

Содержание

Введение	7
Аэропорт	9
Биеннале	15
Блендер	23
Будет	28
Бы	36
Вилка	43
Витамины	49
Все равно	57
Вторая серия	71
Герань	77
Д'Артаньян	87
Дешевое платье	93
Долг	99
Ель	106
Жираф	114
Звездочет	124
Килька в томате	132
Клубничный день	137
Козыри	142
Колечко	148
Коромысло	154
Корпоратив	161

Красавица	168
Крыжовник	176
Май месяц	186
Матадор	192
Математика	209
Матрешки	219
Маяк	225
Можно	231
Мосты	239
Мужик	245
Наказание	250
Не скучно	254
Не считается	258
Невозможно	266
Недопринц	269
Нормально	277
Особенное лето	287
Павлик	293
Пикассо	306
Пират	313
Помидоры	318
Профи	324
Пруст	330
Салют	338
Свой собственный	343
Слон	351
Ты — это ты	356
Фиалка и бамбук	364
Фонарь	370
«Формула-1»	377
Хрусталь	385
Честно	394
Эверест	399
Заключение	411

Введение

Когда я была маленькой, я училась у бабушки мудрости.

— Прежде чем начать какое-то дело, — говорила бабушка, — подумай: не станет ли от этого кому-нибудь хуже...

То есть главная мотивация бабушки по жизни была такая: только бы хуже не стало.

Мой любимый, очень мудрый анекдот про мотивацию звучит так.

Приговорили к смертной казни мужика. А мужик очень больших размеров, не помещается на электрический стул. Чтобы привести приговор в исполнение, его сажают на жесткую диету: хлеб, овощи, вода. Мужик месяц ест скудно — и не сбросил ни грамма. Наоборот — набрал. Тогда из его рациона убирают хлеб. Еще месяц кормят морковью да водой — а он не худеет. Да что ж такое! Тогда идут на отчаянные меры: сажают мужика на одну воду. Время идет — а вес у мужика стоит.

— Как же так? — кричит рассерженный судья, топая ногами. — Почему? Почему ты не худеешь?

А мужик отвечает, подмигнув:

— Мотивации нет, мистер.

Во-о-от. Для тех, у кого та же проблема, написана эта книга. Она про мотивацию. Мотивацию любить, работать, творить, жить...

Надеюсь, вам хватит мотивации дочитать до заключения, потому что разгадка главного ребуса этой книги будет там.

Я не знаю, понравится ли вам эта книга, но, помня о бабушкиных заветах, обещаю одно: вам точно не будет хуже.

Будет только ЛУЧШЕ!

Аэропорт

Я опаздывала в аэропорт.

В городе, где я находилась, проходил масштабный международный саммит. Президенты нескольких стран со своими делегациями прилетели обсуждать глобальные стратегические вопросы, в городе перекрыли трассы, в том числе и ту, что вела к аэропорту. Возникла реальная вероятность, что я опоздаю на рейс: даже если бежать бегом со своим чемоданом, можно не успеть.

Я сидела в такси, заблокированная в пробке из таких же машин, и злилась на президентов, прилетевших на саммит. Нашли время!

Я понимаю, что их работа важнее моей по степени ответственности, но с другой стороны... Вот передо мной в пробке целый автобус с людьми, и каждый этот человек занят делом. Кто-то печет хлеб, кто-то чинит машины, кто-то нянчит детей, кто-то пишет картины. Эти люди могли бы делать все это, если бы не стали заложниками ситуации и не находились в плену у чужого статуса.

Я не успела додумать свою мысль: трассу открыли, мы резво помчались к аэропорту и... успели. Я прошла регистрацию, паспортный контроль, села у выхода на посадку.

Люди вокруг обсуждали саммит, сплетничали о президентах, которые — представляете, у друга брат там работает, он сам видел! — прилетели каждый со своими запасами вина из личных винных погребов, обсуждали мигалки, с которыми носились по городу юркие кортежи, и смеялись над подозрительными дяденьками в пиджаках, которые, нарочито изображая беззаботность, гуляли по городу во время мероприятия.

— Улететь бы, а то президенты эти сейчас разлетаются тоже, могут закрыть нам небо... — сказал мой сосед.

— Улетим, — уверенно ответила я.

Я летела транзитом, и мне категорически нельзя было опаздывать, потому что тогда доминошками рушилась вся схема полета.

Объявили посадку. Нас повезли на автобусах к самолету, посадили на борт. Я отписала мужу, что все в порядке, и приготовилась к взлету. Мы почти вырулили на взлетку, как вдруг... Самолет развернулся и поехал в депо. Нас пришвартовали, пригнали трап и стали высаживать. По громкой связи объявили: «Приносим извинения, вылет задерживается по техническим причинам».

— За идиотов нас держат, — пробормотал мой сосед. — Всем понятно, что это за технические причины. Просто провожают какую-то шишку.

Я была напугана перспективой сорванного полета. Нас привезли обратно в зал ожидания. Объявили, что задержка часа на два. Внутри меня бурлила злость.

Я видела в окно большой правительственный борт, который гордо разогнался по взлетке...

«Это все из-за него», — подумала я, испепеляя его взглядом.

Я допускаю, что работа, скажем, пекаря не такая важная, как работа президента. Но я посчитала, что в нашем самолете около двух сотен мест. То есть президент какой-то страны взял и отнял у двух сотен людей по два часа. А это — 400 часов. Если разделить 400 часов на количество суток, то получится больше двух недель. Стоит ли час даже самой ответственной в мире работы двух недель чужих работ? Сколько хлеба можно испечь за две недели? В совокупности, я думаю, очень много... Эти мысли разозлили меня не на шутку.

ТРИ САМЫЕ БОЛЬШИЕ ЦЕННОСТИ В СОВРЕМЕННОМ
МИРЕ – ЭТО ВРЕМЯ, ДЕНЬГИ И МОБИЛЬНОСТЬ.

У нас отобрали фактически сразу три этих фактора: время потеряно, транзит сорван (а значит, придется доплачивать за новый билет), мобильность заблокирована. Я раззадорила себя этими мыслями, вырастила их до уровня полноценного гнева. Мне было важно успеть на посадку, а тут из-за какого-то...

Я поймала себя на том, что не могу справиться с раздражением, внутри просто бурлит лавина от несправедливости. Мудрецы говорят, что каждый встречный на вашем пути человек — это ваш учитель. И хороший, и плохой, и добрый, и злой, и тот, кто дал вам что-то, и тот, кто что-то у вас украл.

Нужно учиться благодарить мир и Вселенную за этих учителей и воспитывать в себе благодарность даже к врагам или недоброжелателям. В этой ситуации я должна, выходит, как-то откопать в себе благодарность к этому президенту, из-за которого у нас задержка рейса, и сказать Вселенной спасибо за все, что случилось.

Я тщетно ищу в себе этот дзен. Ну же... ну... Выдыхаю. Наверное, я должна чему-то важному научиться. Смирению, например. Принятию. Терпению. Внутреннему знанию, что этот мир мне не подконтролен. Мой контроль над ситуацией — просто иллюзия.

Спасибо, Вселенная, что напомнила. А то я заигралась что-то в деловую женщину, у которой «все схвачено». Ничего на самом деле не схвачено, вот абсолютно. И я правда благодарна, что мне постоянно напоминают о моей роли. Как бы говорят: да, ты можешь быть первой скрипкой в этом оркестре, но дирижером тебе не стать...

Я заказала чашку кофе в кафе и улыбнулась, когда мне корицей нарисовали на пенке сердечко.

«Спасибо», — искренне сказала я официанту.

«Спасибо», — искренне сказала я Вселенной.

Я восстановила внутреннюю гармонию. Прибралась внутри, вычистила из души гнев и злость. Это деструктивные чувства, они отравляют атмосферу внутри своим ядом, а я хочу, чтобы там жила гармония. Через два часа нас снова повезли на посадку. Я увидела, что самолет совсем другой.

— А что, борт заменили? — спросила я у сотрудника аэропорта, стоящего у трапа.

— Да. Прошлый борт был не вполне исправен, хорошо, что пилоты заметили это заранее и не допустили взлета. Вернулись. Починить не смогли и решили заменить. Безопасность превыше всего...

«Ничего себе! — подумала я. — Вон какие чудеса творит благодарность!»

Выходит, Вселенная просто спасла нам жизни, ведь мы чуть не полетели на неисправном борте, и неизвестно, чем этот полет мог бы закончиться. А пилоты все сделали правильно, рассудив, что лучше мы все потеряем два часа, чем жизнь.

А тот злополучный правительственный борт был вообще ни при чем, он просто взлетал ввысь, не подзревая, сколько людей вот так на пустом месте его проклинают, провожая взглядом.

А в слове «спасибо» прячется глагол «спас», который сегодня, возможно, спас жизни двух сотен людей. Сколько хлеба они теперь испекут, сколько машин починят, сколько детей вырастят, картин нарисуют... Ведь можно посмотреть на эту ситуацию как на внезапный дополнительный день рождения!

Мы вырулили на взлетку второй раз и шустро взлетели. Если я потороплюсь после приземления, возможно, успею на пересадку.

В каждом поступке Вселенной зашифрована мудрость. Если подобрать ключ к этому шифру, Вселенная всегда нашепчет вам на ушко формулу счастья.

Да, дирижером своей судьбы нам не стать, но мы можем выучить и чаще использовать в жизни главные семь ноток самой красивой и важной мелодии на свете, мелодии благодарности: спасибо!

Биеннале

Однажды мы с детьми сдали плановые анализы. Сдавать ходили утром. Светило солнце. Пели птицы. Не погода, а обещание счастья. Я вела за руки своих детей и ощущала себя хорошей матерью, красивой женщиной, влюбленным в жизнь человеком.

При этом у меня на день были большие планы, и я озаботилась тем, чтобы быстрее закончить с поликлиникой, отвести детей в садик и школу, чтобы побежать дальше, по плану дня...

В обед пришли первые результаты: анализы дочки сигнализировали о гадости. Яростное отсутствие нормы. Самое страшное, что это было бессимптомно: улыбающийся ребенок, внутри которого живет нечто страшное.

Например, анализ мочи показал эритроциты, которых быть не должно. Анализ крови — моноциты, которых больше нормы, и нейтрофилы, которых меньше нормы.