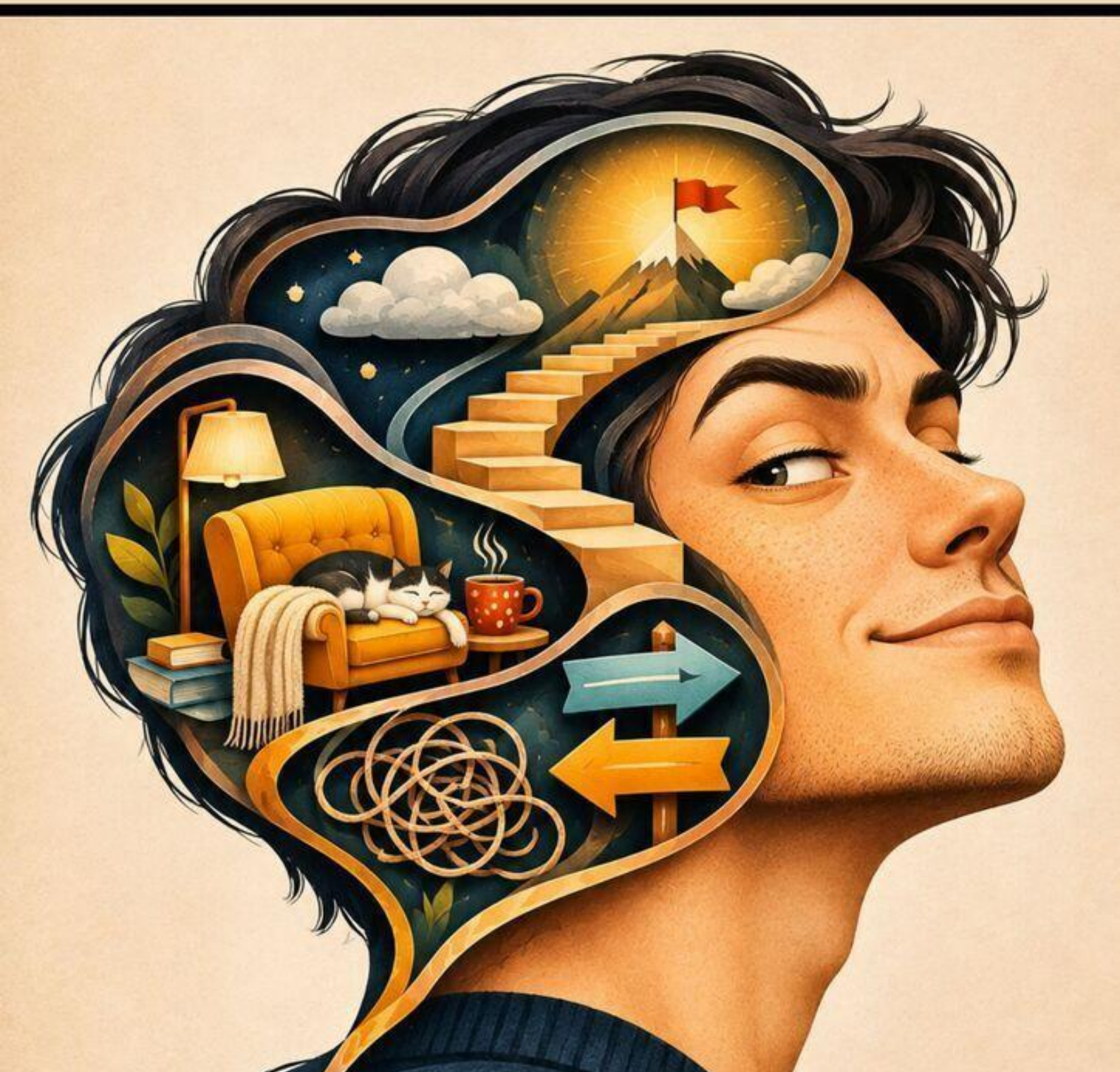
18+

ИНГА ВОЛКОВА

Мы такие, какие мы есть



Инга Волкова

Мы такие, какие мы есть

«Издательские решения»

Волкова И.

Мы такие, какие мы есть / И. Волкова — «Издательские решения»,

Мы любим давать советы, которых у нас не просили, начинать новую жизнь с понедельника и считать собственные странности особенностями характера, а чужие — недостатками.Почему мы такие? И можно ли с этим что-нибудь сделать? А главное — надо ли?«Мы такие, какие мы есть» — остроумная книга о наших привычках, мечтах, слабостях и противоречиях. Немного психологии, много самоиронии и возможность от души посмеяться над собой.Ведь идеальных людей нет. И слава богу, а то было бы скучно!

© Волкова И.
© Издательские решения

Содержание

Часть I. Знакомьтесь, это мы 6
Глава 1. Я такой человек. Но это не точно 6
Глава 2. У каждого свои тараканы. Некоторые уже с пропиской 8
Глава 3. Я не ленивый, я берегу энергию 10
Глава 4. Упрямство — это когда характер есть, а тормозов нет 12
Глава 5. Себя-то мы, конечно, знаем. Иногда 14
Часть II. Наши великие планы 16
Глава 6. Начну с понедельника. Осталось выбрать год 16
Глава 7. Мечтать не вредно. Особенно лёжа 18
Глава 8. Мне бы ещё немного времени. Лет двадцать 20
Конец ознакомительного фрагмента. 21

Мы такие, какие мы есть

Инга Волкова

© Инга Волкова, 2026

ISBN 978-5-0071-8169-3
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Часть I. Знакомьтесь, это мы

Глава 1. Я такой человек. Но это не точно

У каждого из нас есть характер. По крайней мере, мы очень любим на него ссылаться, когда объяснять собственное поведение становится неудобно. Получается почти официальный документ: предъявил — и вопросы вроде бы сняты. «Ну я такой человек». И попробуй возрази. Не будешь же требовать, чтобы человек переделал себя целиком только потому, что в третий раз опоздал на встречу.

Своё опоздание мы, конечно, способны объяснить подробно. Неожиданные обстоятельства, пробки, срочное дело, часы подозрительно быстро шли. А если опоздал кто-нибудь другой, всё гораздо проще: безответственный тип. У него, видимо, обстоятельств не бывает, только недостатки воспитания.

Вообще, одинаковые качества у себя и у окружающих мы называем с редкой изобретательностью. Мы прямолинейные — они грубые. Мы бережливые — они жадные. Мы умеем отстаивать позицию — они упёрлись рогом. А если мы передумали, то проявили гибкость мышления; если передумал другой, на него нельзя положиться. Удивительно, как много зависит от того, с какой стороны зеркала стоишь.

Особенно хороша фраза «Принимайте меня таким, какой я есть». Звучит благородно, почти как выступление в защиту прав личности. И мысль-то сама по себе правильная: никто не обязан становиться удобной копией чужих ожиданий. Но иногда под этим красивым лозунгом нам предлагают принять привычку перебивать, обижаться на замечания и разговаривать таким тоном, будто окружающие только что провалили аттестацию.

А потом у человека с богатым внутренним миром появляется сосед, коллега или родственник — тоже, представьте себе, со своим характером. И тут выясняется, что терпимость имеет строго ограниченный срок действия. «В смысле ты не хочешь? В смысле у тебя другое мнение? Я же объяснил, как правильно!» Свой характер — ценная индивидуальность. Чужой — препятствие, которое почему-то до сих пор не устранили.

Мы вообще замечательные адвокаты самим себе. Поступили не лучшим образом — и уже готова убедительная речь с перечислением смягчающих обстоятельств. Сорвались? День был тяжёлый. Сказали лишнее? Довели. Не ответили на сообщение? Нужно было восстановить силы. А вот если нам не ответили, воображение сразу рисует целый роман. Причём почему-то с неблагоприятной для нас концовкой.

Правда, не все склонны защищать себя. Есть люди, которые умудряются обвинить себя даже в том, что дождь испортил общие выходные. Поэтому говорить «мы всегда себя оправдываем» было бы слишком удобно — и, что особенно смешно, само по себе напоминало бы очередное упрощение. Но в некоторых обстоятельствах мы действительно способны оценивать собственные мотивы благосклоннее, чем чужие. Это не универсальный закон и не обязательно происходит с каждым из нас. Иногда наша самооценка проявляет чудеса дипломатии.

При этом дело не обязательно в сознательном обмане. Вполне возможно искренне считать свою резкость честностью, раздражительность — темпераментом, а нежелание признавать ошибку — верностью принципам. Мы ведь видим собственные намерения изнутри. Помним, как долго терпели, о чём беспокоились и чего хотели добиться. Чужой человек видит в основном результат. Правда, нам самим это обстоятельство редко мешает судить о нём быстро и уверенно.

Но было бы несправедливо сделать из характера одну сплошную отговорку. У людей действительно бывают устойчивые склонности: кому-то требуется больше тишины, кто-то быстро

загорается идеей, кто-то долго принимает решения. И это не список неисправностей, с которым нужно немедленно бежать в ремонтную мастерскую. Более того, личностные черты могут постепенно меняться. Не по команде «с понедельника стану другим», конечно, но и не высечены раз и навсегда на гранитной плите.

Всё портит одно маленькое обстоятельство: характер объясняет некоторые наши реакции, но не подписывает за нас разрешение делать что угодно. Можно быть вспыльчивым и всё-таки извиняться за резкие слова. Можно обожать одиночество и предупредить близких, что несколько дней хочется тишины. Можно не любить чужих советов, а свои, как ни трудно поверить, иногда придерживать при себе.

Может быть, для начала хватит более скромного открытия: кое-что в нас и правда устроено определённым образом, а кое-чему мы просто присвоили красивое название. «Я принципиальный» иногда означает «мне трудно уступить». «Я независимый» — «мне неловко попросить помощи». Не всегда. Но иногда стоит проверить, не выдаём ли мы привычку за фамильную драгоценность.

Самое занятное, что за этой проверкой не обязательно должно последовать великое перевоспитание. Достаточно хотя бы перестать относиться к собственному описанию как к окончательному заключению экспертизы. Мы узнаём себя не только в том, что о себе рассказываем, но и в том, что делаем, особенно когда рядом нет никого, кому можно убедительно изложить свою версию.

Так что характер у нас, безусловно, есть. Вопрос лишь в том, насколько хорошо мы знакомы с его владельцем. Потому что иногда смотришь на собственный поступок и думаешь: «Кто вообще мог так сделать?» Потом вспоминаешь, кто именно, и становится немного неловко. Зато есть о чём поговорить с собой. Если, конечно, характер позволит выслушать ответ.

Глава 2. У каждого свои тараканы. Некоторые уже с пропиской

У каждого человека есть несколько совершенно необъяснимых привычек, которые он считает само собой разумеющимися. Чашку надо ставить ручкой вправо. В магазине сначала пройти весь зал, а потом вернуться за тем, что лежало у входа. Будильник завести на 7:00, 7:05 и 7:10, чтобы каждое утро трижды пережить маленькую победу над дисциплиной. И попробуйте сказать, что во всём этом нет особого смысла. Смысл есть. Просто он не обязан быть вам понятен.

Чужие странности обычно видны сразу. Человек складывает носки по цветам — ну явно ему больше нечем заняться. Другой держит в браузере сорок открытых вкладок и уверяет, что всё под контролем. Третий возвращается домой проверить, выключен ли утюг, хотя гладил последний раз, кажется, на выпускной. А потом мы открываем собственный шкаф, где лежит пакет с пакетами, и понимаем, что заседание комиссии по нормальности лучше перенести.

У другой категории людей порядок, напротив, настолько безупречен, что предмету страшно выйти из строя. Полотенца лежат ровной стопкой, специи смотрят этикетками вперёд, а несчастная ложка, оказавшаяся не в том отделении, словно нарушила государственную границу. При этом и первый, и второй человек могут прекрасно справляться с жизнью. Пока не решат вести общее хозяйство. Тут выясняется, что у человечества не одна цивилизация, а как минимум две — и обе считают другую варварской.

Мы привыкаем к маленьким повторяющимся действиям. Что-то делаем ради удобства, что-то — потому что однажды так получилось, а что-то просто приятно. Привычка позволяет не обдумывать каждый пустяк заново: было бы тяжеловато каждое утро каждый раз мучительно решать, с какой ноги надеть носок. Но из того, что способ привычный, совсем не следует, что он единственно правильный. Хотя попробуйте объяснить это человеку, у которого вы переставили любимую кружку.

И ведь кружка, если разобраться, предмет совершенно обычный. Фарфор, ручка, иногда надпись «Лучший человек на свете», явно полученная по недоразумению. Однако чай из неё вкуснее. Из другой — тоже чай, тот же сорт, та же вода, но как-то без души. Можно сколько угодно рассуждать о рациональности, а потом испытать искреннее разочарование, обнаружив, что кто-то взял именно её. В доме ещё восемь кружек, но теперь, извините, вопрос принципиальный. Нет, до спора мы не дойдём. Просто будем молчать с определённым выражением лица.

Конечно, не всякая привычка имеет глубокую психологическую причину. Иногда человек садится на одно и то же место просто потому, что оттуда лучше видно окно. Иногда хранит старые открытки из нежности к прошлому. А иногда не выбрасывает коробку от телефона, потому что вдруг пригодится. Для чего? Не мешайте, пожалуйста, будущему проявить инициативу.

Мы любим приписывать бытовым особенностям особое значение. Если кто-то ест сначала гарнир, а потом котлету, обязательно найдётся желающий объяснить по этой последовательности его отношение к жизни. В интернете для такого случая, наверное, уже существует тест с результатами от «скрытый лидер» до «вам пора менять окружение». Между тем человек, возможно, всего лишь не любит холодную картошку. Скучная версия, зато вполне правдоподобная.

Но не стоит путать забавную индивидуальность с тем, что действительно мешает жить. Если какое-то действие вызывает сильную тревогу, отнимает много времени или становится обязательным вопреки желанию, это уже не повод состязаться в остроумии и объявлять его «милой странностью». Тут важнее разобраться, что происходит, при необходимости — с помо-

щью специалиста. И столь же незачем искать психологическую проблему в привычке раскладывать карандаши по оттенкам, если человеку просто нравится красивый стол.

Пожалуй, самое трудное в совместной жизни — признать, что другим людям вовсе не обязано нравиться то, к чему привыкли мы. Один засыпает под тиканье часов, другой мечтает изъять у часов механизм и отправить его на исправительные работы. Одному нужно утро в тишине, другому с восходом солнца хочется обсудить новости, погоду и судьбу человечества. Никто из них не обязан быть неправым. Но двери, наушники и умение договариваться человечество изобрело явно не зря.

А ещё довольно приятно однажды перестать считать каждую особенность недостатком. Кто-то хранит билеты от поездок, кто-то перечитывает любимую книгу с середины, кто-то сначала съедает самое вкусное, а кто-то оставляет на потом и потом же забывает. Из этих мелочей складывается наша повседневность — не образцовая, не всегда логичная, зато своя. Главное, чтобы любовь к привычному не мешала заметить момент, когда привычка уже не радует, а просто командует.

А вот тут начинается следующая занятная история без всякой истории: когда дело касается не кружек и носков, а дел, которые мы откладываем, у наших привычек внезапно появляется серьёзное имя. Мы называем это экономией сил. Некоторые особенно талантливые — стратегическим ожиданием подходящего момента. И звучит так солидно, что почти не хочется вставать с дивана.

Глава 3. Я не ленивый, я берегу энергию

Лень — удивительно удобное слово. Короткое, понятное и почти всегда наготове. Не помыл окна — ленивый. Не побежал утром в парк — ленивый. После работы сел на диван и десять минут смотрел в стену — совсем распустился. Особенно ловко диагноз «лень» ставится окружающим: одного взгляда достаточно, даже диплом никто даже не спрашивает. С собой, правда, ситуация тоньше. Мы не ленимся, мы восстанавливаем силы. Причём иногда настолько основательно, что восстановление начинает требовать отдельного отпуска.

Мы любим сравнивать собственную жизнь с отредактированной версией чужой. Там кто-то встаёт в пять, бегает, читает сорок страниц, изучает испанский и к завтраку уже придумал бизнес. Мы тем временем ищем второй носок и пытаемся вспомнить, зачем пришли на кухню. И кажется, что проблема в отсутствии силы воли. Хотя о чужом дне нам обычно показывают самую симпатичную часть. Никто не выкладывает торжественный отчёт о том, как сорок минут искал зарядку и потом злился на чайник.

Но давайте всё-таки разберёмся: что мы называем ленью? Иногда — обычное нежелание заниматься скучным делом. Иногда — усталость после нагрузки. Бывает, что человек избегает задачи, потому что она непонятна, неприятна или кажется слишком большой. А иногда свободное время ему действительно хочется провести без полезного результата. Да, такое тоже допускается. Человечество ещё не договорилось, что каждый вечер обязан заканчиваться отчётом о повышении собственной эффективности.

Усталость, кстати, не обязана выглядеть эффектно. Не обязательно валиться с ног или героически трудиться на шахте, чтобы нуждаться в передышке. Бывает утомление от постоянных решений, шума, напряжённого общения, недосыпа. Но и обратная крайность существует: неприятное дело не становится непосильным только потому, что мы трижды тяжело вздохнули, посмотрели на него и почувствовали глубокую потребность попить чаю.

Вот тут и скрывается наша любимая хитрость. Мы можем тратить больше энергии на переговоры с собой, чем потребовало бы само действие. Мысленно обсудить все сложности, возмутиться несправедливостью жизни, найти философское объяснение, почему сейчас неподходящий момент, и с достоинством уйти отдыхать. В результате дело осталось на месте, а мы устали так, будто уже его сделали. Внутренний профсоюз требует надбавку за моральный ущерб.

С другой стороны, постоянная занятость ещё не означает добросовестности. Некоторые люди способны весь день бегать, переставлять бумаги, отвечать на необязательные сообщения и с выражением крайней важности произносить: «Я вообще ни минуты не сидел». И ведь правда не сидел. Только тот самый разговор, документ или ремонт крана как были на повестке, так там и живут. Движение получилось внушительное. Продвижение — скромнее. Иногда даже возникает вопрос: мы работаем или очень убедительно изображаем занятость перед самими собой?

Научные исследования прокрастинации показывают, что откладывание порой связано не с отсутствием знаний о пользе дела, а с желанием избежать неприятных чувств прямо сейчас. Но не стоит делать из этого универсальный ключ ко всем нашим случаям бездействия. Одно дело — отложить звонок, который тревожит. Другое — не пойти гулять после бессонной ночи. И третье — не разбирать антресоли в единственный свободный выходной. Антресоли, конечно, обидятся, но переживут.

Ещё нам ужасно нравится идея идеальной дисциплины. Представляется человек, который без внутренних споров делает всё вовремя, никогда не торгуется с будильником и не открывает холодильник просто посмотреть. Вероятно, где-то такой человек существует. Возможно, у него даже есть свидетели. Но большинству из нас приходится договариваться с собой,

учитывать усталость, интерес, обстоятельства и иногда признавать: сейчас я не хочу. Это не преступление против человечества и не свидетельство нравственного упадка.

Возможно, полезнее спрашивать себя не «Почему я опять такой ленивый?», а «Что здесь происходит?». Если сил действительно мало — отдохнуть без суда над собственной личностью. Если дело пугает своей величиной — понять, с какого малого шага можно начать. Если оно просто скучное, а сделать всё-таки нужно, — перестать требовать от себя восторга. Не каждый оплаченный счёт и не каждая вымытая тарелка обязаны вызывать вдохновение. Иногда достаточно, чтобы они были сделаны.

И всё же мне нравится мысль, что человек имеет право иногда ничего не производить, не улучшать и не превращать отдых в мероприятие с измеримым результатом. Посидеть, посмотреть в окно, послушать тишину. Без чувства, что где-то в этот момент незнакомец уже выучил неправильные глаголы, пока мы бездарно наблюдали за облаками. Облака, между прочим, тоже никуда не торопятся, и никто пока не написал им гневное письмо за низкую продуктивность.

Так что с ленью стоит обращаться осторожнее. Иногда под этим словом прячется усталость, иногда нежелание, иногда страх, а иногда вполне заслуженный покой. И если мы научимся различать эти вещи, у нас появится шанс перестать ругать себя за всё подряд. Правда, останется другая проблема: даже когда силы есть и причина понятна, некоторые дела мы всё равно предпочитаем оставить на завтра. Но о наших прекрасных отношениях с завтрашним днём поговорим отдельно. Сегодня, пожалуй, хватит.

Глава 4. Упрямство — это когда характер есть, а тормозов нет

Упрямство — качество с весьма переменчивой репутацией. Когда оно помогает нам не сдаваться, мы называем его твёрдостью характера и с уважением смотрим на себя в зеркало. Когда из-за него невозможно договориться, виноваты, разумеется, окружающие: совершенно не умеют вести конструктивный разговор. Особенно конструктивным мы считаем тот разговор, после которого все соглашаются с нами.

И ведь как всё прекрасно начинается. У человека есть мнение. Своё, выстраданное, с доказательствами и даже небольшой историей возникновения. Он его обдумал, привык к нему, мысленно расставил вокруг таблички «Руками не трогать». А тут приходит кто-нибудь и начинает задавать вопросы. Не потому, что хочет испортить жизнь, а потому, что действительно смотрит на вещи иначе. Но нашему мнению уже тесно в роли мнения. Оно успело получить повышение до истины.

Самая неприятная часть спора наступает, когда собеседник вдруг говорит что-то разумное. К откровенной чепухе мы подготовлены. Её можно уверенно опровергать, слегка приподняв бровь. А вот с разумным доводом приходится обращаться осторожно: признать его — значит, возможно, пересмотреть собственную позицию. И вместо приятной победы получится работа мысли. Ну уж нет. Мы вообще-то спорить пришли, а не переучиваться.

Однако упрямство не всегда рождается из желания победить. Бывает, человеку страшно ошибиться, особенно если он уже вложил в решение время, деньги или собственную репутацию. Отступить тогда кажется почти признанием, что все прежние усилия были напрасны. И мы продолжаем настаивать — словно прошлые затраты можно вернуть, если как следует нахмуриться. В исследованиях принятия решений описывают склонность учитывать уже понесённые невозвратные затраты. Но не всякое упрямство объясняется именно ею: иногда мы действительно придерживаемся важного для себя принципа.

С принципами вообще сложная история. Без них человек легко превращается в флюгер, который меняет убеждения при каждом сквозняке. Но и жить с принципом, запрещающим передумать при любых обстоятельствах, удовольствие сомнительное. Представьте, что вы однажды выбрали неправильную дорогу и теперь едете по ней исключительно из уважения к первоначальному решению. Навигатор давно охрип, пассажиры перестали задавать вопросы, зато последовательность безупречная.

Здесь упрямство умеет ловко переодеваться в последовательность. «Я всегда так делал». Великолепный аргумент, если речь о том, с какой стороны удобнее чистить картошку. Но довольно слабый, когда обстоятельства изменились. Мир не обязан оставаться прежним лишь потому, что мы в нём однажды разобрались. Впрочем, подобные новости редко вызывают восторг. Только наведёшь порядок в голове, как действительность опять приносит поправки. Ни стыда ни совести.

Есть у нас и другая особенность: чем настойчивее нас пытаются переубедить, тем крепче иногда хочется стоять на своём. Даже если минуту назад собственная позиция казалась не особенно важной. «Не делай так» — и сразу возникает вопрос: а почему, собственно? «Тебе надо изменить подход» — и вот уже прежний подход вызывает нежные чувства, каких не испытывал даже в лучшие времена. Это не универсальный закон человеческой психики, но знакомая реакция на ощущение давления. Особенно когда за советом слышится приказ, а за приказом — сомнение в нашей способности решать самостоятельно.

Поэтому спор с упрямым человеком нередко превращается в соревнование, где победитель получит ничего, а проигравший — испорченный вечер. Аргументы давно закончились, смысл разногласия потерян, но уйти нельзя: слишком много вложено в оборону. Смешнее

всего, что наутро оба участника могут даже не вспомнить, из-за чего всё началось. Зато прекрасно помнят, кто первым повысил голос и кто демонстративно замолчал. Память избирательна, но протокол обид ведёт исправно.

И всё же не стоит записывать упрямство исключительно в недостатки. Настойчивость помогает отстаивать границы, доводить сложное до конца и не соглашаться на то, что противоречит нашим ценностям. Человек, который умеет сказать твёрдое «нет», совсем не обязательно закоснел. Вопрос в другом: способен ли он услышать новые сведения, отличить принцип от самолюбия и иногда произнести без внутренней катастрофы: «Пожалуй, я ошибался»?

Мне нравится мысль, что гибкость — не обязанность соглашаться со всеми подряд. Можно остаться при своём мнении после честного разговора. Можно изменить его частично. Можно вообще отложить решение и признать, что пока не хватает информации. Это не слабость характера и не капитуляция. Иногда у человека просто хватает смелости не устраивать из каждого разногласия историческую битву за собственное достоинство.

Наверное, самый надёжный признак опасного упрямства — момент, когда уже перестаёшь выяснять, как лучше, и начинаешь выяснять, как бы ни за что не уступить. Тут полезно хотя бы мысленно спросить себя: «Я сейчас защищаю важное или просто хочу оказаться последним, кто сказал слово?» Ответ может неприятно удивить. Особенно если последнее слово уже сказано, спор закончен, а мы продолжаем его побеждать в душе по дороге домой.

Впрочем, менять убеждения по первому требованию мы тоже не обязаны. Пусть некоторые из них ещё поживут — до следующего хорошего аргумента. Только не стоит выставлять у дверей охрану. Вдруг правда всё-таки решит зайти без записи.

Глава 5. Себя-то мы, конечно, знаем. Иногда

О себе мы обычно говорим уверенно. «Я человек спокойный». «Я совершенно не завистливый». «Я всегда довожу начатое до конца». Слушаешь — и хочется познакомиться с этим прекрасным человеком поближе. Желательно до того, как он окажется в очереди, увидит чужую премию или обнаружит дома третий недовязанный шарф.

Удивительно, как легко мы составляем собственное описание. При устройстве на работу, в разговоре с друзьями, даже мысленно перед сном. Характеристика готова: пунктуальный, ответственный, с чувством юмора. Последний пункт особенно важен. Его мы непременно указываем, даже если за чужую шутку в свой адрес готовы немедленно лишить собеседника права голоса.

Самое занятное начинается со слов «я всегда» и «я никогда». Скажите их вслух — и жизнь, кажется, немедленно принимает вызов. «Я никогда не покупаю ничего под влиянием эмоций», — уверенно заявляем мы, рассматривая дома вещь, существование которой ещё утром не подозревали. «Я всегда спокойно реагирую на критику», — сообщаем об этом таким тоном, что критик на всякий случай отходит к двери.

Конечно, у нас есть основания судить о себе. Мы помним свои решения, знаем, что нас радует, чего мы боимся, о чём мечтаем. Но память — довольно своеобразный архивариус. Одни эпизоды бережно складывает в папочку «Мои лучшие качества», другие куда-то убирает. Не обязательно нарочно. Просто вся история нашей жизни слишком велика, чтобы держать её перед глазами одновременно.

Бывает и наоборот. Один неудачный разговор — и человек объявляет себя неловким. Одна ошибка — и он уже «совершенно не умеет принимать решения». Особенно странно наблюдать, как охотно мы превращаем случайность в пожизненную характеристику. Если уж поставили себе двойку по какому-нибудь человеческому качеству, то пересдача, видимо, назначается только в следующем воплощении.

Мне кажется, главный подвох в том, что мы любим определённость. С собственным «я» хочется разобраться раз и навсегда: назвать, классифицировать, поставить на полку. Это успокаивает. Проще сказать «я не умею выступать перед людьми», чем признать: «Мне было трудно несколько раз, и я пока не знаю, как будет в следующий». Второе оставляет пространство для неожиданностей. А мы, между прочим, уже всё о себе решили и успели сообщить родственникам.

Между тем человек в разных обстоятельствах действительно может вести себя по-разному. С близкими мы разговорчивы, среди незнакомых молчим. На работе терпеливо разбираемся с задачей, дома раздражаемся из-за крышки, которая никак не закручивается. Можно быть щедрым на время и осторожным с деньгами, смелым в путешествии и робким перед важным звонком. Никакого обязательного разоблачения здесь нет: обстоятельства тоже участвуют в нашей жизни.

Это не значит, что окружающие знают нас лучше. У них свои очки, свои обиды, симпатии и любимые версии происходящего. Просто взгляд со стороны иногда обнаруживает пятно, которое в собственном зеркале мы давно научились обходить. Главное — не бросаться за каждой чужой оценкой, как за последним словом науки. Иначе к вечеру придётся оформить уже не паспорт, а целое собрание противоречащих друг другу характеристик.

Есть ещё один любопытный момент. Мы меняемся, но далеко не всегда замечаем это вовремя. То, что когда-то казалось удовольствием, начинает утомлять. Прежние страхи ослабевают. Какие-то привычки приживаются, какие-то отпадают сами, без торжественной церемонии прощания. И вдруг обнаруживается, что любимое выражение «я с детства такой» давно

нуждается в обновлении. Детство, конечно, многое объясняет, но выдавать ему бессрочную доверенность на управление взрослой жизнью необязательно.

Поэтому мне всё больше нравится относиться к собственным характеристикам как к наброску карандашом. Не перечёркивать всё написанное, не начинать каждый понедельник новую личность с чистого листа, а оставлять место для уточнений. «Обычно я терпеливый, но иногда срываюсь». «Мне трудно знакомиться, хотя бывают исключения». «Я люблю порядок, пока дело не касается ящика с проводами». Вот уже похоже на живого человека, а не на рекламную анкету.

И как же приятно, когда не нужно круглосуточно соответствовать однажды выданной себе характеристике. Можно передумать, открыть в себе неожиданный интерес, признать старое заблуждение. Можно выяснить, что ты не такой уж смелый, и всё равно сделать важный шаг. Или что ты куда смелее, чем привык о себе говорить.

Собственно, на этом знакомство с собой и не заканчивается. Человеческая личность — не готовый документ в пластиковой обложке. Скорее папка, в которую жизнь то и дело подсовывает новые листы. Иногда разумные, иногда совершенно непонятно кем подписанные.

Но самое весёлое впереди. Едва мы признаем, что знаем себя не до конца, как возникает соблазн составить грандиозный план усовершенствований. Стать другими, непременно к лучшему, желательно без особых усилий. Сегодня мы ещё разбираемся, кто мы такие. А завтра уже обещаем себе начать новую жизнь. И, конечно, с понедельника.

Часть II. Наши великие планы

Глава 6. Начну с понедельника. Осталось выбрать год

Понедельник — удивительный день. На него человечество возложило столько надежд, что будь у понедельника характер, он давно написал бы заявление об увольнении. С понедельника мы начинаем правильно питаться, заниматься собой, учить языки, вести бюджет и наконец становиться теми благоразумными людьми, которыми давно собирались. Сам понедельник, разумеется, ни о чём таком не просил.

В воскресенье вечером всё выглядит особенно убедительно. Кажется, что стоит перевернуть страницу календаря — и внутри нас заработает новый, усовершенствованный механизм. Вчерашний человек, который не мог найти зарядку от телефона, завтра будет вставать в шесть, читать перед завтраком и спокойно разбираться с накопившимися делами. Хотелось бы узнать, где происходит эта ночная перепрошивка. И почему нам до сих пор не выдали инструкцию.

К будущему себе мы относимся с поразительной доверчивостью. Нынешнему не поручили бы даже разобрать шкаф без контроля, зато завтрашнему спокойно передаём весь список нерешённых вопросов. Он непременно окажется бодрее, дисциплинированнее и свободнее. Откуда у него возьмутся дополнительные силы и часы в сутках — вопрос мелочный. Не будем душить мечту бухгалтерией.

Самое остроумное в этих обещаниях — мы произносим их совершенно серьёзно. «Теперь всё будет иначе». «В этот раз точно». «Я для себя решил». Особенно внушительно звучит последнее. Словно внутри нас состоялось заседание совета директоров, принято единогласное решение и осталось только сообщить об этом сотруднику, которому предстоит всё выполнять. Сотрудник, кстати, на совещании не присутствовал.

Не хочется, однако, слишком уж издеваться над нашими планами. Желание начать заново нередко совершенно искреннее. Нам может надоесть привычный распорядок, захочется научиться новому, вернуть ощущение движения. В этой надежде нет ничего смешного. Смешно бывает другое: с какой лёгкостью мы принимаем желание перемен за уже состоявшуюся перемену.

Психологи изучают, почему человек порой недооценивает время и трудности, необходимые для выполнения будущих задач. Один из известных эффектов называют ошибкой планирования. Но не стоит делать из неё объяснение любого несбывшегося обещания. Иногда обстоятельства действительно меняются, а иногда мы просто берём на себя слишком много. Впрочем, признавать последнее обидно. Хотелось бы, чтобы виноват был исключительно календарь.

Календарь и правда получает от нас немало незаслуженных обвинений. Сегодня не получилось — значит, день неподходящий. В среду уже поздно начинать, ведь половина недели прошла. В пятницу начинать глупо, впереди выходные. В выходные надо отдохнуть. Остаётся понедельник — эта многострадальная административная единица человеческой надежды. А если в понедельник дождь, пожалуй, лучше со следующего месяца.

Подозреваю, нам нравится сама церемония обещания. В этот момент ещё не нужно терпеть неудобства, разбираться в ошибках и встречаться с собственными ограничениями. Зато уже можно почувствовать себя человеком, у которого всё под контролем. Мы мысленно получаем награду за труд, который пока существует только в проектной документации.

При этом гораздо менее торжественная перемена обычно выглядит скучнее. Не «с понедельника стану новым человеком», а «сегодня десять минут займусь тем, что давно откладываю». Не новая жизнь, а один маленький поступок. Объявлять об этом окружающим неловко:

пафоса мало, ленточку перерезать негде. Зато и ждать специально назначенной даты не приходится.

Конечно, и такой подход не даёт гарантии. Бывают периоды, когда сил действительно мало, когда планы приходится пересматривать или откладывать по причинам, не имеющим отношения к слабому характеру. Человеку иногда нужен отдых, помощь или более подходящие условия, а вовсе не ещё одно суровое обещание себе. График может быть строгим, но он всё-таки не начальник нашей жизни.

И знаете, что в этой истории удивляет больше всего? Мы готовы прощать будущему себе любые просрочки ещё до того, как он приступил к делу. А нынешнего ругаем за то, что он не соответствует блестящему плану, составленному вчера на волне энтузиазма. Получается странная семейная драма: вчерашний я раздаёт распоряжения, сегодняшний получает выговор, завтрашний пока ни за что не отвечает.

Может быть, прежде чем назначать очередное великое начало, стоит хотя бы познакомить этих троих. Пусть вчерашний немного умерит аппетиты, сегодняшний честно скажет, сколько у него времени и сил, а завтрашнему оставят работу, которую действительно можно выполнить. Без оваций, новой тетради и торжественной речи.

Впрочем, планы у нас ещё будут. Мы ведь не только обещаем себе измениться — мы умеем мечтать так широко, что реальность иногда смотрит на наши замыслы с уважительным недоумением. И, надо признать, мечтать нам зачастую нравится гораздо больше, чем выяснять, во что мечта обойдётся. Но об этом поговорим дальше.

Глава 7. Мечтать не вредно. Особенно лёжа

Мечтать мы умеем с размахом. Дайте человеку пять свободных минут, и он мысленно успеет сменить профессию, переехать к морю, освоить итальянский и стать обладателем такой стройной, разумной жизни, что даже завидовать неудобно. Не жизнь, а рекламный буклет. Единственная мелочь: пока мы всё это проделывали, чай остыл, а носки так и остались под сушилкой.

И я вовсе не собираюсь выступать против мечтаний. Куда нам без них? Мир, состоящий исключительно из коммунальных платежей, бытовой химии и вопроса «что опять приготовить?», был бы довольно унылым местом. Возможность вообразить другое будущее иногда помогает понять, чего нам недостаёт в настоящем. Мечта может утешить, увлечь, подсказать направление. Просто не стоит требовать, чтобы она заодно помыла посуду.

Но мы с удивительной лёгкостью подменяем одно другим. Мечтаем о доме за городом, а на самом деле хотим тишины. Мечтаем бросить работу и открыть своё дело, а иногда просто желаем, чтобы по пятницам нас перестали спрашивать, почему отчёт ещё не готов. Представляем жизнь путешественника, хотя, если разобраться, больше всего привлекает возможность не просыпаться под будильник. Человек способен придумать себе новую биографию, лишь бы не признаться, что ему требуется отпуск.

Это не значит, что большие желания ненастоящие. Просто между красивой картинкой и живым желанием бывает расстояние. Одно дело — любоваться видом с балкона собственного дома у моря. Другое — выяснить, где там находится поликлиника, кто чинит водопровод и чем платить за электричество. Мечта обычно показывает нам закат. Вопросы о счёте за свет в её обязанности не входят.

Замечали, как охотно мы мечтаем о результате и как скупо — о процессе? Хотим свободно говорить на иностранном языке, но в мечте почему-то отсутствует этап, на котором мы полчаса пытаемся разобраться с артиклями. Хотим красивый сад. В мыслях он уже цветёт; лопата благоразумно осталась за кадром. Хотим написать книгу, и в воображении она уже лежит на витрине. А вот сидеть над неудачным абзацем третий вечер подряд герою наших фантазий не полагается. Он у нас занят автограф-сессией.

Есть ещё особая категория мечтаний — те, которыми мы пользуемся, чтобы выглядеть интереснее даже в собственных глазах. «Я бы мог стать художником». «Во мне, наверное, пропал писатель». «Если бы захотел, давно жил бы за границей». Возможно. А возможно, нам нравится иметь в запасе несколько блестящих версий себя, которые никогда не придётся проверять действительностью. Пока талант не испытан делом, он удивительно послушен: не спорит, не ошибается и не требует многочасовой практики.

Но давайте не будем объявлять каждую несбывшуюся мечту проявлением страха. Иногда человеку просто нравится фантазировать, и этого вполне достаточно. Можно любоваться французской деревушкой, не выставляя квартиру на продажу. Мы можем любить горы, не собираясь жить в палатке. Можем восхищаться сценой и при этом не желать выступать под прожектором. Представьте, если бы за каждое «вот было бы здорово» приходилось немедленно составлять бизнес-план. От вдохновения остался бы один бухгалтер.

А ещё мечты меняются. То, чего отчаянно хотелось в двадцать лет, в сорок может вызывать недоумение. И дело не обязательно в том, что мы сдались, испугались или стали скучными. Вполне возможно, мы лучше узнали себя. Человек вправе передумать. Даже если когда-то объявил всем знакомым, что непременно объедет земной шар. Особенно если с тех пор обнаружил удовольствие в собственной подушке и нормальном горячем душе.

Самая непростая часть начинается тогда, когда мы пытаемся честно спросить себя: а что именно в этой мечте меня притягивает? Признание? Свобода? Отдых? Любопытство? Возмож-

ность никому не отчитываться? Бывает, за грандиозным желанием скрывается вполне земная потребность. И удовлетворить её иногда проще, чем кажется. Не обязательно покупать яхту, чтобы почувствовать свежий ветер. Хотя, конечно, с яхтой можно было бы эффектнее рассказывать об этом знакомым.

Мне нравится думать, что мечты не обязаны проходить проверку на практическую полезность. Некоторые стоит воплощать, другие — примерять, третьи — просто беречь как приятный внутренний пейзаж. Важно лишь различать, когда мы любуемся картинкой, а когда действительно собираемся выйти из дома. Потому что у обоих занятий есть право на существование, но обувь нужна только для одного.

Впрочем, если мечта когда-нибудь станет реальностью, долго ли мы будем ею довольны? У человека есть ещё одна поразительная способность: привыкать даже к тому, чего он так долго добивался. Но сначала нам придётся разобраться с другой нашей страстью — бесконечно искать время на жизнь, которую мы уже так подробно вообразили.

Глава 8. Мне бы ещё немного времени. Лет двадцать

Со временем у нас отношения странные. Мы постоянно жалуемся, что его не хватает, и при этом обращаемся с ним так, словно где-то в кладовке лежит ещё пара запасных десятилетий. Одно — для здоровья, другое — для увлечений. На коробке написано «когда-нибудь». И ведь даже пыль с неё не вытираем: всё равно не сегодня.

При этом занятость бывает совершенно настоящей. Работа, дети, пожилые родители, домашние заботы, поездки, непредвиденные неприятности. Совет «просто выделите время» звучит особенно вдохновляюще для человека, у которого даже возможность спокойно пообедать требует дипломатических переговоров. Поэтому не будем изображать, будто всем выдают одинаковые сутки с одинаковым количеством обязанностей. Часы показывают одно и то же, а свободы в этих часах может быть очень разное количество.

И всё же в собственной жизни мы порой находим удивительные лазейки. На важный разговор времени нет — нужно собраться с мыслями. На прогулку нет — погода какая-то сомнительная. На любимое занятие нет — сначала необходимо разобрать ящик с проводами, в котором с прошлого века обитает зарядка неизвестного происхождения. А потом вдруг обнаруживается сорок пять минут на чтение спора незнакомых людей о том, как правильно варить гречку. Там, между прочим, страсти посерьёзнее, чем в некоторых семейных сагах.

Мне кажется, фраза «у меня нет времени» иногда обозначает сразу несколько совершенно разных вещей. «Я устал». «Мне не хочется». «Я боюсь начать». «Это сейчас не главное». «Мне трудно отказать другим». «Я даже не представляю, с какого конца подступиться». Сама фраза короткая, солидная, почти неприступная. Кто станет спорить со временем? Оно ведь не явится и не скажет: «Извините, но в четверг вы два часа выбирали кружку в интернете».

Есть ещё особое искусство — откладывать приятное. С неприятным всё понятно: зубной врач, разбор документов и разговор о повышении зарплаты редко вызывают желание вскочить с постели под торжественную музыку. Но почему мы экономим на том, что сами любим? Хорошую посуду бережём для гостей. Красивую одежду — для подходящего случая. Прогулку в парке — для выходных, когда станет потеплее, посвободнее, посолнечнее и вообще наступит оптимальное совпадение небесных тел. А а любимую рубашку пока побережём. Для особенного дня, которому всё некогда наступить.

Отсюда рождается нелепое соревнование, в котором никто не собирался участвовать. Кто раньше встал, кто позже лёг, кто больше успел, кто даже в отпуске проверял рабочую почту. Приз победителю, подозреваю, будет символический: ещё немного работы. Отдыхать некогда, надо поддерживать титул. Правда, не всякая плотная занятость — попытка произвести впечатление. Иногда это необходимость, иногда любимое дело. Но случается, что мы уже сами не отличаем важное от того, что просто громче требует внимания.

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.