

Быть эгоистом. Универсальные правила

Автор:

[Андрей Курпатов](#)

Быть эгоистом. Универсальные правила

Андрей Владимирович Курпатов

Универсальные правила

Надо ли себя любить? – вопрос, которым рано или поздно задается каждый из нас. По природе своей человек эгоистичен, но он не умеет пользоваться своим эгоизмом, а в результате страдает и он сам, и его близкие. Книга «12 нетривиальных решений. Обрети мир в своей душе» ответит на самые важные вопросы в жизни каждого человека: как найти себя? Как перестать играть и начать жить? Как не допускать ошибок и строить свою жизнь с пользой для себя и других?

Книга выходила также под названиями «Пособие для эгоиста. Как быть полезным себе и другим», "12 нетривиальных решений. Обрети мир в своей душе".

Андрей Курпатов

12 нетривиальных решений. Обрети мир в своей душе

От автора

Когда я принес рукопись этой книги в издательство, на титульном листе значилось: «Пособие для эгоиста». Обычно мои названия в издательстве не

жалуют, а тут ухватились и были очень довольны. Я, конечно, слегка занервничал – с чего бы это?.. Мне и ответили: «Про эгоизм – это хорошо! Это любят!» «Но это не в том смысле!» – попытался откреститься и запротестовать я, но было поздно.

О чем же эта книга на самом деле? Она о том, как обрести мир в своей душе. Не больше и не меньше. Ведь когда я говорю об эгоизме, я говорю о нем не с точки зрения морали, а с точки зрения здравого смысла. В конце концов, доктор Курпатов – доктор, а не священник. И если с точки зрения морали эгоизм – это плохо, то с точки зрения здравого смысла эгоизм – это вообще другое!

Вот давайте задумаемся: эгоист – это человек, который хочет, чтобы ему было хорошо. Правильно? Правильно. Но тут я спрашиваю себя: а будет ли ему хорошо, если всем вокруг будет плохо? Поскольку я абсолютно уверен, что нормальный человек может быть счастлив только в счастливом окружении, я полагаю, что правильный эгоизм – это хотеть помогать другим людям быть счастливыми и быть счастливым, потому что все вокруг тебя счастливы. Вот такой здравомыслящий эгоизм...

Итак, каким же будет «нетривиальное решение», если мы всерьез вознамерились обрести мир в своей душе? Очень просто: делать мир вокруг себя счастливым и испытывать радость, осознавая и ощущая это счастье. Таков рецепт лечебной микстуры. А двенадцать ее составляющих – в этой книге.

«Микстура» сладкая, не пугайтесь! Пейте на здоровье! И с удовольствием!

Искренне Ваш,

Андрей Курпатов

Предисловие

Меня часто спрашивают: «А нужно себя любить или нет?» Этот вопрос, признаться, ставит меня в тупик. С одной стороны, совершенно очевидно, что

любить себя нужно: ведь если ты сам, зная себя самого стократ лучше других, себя не любишь, то, видимо, и недостойн любви. В противном случае любил бы и не спрашивал.

С другой стороны, любить себя нужно хотя бы из практических соображений. Если любишь – значит, заботишься, если заботишься, значит, развиваешься и хорошеешь. Так что надо себя любить, надо! Кроме того, если даже ты сам себя не любишь, то кто же полюбит тебя? А в любви к себе мы все нуждаемся, а поэтому ответ понятен и альтернативы нет – любить себя нужно.

Но есть и третья, роковая сторона вопроса. Спрашивающий, по всей видимости, уверен в том, что он себя не любит, в противном случае он бы и не решал эту дилемму – любить или не любить? А вот я, напротив, сильно в этом сомневаюсь. Я думаю, что он себя любит, и любит самозабвенно! По крайней мере, анализируя происхождение указанного вопроса, становится совершенно очевидно, что он себе сострадает и делает это самым любящим образом.

Например, человеку кажется, что он заботится о других, все для них делает, а о себе не думает. Разумеется, он сострадает своей жертвенной роли, т. е. на самом деле любит и жалеет себя. Или вот другой пример, человек боится что-то в своей жизни менять: выгнать мужа – изменника и алкоголика, бросить опостылевшую работу и искать другую, сказать своим родителям: «Извините, мне уже сорок лет, и я сам знаю, что мне надо, а чего мне не надо». Боится принять решение и взять на себя ответственность, потому что жалеет себя, а если жалеет, разве же не любит? Нет, право, об отсутствии любви к себе тут думать, мягко говоря, трудно. Она есть, но такая ли, какая действительно нужна?

Вот об этом, собственно, и книжка. О том, как любить себя, но делать это правильно, так чтобы «возлюбленный» – т. е. мы сами – был бы не только любим, но и счастлив этим. Все в нашей жизни начинается с нас самих. Какой мы делаем свою жизнь, такая она у нас и есть. И тут даже не на кого пенять! Можно, конечно, но толку-то? Пока мы сами своей жизнью не займемся, она складываться не будет. Заклинание Емели: «По щучьему веленью, по моему хотенью!» – здесь не работает.

Конечно, лень собой заниматься, это я понимаю. Трудно встать одним прекрасным утром, сказать себе: «А с сегодняшнего дня ты, дорогуша, собираешься с силами и строишь свою жизнь, потому что любовь – это то, чего

ты достоин, то, без чего тебе никак не обойтись». Но если этого не сделать, на что можно рассчитывать?

Страдающий человек хочет и ждет, чтобы о нем кто-то позаботился. Согласитесь, это вполне естественно. И ведь все мы этого ждем – чего лукавить? Но вот какая ситуация получается: все ходят и мечтают, что о них другие будут думать. Подчеркиваю – все, а в результате – никто, никто ничего не делает, и все страдают. Хорошо устроились, нечего сказать!

Так любим мы себя на самом деле или нет? Истина такова: каждый человек всегда думает о себе, он хочет для себя хорошего, а плохого ему для себя не надо. У кого-то есть другое мнение на этот счет?.. Сожалею, если так, поскольку, по меткому замечанию Сократа, спорить можно с кем угодно и о чем угодно, но только не с истиной.

И эта истина не в эгоизме, как можно было бы подумать, а в правде жизни. Нам остается ее только признать. Отрицать реальность с тем лишь, чтобы сохранить «добропорядочное лицо», чтобы не показаться «эгоистом», чтобы не устыдиться самих себя – значит обманываться. И я надеюсь, что среди моих читателей не многие готовы пожертвовать качеством своей жизни ради соответствия некоему абстрактному идеалу «пристойности».

Да, о себе нужно думать, заботиться о себе нужно, помогать себе – нужно! Все это нужно, но главное – знать как. Нужно, потому что каждый хочет, чтобы рядом с ним был сильный, ухоженный, уверенный и надежный человек. Следовательно, и нас хотят видеть такими, а потому мы должны хорошенько подумать о себе, подумать, как такими – желанными – стать. Иными словами, мы должны думать о себе, если мы действительно думаем о других, т. е. о наших родных и близких, о тех, кто нам дорог.

Вот почему эта книжка не об эгоизме (хотя именно о нем я и буду рассказывать), а об альтруизме. Ведь альтруизм человека не в том, чтобы зарезать себя на жертвенном алтаре несчастья других людей, а в том, чтобы уметь быть счастливым и дарить счастье окружающим. Так что, как ни крути, нужно быть эгоистом, только не в нравственном, а, если угодно, в психотерапевтическом смысле этого слова.

И вот еще один аспект проблемы, который я хотел бы затронуть в предисловии. Когда я написал книгу «Самые дорогие иллюзии», мне показалось, что я сделал очень важное дело. Там представлены четыре роковые психологические ошибки, которые мы все с вами делаем, расплачиваясь за них качеством своей жизни. И тогда мне казалось, что этого знания вполне достаточно для человека, желающего обрести подлинную защищенность, уверенность в своих силах и простое человеческое счастье.

«Иллюзии», судя по отзывам, удались. Но в какой-то момент, общаясь со своими читателями, я понял, что этой книге недостает, быть может, главного – там не написано, ради чего нужно себя защищать, зачем нам уверенность в своих силах, почему мы должны ковать свое счастье. Впрочем, это кажется достаточно странным – объяснять человеку, зачем ему все это необходимо знать и делать. Это же ясно как белый день!

Но одной только ясности, как оказывается, здесь недостаточно. Необходим еще и внутренний мотив, то, что будет толкать нас изнутри, – и для того, чтобы узнавать, и для того, чтобы делать. Нужна нам, иными словами, «идеология счастья» для нашей собственной жизни, чтобы мы понимали, ради чего стараемся, чтобы чувствовали – есть перспектива, есть смысл, есть цель. А пока у нас с вами всего этого нет, даже потребность быть счастливыми – и та, как это ни странно, отсутствует!

Те из нас, кто стал зрелой личностью до 1985 года, т. е. родом из СССР, знают как «Отче наш» (и вместо «Отче наш»), что сначала «общественное» и лишь потом – «личное», а лучше и вовсе без «личного». И ведь все у нас было замечательно. Ну вспомните! Было понятно главное: что хорошо, а что плохо, куда идем, зачем идем и каковы «запланированные жертвы». То, что все это оказалось ерундой на постном масле, – это тема другого разговора. Но была определенность! Цели были, ориентиры были, смысл – был!

А что теперь? Как теперь обстоят дела с определенностью? Кто из нас может, положив руку на сердце, сказать – вот это, мол, хорошо, а вот это – плохо? Не уверен, что таких «сердечников» много найдется. Последствия же этой неопределенности – растерянность: нам непонятно, что делать. У нас нет цели (раньше ее, правда, тоже не было, но она хотя бы предполагалась), а нет цели – нет и смысла, нет ни правого, ни левого, ни правильного, ни неправильного. Короче говоря, полный коллапс и стоп машина!

Участь витязя на распутье и та кажется теперь завидной: у него, по крайней мере, хоть какая-то альтернатива была, а у нас что? Стоим посреди пустыни, смотрим поверх барханов, и на всем обозримом пространстве ни черта не видать! Как поступим? Будем до скончания века дожидаться гласа небес или обратимся внутрь себя и найдем то, что так долго искали?

В каждом человеке скрыта его сущность, именно ее, преодолевая собственную раздробленность, он ищет всю свою жизнь. И пока не найдет, не будет счастлив. Вот почему я посвятил эту книгу рассказу о нас самих, о том, как найти себя, понять себя и прожить свою жизнь в мире и гармонии с самим собой. Только в этом случае в нас достанет мудрости и силы быть нужными другим людям, умения дарить радость тем, кто нам дорог, а главное – желания жить и радоваться жизни. И если вы разделяете эту мою заинтересованность – присоединяйтесь! Перед вами «Пособие для эгоиста» – книга о том, как быть полезным себе и другим!

Вместо введения: Предостережение

Признаться, я долго думал о том, что написать в «Введении» к этой книге. Больше того, я даже написал несколько вариантов, но удалил – и первый, и второй, и третий. В них я то извиняюсь за название книги, говорю: мол, это не то, о чем вы подумали, есть особенный эгоизм – он хороший, о нем речь. То я, напротив, пускаюсь во все тяжкие, говорю: человек – он всегда эгоист, природа его такова, и ничего вы с этим не поделаете. Короче говоря, запутался совершенно. Что сказать – знаю, а как – ну хоть убей, ума не приложу!

Теперь вот я думаю, что раз это «Введение», то должно быть в нем что-то предваряющее основной текст. А что его может предварить? Я собираюсь рассказывать о том, что есть на самом деле. Звучит странно, но это именно так. Ведь в книгах чаще всего говорят о том, что должно быть, а не о том, что есть. В художественных произведениях писатели и вовсе все придумывают, а в психологической литературе – сплошь пространные описания, умозрительные конструкции и еще советы, адресованные «массовому читателю».

Человеку хочется быть каким-то, а какой он на самом деле, ему почему-то знать не хочется. Стесняется он, что ли? А чего стесняться-то и, главное – кого?! Сие

непонятно. Все же мы из одного теста сделаны, в природе эксклюзивных проектов не бывает, и глупо было бы думать как-то иначе. И тесто это такое, какое есть. Может, и не такое, какого бы нам хотелось, но другого-то нет. Чего теперь копыта ломать? А вот сама эта политика, политика замалчивания, она пагубна и вредна.

С одной стороны, нам хочется, чтобы нас поняли и приняли такими, какие мы есть. С другой стороны, мы боимся, что настоящими (в подлинном нашем обличье) нас и ко двору-то не пустят, а уж любить – так и точно не будут. Вот мы и маскируемся. Дальше начинаются мучения – сплошные и прогнозируемые. Окружающие взаимодействуют с нами, как и положено взаимодействовать с теми, за кого мы себя выдаем. А нам тем временем такое обращение кажется искусственным, мы чувствуем, что нас не понимают, не любят и не принимают такими, какие мы есть. Но ведь это же мы сами такую ситуацию и создали!

Все это чем-то похоже на следующую мизансцену. Приходит человек, стесняющийся своего высокого роста, в швейное ателье. Там его спрашивают: «Сколько в вас будет?» Он говорит: «Ну сколько?.. Пишите, что около двух метров». «Понятно, – отвечают, – приходите за костюмом через неделю». Он и приходит, только вот у него рост не «около двух», а два двадцать. Надевает он пошитый «на него» костюм, а тот мал, и тут наш великан восклицает в ужасе: «Боже мой, какой я большой! Чудовищно! Мне даже на мой рост костюм мал!» Обхитрил сам себя, нечего сказать...

Вот, собственно, об этом самообмане, т. е. о том, как мы сами себя поймали на крючок, я и буду сейчас рассказывать. Впрочем, задачи этой книги не описательные, а сугубо практические. Жизнь у нас с вами одна, срок ее короток, и, мне думается, важно прожить ее так, чтобы, как писал один советский классик, не было «мучительно больно за бесцельно прожитые годы». А чтобы этого не случилось, нам надо знать о себе правду (пусть и горькую, хотя такой немного) и иметь в голове идеологию индивидуального пользования. Сейчас я поясню, о чем идет речь.

В государстве возникает порядок не на ровном месте, а когда его или терроризируют диктатурой (и тогда оно живет в страхе), или воодушевляют идеологией (что, конечно, приятнее диктатуры). С человеком точно такая же история – у нас есть или мощный защитный панцирь, который подавляет в нас все живое, или индивидуальная идеология, т. е. наши ценности и жизненные ориентиры, которые помогают нам двигаться вперед и смело смотреть в лицо

трудностям.

С диктатурой и панцирем вроде как все понятно, и этот вариант мы рассматривать не будем, потому что он для нормальных людей не подходит. А вот с идеологией трудности, ведь все зависит от того, дает она нам нужный эффект или нет. Впрочем, сейчас об этом рассуждать и вовсе как-то странно, потому что у нас и в стране идеология отсутствует, и внутри, в нашем психологическом пространстве, царит полный идеологический вакуум. Так что этот мой призыв – создать внутреннюю идеологию – выглядит, мягко говоря, не ко времени. Но ведь не дано нам другого – или диктатура, т. е. полная самоцензура и самоконтроль, или какая-то, желательна приятная и полезная для нас, идеология.

В каждой нормальной культуре такая внутренняя идеология пестуется в индивиде с самого его рождения. Где-то она более удачная, где-то менее, но ее всегда в человеке делают. А в нас, в россиянах, ее теперь и вовсе не делают; та же, что была в нас прежде, теперь никуда не годится, как безвозвратно вышедшие из моды мужские панталоны с подвязками. Но как-то жить надо, на что-то опираться надо, и кроме как в себе это «что-то» искать негде. И ведь хочется-то пожить, и пожить нормально, с удовольствием, с каким-то «выхлопом», в конце концов! Один раз ведь живем, черт побери!

То, что вы будете читать дальше, – это не теория, это изложение практики. Теория, как всегда в моих книгах, если так можно выразиться, естественно-научная. То есть зиждется на тех данных, которые кропотливые ученые умы собирали в своих лабораториях, описывали в своих трудах, но так и не догадались объяснить по-человечески, как это можно применить обычному человеку в его обычной жизни.

Впрочем, об обычной жизни сейчас надо временно забыть. Мы отправляемся в путешествие достаточно странное – внутрь самих себя на поиски самих себя. Там, вдалеке, нас ждет затерянный мир. Мы будем пробираться к нему сквозь толщи пород и тешить себя надеждой, что он нас не разочарует. А когда мы найдем искомое, изучим его, тогда и сформулируем необходимую нам индивидуальную идеологию.

Часть первая. Все для себя (или что мы знаем о своем эгоизме)

Начнем с покаяния: сейчас нам предстоит пережить весь возможный стыд за собственный эгоизм (говорю это для тех, кто пока еще страдает этой «болезнью»), отмучиться, глядя правде в лицо. После этого нам, по логике вещей, должно полегчать. Налегке мы расквитаемся со своей собственной патологической зависимостью от мнимых авторитетов, изобличим скрытые в нас страхи. И уже на этой ноте, без страха и упрека, возьмем штурмом светлое здание альтруизма, чтобы обосноваться в нем – другим на радость, а себе – в удовольствие. По-моему, очень неплохой план!

Глава первая. Правда в лицо (или очищающее покаяние)

Есть ли нам в чем каяться? Если мы не чувствуем себя счастливыми – это наша вина, причем перед самими собой. Так что мы находимся перед собой в неоплатном долгу, а потому каяться нам есть в чем. И, кстати, не нам одним, поскольку вокруг не так уж много счастливых, отзывчивых и жизнерадостных людей. Но все по порядку...

У обезьяны забыли спросить!

В психологии есть фантазерство (имена таких «фантастов» мы называть не будем), есть дилетантство (сим грешат многие из нас), а есть данные реальных научных экспериментов. Причем изучение наших братьев меньших с психологической точки зрения не менее показательно, чем и изучение человека. Так что обратимся к экспериментам, которые были поставлены на ближайших наших родственниках по эволюционной линии – обезьянах. Представьте себе такую картину. Милую шимпанзе посадили в клетку, а напротив поставили два ящика. В один из ящиков на глазах у шимпанзе клали банан, а другой оставляли пустым. Дальше в процессе эксперимента к ящикам подходил человек и открывал тот ящик, на который ему показывала обезьяна. Если в нем был банан, то этот человек благородно отдавал его мартышке, если же она показывала на пустой ящик, то, соответственно, оставалась без банана.

Обезьяны, участвовавшие в этом эксперименте, очень быстро сообразили, что им нужно показывать на «правильный» ящик, и натренировались показывать куда надо. Итак, заходит человек, обезьяна показывает ему на ящик с бананом, он его открывает и отдает ей банан. Дальше исследователи усложнили эксперимент: перед обезьянами стал появляться не один, а два человека. Причем один «хороший», а другой – «плохой».

«Хороший» человек входил в вольер перед клеткой, шимпанзе показывала ему на «правильный» ящик, за что и получала банан. А вот с «плохим» человеком все было иначе: когда обезьяна показывала ему на ящик, где лежал банан, он доставал этот фрукт и тут же самолично его съедал на глазах у потрясенной обезьяньей публики.

Разумеется, обезьяны быстро смекнули, что к чему, и подстроились. Когда появлялся «хороший», обезьяны показывали на тот ящик, где лежит банан. Когда появлялся «плохой», обезьяны делали вид, что, мол, они вообще не в курсе: «О каком банане речь? Не знаем мы никакого банана!» Иными словами, начиналась борьба за банан.

Но все это пока не так интересно, интересное дальше! В эксперименте участвовало восемь обезьян, и одна из этих восьми оказалась вопиюще человекоподобной обезьяной! Ее поведение в ситуации эксперимента значительно отличалось от поведения собратьев. Когда входил «хороший» человек, она, как и остальные шимпанзе, показывала на «правильный» ящик. Но когда появлялся «плохой» человек, она не демонстрировала пассивного нейтралитета подобно своим сородичам. Она опять-таки показывала на ящик, но на тот, где не было банана!

Теперь сделаем небольшую паузу и попытаемся осмыслить вышеизложенное. Совершенно очевидно, что все животные, принимавшие участие в эксперименте, совершали те или иные действия не из альтруистических, а из эгоистических соображений. Но самая сообразительная из обезьян достигла высшей степени эгоизма – она не только все делала для себя, но и в ущерб третьему лицу. Причем «сознательно»!

Мартышка, едва только обзаведясь какими-то самыми ничемными зачатками сознания, первым делом научилась обманывать. И это вовсе не тот же обман, на который инстинктивно и бездумно идут какие-нибудь змеи, в охотничьих целях притворяясь мертвыми, или птицы, изображающие травму крыла, чтобы отвести

хищника от гнезда со своим потомством. Ложь, обман, хитрость – вот для каких целей стали использоваться интеллектуальные способности, обусловленные увеличением головного мозга приматов. Конечно, здесь пока еще все очень примитивно, незамысловато, но ничего – дальше будет больше.

Эгоизм – как борьба за себя, за свое благо, свои интересы – это свойство живого. В этом эгоизме, в этом проявлении инстинкта самосохранения нет ничего предосудительного и зазорного. Если зверь не будет бороться за свое личное выживание, за свою краюшку и шкурку, весь его вид погибнет. Так что жизнь борется за свое существование, а потому это сидит в каждом, кто жив. Поскольку же мы живы, то было бы странно уверять себя в том, что у нас, мол, этой черты нет. Нравится это нам или нет, от этого не уйти, и эту данность нужно принять. Вообще в жизни все так: сначала мы принимаем то, что нельзя отринуть, а потом думаем, как это довести до ума, до такого состояния, чтобы это нас устраивало.

Дальше эволюция шла именно по этому пути – мы искали способы, варианты, с тем чтобы использовать наш психический аппарат, наши возможности, наши знания для одной-единственной цели – обеспечить себе более качественное, лучшее существование. И это естественно, ведь наш мозг, наша психика, отличающаяся от животной по сложности и объему, выполняют ту же роль, что и любое другое эволюционное приспособление во всем живом мире.

У крота должны быть лапы с большими когтями, чтобы хорошо копать свои норы, при этом он подслеповат, но это для него значения не имеет. Животные, живущие в воде, должны иметь вытянутые формы, подобие ласт или плавников – для выживания. Так же и крылья у птиц – не баловства ради, и теплая шерсть не для кокетства. А вот теперь сравните человека и любого зверя. Каковы его шансы на выживание? Мы слабосильные, голые, неловкие, когти – ни к черту, про зубы лучше и вовсе не вспоминать...

Но чем компенсированы эти столь очевидные недостатки и слабости? Необычайно развитой психической функцией психического аппарата. Именно это помогло нам стать «царями природы». Я не буду говорить, тупиковая мы ветвь эволюции или нет, но всех животных мы действительно вытеснили с первого ряда – истребляем их целыми видами, лишаем территории обитания. Мы «супер-мега-зверь» – таково наше место в эволюционной цепи. И всего этого мы

добились посредством одного только психического аппарата.

Что ж, теперь самое время вернуться к описанному эксперименту. Давайте задумаемся: первое, что сделал психический аппарат после того, как усложнился до обезьяньего уровня, – он начал обманывать. И, разумеется, в своих интересах! Но если у любого эволюционного приспособления – плавника, крыла, лапы – есть некий предел, возможности небезграничны, то вот у нашего мозга – потенциал действительно выдающийся. А как он используется? Право, нельзя не признать – эгоизма в нас бездна, но и еще кое-что есть...

А вы поинтересуйтесь у ребенка!

Недавно ко мне на прием пришла мама маленькой, годовалой еще девочки. Ребенком своим она не нарадуется – растет, что-то себе лепечет, ходит уже понемножку! Однако появились у мамы опасения: «Маленькая еще, а такая хитрая, жадная! Что ж из нее вырастет?!» Забавно, правда? Сердобольную мамашу можно успокоить – учитывая ее тревогу по поводу будущих личностных качеств своей дочери, можно быть уверенным, что девочка вырастет «хорошим человеком». Теперь мне, наверное, надлежит пояснить этот слегка ироничный тон.

Во-первых, ребенок этот, как, впрочем, и любой другой, не хитрый и не жадный, а сообразительный и живучий. Просто пока он еще ничего не соображает и потому не знает, что свои интересы нужно маскировать и прикрывать всяческими благовидными предложениями. Одно ему понятно четко – за себя нужно бороться, свои интересы нужно отстаивать. И сейчас он честен – не скрывает того, чего хочет, не пытается оправдаться и что-то путано объяснять.

Во-вторых, поскольку всякий ребенок хочет быть любимым своими родителями (это входит в круг его желаний и интересов чисто биологически), он, по мере своего взросления, будет пытаться соответствовать их ожиданиям. Ведь в противном случае на благосклонность родителей ему рассчитывать не придется. Тут же мама ждет от своей девочки, чтобы она была добра, честна и бескорыстна. Изменится ли от этих маминых ожиданий ее биология? Вряд ли. Но зато девочка, желая получить то, что ей нужно (а именно – любовь своей мамы), будет имитировать все «недостающие» ей качества.

И наконец, в-третьих. Встает вопрос: что же получается, девочка, значит, начнет обманывать свою бедную маму, выдавать желаемое за действительное? Если вы помните свое раннее детство, то хорошо знаете: для того чтобы получить любовь своих родителей, мы их обманывали. Нам приходилось тщательно скрывать свою, как им казалось, «корысть». На самом же деле мы вовсе не были корыстны, а просто отстаивали свои интересы: и чтобы было у нас то, что мы хотим, и чтобы наши родители нас любили.

Впрочем, не все так страшно и плачевно. Ведь по мере взросления ребенка он еще будет выстраиваться как личность – у него сформируется мировоззрение, представление о себе и о мире, в котором он живет. Для всего этого, понятное дело, нужны слова, названия, зачастую даже целые теории и концепции. И, конечно, все это ребенок не сам придумывает, а впитывает из окружающей среды, заучивает и репетирует по готовым калькам. Так что постепенно он и сам начнет так думать: «жадность – это плохо», «хитрость – недостойна», «человек должен быть добрым и щедрым, думать о других, а не только о себе».

Улавливаете, как происходит эта подмена? Представьте такую ситуацию: я маленький мальчик, и если я стащу со стола персик, не спросив перед этим присутствующих: «А персика никто не хочет?», мне прочитают нотацию. Из нее я узнаю о том, что «так делать нехорошо», что «может быть, кто-то другой хотел персика», а я «о нем не подумал» и оставил его с носом.

В следующий раз я испугаюсь подобной опалы и осуждающих взоров, поэтому, вопреки своему внутреннему детскому сопротивлению, обойду всех домашних с вопросом: «Не хочешь персика?» (в наиболее изощренной форме: «Ты ведь не хочешь персика?») Сердце мое, правда, будет замирать от ужаса: «Вдруг захотят!» Но родители-то занимаются в этот момент моим воспитанием, а не персиком, так что бояться мне на самом деле нечего, но я, разумеется, об этом не знаю.

Более того, домочадцы готовы без всяких разговоров отдать мне этот злосчастный персик, для меня же, собственно, и купленный, но они хотят, чтобы я вырос «хорошим человеком». Поэтому, подвергнув меня – свое чадо – этому кошмарному испытанию, они скажут: «Нет, спасибо! Мы не хотим. Кушай сам, наш любимый! Тебе надо расти!»

И вот оно, положительное подкрепление моей лжи! Я лгу (делаю вид, что хочу поделиться своим персиком), а меня за это вознаграждают – и персик дают, и хвалят, как «хорошего человека». Что ж, все условия для создания соответствующего условного рефлекса у меня созданы! Причем я даже не знаю, что тут оказывается большим положительным подкреплением – сам персик (т. е. пищевое, как у собаки И. П. Павлова) или социальное – одобрение меня и моего поведения со стороны, как говорят в таких случаях психологи, «значимых других».

А похвалить?..

Одобрение со стороны тех, от кого мы ждем этого одобрения, особенно для нас важно. Именно это одобрение или неодобрение определяет все наше последующее поведение, а главное – наше представление о нас самих. Если нас хвалят – значит, мы «хорошие», если ругают – значит, «плохие». Так задается шкала наших «личных» внутренних ценностей, формируется наше отношение к самим себе. С другой стороны, это одобрение как таковое нам очень приятно. И впоследствии, стремясь к одобрению окружающих, мы будем всячески пытаться соответствовать их ожиданиям. Причем уже целенаправленно, формируя в себе «идеологию благопристойности». Но по большому счету мы стараемся не столько обмануть окружающих, сколько попасть в свой собственный идеал. Ведь соответствие этому идеалу – залог достижения нашей основной цели. Персик – дело, конечно, хорошее, но с любовью мамы несопоставимое, здесь им можно пожертвовать; основная же наша цель – это мамино расположение. Мы добиваемся того, чего хотим – маминой любви, расположения домочадцев, восторгов знакомых, отмечающих нашу «сознательность», «воспитанность» и «культурность». Более значимая потребность – социальная – вытесняет здесь менее значимую – деликатесно-пищевую. И от раза к разу мы все более и более уверяемся в том, что быть щедрым и добрым – это «хорошо», а жадным и хитрым – «плохо».

Перестаем ли мы при этом лгать? Если рассматривать человека как личность, т. е. его мировоззренческие установки и общественные взгляды, короче говоря, его моральный облик в его же собственных глазах, то, конечно, ни о какой лжи не может быть и речи. Но если хотя бы на какой-то момент попытаться отказаться от своих «принципов» и спросить себя: «А положи руку на сердце? А если бы никого не было вокруг? А если бы тебя ничего не сдерживало? А если

никому, кроме тебя, это не было бы нужно? Сам-то ты как?..» И я боюсь, что тут тщательно и даже неосознанно скрывааемый нами обман обнаружился бы.

Да, наше воспитание приводит к парадоксальному эффекту. Мы старались угодить другим людям, но мы делали это для себя, из корыстных соображений, ведь это нам были нужны и эта любовь, и это одобрение. И это ради них мы стали осуждать собственный эгоизм. То есть, держитесь крепче за стул: мы осудили собственный эгоизм под давлением собственного эгоизма. Змея проглотила свой хвост...

Мы сами себя обманули: мы не только не отказались от своего эгоизма – мы всячески и всемерно ему потворствовали, но при этом умудрились убедить себя в том, что не имеем с эгоизмом ничего общего. Впрочем, за это, я думаю, эгоизм на нас не в обиде. Проблема в другом – мы начали обманывать самих себя и, разумеется, в скором времени запутались. И теперь уже непонятно даже самое простое: а чего мы хотим, ради чего мы делаем то, что делаем?

Таковы законы традиционного воспитания: ребенка шантажируют любовью, ему говорят, за что его будут любить. Самое удивительное, что подобным образом – шантажом – от ребенка требуют быть честным, добрым, щедрым, бескорыстным, заботливым. Разумеется, он начнет создавать видимость этих качеств, ведь он нуждается в любви и одобрении. Желая сделать ребенка менее эгоистичным, из него делают патологического эгоиста, в нем поощряют лживость и двуличность. Постепенно он и сам обманывается. Как и прежде, он продолжает действовать в своих интересах, но теперь делает это под прикрытием благопристойности. Из эгоистических соображений он осуждает собственный эгоизм.

Картина была бы куда менее печальной, если бы за ребенком оставили право на его интересы, но учили бы согласовывать их с интересами других людей, добиваясь создания взаимовыгодных отношений. Но воспитатели, как правило, идут по другому пути – пути шантажа, тренируя в ребенке навык обманывать и обманываться. Становится ли ребенок в процессе такого воспитания «лучше»? Внешне, безусловно, – да. Он теперь выступает благопристойно, но внутри него сидит теперь червоточина, тлеет гигантский и постоянный внутренний конфликт.

Он знает, что быть эгоистом, делать что-либо для себя – это «плохо». Ему становится стыдно и неловко, когда он делает что-то для себя, но по-другому он просто не умеет. И самое страшное, что он не умеет смотреть дальше. Если бы его научили этому, то он знал бы – когда ты отдаешь другому персик, у тебя появляется друг, защитник, искренний доброжелатель, который заинтересован в тебе. Ты сам заинтересован в том, чтобы делиться, а самоограничение может быть по-настоящему выгодным. Когда-нибудь, когда тебе это потребуется, и он – этот другой – поделится с тобой своим персиком. Поразительно, но этот принцип хорошо знаком и выполняется беспрекословно любым стайным животным, однако в нашем «цивилизованном обществе» о нем уже никто не помнит!

Впрочем, видимо по привычке, детям все еще рассказывают сказку о том, как Иван-Царевич, испытывая голод, не съел, а отпустил рыбу в море, потом спас зайца и пощадил селезня. Но смысл этой сказки детям уже не объясняют – нынешние родители, прошедшие школу аналогичного воспитания, не понимают сути этой метафоры. А во фразу: «Отпусти меня, Иван-Царевич, я тебе еще пригожусь!» – уже никто не верит. Почему? Потому что наше общество поражено патологическим, лживым эгоизмом, а нормального, естественного, здорового эгоизма, который и делает возможным успех любой социальной группы, уже никто не воспринимает.

И вот мы стали взрослыми...

Как же это нелепо – осуждать эгоизм, который, во-первых, неистребим в человеке, а во-вторых, правильно и разумно используемый, является цементирующим фактором здоровой социальной организации! Господи, ну неужели же мы думаем, что природа дала нам в руки этот фундаментальный «пятый элемент», а он оказался чистой воды профанацией! Нет, мы просто не научились им пользоваться, а после пары незадачливых попыток и вовсе объявили его персоной non grata. Глупо, конечно, но что поделать...

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.com/ru/kurpatov_andrey/byt-egoistom-universal-nye-pravila

Текст предоставлен ООО «ИТ»

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию: [Купить](#)