

## Annotation

На заре своей карьеры литератора Арнольд Беннет пять лет прослужил клерком в лондонской адвокатской конторе, и в этот период на личном опыте узнал однообразный бесплодный быт «белых воротничков». Этим своим товарищам по несчастью он посвятил изданную в 1907 году маленькую книжку, где показывает возможности внести в свою жизнь смысл и радость напряжения душевных сил. Эта книга не устарела и сегодня. В каком-то смысле ее (как и ряд других книг того же автора) можно назвать предтечей несметной современной макулатуры на тему «тайм-менеджмента» и «личностного роста», однако же Беннет не в пример интеллигентнее и тоньше.

---

- [Арнольд Беннет](#)
    - [Предисловие к настоящему изданию](#)
    - [I Чудо каждого дня](#)
    - [II Желание превзойти свою программу.](#)
    - [III Предосторожности перед началом](#)
    - [IV Причина неприятностей](#)
    - [V Теннис и бессмертная душа](#)
    - [VI Помните о человеческой натуре](#)
    - [VII Управление умом](#)
    - [VIII Рефлексивный настрой](#)
    - [IX Интерес к искусству.](#)
    - [X Ничто в жизни не банально](#)
    - [XI Серьезное чтение](#)
    - [XII Предостережения](#)
-

**Арнольд Беннет**

**Как прожить на двадцать четыре часа в  
день**

## Предисловие к настоящему изданию

Этим предисловием, хотя и помещенным в начале, как и положено предисловию, следовало бы завершать чтение книги.

Я получил большое количество писем, затрагивающих вопросы этого скромного труда, было опубликовано множество отзывов, некоторые из которых по объему равняются самой книге. Но среди них не было, пожалуй, ни одного враждебного комментария. Кто-то протестовал против легкомысленности тона, но поскольку тон, по моему мнению, вовсе не был легкомыслен, это возражение меня не впечатлило; и за отсутствием более тяжелых упреков я был почти убежден, что книга безупречна! Поступила, однако, более серьезная критика — не в прессе, но от различных, по всей видимости, искренних корреспондентов, — и с нею мне пришлось разбираться. Ссылка на страницу 43 покажет, что я предвидел и опасался такого осуждения. Фраза, на которую поступили нарекания, звучала так: «Как правило, он [типичный человек] не питает страсти к своему делу, в лучшем случае — не испытывает отвращения. Он приступает к своим деловым обязанностям с некоторой неохотой, по возможности позже, а заканчивает с радостью, как можно раньше. И его мотор, когда он занят делами, редко задействует все свои „лошадиные силы“.»

Искренне убежден, что многие деловые люди — не только занимающие высокие должности или имеющие виды на таковые, но и скромные подчиненные без надежды на заметное продвижение — работают с удовольствием, не увивают от обязанностей, не стараются являться в контору попозже и уходить пораньше, одним словом, изо всех сил трудятся и честно устают к концу дня.

Я готов поверить в это. Я верю. Я это знаю. Я всегда это знал. Мне довелось долгие годы проработать рядовым сотрудником и в Лондоне, и в провинции, и от меня не ускользнул тот факт, что некоторая часть моих коллег исполняла свои обязанности с неподдельным увлечением, и что во время работы они действительно **жили** настолько полно, насколько могли. Но все-таки я убежден, что эти удачливые и счастливые люди (быть может, более счастливые, чем они догадывались) даже близко не составляли и не составляют

большинства. Я по-прежнему убежден, что большинство порядочных средних добросовестных деловых людей (людей с устремлениями и идеалами) не отправляются вечером домой по-настоящему уставшими. Я по-прежнему убежден, что они прилагают не максимум, но необходимый минимум усилий для зарабатывания средств к существованию и что их профессия скорее тяготит их, нежели интересуется.

Тем не менее, я согласен, что меньшинство достаточно важно и заслуживает внимания, и мне не следует полностью его игнорировать, как я это делал. Вся сложность трудолюбивого меньшинства заключена в единственной фразе моего корреспондента. Он пишет: «Я не меньше всякого другого стремлюсь „превысить свою программу“, но позвольте заметить, что когда я прихожу домой в шесть тридцать вечера, я отнюдь не так свеж, как вам представляется.»

Здесь я должен отметить, что положение меньшинства, с пылом и удовольствием отдающегося каждодневной работе, куда менее плачевно, нежели положение большинства, проводящего равнодушно и вяло свое рабочее время. Первые меньше нуждаются в советах, «как жить». По меньшей мере все свое рабочее время, скажем, восемь часов, они по-настоящему живы, их мотор выдает все положенные «лошадиные силы». Оставшиеся восемь часов бодрствования могут быть плохо организованы или даже размениваться на мелочи, но менее пагубно терять восемь часов дня, чем шестнадцать; лучше прожить немного, чем не жить вовсе. Подлинно трагична судьба человека, который не прилагает усилий ни в конторе, ни вне ее, и к такому человеку обращается эта книга в первую очередь. «Однако, — скажет другой, более счастливый человек, — хотя моя обычная программа больше, чем у него, я тоже хочу превысить свою программу! Я живу мало, хочу жить больше. Но я никак не могу делать еще одну дневную работу после рабочего дня.»

В самом деле, мне, как автору, следовало предвидеть, что наиболее энергично я должен обращаться к тем, кто уже имеет интерес к бытию. Это всегда человек, вкусивший жизни и требующий больше. И это всегда человек, которого труднее всего добудиться.

Итак, вы из меньшинства, предположим, ваша повседневная деятельность по зарабатыванию денег не позволяет вам осуществить в полной мере рекомендации, изложенные на последующих страницах.

Некоторые из рекомендаций могут быть приняты уже теперь. Допускаю, что вы можете быть не в состоянии использовать время пути домой по вечерам; но совет относительно утреннего пути в контору для вас осуществим, как и для всякого другого. И еженедельный сорокачасовой интервал с субботы по понедельник так же принадлежит вам, хотя небольшое накопление усталости может помешать вам применить все «лошадиные силы» в этот период. Остается, далее, значительная доля трех или более вечеров в неделю. Вы скажете мне решительно, что слишком устали, чтобы делать что-либо вне вашей программы вечером. Я же решительно отвечу, что если ваша обычная дневная работа столь изнурительна, то равновесие вашей жизни нарушено и нуждается в поправке. Повседневная работа не должна целиком поглощать силы человека. Что же, в таком случае, делать?

Очевидная вещь, которую нужно сделать, — перехитрить свое служебное рвение. Употребите свои силы на нечто сверх программы до, а не после собственно программы. Коротко говоря, встаньте пораньше утром. Вы говорите, что не можете. Вы говорите, что не можете вечером ложиться спать пораньше, поскольку это опрокинет весь ваш семейный быт. Мне не кажется, что отходить ко сну пораньше так уж невозможно. Полагаю, если вы будете упорно вставать спозаранок и как следствие испытывать нехватку сна, то вскоре вы найдете способ ложиться спать пораньше. Однако, по моему впечатлению, раннее пробуждение не приведет к нехватке сна. Мое мнение, крепнувшее год от года, что сон отчасти есть дело привычки — и слабости. Убежден, что большинство людей спят так много потому, что не знают лучшего занятия. Сколько, по-вашему, спит крепкий здоровый мужчина, который каждый день грохочет по вашей улице на фургоне «Картер Паттерсон»? Я выяснил этот вопрос у врача. Этот врач на протяжении двадцати четырех лет имел обширную общую практику в большом процветающем пригороде Лондона, где живут как раз такие люди, как вы и я. Это резкий человек, и ответ его был резок:

«Большинство людей спят бестолково».

Затем он выразил мнение, что девять человек из десяти были бы здоровее и больше радовались бы жизни, когда бы проводили меньше времени в кровати.

Другие врачи подтвердили это суждение, которое, конечно, не относится к растущему молодому организму.

Вставайте на час, полтора или даже два часа раньше и — если необходимо — ложитесь спать как можно раньше. В смысле превышения программы, за один утренний час вы успеете столько же, сколько за два часа вечером. «Но, — говорите вы, — я не могу начать день без завтрака и прислуги.» Несомненно, дорогой сэръ, в эпоху, когда превосходную спиртовку (вместе с кастрюлей) можно купить менее чем за шиллинг, вы не позволите своему высшему благу зависеть от ненадежного прямого сотрудничества ближнего! Проинструктируйте ближнего, кто бы она ни была, с вечера. Скажите ей оставить на ночь в подходящем месте поднос. На этом подносе два бисквита, чашку и блюдце, коробку спичек и спиртовку; на спиртовке кастрюлю; на кастрюле крышку — но перевернутую; на перевернутой крышке маленький чайник со щепоткой чайных листьев. Тогда вам останется только чиркнуть спичкой. Через три минуты вода закипит, и вы нальете ее в чайник (уже нагретый). Еще через три минуты чай заварится. Можете начинать день, попивая его. Эти подробности могут показаться до глупости тривиальными, но для вдумчивого человека они не тривиальны. Правильное, мудрое уравновешение всей вашей жизни может зависеть от доступности чашки чаю в неурочный час.

А. Б.

## I Чудо каждого дня

«Да, он из тех людей, которые не умеют разумно тратить. Хорошее место. Постоянный доход. Вполне достаточно как для основных нужд, так и для роскоши. Не особо расточителен. И все же парень постоянно в материальных затруднениях. Каким-то образом он не может извлечь толк из своих денег. Превосходная квартира — наполовину пуста! Всегда выглядит как старьевщик. Новый костюм — старая шляпа! Великолепный галстук — мешковатые брюки! Приглашает вас на обед: хрусталь — и скверная баранина, или турецкий кофе — и треснутая чашка! Он не может этого понять. Разгадка проста: он растрчивает свой доход по мелочам. Хотел бы я иметь половину! Я бы ему показал...»

Так мы критикуем большинство из окружающих, в тот или иной момент, с высоты собственного понимания.

Почти все мы министры финансов: это лучшие минуты. Газеты полны статей, объясняющих, как жить на ту или иную сумму, и эти статьи вызывают отклики, чье неистовство доказывает интерес. Не так давно в ежедневной газете битва разгорелась вокруг вопроса, может ли женщина хорошо прожить в деревне на 85 фунтов в год. Мне встречалось эссе «Как прожить на восемь шиллингов в неделю». Но я никогда не видел эссе «Как прожить на двадцать четыре часа в день». Когда-то было сказано, что время — это деньги. Пословица преуменьшает. Время — это гораздо больше, чем деньги. Если у вас есть время, вы можете приобрести деньги — как правило. Но хотя бы вы были богаты, как гардеробщик в Карлтон-отеле, вы не можете купить себе ни на минуту больше времени, чем есть у меня или у кошки перед очагом.

Философы истолковали пространство. Они не истолковали времени. Это непостижимый материал для всего. С его помощью все возможно, без него — ничего. Приток времени поистине повседневное чудо, подлинно удивительное дело, если вдуматься. Вы просыпаетесь утром, и вот! в вашем кошельке волшебным образом появляются двадцать четыре часа необработанной ткани вселенной вашей жизни!

Они ваши. Это драгоценнейшая собственность. Очень особенная вещь, которой осыпают вас столь же особенным способом!

Заметьте! Никто не может отнять это у вас. Это нельзя украсть. И никто не получает больше или меньше вас.

Речь идет об идеальной демократии! В сфере времени нет аристократии богатства и нет аристократии интеллекта. Гений никогда не вознаграждается хотя бы лишним часом в день. И не существует наказания. Растрачивайте свою бесконечно ценную вещь как вам угодно, и никогда не лишитесь притока. Никакая таинственная сила не скажет: «Этот человек дурак, если не плут. Он не заслуживает времени; его нужно отрезать на счетчике.» Это надежней ренты, и доход выплачивается без выходных. Кроме того, вы не можете израсходовать будущее. Невозможно залезть в долг! Вы можете потратить только текущий момент. Вы не можете потратить завтра, оно сберегается для вас. Вы не можете потратить следующий час, он сберегается для вас.

Я сказал, что мы имеем дело с чудом. Разве это не правда?

Вы должны жить на эти двадцать четыре часа суточного времени. Из них вы должны сплестать здоровье, наслаждение, деньги, смысл, уважение и эволюцию вашей бессмертной души. Правильное, наиболее эффективное использование является первостепенно важным и волнующе реальным вопросом. Все зависит от этого. Ваше счастье — неуловимый приз, за которым вы все гоняетесь, друзья мои! — зависит от этого. Странно, что газеты, такие предприимчивые и современные, не полны заголовков «Как прожить на данный приход времени» вместо «Как прожить на данный приход денег»! Деньги куда более распространенная вещь, чем время. Поразмыслив, вы увидите, что деньги едва ли не самая распространенная вещь. Они загромождают землю большими грудями.

Если человек не может ухитриться прожить на определенный денежный доход, он зарабатывает немного больше — или крадет, или просит. Его жизнь не обязательно придет в беспорядок оттого, что он не может обойтись тысячей фунтов в год; он напрягает мускулы и добывает гиней, и сводит бюджет. Но если человек не может добиться, чтобы двадцать четыре часа в сутки точно покрывали все надлежащие расходы, он определенно запутывает свою жизнь. Приток времени хотя и замечательно регулярен, но жестоко ограничен.

Кто из нас живет двадцать четыре часа в день? И говоря «живет», я не имею в виду ни «существует», ни «проводит время». Кто из нас свободен от тревожного чувства, что «затратные департаменты» его повседневной жизни не управляются надлежащим образом? Кто из нас уверен, что его прекрасный костюм не увенчан постыдной шляпой, или в заботах о посуде он не забыл о качестве еды? Кто из нас не говорит себе — кто из нас не говорил себе всю жизнь: «Я изменю это, когда у меня будет чуть больше времени»?

У нас никогда не будет больше времени. Мы имеем, и всегда имели, все время, какое есть. Понимание этой глубокой и пренебрегаемой истины (которую, кстати, не я открыл) привело меня к подробному практическому исследованию повседневного расхода времени.

## II Желание превзойти свою программу

«Однако, — может заметить кто-нибудь с английским пренебрежением ко всему, кроме сути, — куда он клонит со своими двадцатью четырьмя часами? Я без труда живу на двадцать четыре часа в день. Я успеваю все, что хочу сделать, и еще нахожу время участвовать в газетных конкурсах. Конечно, когда знаешь, что в сутках только двадцать четыре часа, легко довольствоваться двадцатью четырьмя часами!»

Вам, дорогой сэръ, я приношу свои извинения. Вы именно тот человек, с которым я мечтаю встретиться вот уже сорок лет. Будете ли вы так любезны прислать мне ваше имя и адрес и назвать свою цену за то, чтобы рассказать мне, как вы это делаете? Не я должен читать лекцию вам, а вы мне. Пожалуйста, выйдите вперед. То, что вы существуете, и мы до сих пор не сталкивались, несомненная потеря для меня. Между тем, пока вы не объявитесь, я продолжу беседовать со своими товарищами по несчастью — неисчислимой армией душ, преследуемых более или менее болезненным ощущением, что годы все утекают и утекают, а они до сих пор не смогли привести свою жизнь в надлежащий порядок.

Если исследовать это чувство, мы увидим в основе его беспокойство, ожидание, предвосхищение, стремление. Оно является источником постоянного дискомфорта, ибо ведет себя как скелет на пиршестве наших наслаждений. Мы идем в театр и смеемся, но в антракте оно грозит нам костлявым пальцем. Мы неистово спешим на последний поезд, и когда в старости мы переводим дух на платформе в ожидании последнего поезда, оно прохаживается рядом и спрашивает: «О человек, что содеял ты с юностью твоей? Что делаешь ты со своей старостью?» Вы можете утверждать, что это чувство постоянного заглядывания в будущее, стремления, есть неотъемлемая часть жизни. Верно!

Но есть градации. Человек может желать посетить Мекку. Его совесть велит ему отправиться в Мекку. Он странствует, при помощи агентства Кука или без; он может никогда не достичь Мекки, он может утонуть, не добравшись до Порт-Саида, он может без вести пропасть

на побережье Красного моря; его желание может вечно оставаться неутоленным. Неосуществленное стремление может постоянно тревожить его. Но он не будет мучиться так, как тот, кто, желая попасть в Мекку и измученный желанием желанием достичь Мекки, так и не покидает Брикстон.

Большинство из нас не покинуло Брикстон. Мы даже не наняли кэб до Лудгейт-цирка и не узнали у Кука цену экскурсии. И говорим в свое оправдание, что в сутках всего двадцать четыре часа.

Если продолжить анализ нашего смутного тревожного стремления, мы увидим, как я полагаю, что оно проистекает из навязчивой идеи, будто нам следует делать что-то в дополнение к тем вещам, которые нам велят делать долг и совесть. Мы обязаны, по писаным и неписаным законам, поддерживать себя и свои семьи (если таковые имеются) в здравии и довольстве, платить наши долги, делать сбережения, увеличивать наше благосостояние путем увеличения своей продуктивности. Задача достаточно сложная! Задача, с которой немногие из нас справляются! Задача, зачастую превышающая наши способности! Тем не менее, если здесь мы добиваемся успеха, что иногда бывает, мы не удовлетворены; скелет по-прежнему с нами.

И даже когда понятно, что задача превосходит наши способности, что мы не в силах ее решить, мы чувствуем, что будем меньше досадовать, если приложим наши силы, уже перегруженные, к чему-то еще.

И это действительно так. Желание сделать что-то сверх своей обязательной программы является общим для всех людей, кто в ходе эволюции поднялся над определенным уровнем.

До тех пор, пока не будет предпринято усилие, чтобы утолить это желание, чувство беспокойного ожидания начала чего-то, что не начинается, будет нарушать душевный покой. У этого желания много названий. Это одна из форм универсальной жажды знаний. И оно настолько сильно, что люди, чья жизнь целиком посвящена приобретению знаний, под действием этого желания превышают свою программу в поисках все нового знания. Даже Герберт Спенсер, по моему мнению, величайший из когда-либо живших умов, часто бывал вовлечен этим желанием в небольшое исследовательское противотечение.

Полагаю, у большинства людей с желанием жить — то есть людей любознательных — стремление превысить обязательную программу принимает книжные формы. Они избирают путь чтения. Бесспорно, британцы становятся все более и более начитанными. Но я бы хотел заметить, что книги отнюдь не исчерпывают сферы знания, и беспокойная жажда самоусовершенствования — увеличения своих знаний — вполне может быть утолена помимо книг. О различных путях к этому я расскажу позже. Здесь же только замечу тем, кто не имеет естественной склонности к чтению, что книги не единственный источник.

### **III Предосторожности перед началом**

Теперь, когда мне удалось (если удалось) убедить вас признаться самому себе, что вас постоянно преследует скрытая неудовлетворенность устройством вашей повседневной жизни; и что первопричина этого докучливого недовольства в ощущении, что каждый день вы оставляете несделанным нечто, что вам хотелось бы сделать и что, конечно же, вы постоянно надеетесь сделать, когда у вас будет «больше времени»; и теперь, когда я привлек ваше внимание к вопиющей, ослепительной истине, что у вас никогда не будет «больше времени», поскольку у вас уже имеется все возможное время — вы ждете, что я раскрою некий чудесный секрет, при помощи которого вы сможете сколько-нибудь приблизиться к идеалу совершенного использования дня, и, как следствие, избавиться от навязчивой, неприятной, каждодневной досады!

Я не нашел такого чудесного секрета. И не думаю, что найду, и не предвижу, что найдет кто бы то ни было. Он не раскрыт. Когда вы начали слушать меня, возможно, в вашей груди ожила надежда. Может быть, вы сказали себе: «Этот человек покажет мне легкий, неустомительный способ делать то, что я так долго и тщетно хотел делать.» Увы, нет! Дело в том, что нет легкого способа, нет царской дороги. Путь в Мекку крайне труден и каменист, и, что всего хуже, после всех стараний вы так никогда и не доберетесь туда.

Важнейшее предварительное дело в обустройстве своей жизни так, чтобы жить полноценно и комфортно в рамках ежедневного двадцатичетырехчасового бюджета — спокойно осознать крайнюю трудность задачи, жертвы и нескончаемые усилия, которых она требует. Здесь трудно преувеличить.

Если вы полагаете, что сможете достичь своего идеала, искусно составив расписание на бумаге, вам лучше сразу расстаться с надеждой. Если вы не готовы к разочарованиям и крушению иллюзий, если вас не удовлетворит скромный результат значительных усилий, то и не начинайте. Снова ложитесь и продолжайте беспокойный сон, который вы зовете своим существованием.

Это очень грустно, не так ли, очень удручающе и мрачно? И все же, я думаю, это также и хорошо — необходимость напрягать волю, прежде чем что-либо, что стоит делать, может быть сделано. Пожалуй, мне это нравится. Я считаю, это главное, что отличает меня от кошки перед очагом.

«Хорошо, — скажете вы, — предположим, что я препоясался для битвы. Предположим, я тщательно взвесил и осмыслил ваши нудные замечания; как мне начать?» Дорогой сэръ, просто начните. Нет никакого волшебного способа начать. Если человек, который стоит на краю бассейна и хочет прыгнуть в холодную воду, спросит вас: «Как мне начать прыгать?», вы ответите: «Просто прыгайте. Соберитесь с духом и прыгайте.»

Как я уже говорил, главная прелесть постоянного притока времени в том, что вы не можете тратить его в долг. Следующий год, следующий день, следующий час сберегаются для вас в той же целостности и неприкосновенности, как если бы вы никогда в жизни не потеряли и не растратили ни единого мгновения. Это отраднейший и обнадеживающий факт. Вы можете начинать с чистого листа каждый час, если угодно. Поэтому нет никакого резона ждать до следующей недели или даже до завтра. Возможно, вы мечтаете, что вода будет теплее на следующей неделе. Не будет. Будет холоднее.

Но прежде чем вы начнете, позвольте мне шепнуть по секрету несколько слов предостережения.

Прежде всего хочу предостеречь вас от рвения. Рвение в добродетели обманчивая и ненадежная вещь. Оно громко требует применения; поначалу вы не можете его насытить; оно хочет все больше и больше; оно жаждет двигать горы и поворачивать реки. Оно не успокоится, пока не взмокнет. А потом зачастую, ощутив пот на своем челе, оно внезапно истощается и умирает, даже не потрудившись сказать: «С меня довольно».

Остерегайтесь брать на себя слишком много в самом начале. Довольствуйтесь малым. Делайте скидку на случайности. Делайте скидку на человеческую натуру, в особенности свою собственную.

Неудача сама по себе не имеет значения, если не влечет за собой потери самоуважения и уверенности в себе. Но ничто так не преуспевает, как успех, и ничто так не рушится, как неудача. Большинство из провалившихся провалились, стараясь слишком

сильно. Поэтому, начиная необъятный труд жить полноценно и комфортно в тесных рамках суточных двадцати четырех часов, любой ценой будем избегать риска неудачи на раннем этапе. В этом деле я не соглашусь, что славное поражение лучше мелкого успеха. Я двумя руками за мелкие успехи. Славное поражение не ведет ни к чему; маленький успех может привести к успеху не малому.

Итак, рассмотрим бюджет дневного времени. Вы говорите, что ваш день и так уже забит до отказа. Сколько? Сколько вы тратите на зарабатывание средств к существованию? Семь часов, в среднем? И на сон — семь? Я щедро прибавлю еще два часа. И предлагаю вам дать отчет относительно оставшихся восьми часов.

## IV Причина неприятностей

Чтобы охватить вопрос расхода времени во всей его злободневности, мне придется рассмотреть частный случай. Я могу рассмотреть лишь один случай, и этот случай не может быть средним, как не существует и среднего человека. Каждый человек и его обстоятельства особые.

Но если я возьму случай лондонца, работающего в конторе с десяти до шести и тратящего пятьдесят минут утром и вечером на перемещение между домом и дверью кабинета, я приближусь к середине настолько, насколько позволяет действительность. Есть люди, которым приходится работать дольше, но есть и другие, кому не нужно работать так много.

К счастью, здесь нас не интересует финансовая сторона бытия; для нашей настоящей цели клерк с жалованьем фунт в неделю годится точно так же, как и миллионер с Карлтон-хаус.

Так вот, великая и глубокая ошибка, совершаемая моим типичным человеком в отношении своего дня, — это ошибка общепринятого отношения, ошибка, портящая и ослабляющая две трети его сил и интересов. Как правило, он не питает страсти к своему делу, в лучшем случае оно ему не противно. Он приступает к своим обязанностям с неохотой, как можно позже, а оставляет их с радостью, по возможности раньше. И его мотор, когда он занят делами, редко выдает все свои «лошадиные силы». (Знаю, что рассерженные читатели обвинят меня в клевете на служащих; но я весьма основательно знаю Сити, и настаиваю на сказанном.)

Тем не менее, он расценивает время с десяти до шести как «день», относительно которого предшествующие десять часов и последующие шесть не более чем пролог и эпилог. Такое отношение, бессознательное, но имеющее место, разумеется, убивает интерес к дополнительным шестнадцати часам, и в результате, даже если он не теряет их впустую, он не берет их в расчет, рассматривая их просто как окаймление.

Это общепринятое отношение крайне нелогично и нездорово, поскольку помещает в центре клочок времени и деятельность, с

которой человек стремится «покончить» и «разделаться». Если человек ставит две трети своего бытия в подчинение одной трети, к которой он, откровенно говоря, не имеет ни малейшей склонности, то как он может надеяться жить полной жизнью? Не может.

Если мой типичный человек хочет жить полной жизнью, он должен мысленно устроить день внутри дня. И этот внутренний день, китайская шкатулка в шкатулке, должен начинаться в 6 часов вечера и заканчиваться в 10 утра. Это шестнадцатичасовой день; и на протяжении всех шестнадцати часов он должен заниматься только развитием своего тела и души и своими близкими. В течение шестнадцати часов он свободен, он не наемный работник, он не поглощен денежными заботами, он ничем не отличается от человека с собственным доходом. Таким должно быть его отношение. И это отношение предельно важно. Успех в жизни (куда более важный, нежели количество имущества, за которое душеприказчикам придется платить налог на наследство) зависит от него.

Что? Вы говорите, что, отдав все силы тем шестнадцати часам, вы оставите меньше для восьми рабочих? Это не так. Напротив, продуктивность восьми рабочих часов, несомненно, увеличится. Одна из главных вещей, которые должен узнать мой типичный человек, это что умственные силы способны к непрерывной напряженной деятельности; они не устают, как рука или нога. Все, что им нужно, это перемена занятий — никакого отдыха, кроме сна.

Теперь я рассмотрю то, как типичный человек использует принадлежащие ему шестнадцать часов, начиная с утреннего пробуждения. Я просто перечислю вещи, которые он делает и которые, как я думаю, делать не следует, отложив свои предложения по «засеванию» времени, которое я расчищу, — как поселенец расчищает место среди леса.

Справедливости ради нужно сказать, он теряет очень мало времени перед тем, как выйти из дому в 9:10 утра. Зачастую он встает в девять, завтракает между 9:07 и 9:09 1/2, после чего уносится. Но едва захлопнется входная дверь, его неутомимые умственные силы выключаются. Он приходит на станцию в состоянии мыслительной комы. Там бычно ему приходится ждать поезда. Каждое утро на сотнях пригородных станций вы видите людей, спокойно гуляющих по платформе, тогда как железнодорожные компании беззастенчиво

отнимают их время, которое дороже денег. Каждый день таким образом теряются сотни тысяч часов просто потому, что мой типичный человек так мало думает, что ему никогда не приходит в голову принять несложные меры предосторожности от этих потерь.

У него есть одна монета времени на дневные расходы — скажем, соверен. Он должен разменять ее, и соглашается много терять при обмене.

Допустим, продавая билет, компания сообщает: «Мы разменяем ваш соверен, но удержим за это три полупенса.» Что на это скажет мой типичный человек? Но именно так и поступает компания, дважды в день отнимая у него пять минут.

Вы говорите, что я мелочусь. Да. Но в дальнейшем я оправдаюсь.

А теперь не будете ли вы добры купить свою газету и войти в поезд?

## V Теннис и бессмертная душа

Вы садитесь в утренний поезд со своей газетой, и невозмутимо, величественно погружаетесь в нее. Вы не торопитесь. Вы знаете, что у вас есть по крайней мере полчаса безмятежности. Пока ваш взгляд праздно останавливается на рекламе грузоперевозок и стихотворениях на внешних страницах, вы ни дать ни взять праздный человек с уймой времени, человек с некой планеты, где в сутках сто двадцать четыре часа вместо двадцати четырех. Я заядлый читатель газет. Я регулярно читаю пять английских и две французских ежедневных газеты, и одни лишь киоскеры ведают, сколько еженедельных. Я вынужден признать эту личную черту во избежание обвинений в предвзятости, когда я скажу, что возражаю против чтения газет в поезде. Газеты делаются быстро и для быстрого чтения. В моей дневной программе нет места для газет. Я читаю их по мере возможности, урывками. Но я читаю их. Идея посвящать им тридцать-сорок минут прекрасного уединения (ибо нигде вы не можете так погрузиться в себя, как в салоне, заполненном молчаливыми, замкнутыми, курящими мужчинами) для меня отвратительна. Я никак не могу позволить вам бросаться бесценным жемчугом времени с такой восточной расточительностью. Вы не шах времени. Позвольте почтительно напомнить вам, что времени у вас не больше, чем у меня. Никаких газет в поезде! Я уже «отложил» примерно три четверти часа для использования.

Вот вы добрались до конторы. И здесь я оставляю вас до шести часов. Я знаю, что формально у вас есть час (в действительности, зачастую, полтора) в середине дня, менее половины из которых уходит на еду. Но я предоставляю вам тратить это время целиком по собственному усмотрению. Можете читать ваши газеты в это время.

Я вновь встречаю вас на выходе из конторы. Вы бледны и утомлены. Во всяком случае, ваша жена говорит, что вы бледны, а вы даете ей понять, что устали. По пути домой вы постепенно достигаете чувства усталости. Чувство усталости нависает над необъятными пригородами Лондона добродетельно-меланхоличным облаком, особенно зимой. Вы не едите сразу по прибытии домой. Но примерно через час вы чувствуете, что можете сесть и принять немного пищи.

Что вы и делаете. Затем вы курите, основательно; видите с друзьями; вы убиваете время; вы играете в карты; вы листаете книжку; вы ощущаете приближение старости; вы гуляете; вы поглаживаете фортепиано... Боже правый! четверть двенадцатого. Затем вы посвящаете добрых сорок минут раздумьям, что пора бы ложиться спать; и, вполне возможно, отведываете по-настоящему хорошего виски. Наконец, вы отправляетесь в кровать, измученный дневными трудами. Шесть часов, быть может, больше, прошли после вашего возвращения из конторы — прошли как греза, прошли как по волшебству, необъяснимо исчезли!

Это хороший пример. Но вы говорите: «Вам легко рассуждать. Человек устал. Человеку нужно видеться с друзьями. Он не может быть всегда в напряжении.» Именно так. Но когда вы собираетесь в театр (особенно с хорошенькой женщиной), что происходит тогда? Вы мчитесь в пригород; вы не щадите усилий, чтобы привести себя в наилучший вид; вы несетесь обратно в город на другом поезде; вы держите себя в напряжении четыре часа, если не пять; вы отвозите ее домой; вы сами возвращаетесь домой. Вы не проводите три четверти часа в «размышлениях на тему» лечь спать. Вы ложитесь. Друзья и усталость равно забыты, и вечер представляется длительным точно в меру (или, возможно, слишком коротким)! А помните то время, когда вы пели в хоре общества любителей оперы, и надрывались по два часа каждый второй вечер в течение трех месяцев? Можете ли вы отрицать, что когда у вас есть какой-то определенный план на вечер, нечто требующее всех ваших сил — мысль об этом придает блеск и более яркую жизненность всему дню?

Что я предлагаю, это в шесть часов посмотреть фактам в лицо и признать, что вы не устали (ибо это так, сами знаете), и организовать свой вечер так, чтобы он не прерывался на середине едой. Поступая таким образом, вы получите по меньшей мере три свободных часа. Я не предлагаю уделять по три часа каждый вечер своей жизни напряжению своих умственных сил. Но вы могли бы, для начала, употребить полтора часа каждый второй вечер на какое-то важное и последовательное развитие ума. У вас останется три вечера на друзей, бридж, теннис, домашние сцены, случайное чтение, трубы, садоводство, гончарное дело и конкурсы. У вас по-прежнему будет потрясающее богатство из сорока пяти часов между 2 часами дня

субботы и 10 утра понедельника. Если будете упорны, вскоре вы захотите проводить четыре вечера, а может быть, и пять, в каком-нибудь настойчивом старании быть подлинно живым. И вы забудете эту привычку бормотать в 11:15 вечера: «Пора подумать о том, чтобы лечь спать.» Человеку, начинающему ложиться спать за сорок минут до того, как он откроет дверь спальни, скучно; иначе говоря, он не живет.

Но помните, в самом начале эти девяносто вечерних минут трижды в неделю должны быть важнейшими минутами из десяти тысяч восьмидесяти. Они должны быть священны, столь же священны, как театральная репетиция или теннисный матч. Вместо слов: «Извини, я не могу увидеться с тобой, старина, мне нужно бежать в теннисный клуб», вы должны говорить: «... мне нужно работать». Это, признаю, крайне трудно сказать. Теннис дело куда более срочное, чем бессмертная душа.

## VI Помните о человеческой натуре

Я упоминал обширное пространство в сорок четыре часа между завершением дел в 2 часа дня в субботу и возвращением к делам в 10 утра в понедельник. И здесь я должен коснуться вопроса, должна ли неделя состоять из шести дней или из семи. Многие годы — фактически, пока я не приблизился к сорокалетию — моя неделя состояла из семи дней. Старшие и более мудрые люди постоянно говорили, что из шести дней можно извлечь больше работы, больше подлинной жизни, чем из семи.

И несомненно, что теперь, когда один из семи дней я не следую программе и не совершаю никаких усилий кроме тех, что диктует минутная прихоть, я чрезвычайно ценю внутреннее значение еженедельного отдыха. Тем не менее, если бы я мог прожить жизнь заново, я бы вновь делал то, что сделал. Только те, кто живет с полной отдачей семь дней в неделю в течение длительного времени, могут оценить всю прелесть регулярного повторяющегося безделья. Более того, я старею. И это вопрос возраста. В случае избытка юности, исключительной энергии и желания усилий я скажу без колебаний: продолжайте так, изо дня в день.

Однако в среднем случае я должен сказать: ограничьте свою формальную программу (сверх-программу, я имею в виду) шестью днями в неделю. Если обнаружите в себе желание расширить ее, расширьте, но только на долю от желаемого; и рассматривайте дополнительное время как случайный, а не регулярный доход, так что вы сможете вернуться к шестидневной программе без ощущения, что стали беднее, что откатились назад.

Теперь посмотрим, что у нас есть. Во избежание растраты дней мы нашли по полчаса утром по крайней мере шесть раз в неделю и по полтора часа три вечера в неделю. В сумме семь с половиной часов.

Я предлагаю на сегодня удовлетвориться этими семью с половиной часами. «Что? — вскричите вы. — Вы взялись показать нам, как жить, и обходитесь всего семью с половиной часами из ста шестидесяти восьми! Не собираетесь ли вы сотворить чудо со своими семью с половиной часами?» Ну, говоря без обиняков, собираюсь —

если вы мне любезно позволите! То есть, я попрошу вас попытаться в порядке опыта, совершенно естественного и объяснимого, но с полной видимостью чуда. Я утверждаю, что полноценное использование этих семи с половиной часов ускорит все течение недели, придаст жизни изюминку и увеличит ваш интерес даже к самым банальным занятиям. Вы делаете физические упражнения всего лишь десять минут утром и вечером, и все же не удивляетесь, когда ваше физическое здоровье и сила благотворно влияют на каждый час дня и весь ваш физический облик меняется. Почему же вас удивляет, что более часа, ежедневно посвящаемых уму, надолго и всецело оживят всю деятельность ума?

Несомненно, саморазвитию можно уделить больше времени. И чем больше, тем весомее будут результаты. Но я бы предпочел начать с внешне пустячного усилия.

Это не совсем пустячное усилие, как обнаружат те, кто попробует. «Расчистить» в джунглях хотя бы семь с половиной часов весьма трудно. Кому-то придется пойти на жертвы. Этот человек, возможно, потратил время плохо, но потратил; он что-то с ним сделал, однако неблагоприятно. Поступать иначе означает переменить привычки.

А менять привычки чертовски трудно! Кроме того, любая перемена, даже перемена к лучшему, всегда сопряжена с помехами и дискомфортом. Если вам кажется, что вы сможете посвятить семь с половиной часов в неделю серьезным, продолжительным усилиям, продолжая жить по-старому, вы ошибаетесь. Повторю, что потребуются некоторые жертвы и огромное количество волевых усилий. И поскольку я знаю трудность, поскольку мне известен почти катастрофический эффект фиаско в таком начинании, я настоятельно советую начинать очень помалу. Вам нужно защитить свое самоуважение. Чувство собственного достоинства лежит в основе всякой целеустремленности, и провал тщательно спланированного предприятия страшно ранит самоуважение. Поэтому я твержу: начинайте потихоньку, скромно.

Когда вы сознательно отдали семь с половиной часов в неделю развитию своей жизненности на протяжении трех месяцев, тогда вы можете начать петь громче и сказать себе, что способны на удивительные вещи.

Прежде чем перейти к способу использования указанных часов, я должен сделать заключительное замечание. Именно, по вечерам

отводить намного больше полутора часов для полуторачасовой работы. Вспомните о возможных случайностях. Вспомните о человеческой натуре. И дайте себе время, скажем, с 9 до 11:30 на ваше девяностоминутное задание.

## VII Управление умом

Люди говорят: «Нельзя обуздать собственные мысли». На самом деле можно. Управление мыслительной машиной вполне возможно. А поскольку ничто из происходящего с нами не происходит вне мозга, поскольку ничто не причиняет нам боли и не доставляет удовольствия иначе как через мозг, очевидна высочайшая важность способности управлять происходящим в этом загадочном мозгу. Это одна из старейших банальностей, но большинство людей живут и умирают, не сознавая ее глубокой истинности и злободневности. Люди жалуются на нехватку способности сосредоточиться, не понимая, что могут обрести эту способность, если захотят.

А без сосредоточения — то есть, без способности диктовать мозгу свою задачу и добиться послушания — истинная жизнь невозможна. Управление умом есть первый элемент полноценного бытия.

Поэтому, как мне кажется, первым делом дня должно быть испытание ума. Вы следите за своим телом изнутри и снаружи, вы подвергаете себя серьезной опасности, удаляя волосы с кожи, вы используете целую армию людей, от молочника до мясника, чтобы убедить свой желудок вести себя пристойно. Почему бы не посвятить немного внимания куда более тонкому механизму ума, тем более что это не требует посторонней помощи? Для этой части искусства и ремесла жизни я отвожу время от момента выхода из дома до момента прибытия в контору.

«Что? Развивать ум на улице, на перроне, в поезде и вновь на людной улице?» Именно так. Нет ничего проще! Не нужно никаких принадлежностей! Даже книги. Тем не менее, это будет нелегко.

Выходя из дома, сосредоточьте свой ум на предмете (для начала безразлично, каком). Вы не пройдете и десяти ярдов, как ваш ум ускачет у вас из-под носу и будет резвиться за углом с другим предметом.

Притащите его назад за шкуру. Пока вы дойдете до станции, вы успеете вернуть его раз сорок. Не отчаивайтесь. Продолжайте. Не останавливайтесь. Вы добьетесь успеха. Вы не можете потерпеть неудачу, если будете упорны. Напрасно притворяться, что ваш ум не

способен сосредоточиться. Помните то утро, когда вы получили тревожное письмо, требующее тщательно сформулированного ответа? Как нерушимо вы удерживали ум на теме письма, не прерываясь ни на секунду, пока не добрались в контору, где немедленно сели и написали ответ? В том случае обстоятельства пробудили **вас** к такой степени жизненности, что вы обрели деспотическую власть над умом. Вы не теряли времени на пустяки. Вы настаивали, чтобы его работа была сделана, и она была сделана.

Путем регулярной практики сосредоточения (в которой нет никакого секрета, кроме секрета упорства) вы можете повелевать умом (который не является наивысшей частью **вас**) каждый час и в любом месте. Упражнение очень удобное. Если вы сядете в утренний поезд с парой гантелей для своих мускулов или десятитомной энциклопедией для самообразования, вы, вероятно, сделаетесь объектом замечаний. Но когда вы идете по улице или сидите в углу вагона, или повисли на поручне в подземке, кто может знать, что вы заняты важнейшим из повседневных дел? Какой глупый невежа может смеяться над вами?

Безразлично, на чем вы сосредоточиваетесь, пока вы сосредоточены. Имеет значение только тренировка мыслительной машины. Но все же вы можете убить одним выстрелом двух зайцев, и сосредоточиваться на чем-то полезном. Я предлагаю — это лишь предложение — маленькую главу из Марка Аврелия или Эпиктета.

Не смущайтесь, прошу вас, этих имен. Что до меня, то я не знаю ничего более «злободневного», преисполненного простого здравого смысла, приложимого к обыденной жизни обычного человека вроде вас и меня (кто ненавидит напыщенность, позу и бессмыслицу), чем Марк Аврелий или Эпиктет. Прочтите главу — как они коротки, эти главы! — на ночь и сосредоточьтесь на ней следующим утром. Увидите сами.

Да, мой друг, вы напрасно пытаетесь утаить правду. Я слышу ваш мозг, как телефон у собственного уха. Вы говорите себе: «Этот парень неплохо справлялся до седьмой главы. Он слегка заинтересовал меня. Но то, что он говорит о раздумьях в поезде, сосредоточении и прочем, не для меня. Возможно, это подходит кому-то, но это не по моей части».

Это для вас, я горячо повторяю, это для вас. Правда, вы тот самый человек, которого я имею в виду.

Откажитесь, и вы отвергнете ценнейшее предложение, когда-либо вам сделанное. Это не мое предложение. Это предложение разумнейших, практичнейших, трезвейших людей, когда либо ступавших по земле. Я лишь передаю вам из вторых рук. Попробуйте. Возьмите свой ум в руки. И увидите, как этот процесс исцеляет половину житейских зол — особенно тревогу, этот непростительный, не неизбежный, постыдный недуг — тревогу!

## VIII Рефлексивный настрой

Упражнение в сосредоточении ума (которому следует отдавать хотя бы полчаса в день) лишь подготовительное, как гаммы в музыке. Обретя власть над самым непокорным членом вашего сложного организма, вы, само собой, должны запрячь его. Никчему обладать послушным умом, если не извлекать максимальную пользу из его послушания. Рекомендуется продолжительный вводный курс обучения.

Необходимость такого курса бесспорна. Все разумные люди всех времен в этом согласны. Речь не о литературе и не о каком-то ином искусстве, не об истории, не о какой-либо науке. Это изучение самого себя. Человек, познай себя. Эти слова так избиты, что я краснею, выводя их на бумаге. Тем не менее они должны быть написаны, поскольку необходимы. (Пристыженно беру назад свое смущение.) Человек, познай себя. Говорю это вслух. Это одно из тех изречений, что знакомы каждому, ценность которых общепризнана, и которые применяют на практике лишь самые проникательные. Не знаю, почему. Я совершенно убежден, что более всего в жизни среднего благонамеренного человека современности недостает рефлексивного настроя.

Мы не размышляем. Я имею в виду, мы не размышляем над подлинно важными вещами; над проблемой нашего счастья, над главным направлением нашего движения, над тем, что жизнь дает нам, над тем, в какой мере разум определяет (или не определяет) наши действия, и над связью между нашими принципами и нашим поведением.

И все же вы ищете счастья, не так ли? Вы уже нашли его?

Вероятно, еще нет. Вероятно, вы уже пришли к убеждению, что счастье недостижимо. Но люди достигали его. И достигали путем понимания, что счастье не происходит из погони за физическим или умственным наслаждением, но из развития разума и согласования поведения с принципами.

Полагаю, у вас не хватит смелости отрицать это. А если вы это признаете и все же не уделяете часть дня сознательному рассмотрению

собственного разума, принципов и поведения, вы заодно признаете, что, стремясь к определенной вещи, постоянно оставляете несделанным единственное действие, необходимое для достижения этой вещи.

Итак, мне ли краснеть, или вам?

Не опасайтесь, что я намерен навязать вам какие-то принципы. Мне безразлично (в данном случае), каковы ваши принципы. Ваши принципы могут побуждать вас верить в добродетельность кражи со взломом. Не имею возражений. Все, на чем я настаиваю, — что жизнь, где поведение плохо согласуется с принципами, — нелепая жизнь; и что поведение может быть согласовано с принципами только путем ежедневного исследования, размышления и принятия решения. К постоянному унынию грабителей приводит то, что их принципы идут вразрез с воровством. Если они искренне верят в моральное превосходство воровства, каторга будет означать для них только множество счастливых лет; все мученики счастливы, ибо их поведение согласно с принципами.

Что касается разума (определяющего поведение и не вовсе непричастного к формированию принципов), то в нашей жизни он играет куда меньшую роль, чем нам кажется. Нам следует быть разумными, но мы уж скорее инстинктивны, нежели разумны. И чем меньше мы размышляем, тем менее мы разумны. В следующий раз, когда будете препираться с официантом по поводу пережаренного стейка, пригласите разум в кабинет вашего ума и посоветуйтесь. Вероятно, он скажет вам, что официант не готовил стейк и не руководил готовкой; и даже будь он единственным, кого следует винить, вы ничего не добьетесь ссорой; вы лишь уроните достоинство, представ глупцом в глазах разумных людей, и озлобите официанта, нимало не улучшив стейк.

В итоге этой консультации с разумом (за которую с вас не возьмут платы), когда ваш стейк вновь окажется пережарен, вы отнесетесь к официанту дружески, сохраняя полное спокойствие и доброе расположение духа, и вежливо настаите на свежем стейке. Выигрыш будет очевидным и весомым.

В формировании или изменении принципов и поведения большую помощь могут оказать книги (от шести пенсов и выше). В предыдущей главе я упоминал Марка Аврелия и Эпиктета. На ум сразу приходят

даже более известные работы. Могу отметить Паскаля, Лабрюйера и Эмерсона. Меня же вы не заставите отправиться в путешествие без моего Марка Аврелия. Да, книги ценны. Но не чтение книг происходит в ежедневном откровенном, честном исследовании того, что мы недавно сделали и что собираемся делать — спокойном взгляде себе в лицо (хотя зрелище может смутить).

Когда может быть сделано это важное дело? Вечернее уединение по дороге домой мне представляется подходящим. Рефлексирующий настрой естественно следует за усилием прожитого дня. Конечно, если вместо исполнения элементарной и глубоко важной обязанности вы предпочитаете читать газету (которую с тем же успехом можно читать в ожидании ужина), мне нечего сказать. Но посвящать этому некоторое время в течение дня вы должны. Теперь переходим к вечерним часам.

## IX Интерес к искусству

Многие люди по вечерам неуклонно соблюдают безделье, поскольку не видят иной альтернативы, кроме чтения; а им не повезло иметь вкус к литературе. Это большая ошибка.

Разумеется, невозможно, или, во всяком случае, весьма затруднительно что-либо изучать должным образом без помощи книг. Но если вы хотите постичь глубины глубин бриджа или парусного спорта, отсутствие интереса к литературе не удержит вас от чтения лучших книг о бридже или парусном спорте. Мы должны, следовательно, различать литературу и книги нелитературной тематики. Я подойду к литературе в свой черед.

Теперь позвольте заметить никогда не читавшим Мередита и безучастным к дискуссии о том, является ли мистер Стивен Филипс истинным поэтом, что это их право. Не любить литературу — не преступление. Это не признак слабоумия. Мандарины от литературы приговорят к немедленной казни несчастного, не понимающего, скажем, влияния Вордсворта или Теннисона. Но это лишь их наглость. Где бы они оказались, хочется знать, попроси их объяснить влияния, побудившие Чайковского к написанию «Патетической симфонии»?

Огромные области знания вне литературы дадут великолепные результаты труженикам. К примеру (раз уж я упомянул самую популярную в сегодняшней Англии высококлассную музыкальную вещь), мне напомнили, что Променад-концерты начинаются в августе. Вы идете туда. Вы курите свою сигару или сигарету (и, я с сожалением должен сказать, чиркаете спичками во время нежных тактов увертюры к «Лоэнгрину») и наслаждаетесь музыкой. Но вы говорите, что не умеете играть на фортепиано или скрипке или хотя бы банджо; и, стало быть, ничего не знаете о музыке.

Какое это имеет значение? Наличие у вас подлинного вкуса к музыке доказывается тем, что для привлечения вас и подобных вам в зал дирижер обязан представлять программы, из которых плохая музыка исключена почти полностью (в отличие от стародавних дней Ковент-Гарден!).

Разумеется, неумение исполнить на фортепиано «Молитву девы» не должно удерживать вас от знакомства с устройством оркестра, который вы слушаете два вечера в неделю в течение двух месяцев! Дела обстоят так, что, вероятно, оркестр представляется вам разнородной массой инструментов, производящих странно приятную мешанину звуков. Вы не вслушиваетесь в детали, поскольку никогда не упражняли для этого слух.

Если вас попросят назвать инструменты, играющие большую тему в начале симфонии до-минор, вы не сможете ответить даже ради спасения собственной жизни. Тем не менее, вы восхищаетесь симфонией до-минор. Она взволновала вас. Она будет волновать вас снова. Вы даже говорите о ней в приподнятом настроении с той дамой — вы знаете, о ком я. И все, что вы можете положительно утверждать о симфонии до-минор — это что ее сочинил Бетховен и что это «радостная прекрасная вещь».

Если же вы прочли, скажем, «Как слушать музыку» мистера Крегбиля (есть в любой книжной лавке по цене меньше места в Альгамбре и содержит фотографии всех инструментов и схемы рассадки оркестра), то на очередной променад-концерт вы пойдете с удивительно возросшим интересом. Оркестр предстанет перед вами не как запутанная мешанина, но как изумительно гармоничный организм, чьи различные группы участников имеют каждая свою необходимую функцию. Вы будете следить за инструментами и вслушиваться в их звуки. Вы будете знать, какая пропасть отделяет валторну от английского рожка, и будете понимать, почему жалованье гобоиста выше, чем у скрипача, хотя скрипка гораздо более трудный инструмент. Вы будете **жить** во время концерта, тогда как прежде лишь существовали в состоянии блаженной вялости, как младенец, глядящий на блестящий предмет.

Можно заложить основы подлинных, систематических знаний о музыке. Вы можете сосредоточить свои изыскания на определенной музыкальной форме (такой как симфония) или на работах определенного композитора. По прошествии сорока восьми недель по три коротких вечера каждая, в сочетании с изучением программ и посещением концертов, избранных на основании ваших возросших знаний, вы действительно будете что-то знать о музыке, хотя бы вы

были все так же далеки от исполнения «Молитвы девы» на фортепиано.

«Но я ненавижу музыку!» — скажете вы. Мой дорогой сэр, я уважаю вас.

Сказанное о музыке относится и к прочим искусствам. Я мог бы упомянуть «Как рассматривать картины» мистера Клермона Витта или «Как разбираться в архитектуре» мистера Рассела Стергиса для начала (только начала) систематического оживления знаний в других искусствах, материал для изучения которых изобилует в Лондоне.

«Я ненавижу всякие искусства!» — скажете вы. Мой дорогой сэр, я уважаю вас все больше и больше.

Я разберу ваш случай далее, прежде чем перейти к литературе.

## **X Ничто в жизни не банально**

Искусство великая вещь. Но не величайшая. Важнейшим из всех восприятий является постоянное восприятие причин и следствий — другими словами, восприятие непрерывного становления вселенной — другими словами, восприятие хода эволюции. Когда человек совершенно проникся главенствующей истиной, что ничего не случается без причины, он растет не только с шириной мысли, но и с широкой душой.

Тяжело, когда у вас крадут часы, но вы рассуждаете, что вор стал вором в силу наследственных факторов и влияний среды, каковые интересны, поскольку подлежат научному исследованию; и вы покупаете другие часы если не с радостью, то во всяком случае с философским настроением, исключая горечь. В ходе изучения причин и следствий вы утрачиваете тот абсурдный дух, с которым многие люди постоянно испытывают потрясение и боль от причуд жизни. Такие люди живут среди человеческой природы, словно это чужая страна, полная ужасных чужих обычаев. Но в зрелом возрасте должно быть стыдно быть чужаком в чужом краю!

Исследование причин и следствий, уменьшая болезненность жизни, делает ее живописней. Тот, для кого эволюция только слово, смотрит на море как на грандиозное, однообразное зрелище, которое можно наблюдать в августе за три шиллинга. Человек, прошикшийся идеей становления, непрерывности причин и следствий, видит в море элемент, который позавчера в геологическом масштабе был паром, вчера кипел, а завтра неминуемо станет льдом.

Он понимает, что жидкость это лишь нечто на пути к твердому состоянию, и он пронизан ощущением громадной, изменчивой живописности жизни. Ничто не дает более прочного удовлетворения, чем это постоянно культивируемое понимание. В этом вся наука.

Причины и следствия обнаруживаются всюду. В Шепердс-Буш поднялась арендная плата. Это было болезненным ударом. Но в некотором роде мы все студенты причин и следствий, и нет клерка, обедающего в ресторане Лайонс, кто бы не сложил научным путем два и два и не усмотрел в подземке причину ажиотажного спроса на

вигвамы в Шепердс-Буш, а в ажиотажном спросе на вигвамы причину роста их стоимости.

«Это просто!» — скажете вы с презрением. Все — все целостное сложное движение вселенной — столь же просто — если вы можете сложить два и два. И, мой дорогой сэр, может быть, вы клерк в риэлторском агентстве, и ненавидите искусство, и хотите пестовать свою бессмертную душу, и не интересуетесь своим делом, потому что оно так банально.

Ничто не банально.

Колоссальная, изменчивая живописность жизни изумительно предстает в конторе риэлтерского агентства. Был затор движения на Оксфорд-стрит; чтобы обойти затор, люди стали передвигаться под подвалами и канализацией, и в итоге выросла арендная плата в Шепердс-Буш! А вы говорите, что это не живописно! Предположим, вам понадобилось бы изучать, в этом ключе, вопрос о собственности в Лондоне в течение полутора часов каждый второй вечер. Разве это не внесло бы изюминку в ваше дело и не преобразовало бы всю вашу жизнь?

Вы подошли бы к более сложным проблемам. И могли бы рассказать нам, почему, как естественный результат причин и следствий, длиннейшая прямая улица в Лондоне составляет примерно полтора ярда в длину, тогда как длиннейшая абсолютно прямая улица Парижа простирается на мили. Думаю, вы согласитесь, что пример с клерком риэлторского агентства я не подгонял под свои теории.

Вы банковский клерк, и не читали тот захватывающий роман (под видом научного исследования) «Ломбард-стрит» Уолтера Бейджгота? Ах, мой дорогой сэр, если вы начнете читать и продолжите в течение девяноста минут каждый второй вечер, каким увлекательным станет ваше дело, и насколько яснее вы будете понимать человеческую природу.

Вы «заперты в городе», но любите вылазки в деревню и наблюдения за дикой жизнью — бесспорно, расширяющее душу времяпрепровождение. Почему бы вам не выйти вечером из дома, в тапках, к ближайшему фонарю с сачком для бабочек, и не наблюдать дикую жизнь обычных и редких бабочек, бьющихся о фонарь, и упорядочить полученное таким образом знание, и возвести надстройку над ним, и наконец узнать что-то о чем-то?

Не нужно быть ценителем ни искусства, ни литературы, чтобы жить полной жизнью.

Целое пространство повседневных сцен и обыкновений готово насытить то любопытство, которое означает жизнь, и удовлетворение которого означает понимание сердца.

Я обещал разобрать ваш случай, о человек, ненавидящий искусство и литературу, и разобрал его. Теперь я перехожу к случаю, по счастью, очень частому, человека, который «любит читать».

## XI Серьезное чтение

Романы не относятся к «серьезному чтению», поэтому человеку, с целью самоусовершенствования решившему посвятить девяносто минут трижды в неделю всеобъемлющему изучению произведений Чарльза Диккенса, мы настоятельно советуем пересмотреть свои намерения. Дело не в том, что романы несерьезная вещь — художественная проза составляет часть великой мировой литературы, — а в том, что плохих романов читать не следует, а хорошие романы никогда не требуют от читателя заметного психического усилия. Трудно читать только неудачные места в романах Мередита. Хороший роман увлекает вас, как течение уносит лодку, и вы достигаете последней страницы, быть может, запыхавшимся, но не изнуренным. Лучшие из романов требуют наименьшего напряжения. Сегодня одним из важнейших факторов воспитания ума является как раз чувство напряжения, трудности, когда одна часть вас стремится к цели, а другая часть хочет уклониться; от романов такого чувства не бывает. Вы не заострите свои зубы на «Анне Карениной». Поэтому, хотя и нужно читать романы, не следует отдавать им те девяносто минут.

Поэзия создает куда большее напряжение ума, нежели романы. Возможно, из всех литературных форм она дает наиболее жестокое напряжение. Это высшая форма литературы. Она доставляет высочайшее наслаждение и учит мудрости высшего рода. Одним словом, с нею ничто не сравнится. Я говорю это с печальным сознанием того факта, что большинство людей не читают стихов.

Убежден, что многие прекрасные люди, если поставить их перед выбором читать «Потерянный рай» или же среди бела дня в рубище ползать на коленях по Трафальгарской площади, выберут публичное унижение. Тем не менее, я не перестаю советовать друзьям и врагам читать прежде всего стихи.

Если поэзия для вас, что называется, «книга за семью печатями», начните с чтения знаменитого эссе Гэзлита о природе «поэзии вообще». Это лучшее в своем роде сочинение на английском языке, и никто из читавших его не останется в заблуждении, будто поэзия —

это средневековая пытка, или бешеный слон, или пистолет, который выстреливает сам собой и убивает за сорок шагов. Более того, трудно вообразить психическое состояние человека, который по прочтении эссе Гэзлита не возжаждет прочесть несколько стихов еще до обеда. Если это эссе вас вдохновило, я бы посоветовал начать с чисто описательной поэзии.

Есть написанный женщиной роман, который вы, возможно, не читали, бесконечно более утонченный, чем все созданное Джорджем Элиотом, сестрами Бронте или даже Джейн Остин. Он называется «Аврора Ли», его автор Э. Б. Браунинг. Этот роман в стихах содержит много по-настоящему прекрасной поэзии. Решитесь прочесть эту книгу хотя бы ценою собственной жизни. Забудьте, что это изящная поэзия. Читайте просто ради сюжета и общественных идей. А когда закончите, ответьте себе откровенно, все так же ли вы питаете неприязнь к поэзии. Мне известен не один человек, чью предполагаемую ненависть к стихам полностью опровергла «Аврора Ли».

Разумеется, если после Гэзлита и подобного опыта вы окончательно убедитесь, что нечто в вас противится поэзии, вам придется довольствоваться историей или философией. Жаль, но жаль не безутешно. Хотя «Упадок и разрушение» не сравнится с «Потерянным раем», это чрезвычайно приятная вещь, а «Основные начала» Герберта Спенсера просто смеются над притязаниями поэзии и должны восприниматься не иначе как величественнейшее произведение человеческого разума. Не скажу, что эти труды годятся для умственных упражнений новичков. Но и не вижу причин, почему бы любой человек средних способностей после года постоянного чтения оказался не готовым штурмовать вершины истории или философии. Великое удобство шедевров в том, что они поразительно ясны.

Я не предлагаю конкретной работы для начала. Но есть два общих указания. Первое: определите направление и пределы своих усилий. Изберите ограниченный период времени, или определенный предмет, или одного автора. Скажите себе: «Я узнаю нечто о Великой французской революции, или развитии железных дорог, или о творчестве Джона Китса.» И в течение данного периода ограничивайте себя в выборе. Быть знатоком — большее удовольствие.

Второе: не только читать, но и размышлять. Я знаю людей, которые читают и читают, но с тем же успехом могли бы делать бутерброды. Они читают, как иные пьют. Они пролетают миры литературы на автомобиле, их единственная цель — движение. Они любят рассказывать, сколько книг прочли за год.

Если вы не уделите по крайней мере сорок пять минут тщательному, утомительному обдумыванию прочитанного (это ужасающе скучное дело на первых порах), ваши вечерние девяносто минут по большей части уйдут впустую. Это значит, продвигаться вы будете медленно.

Не беда.

Забудьте о пункте назначения, думайте лишь об окружающем ландшафте, и через какое-то время, возможно, когда менее всего будете ожидать, вы вдруг окажетесь в прекрасном городе на холме.

## XII Предостережения

Я не могу закончить эти советы, зачастую, боюсь, чересчур назидательные и резкие, по всецелому использованию своего времени для великой цели жизни (не путать с вегетацией), вкратце не упомянув об известных опасностях, подстерегающих стремящегося жить. Во-первых, это страшная опасность стать одним из наиболее гнусных и несносных типов — педантом. Педант — это нахал, напускающий на себя вид высшей мудрости. Это напыщенный дурак, явившийся на торжественное шествие даже не догадываясь, что потерял важную часть своего облачения, а именно — чувство юмора. Это зануда, который сделал открытие и так им гордится, что всерьез недоволен миром, не разделяющим его энтузиазма. Незаметно для себя превратиться в педанта — вещь простая и непоправимая.

Итак, распорядиться всем своим временем означает также помнить, что материал, с которым вы работаете, это ваше время, а не время других людей; что планета преспокойно вращалась до того, как вы начали сводить баланс часов, и будет вращаться независимо от того, сколь успешно вы справитесь с новой ролью министра временных ресурсов. А также не болтать слишком много о своем начинании и не выдавать глубокой печали при виде мира, который каждый день транжирит так много часов и потому никогда не живет по-настоящему. В конечном счете, следить за собою самим — это практически все, что можно сделать.

Другая опасность — оказаться привязанным к программе, словно раб к колеснице. Не позволяйте программе возобладать над вами. Ее нужно соблюдать, но нельзя поклоняться ей, как фетишу. Программа по использованию каждого дня не является религией.

Это выглядит очевидным. Но мне известны люди, чья жизнь тяготит их самих и обременяет их родных и друзей просто потому, что они не смогли признать очевидное. «О, нет, — восклицает измученная жена, — Артур всегда гуляет с собакой в восемь часов и всегда начинает читать без четверти девять. Так что не может быть и речи о том, чтобы нам...» и так далее, и так далее. И нотка абсолютной

безнадежности в этом жалобном голосе раскрывает неожиданную и нелепую трагедию успеха.

С другой стороны, программа есть программа. И если не относиться к ней уважительно, она становится не более чем плохой шуткой. Относиться к программе с должной мерой уважения, жить не по слишком свободному и не чересчур жесткому распорядку — неопытному человеку это едва ли покажется простым делом.

И еще одна опасность — сделаться суетливым, все более и более одержимым тем, что следует делать дальше. На этом пути вы приходите к существованию наподобие тюремного, и ваша жизнь перестает вам принадлежать. Вы гуляете с собакой в восемь часов и все время медитируете о том, что без четверти девять нужно приступить к чтению, так что вам нельзя опоздать.

И эпизодические преднамеренные нарушения программы не помогут улучшить дело. Корень зла не в упорстве и отсутствии гибкости, а в том, что изначально вы слишком за многое взялись, в том, что вы наполняете свою программу, пока не потечет через край. Единственное лекарство — перестроить программу и стараться меньше.

Однако аппетит к знаниям растет по мере насыщения, и некоторые люди приобретают вкус к постоянной лихорадочной деятельности. О них можно сказать, что непрестанная спешка лучше, чем беспробудная дремота.

Во всяком случае, если программа обнаруживает тенденцию быть деспотичной, но менять ее вы не желаете, превосходным паллиативом будет нарочито неторопливо переходить от одной ее части к другой; например, провести пять минут в полном умственном покое между посадкой сенбернара на цепь и открыванием книги; иными словами, вполне сознательно упустить пять минут.

Последняя и главная опасность, на которую я хотел бы указать, это уже упомянутый риск неудачи в самом начале предприятия.

Я должен это подчеркнуть.

Неудача в начале легко может убить наповал новорожденный импульс к полной жизненности, и потому следует соблюсти все предосторожности. Нельзя перегибать палку. Пусть даже на первом этапе темп будет абсурдно медленным, но пусть это будет по возможности регулярно.

И, однажды решившись достичь определенной цели, добивайтесь ее любой ценой, невзирая на скуку и отвращение. Завершение утомительного труда даст огромный прирост уверенности в себе.

Наконец, впервые выбирая занятия для вечерних часов, руководствуйтесь исключительно собственным вкусом и природной склонностью.

Здорово быть ходячей философской энциклопедией, но если у вас не оказалось ни малейшего вкуса к философии, зато есть склонность к естественной истории криков уличных разносчиков, лучшим будет оставить в покое философию и заняться криками.