

Есть в «Кухне», но нет у тридцатилетних

Тридцать лет — это конец одного мира и начало другого. Эпоха, когда одна дверь с шумом захлопывается, но открывается другая, и мы вынуждены отказаться от того, чем наслаждались в прошлом. Возраст, в котором мы вынуждены в одиночку войти в открытую дверь, не зная, что там внутри. Это тяжелое бремя, которое приходит на смену беззаботным годам третьего десятилетия жизни.

Роман Банана Йошимото «Кухня» — это история о взрослении, в которой описывается печаль от разлуки и метания молодости, а также процесс преодоления последствий этих метаний.

Двадцатитрехлетняя Микаге рано потеряла родителей и живет с бабушкой. Но вот умирает и бабушка, и она остается совсем одна. Микаге настолько любит свою кухню, что пренебрегает спальней и спит рядом с холодильником. Вкусная еда — единственное удовольствие молодой девушки. Не успев стать взрослой, она вынуждена жить самостоятельно и, замещая материнские объятия, засыпает на кухне.

Однажды перед Микаге появляется странная семья. Это Юичи, резкий, но бесконечно добрый парень, и его мать. Они не вмешиваются в дела Микаге и не призывают ее уйти с кухни. Они просто ждут, пока Микаге, которая часто приходит к ним в гости, не преодолеет свою печаль. Постепенно девушка справляется со своей душевной травмой и восстанавливает свою веру в мир. Все это время семья Юичи поддерживает ее и заботится о ней. Набравшаяся сил Микаге готова открыться этому миру.

Так и современная молодежь нуждается в промежуточном мире, наподобие дома Юичи, чтобы избавиться от тревоги, связанной со взрослением, преодолеть свой страх перед незнакомым миром и взять себя в руки. Такой

промежуточный мир есть и в сказке «Маленькая принцесса»: это чердак, на котором живет главная героиня Сара. В своем воображении девочка превращает холодную безжизненную комнату под крышей в счастливое пространство. Это помогает Саре справиться с болью реальности и сохранить себя и доверие к миру.

В психоанализе этот промежуточный мир называется переходным периодом. Вероятно, всем знакомо понятие «кризис трех лет». В этом возрасте дети перерезают психологическую пуповину, которая связывала их с родителями, и осознают, что они и их родители являются независимыми существами. В то же время, чтобы снять тревогу от разлуки с родителями, они становятся одержимы переходным объектом — предметом, заменяющим родителей. Вот почему трехлетки не выпускают из рук плюшевого мишку, плед или подушку.

Тридцать лет — время достижения настоящей самостоятельности. Молодые люди больше не зависят от родителей финансово и начинают обустраивать свою жизнь, обставлять дом. Двадцать лет — это время подготовки к тому, чтобы в будущем стать практичными взрослыми. Двадцатилетние завязывают дружеские отношения, находят себе пару на всю оставшуюся жизнь, страстно любят и не менее страстно борются с социальными проблемами, чтобы создать мир мечты. И главное — они путем проб и ошибок находят то дело, которое им действительно подходит.

Однако сейчас этот переходный период исчез. Сегодня, когда найти работу все труднее, десятилетие после двадцатого дня рождения потеряло свое первоначальное значение юношеского освобождения и эпохи экспериментов — теперь это просто продолжение дней, проведенных в средней и старшей школе. Время, когда все силы должны быть брошены на усердную учебу и подготовку к работе.

В результате сегодняшние молодые люди оказываются не готовы к жизни после тридцати, осознав, что потратили всю молодость на поиск хорошей работы. Они стали независимыми от родителей, но в то же время действительность словно окатила их ледяной водой. Промежуточный мир, где можно переживать различные эмоции и фантазировать, чтобы избавиться от страхов и тревоги, исчез. Тридцатилетняя молодежь, страдающая от внутреннего конфликта между независимостью и зависимостью, должна строить свое будущее, избавившись от недоверия к миру и людям. Такое состояние неизбежно приводит к депрессии. Они наружно улыбаются, но плачут внутри.

Проклятие бесчисленных вариантов выбора

О дивный новый мир! Здесь под девизом «Общность, одинаковость и стабильность» дети рождаются с искусственно заданными физическими, умственными, личностными и другими характеристиками. Их занятия, увлечения и способности также определяются при рождении. Например, дети, которые будут работать в тропиках, заранее получают прививки от сонной болезни и сыпного тифа. А младенец, которому суждено стать космонавтом, с первых дней жизни привыкает к скоростному вращению и поэтому чувствует себя счастливым, даже находясь вниз головой.

Дети, массово созданные с помощью тщательных искусственных манипуляций, вырастают и отправляются на работу, заданную им при рождении. При этом все необходимое для этой работы им выдается в достаточном количестве. Ультрасовременное научное оборудование

позволяет им жить в полном комфорте и практиковать сексуальную свободу. Здесь нет ни физической боли, ни материального беспокойства, нет тревог или неудовлетворенности. А при появлении симптомов тревоги жители нового мира принимают таблетку под названием «сома», которая помогает им сохранить ощущение счастья. Сома — это особый наркотик, который позволяет на время забыть о реальности и не вызывает головной боли, когда его действие заканчивается.

Это краткий пересказ романа Олдоса Хаксли «О дивный новый мир». В нем между одним из правителей нового мира — Мустафой Мондом — и Дикарем Джоном разворачивается такой диалог:

— Иначе говоря, вы требуете права быть несчастным, — сказал Мустафа.

— Пусть так, — с вызовом ответил Дикарь. — Да, я требую.

— Прибавьте уж к этому право на старость, уродство, бессилие; право на сифилис и рак; право на недоедание; право на вшивость и тиф; право жить в вечном страхе перед завтрашним днем; право мучиться всевозможными лютыми болями.

Длинная пауза.

— Да, это все мои права, и я их требую.

Сто пятьдесят раз в день на перекрестке выбора

Если жизнь, которую создают технологии эргономики, такая счастливая и стабильная, почему же Дикарь Джон настаивал на праве быть несчастным? Здесь все уже решено другими, и все, что нужно сделать, — это просто

следовать принятому решению. Только не хватает главного, что определяет человека, — свободы выбрать и жить своей жизнью, даже если это означает быть несчастным. Джон хотел будущего, в котором он мог бы делать собственный выбор и развиваться в соответствии с ним, а не будущего, которое предрешено заранее. Вот почему он сказал, что воспользуется правом быть несчастным, если оно у него будет.

Свобода выбора своего будущего необыкновенно ценна для человека. Это огромное счастье — иметь такую свободу.

Двадцать первый век — эпоха разнообразия и мобильности. Все слишком быстро развивается и меняется, эмоции кипят, все куда-то спешат, всего чересчур много. Именно поэтому мы можем выбрать больше и сделать больше. Но почему же, когда дело доходит до выбора, вариантов оказывается недостаточно?

Это счастье, когда есть из чего выбирать. Но это счастье может превратиться в проклятие, когда выбор предстоит сделать из слишком многих позиций. Потому что для того, чтобы выбрать что-то одно, нужно отказаться от всего остального. Кто может быть уверен, что отказ от стольких искушений и возможностей в пользу чего-то одного — лучший выбор? А если оставшееся было лучше?

Согласно опросу National Geographic, нам приходится делать выбор примерно сто пятьдесят раз в день. Из них около тридцати раз выбор требует серьезных размышлений и около пяти раз мы улыбаемся оттого, что предпочли что-то верное неверному. Вся наша жизнь состоит из череды принятия различных решений, и уже одно это свидетельствует о том, насколько сложно сделать правильный выбор.

Нам кажется, что то, что мы не выбрали, гораздо лучше. Неудовлетворение порождает депрессию: мы начинаем думать, что другой выбор сделал бы нас более счастливы-

ми. То есть мы не идем по выбранному пути, потому что не можем избавиться от сожаления по поводу того, что осталось вне его.

Кроме того, с каждым выбором приходит ответственность. Я несу ответственность не только за собственный выбор, но и за его последствия. Таким образом, мы не можем с готовностью наслаждаться «радостью выбора» и боимся проклятия бесчисленных возможностей.

Почему в тридцать выбор сделать сложнее

Тридцать лет — это время выбора, когда предстоит принимать важные решения, которые повлияют на дальнейшую жизнь. Но, стоя на перекрестке выбора, мы колеблемся между многочисленными возможностями. Что лучше? Какой вариант самый безопасный? Что, если я сделаю неправильный выбор и разрушу свою жизнь? Конечно, правильнее всего принимать решение, как можно больше сравнив и попробовав. Но, к сожалению, окружающие подталкивают нас к быстрому выбору, говоря, что нет времени. Считается, что в тридцать уже нельзя позволить себе поэкспериментировать.

Еще один фактор, затрудняющий тридцатилетним выбор, — неопределенность. Первоначально неопределенность стимулирует наше любопытство, пробуждает дух приключений и стремление исследовать окружающий мир. Мы стремимся как-то распутать неопределенное и сделать его определенным. Если бы все было понятно, этот мир был бы очень скучным, нам не нужно было бы стараться. Если все идет по плану и предсказуемо, не нужно надеяться и стремиться. Другими словами, именно потому, что в нашей

жизни все так неопределенно и неточно, мы надеемся, что сможем устроить свою жизнь так, как хотим.

Элемент возможности, присущий неопределенности, применим и к человеческим отношениям. Поскольку мы не уверены, что чувствуют люди вокруг нас, мы беспокоимся и прилагаем все усилия, чтобы завоевать сердце другого человека. Очевидная концовка фильма или романа неинтересна. Вот почему нам так нравятся фильмы, которые либо имеют непредсказуемый конец, как, например, «Семь» или «Шестое чувство», либо совершенно опровергают наши предположения.

Неопределенность является предпосылкой человеческого существования и движущей силой психологического развития. Кроме того, она становится стимулом и даже источником наслаждения.

Но когда неопределенность слишком велика, мы чувствуем себя одинокими в бескрайней пустыне. По мере того как наша тревожность растет, мы чаще проявляем агрессию, стремясь защитить себя от потенциальной опасности.

К сожалению, наш мир становится все более непредсказуемым. Мы стараемся сделать лучший выбор, но будущее все равно размыто. Гарантированной работы на всю жизнь больше нет, и мы вынуждены выживать в удушающей системе непрерывной конкуренции. Тревога за свою судьбу заставляет молодых людей замыкаться в себе. Мы осознаём, что в изменчивом мире единственное, чему можно доверять, — это мы сами. С нашими способностями тоже ничего не понятно: неизвестно, когда они проявятся или где их пределы. Утратив уверенность в себе, молодые люди переживают за свое будущее.

Современные тридцатилетние живут в условиях материального изобилия, у них есть свобода выбора, но в нашем

мире все слишком неопределенно и нестабильно, поэтому они некрепко стоят на ногах. Вот почему возможность бесконечного выбора все больше становится для них проклятием.

Об отношении к выбору

История выбора описывается в фильме «Дьявол носит Prada». Андреа Сакс, окончившая престижный университет, едет в Нью-Йорк, чтобы стать журналисткой. Она отправляет резюме в разные СМИ, но ответ приходит только из модного журнала «Подиум», где ей предлагают должность секретаря главного редактора Миранды Пристли.

Решения жесткой и безжалостной Миранды определяют почти всё в редакции. Чтобы выжить в этом коллективе, сотрудники должны безошибочно выполнять ее приказы. Миранда, живая легенда мира моды, получает двести пятьдесят шесть рождественских подарков от знаменитостей со всего мира, включая Донателлу Версаче, Жизель Бюндхен и Джорджио Армани. Она даже вмешивается в личную жизнь Андреа и начинает ее контролировать. Андреа подчиняется ей, стремясь выжить в мире моды. Вместо того чтобы пойти на день рождения своего парня, она сопровождает Миранду на вечеринку и в результате ссорится со своим молодым человеком, который не знает о ее страданиях.

Мы часто оправдываемся, например: «Я хотел, но не получилось из-за работы». Мы приводим, казалось бы, веские причины, ведь послушание руководителя грозит увольнением. В этом фильме много таких моментов выбора.

Звонок Миранды во время долгожданной встречи Андреа с отцом, прерванная вечеринка с друзьями, звонок Миранды

в момент расставания с возлюбленным и ее распоряжение ехать в Париж вместо главного секретаря. У Андреа, похоже, нет выбора. Она и сама признаёт, что вынуждена выполнять приказы, чтобы выжить.

Андреа сосредоточена только на своей работе, и ей кажется, что она ничего не может с этим поделать. Она постепенно отдаляется от своего прежнего окружения и в конце концов расстается с возлюбленным. Но в Париже, куда она поехала вместо главного секретаря Миранды, Андреа понимает, что все, что она сделала и за что себя ненавидит, — это ее выбор, за который отвечает только она. Она терпела все это, чтобы стать журналистом.

Теперь она признаёт, что в результате своего неправильного выбора потеряла самое главное. Андреа смело пишет заявление об уходе. Конечно, у фильма счастливый конец: Андреа благополучно устраивается в другую медиакомпанию.

— Вас действительно заставляют это делать? — спрашивает нас Андреа.

Если задуматься, то нет ничего невозможного. Если вы действительно не хотите что-то делать, просто не делайте. Ходить на эту работу, проводить время с этими людьми и не увольняться — это ваш выбор. Именно поэтому, определившись, важно иметь мужество отказаться от решения, которое вы считаете неправильным. Так и сделала Андреа. В неправильном решении нельзя винить время или сложившиеся обстоятельства, так же как нельзя перекладывать ответственность за свой выбор на другого человека.

Как бы все плохо ни было, нужно помнить, что есть по крайней мере кое-что, чего никогда не отнять. Это ваш выбор.

Виктор Франкл — еврей, который во время войны попал в Освенцим и пробыл в лагерях до самого освобождения. В лагере он заметил кое-что необычное. С приближением

Рождества каждый день умирало меньше людей, чем обычно. Однако после Рождества число смертей резкоросло и вскоре возвращалось к средним значениям. Почему же так происходило?

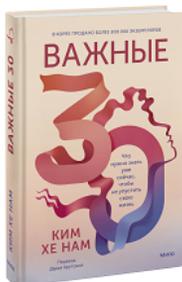
Согласно исследованию Виктора Франкла, именно надежда удерживала узников в мире живых еще несколько дней: люди ожидали окончания войны до Рождества и последующего освобождения. Никто им этого не обещал, это было бессознательное ожидание. Конечно, после Рождества война не заканчивалась и они так и оставались заключенными. Когда ожидания осужденных не оправдывались, им уже не было смысла цепляться за жизнь.

Возможно, если бы эти люди не придавали Рождеству особого значения, то умерли бы раньше. И сегодня, когда жизнь стала очень сложной, смысл, который мы придаем каким-либо событиям, может повлиять на результат.

Выбор, как именно воспринимать ситуацию, очень важен. Он так же важен и сегодня, когда трудно наслаждаться радостью от принятия решения. Подумайте еще раз, прежде чем опустить руки. Действительно ли нет никакого способа насладиться радостью выбора?

О чем нужно вспомнить, прежде чем убежать

«В двадцать казалось, что все будет ясно и понятно, когда нам будет за тридцать. Но это совсем не так. Мы всё чаще недоумеваем, почему картина мира, в которой мы вроде бы всё уже определили, вдруг неумолимо рушится. С годами тревожность растет, и, отчаянно стремясь скрыть дрожь внутри, мы упряимся и повышаем голос.



[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

