

Введение

Большую часть своей жизни я чувствовал, что мой голос не имеет значения. В детстве казалось, что ни у кого нет времени меня выслушать, а то, что я говорю или думаю, ни для кого не важно. Никто никогда не интересовался, что со мной. Никто никогда не спрашивал, все ли у меня в порядке, а если и спрашивал, то не чувствовалось, что его действительно волнует ответ. Я помню, что очень расстраивался из-за этого, но в то время просто не мог выразить разочарование словами.

Конечно, то была не единственная проблема, а лишь одна из множества, ведь я очутился в ситуации, когда их оказалось больше, чем у других. Отец и старший брат Льюис полностью посвятили себя карьере в автоспорте, и это означало, что вся наша семья сосредоточилась на том, чтобы их поддержать. В то же время мама пыталась сохранить нормальную семейную обстановку, что было далеко не просто. Я родился на два месяца раньше срока с заболеванием, которое полностью изменило жизнь моей семьи. Во время родов левая сторона моего мозга испытывала кислородное голодание, что привело к развитию спастической диплегии — формы церебрального паралича (ЦП), которая поражает нижнюю половину тела.

Поскольку это заболевание неврологическое, постоянно влияющее на мышцы и координацию, когда мне исполнилось 18 месяцев, родителям дали весьма неутешительный прогноз: я не смогу ходить, а если и смогу, то *в лучшем случае* с палкой или поддержкой. Скорее всего, мне придется провести в инвалидном кресле большую часть времени, а жить самостоятельно мне будет очень трудно. Это был тяжелый момент для всей семьи. Физически я нуждался в постоянной поддержке и уходе, который лег главным образом на плечи моей мамы.

Если вы инвалид, то осознаёте свое положение в обществе с самого раннего возраста. Места, куда тебя не пускают из-за твоих особенностей, мероприятия, в которых ты просто не можешь принять участие, взгляды и внимание со стороны других детей и взрослых выделяют тебя. К этому следует добавить, что в любой из своих школ я оказывался единственным ребенком смешанной расы и потому был еще более заметен. В те времена мы жили небогато, и мои родители могли сделать для меня не так уж много. Первое время мама, папа, Льюис и я жили в двухкомнатной квартире, и это действительно было тяжело. Есть предел того, как можно защитить ребенка от суровой правды жизни, и еще до поступления в подготовительный класс школы я уже сообразил, что нахожусь в невыгодном положении. Осознание своего места в мире в столь юном возрасте угнетало, и я быстро понял, что, как бы ни старались помочь родители, мой удел — одиночество.

Мама и папа с самого начала решили, что не позволят болезни определять мою судьбу, а потому меня отдавали в обычные детские сады и школы. Во многих отношениях это правильно, но было и немало трудных уроков, которые пришлось усвоить; в те годы не покидало ощущение, что никто меня не слышит. Первые недели и месяцы в школе со мной

не разговаривали и не хотели дружить; ко мне относились как к чудаку, придурку, на которого можно только таращиться, но с которым никак нельзя общаться. Я был полной противоположностью тому, что принято считать крутым. Хотя учителья проявляли ко мне интерес и помогали в учебе, им оказалось трудно найти со мной общий язык. Конечно, их перегружали работой, у них было 30 вполне здоровых детей, которым тоже следовало уделить внимание, но эти переживания заставляли меня чувствовать себя невероятно маленьким и незначительным. Тогда я испытывал благодарность к тем, кто нашел время поспорить со мной; так я ощущал, что мой голос услышен, меня выслушали и признали, что я есть. Я так долго казался себе совершенно невидимым.

Игнорирование со стороны сверстников и почти всех окружающих определяло большую часть моей юности, заставляя ощущать себя отвергнутым и никчемным. Я знаю, что многие подростки чувствуют себя точно так же, независимо от того, есть у них проблемы со здоровьем или нет. Возможно, именно поэтому многие из нас спешат повзрослеть. Помимо ощущения себя невидимым, в школе я слышал и другие слова: «Он никогда ничего не добьется», «Он ни на что не годен» — как от детей, так и от учителей. А как часто врачи и множество окружающих говорили *обо мне, а не со мной*. «У него никогда ничего не получится». Чувство, что взрослые меня не воспринимают и не замечают, когда говорят обо мне, сильно повлияло на мое самовосприятие. Если поверить, что твой голос не имеет значения, то в конце концов перестаешь говорить. Мне казалось, что никто не понимает и никогда не поймет меня, поэтому я научился держать чувства при себе.

Теперь каждый год десятки тысяч людей слушают то, что я говорю. Я построил карьеру на выступлениях и использовал их, чтобы изменить не только свою жизнь, но и жизни

других людей. Путешествие оказалось очень *увлекательным*, и в нем были как необыкновенные падения, так и необыкновенные взлеты. Я бросил вызов всем прогнозам врачей, используя силу разума, чтобы превзойти все ожидания касательно моего физического состояния. Сегодня я хожу без посторонней помощи и живу самостоятельно в собственном доме. Восстановившись физически, я решил следовать за своей мечтой и преодолеть множество барьеров, чтобы стать первым в истории гонщиком-инвалидом, выступающим в Renault Clio Cup, European Touring Car Cup и British Touring Car Championship (BTCC) — самых престижных гонках британского автоспорта. Я продолжаю соревноваться с водителями, не имеющими ограничений по здоровью, и в 2023 году установил личный рекорд, заняв шестое место в гонке BTCC. Это добавило еще одну строку в мою историю в автоспорте, сделав ее более вдохновляющей для водителей с инвалидностью. Кроме того, параллельно я построил невероятно успешную карьеру мотивационного оратора, путешествуя по всему миру, чтобы поделиться своими мыслями и историей.

Но неизбежно случалось и множество невероятных неудач, провалов и катастроф, которые порой потрясали меня до глубины души. Бывали дни, когда я предпочитал спать, а не бодрствовать; неделями я боролся с суициальными мыслями. Так много событий — некоторые происходили по моей вине, а другие оказались просто ужасным невезением — могли бы навсегда выбить меня из колеи. Было так много бед и тьмы, но мне неизменно удавалось найти путь к свету. В этой книге в серии уроков, основанных на моментах напряженной борьбы, неожиданных достижениях и перепутьях в моей жизни, я хочу показать вам, как именно удавалось вернуться с самого дна, чтобы снова ощутить под ногами твердую почву. Я искренне хочу, чтобы эти уроки принесли надежду людям

и стали планом действий для всех, кто оказался в такой же ситуации, как и я.

Я не считаю, что мой способ — единственно возможный или правильный. Вовсе нет. Он просто сработал для меня, и это не значит, что он подойдет для всех, хотя думаю, что многое в моих словах найдет отклик у большинства из вас. Моя настоящая цель в этой книге — просто откровенно рассказать свою историю и показать, что невозможное возможно. Поведать о том, как я проделал путь от рождения с кардинально изменяющим жизнь заболеванием, когда мне сказали, что я никогда не смогу ходить, до инвалида, который самостоятельно путешествует по миру и преодолевает практически все барьеры, поставленные перед ним, а также зарабатывает деньги, строит карьеру и находит свое место в обществе. Возможно, вы задавались вопросом, как паренек, считавший, что ему нечего предложить другим, сумел стать таким человеком, как я. Реально ли превратиться из с трудом передвигавшегося маленького мальчика в того, кто водит гоночные машины со скоростью 150 миль в час? Я хочу рассказать обо всем, чему научился, — на тот случай, если это поможет кому-то еще. Если моя книга вас поддержит — отлично! Если расстроит — это совершенно не входило в мои намерения, но нельзя угодить всем в равной степени. Все, что в моих силах сделать, — изложить свой путь как можно точнее и откровеннее. Моя цель — честный и открытый рассказ, а если вы что-то почерпнете из него для себя, то это будет невероятным бонусом.

Временами мне казалось, что я недостоин написать книгу, а моя жизнь никому не интересна. Я ничем не отличаюсь от других людей и нисколько не лучше их. У каждого есть своя история, и у всех бывают трудные времена, верно? Часто мы проходим через в целом подобные ситуации, просто немного по-разному. Поэтому я никогда не считал себя выдающимся

человеком, даже когда те, кого я уважал, убеждали меня изложить свою историю на бумаге. Я всегда думал, что книги должны писать те, кто преодолел путь от лохмотьев до богатства, знаменитости, которые многое добились и оказали большое влияние на других. О таких людях все хотят услышать, например о моем брате. А я не такой. Я считал себя ничем не примечательной личностью. Полагаю, я также испытывал некоторое волнение — и сейчас испытываю — из-за того, что выставляю себя на всеобщее обозрение; и может показаться, что считаю себя каким-то особенным. Мне нравится думать, что я скромный человек, а писать книгу о себе — это не совсем скромно, не так ли? Но со временем я стал думать иначе и теперь понимаю, что дело не во мне: ведь сила моей истории в том, что она способна помочь другим. И это намного важнее моих сомнений. Как сказал мне один хороший друг, пришло время перестать зацикливаться на себе.

Я искренне верю, что каждый может увидеть себя в написанном на этих страницах. Моя инвалидность — часть истории, но не главный герой, а многие мои трудности носят универсальный характер: через них прошел, проходит или пройдет в какой-то момент своей жизни почти каждый. Я знаю, что многим из нас с детства внушали прятать внутренние переживания за завесой молчания и стыда и что те вещи, о которых я сейчас смело говорю со сцены, многие из вас не решаются обсудить даже с самыми близкими. Я прекрасно понимаю вас, потому что сам через такое прошел. Но жесткая честность — единственный путь к освобождению и движению вперед, и я надеюсь, что, видя, как я открыто говорю об этих проблемах, вы тоже сможете найти в себе силы встретиться со своими демонами лицом к лицу.

Если вспомнить о моей инвалидности, то, боже мой, как бы я хотел, чтобы во времена моей юности существовала подобная

книга! Ведь тогда я плыл в совершенно неизведанных водах, а голова гудела от тысячи вопросов, на которые никто не знал ответов. Моя мама, принимавшая участие в работе над этой книгой, сказала, что ей бы тоже очень помогло что-то вроде нее. Родители ребенка-инвалида часто оказываются в изоляции, не говоря уже о самих детях-инвалидах. Одна из главных целей книги — дать возможность высказаться тем людям, которые чувствуют себя отверженными обществом. Мир автоспорта все еще остается нишевой индустрией, а я хочу, чтобы мою историю знали не только мои фанаты и бесчисленные фанаты моего брата. Я хочу, чтобы моя книга дошла до 16-летнего мальчика, который, возможно, борется со своей инвалидностью и при этом мечтает встречаться с девушкой. Будучи инвалидом, вы ощущаете, что многие радости жизни вам недоступны; но я хочу сказать всем, кто чувствует себя отверженным и потерянным в жизни — инвалиды они или нет — и не верит, что когда-нибудь сможет найти свое место и стать счастливым, что это просто неправда. Я хочу, чтобы книга попала в руки людей, скатившихся на дно, людей, страдающих депрессией или зависимостью и не видящих выхода. Я также хочу, чтобы ее прочитали родители, пытающиеся направлять своих детей, и семьи, которые любят ребенка, попавшего в невыгодное положение, независимо от того, как это проявляется — физически, психически, материально или из-за отсутствия привилегий.

Моя книга — рассказ о пути из пункта А в пункт Б. Ваши стартовые и финишные линии отличаются от моих, и наши пути нельзя сравнивать. Но мне бы хотелось, чтобы люди знали: между этими двумя точками можно проложить маршрут. Только вы сами способны реализовать свой потенциал — его не найти ни на графике, ни в базе данных или статистике, ни в чьих-то ожиданиях. У каждого свой путь, в конце которого ждет относительный успех. Этот успех нельзя оценивать

в сравнении с чьим-либо другим: каждый из нас соревнуется только с самим собой, потому что мы можем дотянуться лишь до тех высот, которые нам по силам покорить. Я никогда не стану семикратным чемпионом мира в «Формуле-1», как мой старший брат, но это не значит, что я реализовал свой потенциал в меньшей степени. Успех может заключаться и в том, чтобы подняться на три ступеньки, не пользуясь поддержкой, — я вправе так говорить, потому что помню, каким невероятным достижением это было для меня в детстве. Кому-то другому ваш успех покажется крошечным, но для вас он огромен. Все зависит от точки зрения.

Сейчас мой голос слышен не только в моей семье, но и за пределами мира автогонок. Иногда я думаю: «Что изменилось? В какой момент мне удалось привлечь внимание других людей? После всех этих лет, когда меня списывали со счетов и говорили, что мне нечего им предложить, *теперь* ко мне стоит отнестись серьезно?» Трудно не задаваться вопросом, где были те, кто сейчас ко мне прислушивается, когда я ощущал себя полностью выбитым из колеи. Я хочу, чтобы каждый, кто чувствует себя обойденным или недостойным внимания, услышал следующее: вы ценные сегодня. Вы будете ценные завтра. Вам не нужно ничего менять в себе, чтобы стать достойным. Ваш голос что-то значит, что бы вы ни делали и кем бы вы ни были. Я не стал более важной личностью, чем был в годы безвестности, только потому, что мне удалось чего-то достичь и поставить галочки в каких-то графах. Мой голос всегда имел значение, и ваш тоже имеет.

Ряд историй, которыми я здесь деляюсь, вызывают у меня душевную боль. Я неглуп и знаю, что в мой адрес иногда поступают не самые приятные отзывы. Мне известно, каково это, когда тебя выставляют на всеобщее обозрение, а поделиться своей историей с миром неизбежно означает столкнуться

с прессой и жесткими комментариями в социальных сетях — все это уже давно является частью моей жизни. Честно говоря, хоть я и научился жить с чем-то подобным, конечно, есть вещи, которые меня нервируют. Если бы я был просто никому не известным парнем, равно как и все персонажи моей истории, не стоило бы волноваться по поводу обнародования своих переживаний. Я не стыжусь того, кто я и что я сделал, потому что все это привело меня туда, где я сейчас. Но когда вы из семьи, которая находится на виду у общественности, на карту поставлено многое. Я знаю, что все, что я говорю или делаю, может так или иначе отразиться на Льюисе и в меньшей степени на отце, а я глубоко люблю и уважаю их обоих и потому стараюсь это учитывать. Я также знаю, что люди увидят то, что захотят, и что некоторые чувствуют себя лучше или увереннее, когда осуждают других. Я представляю ужасные заголовки: не «Ник Хэмилтон сделал то-то», а «Брат Льюиса Хэмилтона сделал то-то». Очень печально, но бывает и так.

Моя семья ни в чем не виновата, и многие мои достижения и хорошие времена случились благодаря тому, как позитивно она влияет на мою жизнь. Близкие не виноваты в том, что я родился с этим заболеванием; они делали для меня все возможное в меру своих сил и ресурсов. Никто не ожидает, что столкнется с такими — часто очень сложными — проблемами, и никого не учат, как с ними справляться. Я просто надеюсь, что вы прочтете мои уроки с открытым умом и сердцем, с сочувствием и великодушием ко всем участникам. Человек чувствует невероятную оторванность от остального мира, со стороны наблюдая за тем, как все вокруг идут к успеху. Хотя я не считаю себя ролевой моделью, думаю, нам всем нужно больше примеров для подражания, которые рассказывают всю историю с разных точек зрения и не упускают самых неприятных моментов. В конце концов, это моя книга, моя жизнь и моя

история. Я беру на себя полную ответственность за все свои многочисленные и разнообразные ошибки. Как и у любого вздорного подростка, у меня были моменты обиды на родителей, но теперь, когда все позади, я счастлив, что появился на свет в своей семье.

Мои близкие понимают силу моей истории и честности для обсуждения сложных тем, для разговоров о сексе, деньгах, де-прессии, зависимости и множестве других вопросов, которые порой очень трудно поднимать. Что касается того, как мир воспримет мои послания, то мы живем во времена, когда мнения настолько поляризованы, что порой представляется невозможным высказаться на какую бы то ни было тему, не вызвав громкого возмущения. Мне кажется, мои взгляды на жизнь найдут отклик у людей разных поколений и политических взглядов. Где-то они немного консервативные, а где-то — напротив, прогрессивные. Надеюсь, они покажут людям, что существует немало разнообразных точек зрения по любому вопросу. Мои взгляды — это смесь множества идей, на основе которых они сформировались. Я очень открыт эмоционально и глубоко верю в работу над собой. Я также считаю, что травмы влияют на нас еще долгое время и что демонстрация своей уязвимости — это сила; мое сердце полностью открыто. Наверняка найдутся люди, которые скажут, что такие разговоры для слишком чувствительных. Ну что ж, пусть так, проходите мимо. Я действительно проповедую и практикую принцип «соберись и сделай»: если есть хоть какая-то возможность что-то сделать, значит, надо попытаться. Я глубоко самодостаточный человек.

Во мне сильно развит индивидуализм. Одна из сторон моего видения мира и его проблем исходит от отца, и некоторые люди могут посчитать его довольно суровым. Если все, чему он меня научил, обобщить одной фразой, то она звучит следующим образом: «Жизнь *такова, какова есть*». Не надо стонать

по поводу того, чего ты не в силах изменить; вместо этого займись делом и выполни все, что сможешь. Лично мне такой подход очень помог преодолеть, казалось бы, непреодолимые препятствия, но иногда я нуждался в поддержке, чтобы иметь силы и дальше сохранять позитивный настрой. Признаю, что в определенные дни и в определенное время было трудно «просто сделать это». Может, мне хотелось плакать или нужно было выплеснуть эмоции наружу. Показав свою уязвимость и проявив к себе доброту в такие моменты, я на самом деле становился сильнее в долгосрочной перспективе, а конечный результат я ценю выше. Таким образом, мне удалось соединить привитые отцом качества (за них я ему безмерно благодарен): целеустремленность, страсть, стойкость, решимость — с сочувствием к самому себе и пониманием того, что нормально испытывать трудности и признавать их.

Я не хочу указывать вам, как читать эту книгу или как ее использовать. Чтение всегда казалось мне сложным делом, и, признаться, я уж точно не книжный червь. Звучит глупо, но в прошлом чтение и вслух, и про себя полностью выбивало меня из колеи, поэтому мне было так важно записать еще и аудиоверсию. Я также не хочу рассказывать вам о том, что вы должны чувствовать или что вас должно вдохновлять.

На этих страницах я предлагаю разные советы, большинство из которых сформулированы на основе порой ужасающего жизненного опыта. Хотелось бы верить, что я всегда держусь правильного пути и делаю правильный выбор, но это не так. И сейчас я продолжаю работать над собой; читая главы моей книги, вы, верно, не раз подумаете: «Ник! Нет! Как ты мог так поступить?» И хотя я выкладываю все как есть, хочу сразу предупредить: я далеко не идеал. Да, испытания и трудности сделали меня лучше, но, как и у любого из нас, еще много непознанного у меня впереди. Я не раз пренебрегал



**Почитать описание и заказать
в МИФе**

Смотреть книгу

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

Взрослые книги:



МИФ