

Оглавление

Пролог	5
ЧАСТЬ 1. ИСТОРИЯ СТРАНЫ И ИСТОРИЯ МУЖЧИНЫ	11
Глава 1. Гнев и беспомощность.....	12
Глава 2. Травмы поколений.....	15
Глава 3. Современная Россия: наши искаженные нормы.....	18
Глава 4. Детство, отрочество, юность.....	23
Мать	27
Отец	40
Глава 5. Идеальное воспитание.....	53
Глава 6. Боль — катализатор изменений.....	59
ЧАСТЬ 2. ПРИНЦИПЫ.....	64
Глава 1. Принцип дисциплины.....	65
Два способа решить любую проблему.....	68
Внешняя дисциплина.....	75
Рекомендации.....	81

Глава 2. Принцип боли.....	109
Накопление агрессии.....	113
Инициация	116
Рекомендации.....	124
Глава 3. Принцип иерархии	141
Лестница.....	148
Иерархия и конкуренция.....	155
Рекомендации.....	161
Глава 4. Принцип отношений	184
Признание	187
Деньги	191
Эмоции.....	193
Мужская и женская модели поведения.....	199
Четыре типа отношений.....	202
Рекомендации.....	216
Глава 5. Принцип будущего	238
Будущее.....	242
Смысл жизни мужчины	248
Бессмертие наших идей.....	253
Главное мужское качество	259
Рекомендации.....	261
Заключение	278
Список использованной литературы.....	282

Травмы поколений

В июне 1941 года стояла прохладная погода, но люди все равно наслаждались летом. У школьников были каникулы, влюбленные парочки устраивали вечерние посиделки, молодые семьи радостно возились с детишками. На тот момент Россия — СССР пережил много страшного: Первая мировая война, революция 17-го года, голод, сталинские репрессии... Но страна, как живой организм, шла на поправку.

До тех пор пока 22 июня Гитлер не отдал приказ о нападении на СССР. Жернова истории пришли в движение и перемололи более 10 миллионов человек. Война закончилась, но мужчин в стране стало в десятки раз меньше. Некому стало воспитывать детей, зарабатывать деньги, защищать семью. Осталась только мама: раньше женщина в основном занималась детьми, а после войны ей пришлось выполнять абсолютно все функции в семье.

Убыль мужчин призывного возраста, родившихся с 1889 по 1928 год, в СССР превысила 44 % от первоначальной численности. Это в 3–5 раз больше потерь Польши, Югославии, Финляндии и ряда других стран.

Результат — огромный разрыв между численностью мужского и женского населения. По переписи 1959 года женщин в нашей

стране оказалось на 18,43 млн больше, чем мужчин, указывает Николай Савченко. На 1000 женщин приходился в среднем 641 мужчина. А где-то и еще меньше: в Брянской области на 1000 женщин приходилось 545 мужчин, в Орловской — 557, в Курской — 565. В Краснодарском крае — 634⁴.

Проще говоря, на 10 женщин приходилось 6 мужчин. И конечно, представительницы прекрасного пола начали между собой конкурировать за мужское внимание. Мужчины стали добычей, а женщины — охотницами. Но и это еще не все. Участники войны, которым удалось выжить, получили тяжелые физические и психические травмы. После войны мужчины — бывшие солдаты — стали калеками. Они просто не знали, что им делать дальше, не понимали, как адаптироваться к мирной жизни. Многие умерли молодыми — спились и перебили друг друга на гражданке. Другие жили относительно нормально, но память об ужасах войны вряд ли кто-то мог стереть до конца.

Это было очень тяжелое время, эхо которого докатилось и до нас. Глубоко и подробно травмы нескольких поколений советских людей описала психолог и публицист Людмила Петрановская⁵. Мы не будем останавливаться на всех последствиях, для нас важен вот какой момент: страна, обескровленная войнами, революцией и голодом, испытала огромный дефицит мужчин.

Теперь вернемся к нашим будущим мужчинам, тогда еще маленьким мальчикам. Как они видели мир, что происходило в их жизни? Картина примерно такая: мать, убитая горем, вынуждена целыми днями работать, чтобы прокормить семью. Она ужасно переживает за сына, который недополучает ее любви, ведь больше у него никого нет. Мать дает ребенку все, что он попросит. Она постоянно заботится о нем, переносит свою любовь с мужчины на сына, пытается за двоих вкладываться в семью. Ролевой модели перед глазами растущего парня нет. Мальчик хочет быть похож на отца — героя, но как это? Ведь

рядом его нет. Или же отец здесь, но на героя, увы, не похож. Больше похож на последнего неудачника, который не знает, что делать со своим будущим.

Последствия войны сказались и на мужчинах, и на женщинах. Моя книга посвящена мужчинам, но справедливости ради остановлюсь — хотя бы коротко — и на женщинах. У них отняли любимых, их оставили в разрушенной стране с маленькими детьми. Не было денег, еды, светлого будущего. Нужно было научиться игнорировать тяготы и невзгоды, собрать всю волю в кулак и просто как-то жить.

Единственная отрада — маленький сын. Будущий мужчина. Вся забота и ласка — ему. А что доставалось дочерям? К ним отношение у мамы было другое — как к себе самой. Женщина рассуждала так: какая судьба ждет мою дочь? Такая же, как моя: мужчин мало, работы много. Результат: мать старалась быть к дочке как можно строже, воспитывала в ней дисциплину, серьезность и ответственность. А дочь, чтобы заслужить любовь матери, была очень послушной. Девочки охотно и усердно копировали поведение мамы. Мальчики же наблюдали за редкими мужчинами в окружении и видели, что те купаются в женском внимании, что им прощается многое (если не все).

Когда я только занялся изучением этой темы, меня шокировал огромный масштаб проблемы и то, насколько сильно это повлияло на целую нацию.

Именно послевоенное время — это точка бифуркации, момент, когда судьба мужчин и женщин в нашей стране изменилась кардинально. Роли перевернулись: женщины взяли на себя мужские функции, развили в себе дисциплину, строгость, жесткость. Мужчинам осталась роль вдохновителей, весельчаков и балагуров. Им все прощалось — лишь бы они только были, лишь бы просто радовали своим существованием.

Современная Россия: наши искаженные нормы

— Ну, чего стоишь?! Выкладывай продукты на ленту.

— Да выкладываю, выкладываю...

— Иди складывай в пакет все, я заплачу.

— Хорошо.

— Пакет порвался! Бери другой!

— Ладно...

Такой диалог я недавно услышал в «Пятерочке». Как думаете, кто из участников семейной пары командовал в этой ситуации? Если вы прочитали предыдущую главу, то легко ответите на мой вопрос. Конечно, это была женщина. Может показаться, что такое бывает только у бедных людей, в маргинальной среде, но это не так. Это была приличная пара. Можно было легко представить, как муж водит «фольксваген-туарег» и работает айтишником, а жена, например, владеет небольшим интернет-магазином. Тем не менее выглядело все так, будто командир и рядовой вышли на прогулку.

У меня нет доступа к общероссийской статистике семейных диалогов (такой статистики просто никто не ведет), поэтому буду основываться на собственных наблюдениях, сделанных за последние шесть лет. Семь из десяти российских пар в магазинах именно так всегда и общается.

Иногда женщина не командует, а просто старается сделать все сама, пока муж стоит рядом, уткнувшись в телефон или размышляя о смысле жизни. Иногда жены параллельно еще покрикивают на детей, которые не могут успокоиться, отчитывают их, пугают (отдам дяде, не дам компьютер, отберу игрушки). Видна привычная манера следить за всем, что происходит, желание контролировать ситуацию и распоряжаться ресурсами по своему усмотрению. Мужчина же лениво подчиняется. В лучшем случае он зарабатывает деньги и иногда как-то использует свою физическую силу. Такое положение дел кажется обычным для обеих сторон: нас так научили. Женщине сложно перестать командовать, мужчине — перестать выполнять команды.

Норма для русского мужчины — быть улыбчивым шутником, который не выполняет свои обещания и не участвует в управлении семьей. Деловой и серьезный мужчина, который требователен к себе и другим, считается «занудой» и «роботом». Женщин он не привлекает, коллеги над ним саркастически подшучивают. Теперь давайте посмотрим на современного россиянина, которого принято считать успешным. Мы видим обаятельного, улыбчивого, расслабленного, умного, мечтательного человека. Но он постоянно врет сам себе, он не выполняет обещания, он внутренне раздражен. И, скорее всего, в личной жизни есть проблемы.

Этот человек привык фантазировать и рассказывать себе и другим о своих планах, а потом ничего не делать. Он жалуется другим, и те пытаются ему помочь. С детства мальчика не

дисциплинировал и не воспитывал отец, не учил его решать проблемы самостоятельно. А мама умилялась обаятельностью и доброте сына, все шалости и обманы прощала. Становясь взрослее, такой парень приходит к выводу, что именно пофигистичное поведение помогает ему преодолевать проблемы.

Девяносто процентов «благополучных» мужчин слишком ослаблены, они некритично относятся к себе, к своим обещаниям и целям, испытывают острую потребность постоянно отдыхать и развлекаться. Комплекс Питера Пэна — желание всегда оставаться радостным и беззаботным, избегать любых тягот жизни. Такой человек, находясь на ответственной должности, будет перегружен задачами и обещаниями, которые давно пора выполнить. Справляться с нагрузкой он не умеет, поэтому будет продолжать улыбаться (другой вариант: жаловаться), пока копятся обязательства и долги.

После тридцати такие персонажи выглядят все хуже: энергия юности уходит, образ жизни начинает сказываться. Печальное лицо. Живот. Круги под глазами. Цинизм. Но при этом широкая улыбка: «да у меня все норм, меня все устраивает». За показным весельем скрываются беспокойство, нерешительность и страх перемен. Ума и талантов достаточно, но они не используются. Нет привычки выбирать качество жизни, зато есть привычка выбирать сильные эмоции здесь и сейчас: алкоголь, игры, жирная еда. Представьте себе, некоторые убирают из дома зеркала, чтобы не видеть свое непривлекательное отражение, и делают свет потусклее, чтобы не замечать грязь вокруг. Все это приводит к угасанию и апатии. Сколько я видел таких мужчин: в 35–40 лет — кризис, потеря смысла жизни, ничто не радует.

Спутница такого мужчины, как правило, полная его противоположность. Это деловая, целеустремленная женщина, которая контролирует все процессы вокруг. Ей нужно управлять всем

и везде. Снаружи милая улыбка, а внутри сталь. Гиперопека и гиперответственность — ее лучшие друзья. За мужа, за сына, за невестку, за внука и внучку, за коллег, за босса... за всех. Коня на скаку остановит. Как следствие, высокая требовательность к себе и окружающим. Такая женщина всем дает наставления и советы по поводу того, как надо жить. Ответственность за все происходящее вокруг ей с детства внушила мама. Хорошая дочь должна быть послушной помощницей (иначе родители не полюбят), хорошая жена должна решать проблемы мужа (иначе муж не полюбит). Став взрослой, такая послушная девочка добровольно тянет на себе огромное количество обязательств. Муж не хочет делать ремонт? Сделаю сама! Попросили остаться на работе без сверхурочных? Останусь, ведь людям нужна моя помощь.

В таких обстоятельствах развивается гипертревожность, ведь идеальный контроль просто невозможен. Эта тревожность незаметна до тех пор, пока не превратится в патологическую усталость. Как следствие, недовольство мужем и родными, неврозы и эмоциональные срывы. Такая женщина боится показывать свои эмоции, потребность в защите и заботе, чтобы, не дай бог, ее не увидели слабой. Быть слабой, с ее точки зрения, значит быть «приспособленкой», «сесть на шею мужику». Ей проще быть главной — самостоятельной, жесткой.

Многие люди удивляются — что плохого в таком положении дел? Подумаешь, женщина командует! Ну а вдруг им так легче, так проще? Легче и проще — да. Но лучше ли? Нет. Я постараюсь доказать вам это во второй части книги.

Масштаб проблемы просто катастрофический: большинство мужчин в России совершенно не вовлечены в жизнь семьи, в отношения с женщиной и воспитание детей. А еще они не занимаются своим здоровьем, рано умирают и не оставляют после

себя никакого наследия — ни денег, ни хорошо воспитанных детей, ни памяти о больших достижениях.

Максимум, что делают наши мужчины, просто зарабатывают деньги и как-то живут. Хотя... живут — это слишком громко сказано. Влачат печальное существование, постоянно пребывая в тоске и апатии. Только мечтают о любимой работе, интересных приключениях и счастье. Ум и таланты не развивают. Интересы большей части мужского населения нашей страны ограничены алкоголем и компьютерными играми. Ну, может быть, иногда еще книгами. Пропасть между тем, как эти люди себя видят и что они на самом деле делают, огромна. Отсюда тоска и апатия. Но сами по себе переживания — это полбеды. Проблема в том, что мужчины не замечают эти переживания, не понимают, что с ними происходит, и пытаются «сбежать» в какой-то выдуманный мир. Отсюда тяга к алкоголю, наркотикам и играм.

Мужчины нашей страны спят. Находятся в анабиозе, как будто кто-то ввел им всем анестезию, отключил от реальности. «Пациенты» продолжают улыбаться, пока внутри у них все разрушается. Они не чувствуют боли.

Откуда берутся эти проблемы? Давайте на примере типичной российской семьи рассмотрим, как происходит развитие и взросление мальчика.