

СЧАСТЬЕ  
КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ



*Ж. Ледлофф*



**КАК  
ВЫРАСТИТЬ  
РЕБЕНКА  
СЧАСТЛИВЫМ**  
принцип  
преемственности

**Жан Ледлофф**  
**Как вырастить ребенка**  
**счастливым. Принцип**  
**преемственности**  
**Серия «Счастье как**  
**образ жизни (Генезис)»**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=152446](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=152446)*

*Как вырастить ребенка счастливым. Принцип преемственности:*

*Генезис; Москва; 2017*

*ISBN 978-5-98563-449-5*

**Аннотация**

Книга американского психотерапевта Ж. Ледлофф будет полезна психологам, воспитателям, родителям – всем, кто задается вопросом: как вырастить ребенка счастливым?..

Ж. Ледлофф провела два с половиной года в племенах южноамериканских индейцев, где в отношениях между взрослыми и детьми царит полная гармония, которой так не хватает в цивилизованном обществе. Ж. Ледлофф пришла к выводу, что если мы будем обращаться с детьми так, как это делали наши предки на протяжении тысячелетий, наши малыши будут спокойными и счастливыми.

Эта книга о том, как важно, воспитывая ребенка, прислушиваться к собственной интуиции, а не к советам «экспертов» в области ухода за детьми.

# Содержание

Предисловие	5
Глава первая	9
Конец ознакомительного фрагмента.	33

# **Жан Ледлофф**

## **Как вырастить ребенка счастливым. Принцип преемственности**

*Если есть книга, которая могла бы спасти мир,  
то эта книга перед вами.*  
*Джон Холт*

### **Предисловие**

Как вырастить ребенка счастливым? Каждый любящий родитель задается этим вопросом. Ответ приходится искать самим, ведь ни в семье, ни в школе, ни в институте нас не учат тому, как это делать. Однако, как ни странно, книги о том, как вырастить ребенка счастливым, – огромная редкость. Большинство авторов книг по уходу за ребенком не только не знают ответа на этот вопрос, но даже не понимают его сути. Они считают (и заставляют верить в это родителей), что счастье ребенка целиком складывается из сухих подгузников, детского питания и плюшевых зверьков.

В нашем стремлении дать ребенку «все, что ему нужно», мы часто проходим мимо самого главного – того, в чем он

нуждается не просто для того, чтобы выжить, но для того, чтобы вырасти счастливым. Привычным является мнение о том, что ребенок для молодой семьи – большое испытание: он плачет, будит родителей по ночам, а когда начинает ползать и ходить, все норовит сломать и опрокинуть. Мы списываем это на то, что «все дети такие», и даже не замечаем, что у кошки, которая никогда не читала умных книг по уходу за котятами, котята плачут куда реже, чем у нас – человеческие детеныши.

Мы не только не знаем и не понимаем истинных потребностей наших детей, но еще и привыкли перекладывать ответственность за их здоровье, воспитание и безопасность на кого-то еще: мы рожаем детей в роддомах, если они заболеют – отводим к врачу, отдаем их воспитывать в детские сады, а потом в школу. Но те, кому мы доверяем наших детей, тоже не всегда знают, что нужно ребенку для счастья; они тоже узнавали об этом из книжек, авторы которых имеют о счастье неизвестно какое представление.

Получается порочный круг: каждый думает, что знает, как вырастить детей счастливыми. Некоторые даже пишут об этом книги. Но на самом деле мало кто об этом знает, отчасти потому, что редко встречаются люди, которые умеют – без всяких книг, просто следуя внутреннему инстинкту – быть счастливыми и растить счастливыми своих детей.

Жан Ледлофф – автор книги, которую вы держите в руках, встретила именно таких людей. Более того, прожив с

ними два с половиной года, она поняла, чем их воспитание детей отличается от нашего, поняла, почему их дети вырастают счастливыми, а наши на всю жизнь остаются «трудными подростками». Поняв это, она написала об этом книгу – книгу о том, как вырастить детей счастливыми. Известный психолог Джон Холт сказал о ней: «Если есть книга, которая могла бы спасти мир, то эта книга перед вами». Эти слова – не преувеличение, ведь все многообразие самых страшных проблем человечества – войны, преступность, самоубийства; нищета, голод, болезни; депрессии, наркомания и алкоголизм; загрязнение и разрушение природы – только проявление внутреннего неблагополучия современного человека. А так как счастье или несчастье начинаются там же, где и новая жизнь – с рождения и воспитания ребенка, то, правильно относясь к детям, мы не только обеспечиваем им психическое благополучие на всю жизнь, но и делаем первый и самый важный шаг к более радостному и человечному устройству общества, к миру без насилия и страдания.

Сегодня мы почти забыли о том, что умение правильно растить детей заложено в каждом из нас природой. Жан Ледлофф напоминает нам об этом. Мы можем прислушаться к своим собственным материнским и отцовским инстинктам, услышать их и следовать им. Только так мы можем понять, чего наши дети ожидают от нас, только так мы можем вырастить их счастливыми.

*Леонид Шарашкин*





# **Глава первая**

## **О том, как мои взгляды на жизнь круто изменились**

Хотя эта книга не развлекательная повесть, а приглашение к размышлению, мне хотелось бы рассказать немного о своей жизни и дать читателю представление о том, как я пришла к осознанию принципа преемственности или непрерывности. Возможно, эта история поможет объяснить причины, по которым мое мировоззрение стало столь отличным от представлений американцев, среди которых я выросла.

Отправляясь в джунгли Южной Америки, я понятия не имела о принципе преемственности; индейцы интересовали меня постольку поскольку, а в душе было лишь смутное ощущение того, что, возможно, там меня ждет важное открытие. Во время моего первого путешествия по Европе, во Флоренции, двое итальянцев пригласили меня в экспедицию за алмазами в Венесуэлу, в район одного из притоков Ориноко – реки Карони. Приглашение было таким неожиданным, что у меня оставалось лишь двадцать минут на размышление, приготовления и сборы. Я бросилась в гостиницу, потом на вокзал и заскочила в уже отходящий поезд.

Когда суматоха в вагоне улеглась, я оглядела наше купе, заваленное чемоданами; пыльные окна уныло отражали на-

ши многочисленные пожитки, и здесь я с ужасом осознала, что действительно еду в джунгли.

Я не могла дать себе отчет о причинах столь скоропалительного решения, однако оно казалось мне совершенно верным. Пожалуй, даже не алмазы так зачаровали меня своим блеском, хотя возможность нажить состояние, роясь в иле тропических рек, привлекала меня куда больше, чем любая другая работа. Слово «джунгли» – вот что вскружило мне голову. Наверное, это можно объяснить одним случаем, произошедшим со мной в детстве.

Это случилось, когда мне было восемь лет, и произвело на меня неизгладимое впечатление. И по сей день я придаю этому происшествию огромное значение, хотя тот момент просветления открыл лишь проблеск истины, так и оставив в тени ее суть. Но что самое печальное, эта искорка истины так и не продвинула меня в понимании ее значения в рутине повседневной жизни. Видение было слишком мимолетным и смутным, чтобы применить его на практике. Но, несмотря на это, оно вступило в противоречие со всеми моими желаниями и привычками. Эта книга как раз о моих попытках вновь обрести то ощущение вселенского порядка и высшей истины.

Итак, вот этот случай. Как-то нас вывели на прогулку из летнего детского лагеря в лес. В строю ребят я шла последней. Немного отстав, я торопилась нагнать всю группу, как вдруг сквозь стволы деревьев заметила поляну. На даль-

ней от меня стороне прогалины росла пушистая ель, а прямо по центру возвышалась кочка, поросшая ярким изумрудным мхом. Лучи полуденного солнца скользили по темной зелени соснового леса. А полоска неба, виднеющаяся сквозь кроны деревьев, сияла ослепительным ультрамарином. Вся эта природная картина настолько поражала своей завершенностью и исходящей от нее силой и энергией, что я остановилась как вкопанная. В благоговении, словно очутившись в волшебном и священном храме, я подошла к краю полянки, а потом и к середине, где легла, прижавшись щекой к освежающему мху. Все заботы и волнения, наполнявшие мою жизнь, унеслись прочь. Вот оно, то место, где все было так, как должно быть. И ель, и земля подо мной, камень и мох — все пребывало в полной гармонии. Казалось, так будет всегда: и осенью, и зимой. А потом придет весна, и это чудесное место снова пробудится и расцветет; что-то здесь уже отживет свое, а что-то лишь только вступит в жизнь, но все будет именно так, как должно быть.

Я чувствовала, что нашла утерянную суть вещей, ключ к истине, и ни в коем случае не должна утратить столь явственную в этом месте мудрость. Я чуть было не сорвала кусочек мха, который служил бы напоминанием об этом месте, но вдруг меня остановила мысль, которая не всегда приходит в голову и взрослому. Я неожиданно осознала, что, дорожа этим амулетом из мха, я могу забыть свои ощущения в этот момент просветления и однажды обнаружить, что хра-

ню всего лишь кусочек мертвой растительности.

Поэтому я ничего не взяла, но пообещала себе, что каждый день перед тем, как ложиться спать, в мыслях буду посещать свою Поляну и таким образом снова испытывать ее успокаивающее влияние. Даже в свои восемь лет я осознавала, что огромное количество понятий и ценностей, исходивших от моих родителей, учителей, других детей, нянек, вожатых и прочих, вовсе не продвинет меня в понимании жизни, а лишь усугубит мое замешательство. С течением времени я окончательно запутаюсь в дебрях «правильного и неправильного», «желательного и нежелательного». Но если я сохраню в памяти Поляну, то, как мне казалось, я никогда не потеряю себя в этом мире.

В тот же вечер, перед сном, я с благоговением вспомнила Поляну и утвердилась в своем намерении никогда ее не забывать. Год за годом ее немеркнущий образ всплывал в моей памяти: кочка, ель, свет солнца – в неразрывном единстве.

Но шли годы, и я замечала, что порой не вспоминаю о Поляне днями, неделями, а то и месяцами. Я пыталась вновь обрести то чувство свободы, которое раньше дарила Поляна. Но моя жизнь изменилась. На смену детсадовским понятиям о том, «что такое хорошо и что такое плохо», постепенно пришли часто противоречивые ценности моей семьи и нашего окружения: смесь викторианских добродетелей и приличий с индивидуализмом, либеральными взглядами, любовью к живописи и преклонением перед ярким самобытным

умом, каким обладала моя мать.

К тому времени, как мне исполнилось пятнадцать, я поняла, что Поляна утратила для меня былое значение, чему я почти не огорчилась. Память в деталях сохранила всю картину, однако, как я и боялась, когда хотела взять на память кусочек мха, смысл ее исчез. Образ Поляны в моей голове превратился в потерявший силу амулет.

Я жила с бабушкой, а после ее смерти решила бросить учебу и отправиться в Европу. Я толком не могла разобраться в своих желаниях, но поскольку общение с матерью всегда заканчивалось ссорами, мне оставалось полагаться лишь на свои собственные силы. К всеобщему удивлению, ни карьера фотомодели или автора статей для журналов мод, ни дальнейшее образование меня не привлекали.

В каюте отплывающего во Францию корабля я плакала от страха неизвестности. Казалось, я променяла все, что у меня было, на иллюзорную мечту. Но отступать мне не хотелось.

Я бродила по Парижу, делая наброски и сочиняя стихи. От предложения поработать моделью у Кристиана Диора я отказалась. Несмотря на связи во французском журнале «Вог», я лишь изредка подрабатывала моделью и не соглашалась на постоянную работу. Тем не менее в этой чужой стране было уютнее, чем в родном Нью-Йорке. Я чувствовала, что стою на правильном пути, но все еще не понимала, чего ищу. Летом я поехала в Италию: сначала в Венецию, потом в Ломбардию и, наконец, во Флоренцию. Там я и встре-

тила двух молодых итальянцев, пригласивших меня поехать в Южную Америку за алмазами. Как и при отъезде из Америки, я в страхе дрожала от безрассудности своих поступков, но и не думала отступать.

Наконец мы добрались до Венесуэлы и после долгих приготовлений и задержек отправились вверх по реке Каркупи, маленькому неизведанному притоку Карони. Несмотря на многочисленные препятствия, за месяц мы проделали большой путь вверх по течению. Нередко приходилось браться за топоры и мачете, чтобы проложить путь для каноэ сквозь ветви деревьев, поваленных поперек реки, и с помощью двух индейцев переносить на себе почти тонну снаряжения в обход водопадов и стремнин. Когда река превратилась в узкую речушку, мы разбили лагерь, чтобы исследовать несколько мелких притоков.

Это был первый «выходной» с тех пор, как мы отправились вверх по Каркупи. После завтрака один итальянец в сопровождении обоих индейцев пошел обследовать местность, в то время как второй блаженно качался в гамаке.

Мне же хотелось почитать, и я устроилась между корнями огромного дерева, стоявшего у самой воды. Я вытащила одну из двух книг, выуженных мной из скромного ассортимента английской литературы в магазинчике аэропорта Сиудад Боливар.

Чтение полностью поглотило меня, однако не успела я осилить и первую главу, как вдруг одна мысль поразила мое

воображение: «Так вот же она, Поляна!» Ожившая во мне восьмилетняя девочка с восторгом упивалась своим открытием. Теперь, правда, Поляна была уже не маленькой прогалиной в лесу, а огромным тропическим лесом, и в этом самом большом в мире лесу я вновь обрела когда-то утерянное счастье. Таинственные джунгли с их обитателями, проливные дожди и потрясающие своими красками закаты, экзотические орхидеи, грациозные змеи, хрупкая девственность реки и леса, трудности нашего путешествия – все вдруг обрело глубокий смысл, стало воплощением вечной и значительной истины. Когда мы пролетали над джунглями, они казались безбрежным колышущимся зеленым океаном, простиравшимся во все стороны до самого горизонта, перехваченным лентами рек, взбиравшимся на склоны упрямых гор и подставленным небу на плоских ладонях плато. Жизнь бурлила в каждой клеточке леса, и он был самым олицетворением правоты – постоянно меняющийся, но в то же время неизменный и всегда совершенный.

Наконец я достигла цели своих исканий: передо мной раскрылась реальность в самом ее лучшем виде. Это была та истина, маленький осколок которой я подобрала еще в детстве и которую в свои юные годы пыталась найти в дискуссиях и спорах с пеной у рта, порой затягивавшихся до самого утра. Мне казалось, что я навсегда обрела свою забытую Поляну. Все окружающее меня находилось в нерушимой гармонии, кипело жизнью, бесконечно и непрерывно рождалось, жило,

умирало и возрождалось вновь.

Я с любовью обняла огромные корни, переплетавшиеся за моей спиной, словно спинка удобного кресла, и стала подумывать о том, чтобы остаться в джунглях, теперь уже навсегда.

После того как мы прочесали всю Каркупи вдоль и поперек и раздобыли-таки несколько алмазов, было самое время пополнить наши запасы продовольствия. Для этого мы возвратились в крошечное поселение Лос-Карибес, где мне впервые за время нашего путешествия удалось посмотреться в зеркало. Что удивительно, я прибавила в весе, но выглядела стройной, подтянутой. Никогда я еще не ощущала себя такой сильной, уверенной в себе и бесстрашной. Одним словом, я цвела в своем любимом лесу, словно дикая орхидея. Впереди у меня было целых полгода, чтобы подумать о том, как остаться в райских джунглях после экспедиции, поэтому практические трудности такого шага меня пока не волновали.

Но вот эти полгода прошли, и я уже рвалась из джунглей домой. Малярия подорвала мое отменное здоровье и хорошее настроение, – и мне страстно хотелось мяса и зелени. Я бы с радостью променяла один из добытых потом и кровью алмазов на стакан апельсинового сока. Я походила на скелет, обтянутый кожей.

Однако ж после этих семи с половиной месяцев джунгли все-таки не утратили для меня своей притягательной «пра-



вильности». Я наблюдала целые семьи и кланы индейцев таурипан, управляющихся по дому, вместе охотящихся и живущих в полной гармонии с их средой обитания без всяких там диковинок техники, за исключением мачете и топоров из стали, заменивших каменные топоры. Таурипан были счастливейшими людьми, что мне где-либо попадались, но тогда я едва ли обратила на это внимание. Их внешность сильно отличалась от европейской: — они были ниже ростом, с менее развитой мускулатурой, но при этом могли нести более тяжелую поклажу и на куда более дальние расстояния, чем самый выносливый из нас. Они обладали своеобразным мышлением: если мы спрашивали, как легче добраться до какого-нибудь места, пешком или на каноэ, — индеец отвечал «да». Я редко отдавала себе отчет в том, что они такие же *Homo sapiens*, как и мы, хотя, если бы меня об этом спросили, я бы без колебаний это подтвердила. Все без исключения дети вели себя самым примерным образом: никогда не дрались, всегда с готовностью и беспрекословно подчинялись взрослым; взрослые никогда их не наказывали; определение «проказник» не подходило ни к одному ребенку. Но вопрос, почему все именно так, а не иначе, никогда не приходил мне в голову. Я нисколько не сомневалась ни в «правильности» джунглей, ни в том, что выбрала верное место для своих поисков. Однако найденная мной истина, наполняющая собой этот лес, растения и животных, индейцев и все окружающее, не означала, как мне думалось вначале, что я автоматически

нашла ответ, решение для себя лично.

Все было совсем не просто. К тому же мне все больше хотелось шпината, апельсинового сока и просто отдыха, и я немного стыдилась своей слабости. Я испытывала благоговение перед огромным справедливым лесом. Мои чувства не изменились и теперь. Когда пришло время расставаться с джунглями, я уже подумывала о своем возвращении. По правде говоря, здесь в лесу я не нашла ничего такого, что сколько-нибудь серьезно изменило мои убеждения. Однако я заметила эту истину вне себя и лишь поверхностно могла познакомиться с ней. Мне так и не удалось осознать очевидное: индейцы – такие же люди, как и я, и одновременно часть «правильности» джунглей – были ключом к пониманию гармонии вокруг и внутри меня.

Но несмотря ни на что, мой испорченный цивилизацией ум все же смог сделать несколько маленьких открытий. Так, к примеру, мне удалось заметить, насколько различно восприятие труда у европейца и индейца. Мы выменяли нашу не очень вместительную алюминиевую лодку на огромное каноэ, выдолбленное из цельного ствола дерева. Однажды в этой посудине, помимо нас, путешествовало семнадцать индейцев со всей своей поклажей, и я уверена, она могла бы вместить еще столько же. Когда же дело доходило до перетаскивания этой пироги с помощью только четырех или пяти индейцев через почти километровую полосу валунов и булыжников в обход водопада, мы представляли собой пе-

чальное зрелище. Приходилось подкладывать бревна и катить каное сантиметр за сантиметром под палящими лучами солнца. Лодка постоянно выходила из равновесия, стиливалась нас в расщелины между валунами, и мы раздирали в кровь голени и лодыжки. Нам и раньше приходилось перетаскивать – нашу прежнюю алюминиевую лодку, и всякий раз, зная, что нас ожидает, мы заранее портили себе нервы предвкушением тяжелой работы и избитых в кровь ног. И вот, добравшись до водопада Арепучи, мы настроились на страдания и с траурными лицами принялись перетаскивать чертову посудину по камням.

Лодка часто опрокидывалась на бок, заодно придавливая и одного из нас. Бедняга оказывался между раскаленными на солнце камнями и тяжелой махиной пироги, с нетерпением ожидая помощи остальных, более удачливых спутников. Не проделали мы еще и четверти пути, а у всех щиколотки уже были разодраны до крови. Под предлогом того, что мне нужно отлучиться на минутку, я забралась на скалу, чтобы заснять эту сцену на пленку. Взглянув непредвзято на происходящее внизу, я увидела интереснейшую картину. Несколько человек вроде бы занимались общим делом – волокли лодку. Но двое из них, итальянцы, были напряжены, угрюмы, раздражительны; они постоянно ругались, как и подобает настоящим тосканцам. Остальные, индейцы, похоже, неплохо проводили время и даже находили в этом развлечение. Они были расслаблены, подтрунивали над неуклюжим

каное и своими ссадинами, но особую радость вызывала пи-рога, упавшая на одного из соплеменников. Что удивительно, последний, прижатый голой спиной к раскаленному граниту, неизменно с облегчением хохотал громче всех, конечно, после того как его вытаскивали из-под лодки и он мог свободно вздохнуть.

Все выполняли одинаковую работу, всем было тяжело и больно. Раны индейцев саднили никак не меньше наших. Однако с точки зрения нашей культуры такая работа считается безусловно неприятной, и нам даже не придет в голову относиться к ней как-либо иначе.

С другой стороны, индейцы тоже не знали, что к тяжелой работе можно относиться по-иному: они были дружелюбны и в хорошем расположении духа; в них не было ни страха, ни плохого настроения, накопившегося за предшествующие дни. Каждый шаг вперед был для них маленькой победой. Закончив фотографировать и вернувшись к остальным, я попыталась отбросить свой цивилизованный взгляд на происходящее и совершенно искренне радовалась всю оставшуюся часть перехода. Даже ушибы и царапины уже не причиняли особой боли и стали тем, чем они были на самом деле: быстро заживающими небольшими повреждениями кожи. Оказалось, что можно вовсе и не переживать по поводу каких-то ссадин, а тем более злиться, жалеть себя и считать ушибы до конца переноски лодки. Напротив, я порадовалась тому, что тело способно лечить свои болячки без всякой мо-

ей помощи.

Но очень скоро я снова вернулась к своему привычному восприятию. Лишь постоянные сознательные усилия со стороны человека могут победить привычки и привитые нашей культурой предрассудки. Я же не утруждала себя подобными усилиями, поэтому особой пользы из своих маленьких открытий так и не извлекла.

Позднее я сделала еще одно наблюдение о природе человека и труде.

Две индейские семьи жили в общей хижине с великолепным видом на широкую лагуну с белым пляжем, окаймленную рядом скал, реку Карони и водопад Арепучи вдалеке. Глав семейств звали Пепе и Цезарь. Так вот Пепе рассказал мне такую историю.

Одна венесуэльская семья подобрала Цезаря совсем еще крохой и увезла с собой в маленький городок. В школе он научился читать и писать и был воспитан венесуэльцем. Когда Цезарь вырос, он, как и множество других мужчин из гвианских городов, решил попытаться счастья в поисках алмазов в верховьях реки Карони. Там-то его и узнал среди группы венесуэльцев вождь индейцев племени таурипан по имени Мундо.

– Ты ведь живешь с Хосе Гранде? – спросил Мундо.

– Да, Хосе Гранде вырастил меня, – ответил Цезарь.

– Тогда ты вернулся в свое племя. Ты таурипан, – сказал Мундо.

Хорошенько поразмыслив, Цезарь решил, что ему лучше жить с родным племенем, чем с венесуэльцами, и перебрался к тому месту у Арепучи, где жил Пепе.

Пять лет Цезарь жил с семьей Пепе. Он женился на красивой женщине таурипан и стал отцом малютки-девочки. Так получилось, что Цезарь предпочитал не работать, поэтому все его семейство питалось тем, что вырастит Пепе. Цезарь с восторгом заметил, что Пепе не требует от него даже помощи в своем огороде, не то что обзаведения собственным. А так как Цезарю нравилось бить баклуши, а Пепе – работать, то все были довольны.

Часто жена Цезаря в обществе других женщин и девушек готовила маниоку, но Цезарю нравилась лишь охота на тапира и иногда на другую дичь. Через два года он вошел во вкус рыбалки и делился уловом с Пепе, который со своими двумя сыновьями любил рыбачить и в свое время щедро снабжал Цезаря и его семью рыбой.

Незадолго до нашего приезда Цезарь все же решил разбить свой огород, и Пепе помогал ему во всем – от выбора подходящего места до расчистки его от деревьев. Пепе получил истинное удовольствие, тем более что работа перемежалась шутками и болтовней с другом.

За пять лет Цезарь уверился в том, что никто не понуждает его работать, и теперь был готов приступить к работе с такой же радостью, как Пепе или любой другой индеец.

По словам Пепе, все обрадовались такому событию, так

как Цезарь стал было впадать в уныние и недовольство. «Ему хотелось иметь свой огород, – смеялся Пепе, – но он сам этого не подозревал!» Пепе казалось ужасно забавным, что человек может не знать, что хочет работать.

Тогда эти странные свидетельства того, что характер труда в цивилизованных странах совсем не отвечает требованиям человеческой природы, не привели меня к каким-либо общим выводам. Я не понимала, до чего мне хотелось докопаться, и даже не осознавала, что вообще чего-то ищущу. Между тем я почувствовала, что нащупала путь, по которому стоит пойти. Это решение удерживало меня в правильном направлении в течение последующих нескольких лет.

Позднее была устроена еще одна экспедиция, на этот раз в район настолько удаленный, что за полтора месяца пути мы ни разу не слышали испанской речи. Возглавлял предприятие один принципиальный профессор из Италии. Он, среди прочего, считал, что женщины в джунглях – тяжелая обуза. Однако один из моих партнеров по первой экспедиции, проявив чудеса красноречия, сумел переубедить старика, и тот, ворча, согласился взять меня с собой. Так я попала в каменный век, к индейцам племен екуана и санема, затерянным в джунглях верховьев реки Куара, неподалеку от границы с Бразилией.

Сюда, в глубину непролазного тропического леса, вряд ли ступала нога цивилизованного европейца и тем более туриста. Наверное, поэтому индейцам екуана не нужно было но-

сшить защитную маску равнодушия от чужаков, как индейцам таурипан, что и позволило нам увидеть неповторимую индивидуальность мужчин, женщин и детей. Но пока я не могла дать себе отчет в том, что уникальные и в то же время необычные качества этих людей во многом объясняются отсутствием несчастья, столь обыденного в любом знакомом мне обществе. Порой мне смутно казалось, что где-то неподалеку идут съемки классического голливудского фильма о дикарях. К ним с трудом можно было применить какие-либо привычные «правила» поведения в обществе.

Однажды мои спутники потерялись в джунглях и попали в плен к большой группе пигмеев, которые держали их для развлечения как декоративных собачек, поэтому три недели я жила с племенем екуана одна. За это короткое время я отбросила больше навязанных мне воспитанием предрассудков, чем за всю первую экспедицию. И мне стало нравиться забывать то, чему меня учили в детстве. Несколько новых открытий пробились сквозь стену моих предубеждений и еще больше изменили мои взгляды на труд.

Бросалось в глаза отсутствие слова «работа» в языке екуана. У них было слово тарабахо, означающее отношения с неиндейцами, о которых, если не брать нас, они знали почти что понаслышке. Тарабахо – это исковерканное испанское слово трабахо («работа»), и значит оно абсолютно то же, что понимали под ним конкистадоры и их последователи. Меня поразило, что это было единственное слово испанского про-



исхождения, которое я слышала в их языке. Казалось, что представление екуана о работе было совершенно отлично от нашего. У них были слова, обозначающие любые занятия, но не было общего термина.

Они не делали различия между работой и другими занятиями. Этим можно объяснить их нерациональное, как мне тогда казалось, обеспечение себя водой. Несколько раз в день женщины покидали свои хижины и, прихватив два-три небольших сосуда из тыквы, спускались по склону горы, затем сворачивали на очень крутой спуск, чрезвычайно скользкий после дождя, наполняли сосуды в ручье и карабкались той же дорогой в деревню. На все это уходило примерно двадцать минут. Многие женщины к тому же носили с собой маленьких детей.

Спускаясь к ручью в первый раз, я недоумевала, почему они ходят так далеко за предметом первой необходимости и почему бы не выбрать место для деревни с лучшим доступом к воде. На последнем участке спуска, у самого ручья, я прикладывала все силы к тому, чтобы не упасть. Надо сказать, что у екуана отменное чувство равновесия и, как все индейцы Южной Америки, они не испытывают головокружения. В результате никто из нас не упал, но лишь одна я переживала, что мне приходится следить за своим шагом. Они ступали так же осторожно, как и я, но при этом не хмурились от «труда» аккуратной ходьбы. На самом крутом участке спуска они все продолжали мило болтать и шутить: обычно жен-

щины ходили по двое-трое, а то и большей группой, и приподнятое настроение всегда царило среди них.

Раз в день каждая женщина оставляла на берегу сосуды и одежду (маленькую, свисающую спереди набедренную повязку и бисерные украшения, носимые на щиколотке, колене, запястье, предплечье, шее и в ушах) и купалась вместе с ребенком. Сколько бы женщин и детей ни купалось вместе, все неизменно проходило с римским изяществом. В каждом движении сквозило чувственное наслаждение, а матери обращались со своими детьми как с воистину волшебными созданиями и скрывали свои гордость и довольство за шутиливо-скромным выражением лиц. Спускались с горы они той же уверенной и изящной походкой, а их последним шагом к ручью по скользким камням могла бы позавидовать сама «Мисс Мира», выходящая на подиум навстречу заслуженной короне. Все женщины и девушки екуана, которых я знала, отличались особой спокойной грацией, но в то же время в каждой из них эта уверенность в себе и изящество проявлялись очень индивидуально.

Размышляя над этим, я так и не смогла придумать «лучшего» использования времени, проводимого в походах за водой, по крайней мере «лучшего» с точки зрения душевного равновесия екуана. С другой стороны, если бы критериями оценки были технический прогресс, скорость, эффективность или новизна, то, конечно, эти многочисленные прогулки за водой выглядели бы просто по-идиотски. Но я видела,

насколько индейцы изобретательны, и знала, что стоит мне только попросить их устроить так, чтобы я могла не ходить за водой, как они проложат водопровод из бамбука, соорудят поручни вдоль скользкого участка спуска или, в конце концов, построят мне хижину прямо на берегу ручья. Сами они не имели нужды в прогрессе, так как не было необходимости менять свой образ жизни.

Что ж, если называть вещи своими именами, то мне было неловко прилагать разумные усилия для поддержания равновесия при ходьбе или казалось абсурдным тратить время для удовлетворения этой потребности. Неудивительно, что индейцы, в свою очередь, также считали такой взгляд пред-  
рассудком, чуждым их культуре.

Еще более глубокое понимание сути работы пришло ко мне скорее через опыт, чем через наблюдение. Анчу, вождь деревни екуана, взял за правило при каждой возможности показывать мне способы достижения внутреннего равновесия. Однажды я выменяла у жены вождя свое стеклянное украшение на семь стеблей сахарного тростника. Позже я расскажу о ходе обмена и о вынесенном мной уроке, который вкратце можно сформулировать так: в торговле между людьми важнее не доходность сделки, а хорошие отношения и взаимное доверие. Итак, жена Анчу, срубив мне семь тростниковых стеблей на поле, пошла обратно к своей уединенной хижине. Анчу же, его слуге – индейцу племени санема, и мне нужно было вернуться в деревню, расположенную

на третьем от нас холме. Стебли тростника лежали на земле, где их и оставила жена Анчу. Вождь приказал индейцу санема взять три стебля, сам взвалил еще три на свое плечо и оставил один на земле. Я ожидала, что мужчины понесут весь груз, и когда Анчу, указав на оставшийся стебель, сказал: «Амаадех» («Ты»), — я обиделась на этот приказ тащить поклажу по крутой тропе, в то время как на то было двое крепких и выносливых мужчин. Но я вспомнила, что рано или поздно всегда убеждалась в правоте Анчу.

Анчу хотел, чтобы я пошла первой, и я, взвалив тростник на плечо, начала карабкаться по склону. Всю дорогу за тростником меня угнетала неприятная мысль о длинном и тяжелом пути обратно. Теперь же мне еще любезно предложили тащить тяжелый стебель тростника. Первые несколько шагов были омрачены напряжением, которое я всегда испытывала в походах через джунгли, особенно вверх по склону и с занятыми руками.

Но постепенно весь груз беспокойства куда-то исчез. Анчу никак не давал мне понять, что я передвигаюсь не быстрее улитки, что если так будет продолжаться, то он начнет презирать меня, что он как-то оценивает мою физическую выносливость или что время, проведенное в пути со мной, менее занимательно, чем в деревне.

Путешествуя со своими белыми спутниками, я всегда торопилась, старалась не отстать от мужчин и защитить честь слабого пола. Я переживала и, конечно же, относилась к по-

ходам как к пренеприятным событиям, ибо они испытывали мою физическую выносливость и силу духа. В этот раз столь непривычное поведение Анчу и его слуги освободило меня от напряжения, и вот я просто шла по лесу со стеблем сахарного тростника на плече. Чувство конкуренции исчезло, и физическая нагрузка превратилась из телесного наказания в приносящую удовлетворение проверку силы моего тела; при этом я перестала терзаться, и с моего лица спала маска мученицы.

Затем к моей свободе добавилось новое приятное ощущение: я почувствовала, что не просто несу стебель тростника, но делю часть ноши, общей для нас троих. В школе и летних лагерях я слышала о «чувстве локтя» так часто, что это выражение превратилось в пустой звук. Все равно никто не мог быть спокоен за себя. Каждый чувствовал, что другие следят за его действиями и оценивают их. Такое простое дело, как выполнение работы вместе с товарищем, было заменено соперничеством, и ни о каком чувстве удовольствия от совместного приложения сил не могло быть и речи.

Я была удивлена скорости и легкости своей ходьбы. Обычно я обливалась потом, выбивалась из сил и шла намного медленнее. Теперь, пожалуй, я стала понимать, почему индейцы, несмотря на свою сравнительно небольшую физическую силу, выносливее наших откормленных силачей. Они пользовались своей силой только для выполнения работы, а не тратили ее на напряжение.

Я вспомнила, как во время первой экспедиции меня поразила один случай: индейцы таурипан, каждый из которых тащил на спине поклажу в тридцать пять килограммов, осторожно переходили «мост», что на самом деле был одним-единственным узким бревном, поваленным через речку. И вот посередине этого шаткого бревна один из индейцев придумал шутку, показавшуюся ему забавной. Он остановился, повернулся к идущему за ним товарищу, рассказал свою смешную историю, после чего они и все остальные, громко хохоча, продолжили переходить ручей. Тогда я не понимала, что они переносят трудности куда легче нас, и поэтому их веселость казалась странной и почти сумасшедшей. К тому же они любили делиться придуманной шуткой посреди ночи, когда все спали. Даже тот, кто громко храпел, мгновенно просыпался, смеялся от души и через несколько секунд уже спал вновь, храпя и посвистывая. Им не казалось, что бодрствовать среди ночи менее приятно, чем спать. Они просыпались мгновенно и полностью. Стоило им, спящим, услышать вдалеке шаги кабана, как все, словно по команде, одновременно открывали глаза. При этом я, бодрствуя и вслушиваясь в звуки леса, ничего не замечала. Как и большинство путешественников, я наблюдала их необычное поведение, ничего в нем не понимая и не утруждаясь тем, чтобы осмыслить их образ жизни.

Но во время второй экспедиции мне все больше нравилось подвергать сомнению «очевидные» истины типа: «Про-

гресс – это хорошо», «Человек должен жить по придуманным им законам», «Ребенок принадлежит своим родителям», «Отдых приятнее, чем работа».

Третью и четвертую экспедиции я организовала уже сама и на четыре, а затем на девять месяцев вернулась в те же места, и процесс забывания того, чему меня учили, продолжился. Ставить под сомнение все наши убеждения стало моей второй натурой, но, даже несмотря на это, прошло немало времени, прежде чем я начала разбирать обычно не подлежащие сомнению взгляды нашего общества на природу человека. Например, я усомнилась в таких постулатах, как «на смену счастью всегда придет несчастье», «необходимо познать несчастье, чтобы ценить радость» или «молодость – лучшая пора жизни».

После четвертого путешествия я вернулась в Нью-Йорк, переполненная впечатлениями. Моя система ценностей оказалась настолько освобожденной от предрассудков, что, казалось, от нее не осталось и следа. До сего момента мои наблюдения походили на фрагменты картинки-головоломки, которую я никак не могла собрать. Я давно привыкла разбирать по частям все, что подозрительно напоминало поведение, выражающее суть человеческой природы.

Только после того, как один редактор попросил меня написать что-нибудь в пояснение моего высказывания в газете «НьюЙорк таймс»<sup>1</sup>, я перестала разбирать свою головоломку.

---

<sup>1</sup> Вот это высказывание: «...мне было бы стыдно признаться индейцам, что на

ку на все более мелкие кусочки и медленно начала складывать картинку, в которой проступили закономерности, объяснявшие не только мои южноамериканские наблюдения, но и разобранный на части опыт моей жизни в цивилизованном обществе.

На этом этапе у меня еще не было стройной теории, но, беспристрастно наблюдая за окружающими, я впервые увидела, насколько исковерканы их личности, а также начала понимать некоторые причины этого. Через год я осознала, что человеческие ожидания и тенденции имеют эволюционные корни (о чем будет рассказано в следующей главе), и смогла объяснить, почему мои друзья-дикари намного благополучнее цивилизованных людей.

Прежде чем изложить свои мысли в книге, я решила, что лучше всего будет совершить пятое путешествие, из которого я недавно и вернулась. Мне хотелось снова взглянуть на екуана, на этот раз с позиций моего нового мировоззрения, и попытаться подкрепить мои ретроспективные заключения новыми фактами.

---

моей родине женщины считают себя неспособными растить детей без инструкций, изложенных в книгах какими-то чужими людьми, да еще мужчинами».



# 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.