеоне, которые рассказывали его друзья.

В течение следующих двух недель аккордеон пролежал закрытым в шкафу в прихожей, а однажды вечером отец объявил: «Через неделю Уэйн начнёт заниматься». Уэйн с недоверием посмотрел на мать, надеясь на помощь, но её твёрдый подбородок дал ему понять, что на этот раз надежды нет.

Аккордеон стоил 300 бат, а урок — 5 бат; это не было в характере отца. Он всегда был практичным человеком и считал, что одежда, топливо и даже еда — это ценные вещи.

Уэйн откопал в шкафу коробку размером с гитару, открыл её и увидел ослепительно красную скрипку. — Это твоего отца, — сказала мать. — Его дед купил ему эту скрипку. Думаю, он был слишком занят работой на ферме и так и не научился на ней играть. — Уэйн попытался представить себе, как грубые руки отца лежат на этом изящном инструменте, но никак не мог представить, как это выглядит.

Вскоре он начал заниматься в школе игры на аккордеоне у мистера Цайли. В первый день ремни аккордеона врезались ему в плечи, и Уэйн чувствовал себя неуклюжим во всём. «Как у него дела?» — спросил отец после урока. «Это был первый урок, он неплохо справился», — ответил мистер Цайли. Отец выглядел воодушевлённым и полным надежды.

Уэйну велели заниматься на аккордеоне по полчаса в день, но каждый день он пытался ускользнуть. Ему казалось, что его будущее — это игра в футбол на просторах улицы, а не изучение в четырех стенах мелодий, которые так быстро забываются. Но родители неукоснительно заставляли его возвращаться к занятиям.

Постепенно, к удивлению самого Уэйна, он научился связывать ноты и играть простые мелодии. Отец часто просил его сыграть одну-две пьесы после ужина: отец сидел в кресле, а Уэйн пытался сыграть «Испанскую девушку» и «Польку с пивными бочками».

Приближался осенний концерт. Уэйн должен был выступить с сольным концертом на сцене местного театра. «Я не

хочу играть соло», — сказал он. «Ты обязательно должен», — ответил отец. «Почему?» — воскликнул Уэйн. «Только потому, что ты в детстве не играл на скрипке? Почему я должен играть на этой дурацкой штуке, а ты никогда не играл на своей?» Отец резко затормозил машину и указал на Уэйна. «Потому что ты можешь дарить людям радость, ты можешь трогать их сердца. Я не позволю тебе отказаться от такого дара». Затем он мягко добавил: «Однажды у тебя появится возможность, которой у меня никогда не было: ты сможешь сыграть прекрасные мелодии для своей семьи, и тогда ты поймешь, зачем ты сейчас так усердно трудишься».

Уэйн онемел от удивления. Он редко слышал, чтобы отец так воодушевленно говорил о чем-либо. С тех пор Уэйну больше не нужно было, чтобы родители подталкивали его к занятиям на фортепиано.

В вечер концерта мать надела сверкающие сережки и накрасилась так тщательно, как никогда раньше. Отец вернулся с работы пораньше, надел костюм и завязал галстук, а также причесал волосы гелем, чтобы они лежали гладко и ровно.

В театре, когда Уэйн осознал, как сильно он хочет, чтобы родители гордились им, он сильно занервничал. Настала его очередь. Уэйн подошёл к одинокому стулу и заиграл «Одиноко ли тебе сегодня ночью». Он сыграл безупречно. Аплодисменты раздались по всему залу, и даже когда они стихли, несколько пар рук продолжали хлопать. Уэйн, чувствуя

головокружение, спустился со сцены, радуясь, что эта пытка наконец закончилась.

Время шло, и аккордеон постепенно исчез из жизни Уэйна. На семейных праздниках отец просил его сыграть что-нибудь, но уроки игры на аккордеоне прекратились. Когда Уэйн поступил в университет, аккордеон был убран в заднюю часть шкафа, рядом со скрипкой отца.

Она тихо лежала там, словно покрытое пылью воспоминание, пока однажды, спустя несколько лет, однажды днем её случайно не обнаружили двое детей Уэйна.

Когда Уэйн открыл футляр, они громко рассмеялись и закричали: «Сыграй что-нибудь, сыграй что-нибудь!» С некоторым трудом Уэйн взвалил аккордеон на плечо и сыграл несколько простых мелодий. Он удивился тому, что его мастерство не притупилось. Вскоре дети собрались в круг, хихикая, и начали танцевать, и даже его жена Терри, хохоча, хлопала в такт. Их беззаботное веселье поразило Уэйна.

Слова отца вновь прозвучали у него в ушах: «Однажды у тебя появится возможность, которой у меня никогда не было, и тогда ты поймёшь».

Способность утешать сердца своих близких — это самый драгоценный дар, данный людям Богом; ты счастлив — значит, я счастлив, а делиться с другими означает, что счастье умножается, потому что наши сердца тесно связаны.

### **Чашка супа и тарелка лапши**

У каждого хорошо воспитанного человека есть одно пра-

вило: не выходить из себя.

— Эмерсон

В одном ресторане красивая девушка заказала тарелку супа, села за столик и вдруг вспомнила, что забыла взять хлеб.

Она встала, чтобы взять хлеб, и вернулась к столику. Однако, к её удивлению, на её месте сидел чернокожий мужчина, который как раз пил свой суп.

«Этот наглец, он не имеет права пить мой суп!» — сердито подумала красивая девушка. «Но, может быть, он слишком беден и голоден. Лучше я промолчу, но не могу же позволить ему выпить весь суп в одиночку».

Тогда красавица сделала вид, будто ничего не произошло, села за стол напротив чернокожего мужчины, взяла ложку и молча стала пить суп.

Так и произошло: миску супа делили вдвоём, то он делал глоток, то она. Они поглядывали друг на друга, но ни один из них не произносил ни слова.

В этот момент чернокожий мужчина внезапно встал, принес большое блюдо с лапшой, поставил его перед ней, а в лапшу воткнул две вилки.

Оба продолжили есть, а когда закончили, каждый встал и собрался уходить. «До свидания!» — дружелюбно сказала красивая девушка. «До свидания!» — тепло ответил афроамериканец. Он выглядел особенно довольным и испытывал огромное удовлетворение. Ведь он считал, что сегодня совершил доброе дело, помогая бедной, но красивой девушке.

Только после того, как афроамериканец ушел, красивая девушка заметила, что на соседнем столе стояла миска с нетронутым супом — именно та, что принадлежала ей.

Пока ситуация не прояснится, не стоит легкомысленно показывать людям выражение гнева; вы обнаружите, что здравый смысл поможет вам принять правильное решение, и вы не вступите в бессмысленную перепалку из-за недоразумения, а на лицах всех присутствующих расцветут улыбки.

### **Превратить опасность в благо**

Не жалуйтесь на нашу бедность: мудрость — это наше величайшее богатство, и в любой момент она поможет нам добиться успеха.

— Марк Твен

Карлсон шел по ночным улицам Нью-Йорка быстрым шагом; очевидно, помимо того, что он спешил домой, он также опасался встретить грабителей, перекрывающих ему дорогу.

Но, как правило, чем больше боишься, тем чаще с этим сталкиваешься. Внезапно в переулке перед ним мелькнула тёмная тень, и худощавый мужчина в ветровке перегородил ему путь, тихо приказав: «Стой, не шевелись!»

Карлсон, увидев револьвер в руке грабителя, медленно поднял руки и позволил тому вытащить из его карманов кошелек. Как раз когда грабитель собирался уходить, Карлсон вдруг окликнул его.

Карлсон сказал: «Сэр, ничего страшного, что вы украли мои деньги. Но у меня дома очень свирепая жена. Когда я

вернусь домой и скажу ей, что меня ограбили, она точно не поверит и будет обвинять меня в том, что я просадил все деньги в азартных играх».

Грабитель ответил: «А мне-то что до этого?»

Карлсон сказал: «Не могли бы вы, пожалуйста, прострелить пистолетом дырку в моей шляпе? Тогда мне будет легче объясниться, когда я вернусь домой».

Не выдержав настойчивых просьб Карлсона, грабитель с неохотой выстрелил в его шляпу. Затем Карлсон, чтобы все выглядело более правдоподобно, попросил грабителя оставить пулевые отверстия на его куртке, брючинах, перчатках, сапогах и даже на носовом платке.

Как раз когда худощавый грабитель, наслаждаясь стрельбой, Карлсон с улыбкой сказал: «Шесть пуль израсходованы, пора вернуть мне мой кошелек!»

В неблагоприятной ситуации нужна находчивость. Чем более напряженная обстановка, тем больше нужно сохранять хладнокровие.

В непредвиденных ситуациях паника и страх — это нормальная реакция любого человека, но потеря самообладания не только не помогает в реальной ситуации, но и может только усугубить положение.

### **Упреждать события**

В общении с людьми нужно не только быть скромным в душе, но и овладеть искусством межличностного общения — только так люди смогут уважать друг друга.

— Эмерсон

Карнеги часто брал своего любимого пса Рейса на прогулку в близлежащий лесопарк.

Однажды в парке они встретили полицейского на лошади, который, казалось, не мог дожидаться, чтобы продемонстрировать свою власть:

«Почему вы позволяете своей собаке бегать без поводка и без намордника?» — упрекнул он Карнеги. «Разве вы не знаете, что это противозаконно? Она может здесь загрызть белку или поранить ребёнка. На этот раз я не буду вас преследовать, но если в следующий раз я увижу в парке эту собаку без поводка или маски, вам придётся отвечать перед судьёй».

Карнеги вежливо пообещал выполнить его требование.

Карнеги действительно хотел выполнить это требование, но Рейс отказывался носить маску. Однажды днём Рейс и Карнеги бегали наперегонки по небольшому холму, когда вдруг Карнеги заметил того самого стража закона, сидящего верхом на рыже-коричневой лошади. Рейс бежал впереди и устремился прямо на полицейского.

Карнеги попал в переплет. Он это понимал, поэтому решил действовать на упреждение, не дожидаясь, пока полицейский заговорит.

Карнеги сказал: «Господин полицейский, вы поймали меня с поличным. Я виновен, у меня нет оправданий и отговорок. На прошлой неделе вы предупреждали меня, что если я

снова выведу щенка на прогулку без маски, то оштрафуете меня».

«Ничего страшного, ничего страшного», — ответил полицейский очень мягким тоном, — «Я понимаю, что когда вокруг никого нет, любой не удержится от того, чтобы вывести такую собачку на прогулку».

«Действительно, не удержался», — ответил Карнеги, — «но это противозаконно».

«Такая маленькая собачка вряд ли кого-то укусит, не так ли?» — полицейский, напротив, стал оправдывать Карнеги.

«Нет, она может укусить белку насмерть», — сказал Карнеги.

«О, вы, наверное, слишком серьёзно к этому относитесь», — сказал он Карнеги, — «Давайте поступим так: просто отпустите её за холм, туда, где я её не увижу, и дело будет закрыто».

Для умного человека сама по себе ошибка имеет ценность: она может превратиться в полезный опыт, который поможет преодолеть ловушку. Помните: ни в коем случае не пытайтесь скрыть ошибку, иначе вы только усугубите ситуацию.

## **Вторая глава**

**Откройте двери своего сердца**

**Крепко держись за свой листок**

Жизнь — это не великолепное зрелище и не роскошный пир, а хрупкое и опасное положение.

— Сантана

Мид прогуливался по лесу своего дяди и время от времени слышал треск ломающихся веточек, а иногда — крик совы.

«Мид, почему бабушка умерла?» — внезапно спросил его восьмилетний двоюродный брат Тим. Мид вздрогнул, потому что не ожидал, что Тим заговорит с ним: они уже так долго гуляли, а Тим до сих пор не сказал ему ни слова.

«Такова воля Бога», — ответил Мид, подняв веточку и с силой отбросив её в сторону. Он повернулся к младшему двоюродному брату и продолжил: «Бог по какой-то причине позволил ей умереть».

«Я не понимаю, объясни мне, что такое смерть?» — громко сказал Тим. Его тон удивил Мида, а в глазах, казалось, навернулись слезы.

— Тебе, наверное, очень грустно, что бабушка умерла? — Он кивнул.

«Ладно, я тебе расскажу», — Мид замолчал, надеясь, что в этот момент он увидит кроличью маму, ведущую крольчат через лес, чтобы привести их в пример. Но вокруг, кроме высоких дубов, ничего не было видно. «Тим, бабушка состарилась», — говорил он, и в этот момент с дерева упал листок; он поднял его и протянул Тиму: «Этот листок когда-то был молодым, а теперь состарился».

— Все люди так умирают? — спросил Тим, глядя на листья.

«Конечно, нет, так же как и не все листья падают одинаково».

— А как падают другие листья?

— Некоторые падают очень медленно, как бабушка...

«Это я знаю», — перебил его Тим. «Расскажи мне, а какие листья у других людей?»

«Разве я только что не говорил? Некоторые листья опадают очень медленно, как старики; а некоторые — очень быстро, словно у кого-то рак». Мид поднял с земли гальку и бросил её в небо.

«Почему одни листья опадают быстро?» Мид и представить себе не мог, что Тим задаст столько вопросов.

«Ну, я и сам не знаю, может, потому что некоторые листья от природы слабые, а может, они заболели, так же как некоторые из нас умирают рано».

«Иногда я вижу, как, когда ломается ветка, сотни и тысячи листьев падают одновременно. Как это происходит?»

«Подумай сам: когда происходит авиакатастрофа или землетрясение, разве не гибнут сотни и тысячи людей? С листьями то же самое — иногда они падают все вместе».

«Мид, а где твой листок?» Тим, казалось, немного боялся задавать такой вопрос.

«Наверняка где-то есть, но сейчас я не могу точно сказать». Миду стало немного холодно, и он застегнул молнию на куртке.

«Мид, я хочу защитить твою жизнь, я хочу поймать твой

листок, чтобы он не упал, и тогда ты не умрёшь».

Мид ошеломился. «Послушай, малыш, человек рано или поздно умирает. Смерть неизбежна, так же как ты не можешь удержать все листья — вот и всё».

«Но ведь наступает весна, и на деревьях снова появляются листья. Как это объяснить?»

«Это как будто новорожденный заменяет умершего».

Мид поднял глаза к небу — уже стемнело.

«Тогда, Мид, откуда берутся младенцы?»

«Это нелегко объяснить. Здесь так холодно, давай пойдём домой. Давай посоревнуемся, кто первым добежит до дома».

«Подожди, Мид, ты ещё не ответил на мой вопрос».

«На старт — беги!»

«Что?»

«Ничего. С этого момента давайте крепко держимся за свои листья!»

Столкнувшись со смертью, люди невольно задумываются о смысле своей жизни. Возможно, никто не сможет сказать, что на самом деле означает для нас жизнь, так же как рыба, плавающая в море, не осознает, что живет в морской воде.

## **Секрет счастья**

Секрет обретения счастья заключается не в том, чтобы всеми силами стремиться к радости, а в том, чтобы находить радость в том, что мы делаем с полной отдачей.

— Жид

Один купец послал своего сына к самому мудрому чело-

веку в мире, чтобы тот узнал секрет счастья. Юноша шёл по пустыне 40 дней и наконец добрался до прекрасного замка, возвышающегося на вершине горы. Там жил тот мудрец, которого он искал.

Наш герой вошёл в большой зал, но вместо святого он увидел необыкновенно оживлённую сцену: люди входили и выходили, в каждом углу кто-то беседовал, небольшой оркестр исполнял нежную музыку, а на столе были разложены лучшие деликатесы этого края. Мудрец беседовал со всеми по очереди, поэтому юноше пришлось ждать два часа, пока до него дойдёт очередь.

Мудрец внимательно выслушал, с какой целью пришёл юноша, но сказал, что сейчас у него нет времени раскрыть ему секрет счастья. Он посоветовал юноше прогуляться по его дворцу и вернуться к нему через два часа.

«А пока я попрошу тебя выполнить одно задание», — сказал мудрец, протягивая юноше ложку, в которую капнул две капли масла. «Когда будешь ходить, держи эту ложку так, чтобы масло не пролилось».

Юноша начал подниматься и спускаться по ступеням дворца, не отрывая глаз от ложки. Через два часа он вернулся к мудрецу.

«Ты видел персидские ковры в моей столовой? Видел ли ты сад, над созданием которого мастер-садовник трудился десять лет? Заметил ли ты те прекрасные пергаментные рукописи в моей библиотеке?» — спросил мудрец.

Мальчик почувствовал себя очень неловко и честно признался, что ничего не заметил. В тот момент его внимание было сосредоточено исключительно на задании, которое поручил ему мудрец, — не пролить масло из ложки.

«Тогда вернись и полюбуйся всеми этими редкими сокровищами, — сказал мудрец, — ведь нельзя доверять человеку, не зная его дома».

Юноша почувствовал себя гораздо спокойнее, взял ложку и снова отправился прогуляться по дворцу. На этот раз он обратил внимание на все произведения искусства, висевшие на потолке и стенах, любовался садом и окружающими горами, заметил нежность цветов и то, как каждое произведение искусства было тщательно размещено именно там, где ему и положено. Когда он снова вернулся к мудрецу, юноша подробно рассказал ему обо всём, что увидел.

«Но где же две капли масла, которые я тебе дал?» — спросил мудрец.

Юноша посмотрел на ложку и обнаружил, что масло уже полностью вылилось.

«Тогда вот единственный совет, который я хочу тебе дать, — сказал мудрец, — секрет счастья заключается в том, чтобы наслаждаться всеми чудесами и красотами мира, но при этом никогда не забывать о двух каплях масла в ложке».

«Не успеваешь и за тем, и за другим» — это состояние, с которым люди часто сталкиваются в жизни, и поэтому счастье часто считается недостижимым. Если можешь, держись

крепко за всё, что у тебя есть; если можешь, наслаждайся в полной мере тем, что дарит тебе жизнь.

## **Открытия жизни**

Жизнь подобна книге: глупцы пролистывают её наскоро, а мудрые читают внимательно.

— Пол

Тот человек жил в Филадельфии, и в детстве его семья была очень бедной. Однажды он зашел в банк и спросил: «Извините, сэр, вам нужна помощь?» Человек с внушительной внешностью ответил: «Нет, мальчик, мне не нужна помощь».

Мальчик был полон печали; он жевал леденец из лакрицы, который купил за один цент, украденный у своей набожной и добросердечной тёти. Он явно рыдал: крупные слёзы катились ему по щекам. Ни слова не сказав, он спрыгнул с мраморных ступенек банка. Банкир с изящной грацией наклонился и спрятался за дверью, потому что ему показалось, что мальчик хочет бросить в него камнем. Однако мальчик поднял что-то с земли и сунул это в карман своей поношенной и рваной одежды.

«Иди сюда, малыш». Ребёнок действительно подошёл. Банкир спросил: «Покажи, что ты нашёл?» Тот ответил: «Булавку». Банкир сказал: «Малыш, ты хороший ребёнок?» Ребёнок ответил, что да. Банкир спросил ещё: «Ты веришь в Господа? То есть, ты ходишь в школу Господню?» Тот ответил, что ходит. Затем банкир достал перьевую ручку из чистого золота, написал на бумаге чистыми чернилами слово

«St. Peter» и спросил мальчика, что это значит. Мальчик ответил: «Соленый Питер» (ребёнок перепутал аббревиатуру «St.» от английского слова «Saint» со словом «Salt», то есть «соленый»). Банкир объяснил ему, что это слово означает «Святой Петр», и мальчик воскликнул: «О!»

После этого банкир взял мальчика в партнеры, отдавая ему половину прибыли от инвестиций, и тот женился на дочери банкира. Теперь всё, что принадлежало банкиру, стало его собственностью, полностью перешло к нему.

Дядя Марк Твен рассказал Марку эту историю, и Марк целых шесть недель провёл у входа в один из банков, собирая булавки. Марк надеялся, что банкир позовёт его внутрь и спросит: «Малыш, ты хороший мальчик?» На что Марк ответил бы: «Да». А если бы банкир спросил Марка, что означает «Сент-Джон», я бы ответил: «Соленый Джон». Однако банкир не спешил искать партнера, и Марк догадался, что у него, скорее всего, нет дочери, а есть сын, потому что однажды он спросил Марка: «Малыш, что ты там подбираешь?» Марк очень вежливо ответил: «Булавку». Банкир сказал: «Давай посмотрим». Он взял булавку. Марк снял шляпу и уже был готов последовать за ним в банк, чтобы стать его партнером и жениться на его дочери. Но Марка так и не пригласили. Он сказал: «Эти булавки принадлежат банку, и если я ещё раз увижу, как ты здесь слоняешься, я натравлю на тебя собаку!» Потом Марк ушёл, а булавку конфисковал тот скупой старый ублюдок. Вот какую жизнь обнаружил Марк.

Жизнь для каждого человека непохожа, так же как в мире нет двух абсолютно одинаковых листьев. Что бы ни случилось, пусть всё проходит с радостью! Такова жизнь. Мы должны принимать жизнь такой, какая она есть, смело и отважно проживать её, и всегда улыбаться.

### **Не стоит так заканчивать**

Мудрый сын радуется отцу, а глупый сын приносит позор матери.

— Соломон

Медсестра Хейт положила листок бумаги и ручку на столик у кровати Милса.

«Спасибо», — сказал он.

У мистера Миллса была дочь. Хейт узнала её адрес и номер телефона в справочной службе больницы.

«Мисс Дженни Милс? Это Сью Хейт, медсестра из больницы. Я звоню по поводу вашего отца. У него сердечная недостаточность, его сегодня вечером госпитализировали, и...»

«О, нет!» — вскрикнула она в трубку. «Он же не умрёт, правда?» Это было скорее мольбой, чем вопросом.

«Сейчас с ним всё в порядке», — сказала Хейт, стараясь, чтобы её голос звучал убедительно.

«Вы не можете позволить ему умереть, прошу вас, прошу вас!» — умоляла она.

«Ему сейчас оказывают лучшую медицинскую помощь», — попытался утешить её Хейт.

«Но ты не знаешь, — объяснила она, — мы с папой поспорились, очень сильно, и это было почти год назад. Я... я с тех пор его не видела. Последнее, что я ему сказала, было: „Я тебя ненавижу“».

Её голос задрожал, и Хейт услышала, как она внезапно разрыдалась. Хейт молча слушала. Отец и дочь — вот так они потеряли друг друга. В этот момент Хейт невольно вспомнила о своём отце.

Дженни изо всех сил сдерживала слёзы.

«Я еду, прямо сейчас! Буду через 30 минут», — сказала она и повесила трубку.

Хейт пыталась думать о чём-нибудь другом, но у неё не получалось. Комната № 712 — Хейт почувствовала, что должна вернуться в комнату № 712! Хейт почти бегом промчалась через холл.

Мистер Милс лежал неподвижно, словно заснул. Хейт проверила его пульс — его не было.

«О, Боже!» — молилась Хейт, — «Его дочь вот-вот придет, только не так это должно закончиться!»

Дверь внезапно распахнулась, и в палату ворвались врачи и медсестры. Один из врачей начал делать ему искусственное дыхание. Хейт смотрела на монитор сердечной деятельности — никакой реакции, ни одного удара сердца. Они пробовали снова и снова, но реакции так и не последовало.

Одна из медсестёр выключила монитор. Они один за другим вышли из палаты. Хейт стоял у его кровати, словно оше-

ломлённый. Как Хейт теперь объяснит всё его дочери?

Когда Хейт выходил из палаты, он увидел её. Врач, только что вышедший из палаты № 712, стоял рядом, поддерживая её и что-то говоря, а потом отошёл, оставив Дженни прислониться к стене. Какое мучительное выражение лица, какие израненные глаза увидел Хейт!

«Дженни, прости», — сказал Хейт.

«Знаешь, я никогда не ненавидела его, я люблю его», — сказала она. «Если бы я только пришла к нему чуть раньше...» Хейт обнял её за плечи, и они медленно пошли по коридору к палате № 712. Она резко распахнула дверь, подошла к кровати и уткнулась лицом в простыню.

Хейт не хотела смотреть на эту сцену трагического прощания. Вдруг она заметила листок бумаги на тумбочке у кровати и подняла его.

«Моя дорогая Дженни, я прощаю тебя и умоляю тебя простить меня. Я знаю, что ты любишь меня, и я тоже люблю тебя. Папа».

Руки Хейт дрожали, и она поспешно сунула записку Дженни; та прочитала её один раз, потом ещё раз. Она крепко прижала записку к груди.

Хейт на цыпочках вышла из комнаты и бросилась к телефону. Хейт хотела позвонить отцу и сказать ему: «Папа, я люблю тебя».

Мы живём в огромном мире, и вокруг нас повсюду царит любовь. Любую любовь кто-то может объяснить, но есть

только одна любовь, которая вызывает у людей не только замешательство, но и сомнения, — это отцовская любовь.

### **Невежливость без причины**

Если человек вежлив и любезен с незнакомцами, то он, несомненно, искренний и сострадательный человек.

— Бэкон

Отец Чарльза уже давно умер, но эта история, связанная с ним, до сих пор не даёт ему покоя.

Когда Чарльз был маленьким, он часто помогал отцу в его бакалейной лавке. Там работали одни взрослые, и отец надеялся, что сын сможет чему-то полезному научиться у них.

В лавке был один человек, которого не очень любили; сотрудники за его спиной называли его «развратным стариком». Все знали о его неверности жене, и с моральной точки зрения он явно не заслуживал уважения.

Чарльз тоже слышал о его характере, поэтому, как и другие дети, относился к нему с большим пренебрежением. Дети обращались к другим взрослым мужчинам как «мистер такой-то», а этого «старого негодяя» они называли только «Джо».

Однажды отец Чарльза услышал разговор сына с «Джо» и позвал его к себе в кабинет.

«Сынок, — сказал отец, — я уже говорил тебе, что с старшими нужно разговаривать вежливо. Но только что я слышал, как ты громко кричал: „Джо“».

Сын объяснил отцу, почему он намеренно относится к

«Джо» иначе, чем к «мистеру Смиту» или «мистеру Брауну».

В конце концов сын сказал отцу: «Слово „мистер“ предназначено для тех, кто заслуживает уважения, а этот парень его не заслуживает!»

«Достоин он этого или нет — это его дело, а то, как ты с ним обращаешься, — твоя проблема. Сейчас невежливым являешься ты, молодой человек!» — сказал отец. «Твое мнение о другом человеке не является оправданием для твоей невежливости!»

Это был глубокий урок, который преподал ему отец, и он остался с Чарльзом на всю жизнь, даже после того, как тот стал очень успешным бизнесменом.

В жизни всегда бывают грубые и необоснованные упреки, которые задевают нас, но в такие моменты не стоит спешить с ответом — сначала следует подумать, как следует поступить. Ведь когда мы ведем себя невежливо, мы показываем больше о себе, чем о том, кого ненавидим.

### **Различные уровни цивилизованности**

Высшая ступень нравственного совершенства — это осознание того, что мы должны контролировать свои мысли.

— Дарвин

В начале 1960-х годов один очень способный человек, ранее занимавший должность директора средней школы, участвовал в выборах в Конгресс от одного из штатов Среднего Запада США. У этого человека были отличные реко-

мендации, он был умным и энергичным, и, казалось, у него были все шансы выиграть эти выборы.

Однако в середине предвыборной кампании распространился небольшой слух: три-четыре года назад на образовательном съезде, проходившем в столице штата, он «позволил себе несколько двусмысленных действий» в отношении молодой учительницы. Это была настоящая громкая ложь, и кандидат, испытывая сильное возмущение, изо всех сил пытался оправдаться.

На каждом митинге он вставал и изо всех сил пытался развеять этот злобный слух. На самом деле большинство избирателей вообще не слышали об этом, и узнали об этом только после того, как кандидат сам заговорил об этом.

В результате чем больше кандидат заявлял о своей невинности, тем больше люди верили в его вину — чем больше он пытался оправдаться, тем больше его репутация портилась.

Толпа с полной уверенностью задавала встречный вопрос: «Если он действительно невиновен, почему же он так упорно пытается оправдаться?» Это только подлило масла в огонь, ситуация ухудшалась, и в конце концов он потерпел полное фиаско. И что самое печальное, в конце концов даже его жена поверила в слухи. Близкие отношения между супругами были полностью разрушены.

Многие талантливые люди становились жертвами злонамеренных обвинений, в результате чего их уже ничто не мог-

ло оправдать.

Очевидно, что этот ректор не очень умело справился с клеветой. Но умный человек выбрал бы более подходящую стратегию — не оправдываться, а просто доказать свою правоту.

Дэвид Шварц в начале своей карьеры университетского профессора однажды пережил похожую ситуацию. В то время он уже несколько раз подряд занимал пост председателя «Комиссии по отчислению студентов». Эта комиссия была создана с целью разработки правил, которыми должны были руководствоваться студенты, чьи оценки были настолько низкими, что их приходилось отчислять.

После многочисленных заседаний и обсуждений комиссия должна была представить отчёт всему преподавательскому составу. Шварц передал этот отчёт председателю собрания и вернулся на своё место. В этот момент один из профессоров внезапно встал и подверг каждый аспект отчета резкой критике. Он охарактеризовал отчет как «слабый», «незрелый» и «такой же незрелый, как и его автор». Его критика была настолько придирчивой, насколько это только возможно.

Шварцу очень хотелось тут же ответить язвительной репликой и отомстить. Однако он всё же заставил себя снаружи выглядеть так, будто ничего не произошло.

Его длинная речь заняла время, превышающее продолжительность устного доклада более чем вдвое, и председа-

тель заседания обратился к Шварцу со словами: «Профессор Шварц, хотите ли вы что-нибудь добавить к критике этого профессора?» Шварц тут же встал и ответил: «Мне действительно очень жаль, что этот доклад не устроил этого профессора. Что касается меня лично, я бы хотел провести открытое голосование».

Затем прозвучало ещё несколько критических замечаний, после чего действительно прошло голосование. Результат голосования — 4:1 в пользу доклада: Шварц одержал победу.

После завершения заседания один из опытных профессоров, проработавший в университетской администрации 40 лет, отвёл Шварца в сторону и сказал: «Шварц, я очень рад, что вы только что не пошли на его уровень. У вас были веские основания довести его до ярости, и вы могли бы ответить на его обвинения тем же способом. Каждый из присутствующих здесь сегодня считает, что его критика противоречит здравому смыслу. Но стоит тебе только начать перечить, как ты сразу же лишишься сочувствия и поддержки со стороны других».

Он продолжил: «Мы все считаем себя цивилизованными, но у цивилизованности есть разные уровни. Нецивилизованный человек, услышав неприятную критику, быстро набросится на собеседника с кулаками; получивилизованный человек не станет использовать кулаки, а ответит словом, язвительными высказываниями; а по-настоящему цивилизованный человек не удостоит собеседника ни кулаков, ни словес-

ных атак — он просто воздержится от ответа, прекрасно понимая, что единственный способ победить в такой ситуации — это проигнорировать его».

Саженец без корней не будет расти, а высказывания, не основанные на фактах, не будут долго распространяться. Как говорится, «чистый сам по себе чист», а молчание — золото. Не понижайте свой уровень из-за невежества клеветников.

### **Начните с прорыва в своём сердце**

Самый страшный враг — это отсутствие твёрдой веры.  
— Роман Ролан

Для Ларла, как для тяжелоатлета, самым большим препятствием было преодолеть текущий «плафон» и успешно поднять вес в 500 фунтов.

Практически каждый спортсмен на каком-то этапе сталкивается с «плато»: это может быть невозможность превзойти прежние результаты, улучшить технику выполнения упражнений или повысить уровень выступления; а может быть, это неспособность превзойти скорость быстрой подачи, точность стрельбы, время прохождения дистанции, определённую высоту или расстояние.

В ходе тренировок по тяжелой атлетике Лар стабильно преодолевал все более высокие весовые барьеры: от 400 фунтов, 450 фунтов, 475 фунтов, 490 фунтов, 495 фунтов и вплоть до 498 фунтов. Но 500-фунтовый вес Лар поднять не мог. Хотя Лар и твердил, что обязательно сможет поднять 500 фунтов, в душе он в это не верил.

Когда вес достигает определённого уровня, обычно не принято поднимать штангу самостоятельно, иначе вы уже будете измотаны ещё до начала подъёма. Поэтому, как правило, штангу поднимает тренер или помощник.

Однажды тренер Ларла сказал ему: «Эй, Джим, давай попробуем ещё раз, а потом сможем принять душ и пойти домой. Давай, подними ещё раз 400 фунтов».

Лар поднял штангу, и тогда его тренер воскликнул: «Боже мой! Думаю, они ошиблись, я уверен, что эта штанга весит 506 фунтов!»

С того момента для Ларла поднять 500 фунтов перестало быть какой-либо трудностью.

На самом деле тогда Ларла сдерживало не то, что он недостаточно тренировался или не обладал достаточной физической подготовкой. Если судить только по физической силе, Ларл, скорее всего, смог бы поднять 500 фунтов ещё несколько недель назад. Настоящая причина заключалась в его мыслях. Ларл знал, что способен поднять 500 фунтов, потому что уже сделал это.

Лар больше не сомневался в своей способности поднять 500 фунтов!

Искренняя вера — это жемчужина на жизненном пути, которая сияет как на солнце, так и в темноте ночи; истинная вера рождается из желания, ведь верить можно только тогда, когда хочешь верить, и верить можно только тогда, когда надеешься на это.

## Бежавший король

Великие дела требуют решимости, способностей, организованности и чувства ответственности.

— Ибсен

Много лет назад один король возглавил свою армию, чтобы отразить вторжение соседнего государства, но после многочисленных сражений его войска разбежались, и король, переодевшись в пастуха, бежал в лес. Голодный и измученный король увидел хижину дровосека, подошёл к ней и постучал в дверь; ему открыла жена дровосека. Король попросил у неё немного еды и разрешения переночевать. Король выглядел слишком убого, и жена дровосека не догадалась о его истинном положении. Она сказала королю: «Если ты поможешь мне присмотреть за этими пирожками, которые лежат на печи, я накормлю тебя ужином. Мне нужно выйти подоить коров. Присматривай за пирожками и не дай им подгореть, пока меня не будет».

Король согласился и сел у печи. Он сосредоточенно наблюдал за пирожками, но вскоре его мысли полностью захватили заботы: как восстановить свою армию и как затем отразить врага. Чем больше он думал, тем безнадежнее ему казалось положение, и он даже начал считать, что дальнейшая борьба бессмысленна.

Вскоре вернулась жена дровосека. Она увидела, что комната заполнена дымом, пирог превратился в обуглённые крошки, а король сидел у печи, задумчиво глядя на пламя,

и даже не заметил, что пирог подгорел.

Жена дровосека сердито воскликнула: «Ты, ленивый и бесполезный человек! Посмотри, что ты наделал — из-за тебя у нас не будет ужина!» Король очнулся от своих размышлений и лишь стыдливо опустил голову.

В этот момент вернулся дровосек и узнал короля. Он сказал своей жене: «Ты знаешь, кого ты ругаешь? Это наш благородный король».

Его жена испугалась, подбежала к королю, опустилась на колени и стала умолять его о прощении.

Король попросил её встать и сказал: «Ты была права, когда ругала меня. Я обещал присмотреть за пирогом, но он подгорел, и я заслужил твой упрек. Любой, кто берёт на себя ответственность, какой бы она ни была, должен добросовестно её выполнять. На этот раз я провалился, но больше такого не повторится — я пойду выполнять свои обязанности короля».

Спустя несколько дней король реорганизовал свою армию и разгромил врага.

Как в сказочном королевстве, так и в реальном мире чувство ответственности всегда относится к числу добродетелей, поскольку оно всегда пробуждает в людях совесть и вызывает в них необычайную силу.

### **Пассажир на халяву**

Ложь всегда скучна и утомительна, она вызывает отвращение.

— Буага

Эдвард редко подвозил автостопщиков. Глядя на его спину, Эдвард увидел такого человека: он был в лохмотьях, худощавого телосложения, с висящими штанами, на голове у него косо сидела старая тканевая кепка, а на спине висел потрепанный рюкзак, привязанный ремнем. Но его лицо не было таким унылым и несчастным, как представлял себе Эдвард, а выражало спокойствие и умиротворение.

Эдвард невольно дал задний ход и спросил, не хочет ли тот прокатиться. Тот слегка кивнул и сел в машину.

Добравшись до мотеля, у которого они договорились встретиться, Эдвард предложил ему выйти. «Спасибо», — сказал тот и направился к главной дороге.

Чуть позже, когда Эдвард вышел, чтобы пойти в ресторан, он увидел, что тот стоит рядом с его машиной.

«Ты сегодня подвез меня, и я хочу отблагодарить тебя».

— Не нужно. Это не имеет значения.

«Нет, это был добрый поступок. Пожалуйста». Его тусклый взгляд заставил Эдварда почувствовать какую-то совершенно незнакомую ему сдержанность.

Эдвард сел в салон, опустил стекло и посмотрел на него. Тот засунул руку в рюкзак, и Эдвард, невольно почувствовав напряжение, сжал кулаки, готовый к действию. Но из рюкзака тот достал старую гармошку. Эдвард сразу же успокоился. Хотя это и было немного странно, в этом не было злого умысла. Мелодия зазвучала неторопливо, и Эдвард неволь-

но замер в восторге.

Эдвард не мог разобрать, какую мелодию играла гармоника: это не было ни классикой, ни кантри, ни джазом — она совершенно не походила на музыку, которую он знал. Хотя мелодия исполнялась импровизированно, отдельные ноты были связаны между собой, словно нитка жемчуга: одна жемчужина крупнее другой. Дойдя до самой крупной, слушатель наслаждался таким же гармоничным ритмом, но на этот раз, считая в обратном порядке, одна жемчужина становилась меньше другой. Удивительная и прекрасная музыка, которую играл этот странный человек, заморозила Эдварда.

Из мотеля вышла молодая пара; услышав звуки гармоника, они остановились и тихонько хихикнули. Эдвард вдруг почувствовал неловкость и попытался скрыть своё смущение словами. «Неплохо, популярный рок, очень даже, но мне пора». В голосе Эдварда не было грубости, но в нём действительно слышалась неестественная легкомысленность, продиктованная сарказмом и высокомерием. Молодая пара громко рассмеялась.

Музыка постепенно затихла, и на мгновение воцарилась тишина. Мужчина отложил гармошку, продолжая смотреть на Эдварда, шевельнул губами, слегка горько улыбнулся, затем повернулся, поправил рюкзак на плече и направился к главной дороге. Эдвард смотрел ему вслед.

Молодая пара всё ещё смеялась. Парень сказал: «В мире столько странных людей, правда?»

Эдвард почувствовал к ним некоторую неприязнь, но тут же передумал: даже если бы он догнал того человека, ему нечего было бы сказать. Он сам насладился прекрасным моментом, а теперь это уже осталось в прошлом.

В жизни есть много прекрасных мелодий, к которым стоит прислушаться, особенно тех нот, что струятся из глубины человеческого сердца. Если ты действительно чувствуешь себя наполненным счастьем, зачем тогда обращать внимание на взгляды окружающих?

### **Цена излишних размышлений**

Не начав действовать, невозможно узнать результат.

— Говард Зин

В средневековой Европе один рыцарь, привыкший к беспокойству, хотел отправиться в дальний путь. Он был полон тревог и перед отправлением глубоко убеждал себя, что должен заранее подготовиться ко всему.

Беспокойный рыцарь сначала сел в удобное кресло и перебрал в уме все, что необходимо взять с собой. Убедившись, что обдумал всё до мелочей, он приступил к сбору путевых вещей.

Во-первых, чтобы защититься от разбойников, которые могут встретиться в пути, или от невежливых вызовов со стороны других рыцарей, рыцарь, конечно же, должен был надеть полный комплект доспехов и вооружиться двумя длинными мечами на случай, если один из них будет сбит противником. Затем он взял с собой большую бутылку спе-

циальной мази, которая защищала от солнечных ожогов, а также от случайных повреждений, наносимых ядовитыми травами и насекомыми.

Кроме того, предусмотрительный всадник подумал, что для приготовления пищи на природе обязательно понадобится острый топор, чтобы быстро нарубить достаточное количество дров, а также незаменимые кастрюля, ложка, тарелка и достаточное количество сухих продуктов.

На случай, если ночью во время сна пойдёт дождь, всадник специально привязал палатку к седлу. А раз уж у него была палатка, то для комфортного и крепкого сна, конечно же, не обойтись без мягкого одеяла.

Наконец, чтобы его конь не страдал от нехватки корма, когда они доберутся до безлюдных мест, всадник связал большой сноп сена, который послужит боевым провиантом для его любимого коня.

Когда все было готово и после тщательной проверки, этот обеспокоенный всадник наконец с облегчением взобрался на лошадь и официально отправился в путь.

По дороге звуки стука кастрюль, мисок и ложек, смешанные с лязгом двух длинных мечей, раскачивающихся по бокам, не умолкали ни на минуту, так что издалека этот великий всадник напоминал, словно, механический завод, переезжающий на новое место; а сам он выглядел как куча крупного мусора, способного самостоятельно передвигаться.

Всадник медленно ехал и подошёл к запущенному мосту.

Проехав половину моста, внезапно доска сломалась, и всадник вместе с лошадыю упал в бурный поток под мостом. Когда он уже был на грани утопления, этот озабоченный всадник вдруг вспомнил, что забыл взять с собой спасательный круг.

Ничто не может быть идеальным во всех отношениях. Если ждать, пока все условия созреют, прежде чем действовать, это означает, что ждать придётся бесконечно. Возможно, некоторые вещи занимают очень важное место в наших сердцах, но зачастую становятся препятствием для наших действий.

Перед Творцом люди должны стараться вести себя как можно скромнее. Каждый должен осознать: какие бы уловки мы ни прибегали, они не ускользнут от Его взора, и время от времени Он будет напоминать вам о Своем существовании.

### **По ту сторону победы**

С достоинством признать свою ошибку — значит одержать победу.

— Касойни

Всем известно, что генерал Дуглас Макартур был склонен к саморекламе и любил быть в центре внимания. Но даже те его коллеги, которые из-за этого высказывали в его адрес нелестные замечания, не могли не восхищаться его актерским талантом. Генерал Маршалл, с которым у него с давних пор были серьезные разногласия, однажды сказал: «Если бы Макартур снял военную форму и надел театральный костюм,

он стал бы великим актером своего времени».

Осенью 1944 года история вновь предоставила этому «любимцу Бога» сцену для проявления своих актерских талантов. В октябре того года американские войска после кровопролитных боев отбили Филиппины у японцев, и штаб Тихоокеанского театра военных действий, находившийся в изгнании в Австралии в течение четырёх лет, должен был вернуться на эти острова. Несомненно, день передислокации войск будет рассматриваться как веха в Тихоокеанской войне и привлечёт внимание всего мира. Мак-Артур, будучи главнокомандующим театра военных действий, был в восторге и твердо решил воспользоваться блеском софитов, чтобы продемонстрировать свою величественную фигуру.

20 октября пляж острова Лейте на Филиппинах был заполнен толпой людей, с нетерпением взирающих на юг. Хотя выбор такого безлюдного уголка для церемонии встречи вызывал недоумение, желание увидеть генерала, возвращающегося после сотен сражений, заставило людей прибыть в назначенное время.

Ближе к полудню самолет Мак-Артура наконец появился над горизонтом, и тревога в сердцах людей мгновенно рассеялась. Самолет приближался, и через несколько минут на его фюзеляже уже можно было отчетливо разглядеть символы. Взволнованная толпа, раскрыв рты, уже собиралась ликовать, но самолёт вдруг замер в воздухе и приземлился на поверхность океана почти в ста метрах от берега. Люди на

берегу ошеломились, застыли с раскрытыми ртами, а в их глазах отразились беспомощность и отчаяние, словно на их глазах вот-вот повторится сцена из древнегреческой трагедии.

Следующие несколько секунд тянулись так медленно, словно время остановилось. Внезапно открылись двери салона, и из них появилась знакомая фигура. С знаменитым окурком из кукурузного стебля, неторопливо зажатым между губами, и пятью сверкающими генеральскими звездами на плечах этот генерал на фоне бескрайней морской глади выглядел ещё более уверенным и загадочным.

Как будто не обращая внимания на воду у своих ног, Мак-Артур медленно спустился по трапу; к тому моменту, как он остановился, вода уже доходила ему до пояса. Затем уголки его рта несколько дрогнули, и его улыбающееся выражение лица внезапно стало серьёзным, а торчащая из воды верхняя часть тела, словно скульптура, начала двигаться к берегу. Как только его нога коснулась берега, он поднял руки и воскликнул: «Мы достигли берега победы!»

Люди словно пробудились от сна, и раздался громоподобный ликование.

Это и было шедевром, над которым Мак-Артур так тщательно трудился: посадить самолёт на воду, уходящую по колено, а затем перейти на берег по воде (конечно, в высоких кожаных сапогах), чтобы таким образом символизировать, что под его командованием американские войска перешли

от обороны на море к наступлению на территорию Японии.

На мгновение Мак-Артур действительно привёл собравшихся на берегу в восторг. Но когда эмоции улеглись, люди быстро заметили, что его промокший до пояса вид выглядел нелепо и смешно, словно он был беглым солдатом, потерпевшим поражение. Мак-Артур стоял, чувствуя себя неловко, сожалея о том, что допустил одну-единственную оплошность и стал жертвой капризов моря.

Оказалось, что из-за изменения прилива вода, глубина которой по предварительным расчётам должна была доходить до колен, поднялась уже до пояса.

Перед Творцом люди должны стараться вести себя как можно скромнее. Каждый должен осознать: какие бы уловки мы ни придумывали, они не ускользнут от Его взора, и время от времени Он будет напоминать вам о Своем существовании.

### **Успешный неудачник**

Если ты хочешь ценить свою собственную ценность, ты должен создавать ценность для мира.

— Гете

Со стороны могло показаться, что школьная жизнь мальчика по прозвищу Спарчи была просто невыносимой. В начальной школе он постоянно получал неудовлетворительные оценки по всем предметам. В средней школе его оценки по физике обычно были нулевыми, и он стал учеником с самыми плохими результатами по физике за всю историю своей

школы.

Результаты Спарчи по латыни, алгебре и английскому языку были столь же плачевны, а в спорте дела обстояли не намного лучше. Хотя он входил в школьную команду по гольфу, в единственном важном матче сезона он потерпел сокрушительное поражение. Даже в утешительном матче для проигравших, который состоялся после этого, он выступил просто ужасно.

# 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.