

ВИКТОР ПОНОМАРЕНКО

СЧАСТЛИВЫ  
НЕ ТОЛЬКО  
ДУРАКИ

КАК РАЗОБРАТЬСЯ В ЛЮДЯХ И В СЕБЕ



ИЗДАТЕЛЬСТВО АСТ  
МОСКВА

УДК 159.94  
ББК 88.3  
П56

**Пономаренко, Виктор Викторович.**

П56 Счастливы не только дураки : как разобраться в людях и в себе. Механизмы поведения / Виктор Пономаренко. — Москва : Издательство АСТ, 2022. — 352 с. — (Практический тренинг).

ISBN 978-5-17-147899-5

В соответствующих разделах этой книги Виктор Пономаренко подробно отвечает на важные вопросы: о идеологии, о востребованности, о самореализации, о любви, о семье; а также обсуждает наиболее распространенные причины конфликтов в семьях, на производстве, в обществе в целом. Речь в этой книге идет о базовых принципах самоуправления общества, о его объективных законах и механизмах, благодаря чему общество выживает.

Есть два варианта общественного бытия человека: счастье и несчастье. Главная цель этой книги, которую ставит автор — мы должны научиться управлять своим поведением, чтобы обрести счастье — то есть право на полноценную радостную долгую жизнь.

**УДК 159.94**  
**ББК 88.3**

*Моей жене —  
Медее Теймуразовне Цинцадзе — посвящаю!*



Умный находит удовольствие в сложности,  
мудрый — в простоте.

Когда у человека формируются убеждения,  
его эрудиция теряет объективность.

## ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРА

**Е**сли бы вы знали, сколько раз я думал над тем, чтобы прекратить писать эту книгу! Неужели совесть позволит мне обрушить на читателя ворох банальностей, которые как будто впи-

таны всеми нами с молоком матери и должны лежать в основе социального поведения? Зачем ломиться в открытую дверь, примерять на себя мундир капитана Очевидность? Что за писательский зуд! Зачем говорить общеизвестные истины, да еще и менторским тоном, претендуя на позицию психолога<sup>1</sup>?

Хотел бросить, ругал себя, смеялся над собой — но все-таки продолжал писать и даже вот решился опубликовать написанное. Ну, чтобы заслон поставить какому-то встречному потоку, ветру, вентилятору — не знаю, что это — интеллектуальных новаций, коллективных прозрений, новых трендов, которые влияют на воспитание нашей молодежи.

Эти новации претендуют на последнее слово в социальных науках, а в реальности — полная чушь. Вредная, разрушительная, растлевающая общество чушь! Вот, из самого безобидного, из последнего, что я услышал: оказывается, какие-то ученые (при этом слово «ученые» произносится с придыханием, с поднятием указательного пальца вверх) открыли так называемую «диетическую депрессию» — то есть депрессию, которая якобы наступает от употребления однообразной пищи. Чтобы избежать диетической депрессии, советуют ученые (опять палец кверху), нужно баловать себя ранее неизведанными вкусами, пищевыми «сюрпризами». Дескать, тогда депрессию можно будет победить. Преодолеть, отсрочить.

Слушайте, а десятки поколений наших предков, которые ели кашу и щи, почему-то не впадали ни в какую депрессию. Почему? — Да потому, что депрессия никак не связана с рационом питания (я исключаю крайние случаи). Попытки бороться с депрессией повышением разнообразия пищи — это

---

<sup>1</sup> Психолог — то же что педагог, только для взрослых.

очередной суррогат решения проблемы бессмысленности жизни. Заедать вкусняшками пустоту существования — отличный выход! Для дураков. Да, известно, что именно так многие и поступают — заедают депрессию. Но при этом вгоняют себя в круг еще больших проблем, связанных с нарушением обмена веществ в организме. А распространение мифа о диетической депрессии — это увод человечества в сторону от магистральной линии развития. В мифологический тупичок.

Борясь с подобными тупиками, я и решился написать эту книгу. И если читатели скажут дружно: «О чем он толкует, нам все это хорошо известно», я успокоюсь и займусь выращиванием овощей на своей даче. Но мой жизненный опыт, мои глаза и уши подсказывают мне, что до спокойствия еще далеко. Как психолог, я постоянно сталкиваюсь с драматическим, подчас катастрофическим непониманием многими людьми смысла человеческих отношений, предназначения человека.

Примитивные до дурковатости разглагольствования на эти темы, находки, ценность которых сопоставима с «открытиями» трехлетнего ребенка в песочнице, оглупление и инфантилизация населения до такой степени, что люди не в состоянии браки создавать, детей рожать и воспитывать, — вот каким трендам я пытаюсь противопоставить свой набор трюизмов. Ну, извините меня за это великодушно!

Я не оправдываюсь, я размышляю — зачем я написал эту книгу?

На каждой стройке бывают ЧП — чрезвычайные происшествия. Представьте: колоссальная, высокая и массивная конструкция дала трещину. Она вот-вот разрушится и рухнет вниз. Это видит пока только инженер-строитель. Он замирает от ужаса. Он с точностью до минуты знает, когда произойдет низвер-

жение колосса. Погибнут люди, уничтожится техника, пойдут прахом плоды упорного труда, совершенного посредством этой техники. Но другие пока этого не видят. Они воодушевлены своими трудовыми подвигами и радостно смотрят в будущее.

Интеллигенция — по идее, тот самый коллективный инженер-строитель. Она призвана лучше всех понимать, какие угрозы нависли над человечеством. Увы, на деле многое оказывается не так.

Помню, харизматичный седовласый профессор в лицо мне смеялся и всячески демонстрировал свое пренебрежение, когда я говорил об опасности отчуждения человека от труда как о самой важной угрозе современности. А когда очередь дошла до него, пафосно представил очередную «братскую могилу» как отчет о проделанной им работе на средства съеденного гранта. «Братская могила» — это ироничное название сборника статей известных и малоизвестных авторов, изданного без определенной цели, точнее — с целью оправдать истраченные деньги. Это обычная форма «квази-академического» мошенничества, распространенного, увы, в российской вузовской среде в 90-е годы.

И еще: мой диалог с Александром Анатольевичем Ширвиндтом на съемочной площадке телепроекта «Культурная революция» (ТК «Культура», производство телекомпании «Игра-ТВ»). Я спросил: «Театр сегодня по-прежнему претендует «влиять на умы», как раньше? Или он «печет» спектакли, как пирожки, исключительно для продажи?» Ширвиндт ответил: «Влиять не на что». Отшутился. Но было видно, что его мой вопрос задел. В продолжение своего ответа он рассказал анекдот про цирюльника, который на реплику посетителя «Всюду бардак» сказал, недоумевая: «И вы хотите начать наводить в мире порядок с моей парикмахерской?!» Думаю,

Александр Анатольевич слукавил. Он все прекрасно понял и огорчился, как и я. Ведь за его спиной не скромная парикмахерская, а прославленный Академический театр сатиры. И на груди у старика Ширвиндта — ни много, ни мало — полный набор орденов «За заслуги перед Отечеством».

Так есть ли у нашей интеллигенции эти заслуги, или она под общую сурдинку приторговывает, чем может, якаясь с другими торговцами и криминалитетом?

Вот почему я взялся за написание этой книги, наполняя ее банальностями. Что если это не банальности, а вечные истины, без которых жить невозможно и о которых каждому новому поколению должен кто-то рассказывать? Перефразируем известный тезис: знание принципов позволит нам не зайти в тупик и не оробеть, решая частные вопросы.

Обычно от науки и от ученых ждут чего-то нового. Я, наоборот, стремлюсь обратить внимание на нечто хорошо и давно известное, чтобы вернуть к этому несправедливо и несвоевременно утраченный интерес. Возможно, я, по ироничному выражению Льва Николаевича Толстого, как глуховатый человек, отвечаю на вопросы, которых мне никто не задает? Я мечтал написать книгу о механизмах поведения людей, которая будет понятна всем и каждому — от двоечников коррекционных классов до отличников мехмата МГУ. Тираж этой книги превысит численность населения Китайской Народной Республики. Ее переведут на все языки мира, включая языки тела. . . Это — в мечтах. А в реальности. . .

Вот она — книга — перед вами. Я написал ее. И если вы ее не прочтете, то мы оба останемся в дураках.

*С уважением, Виктор Пономаренко*

Несчастливым или счастливым человека  
делают только его мысли,  
а не внешние обстоятельства.

Управляя своими мыслями,  
он управляет своим счастьем.

*Ф. Ницше*

Человек несчастлив потому,  
что не знает, что он счастлив.

*Ф. М. Достоевский*

Мне счастье в девках выпало:  
у нас была хорошая, непьющая семья.

*Н. А. Некрасов*

## О СЧАСТЬЕ

**Б**удучи еще студентом-медиком, я слышал историю про Мераба Константиновича Мамардашвили. Для тех, кто не знает: Мамардашвили — один из глубочайших умов двадцато-

го века, антрополог, философ «сократовского типа». Так вот, Мераба Константиновича как-то спросили: «В чем, по вашему мнению, заключается основной вопрос психологии?» Тот, пыхнув курительной трубкой, ответил: «Как и у всех прочих наук и практик — выживание».

Выживание! Разумеется, речь шла о выживании человека. Если кому-то режет слух слово «выживание» (согласен, от него веет чем-то сугубо утилитарным), давайте скажем: «жизнеспособность». Против жизнеспособности, надеюсь, никто не возразит?

Вот, собственно, и весь сказ. Вот и весь приз, ради которого — все наши усилия, наши человеческие радости и страдания.

Была или не была в реальности эта история, мне неизвестно. Но вполне могла быть. Такой ответ — в духе Мамардашвили. В русле его научной и жизненной философии. В конце концов, не это важно. Так же, как батано Мераб, понимали суть происходящего и тысячу, и три, и десять тысяч лет назад. Так, я уверен, мыслящие, ответственные люди должны понимать это и сегодня.

•

*Жизнеспособность —  
то есть возможность существовать  
не разрушаясь, длиться во времени —  
это цель и смысл жизни.*

•

Получается, мы живем ради того, чтобы... жить? Не слишком ли примитивно? — Нет, все правильно. Давайте только примем во внимание, что жизнеспособность Человека —

разумного социального существа — зависит от множества отнюдь не примитивных причин и условий. Человеку мало дышать, есть и размножаться. Чтобы жить, он обязан думать, чувствовать, строить общественные связи, верить в лучшее и святое, понимать значение разнообразных сложных сигналов и многое, многое другое знать и уметь<sup>2</sup>.

А еще человек должен создавать блага.

Что ж, тепер, похоже, мои вероятные оппоненты начинают злиться всерьез.

«Что значит «должен»? Какие такие «блага»? Никто никому ничего не должен!» — согласитесь, так думают и говорят многие. Это вполне устоявшаяся точка зрения. Она существует и в быту, и в науке. Есть ученые, отрицающие не только общественные обязанности людей, но и общество как таковое, как факт.

Отсюда как раз и начинается наш разговор.

Признаться в этом непросто, но придется. Иначе не стоило все это затевать.

Сорок лет я изучаю поведение человека. Сорок лет вожу сам себя, будто библейский Моисей, по пустыне собственной головы. Много пережито, многое осознано. Написаны книги, прочитаны сотни лекций. . . И в итоге — понимание простей-

---

<sup>2</sup> Немало тех, кто категорически возражает против приоритета жизнеспособности по отношению ко всем прочим целям человека и человечества. «Это для червей главное — выжить, для вирусов, для планктона etc., а у разумного существа должна быть более сложная и пафосная — «высшая» — цель». Такова их точка зрения. На это у меня есть как минимум два контрдовода. Во-первых, для реализации некой «сверхцели» нужен и «сверхчеловек». Тот, кто никогда не совершает ошибок, гениально умен, не зависит от своих настроений, легко преодолевает естественные барьеры, кто не болеет и не умирает. Цель, лежащая где-то за горизонтом человечества, неизбежно потребует коренной переделки самого человека. По сути, уничтожит то, чем мы являемся сегодня. Не от этого ли предостерегают людей священные книги: «Человек, не возьми себя равным Господу»? Во-вторых, выживание человека немисливо без сохранения и развития его духовности. Одухотворенность и разумность, как и производные от них переживания высшего порядка, таким образом, не цели, а условия нашей жизнеспособности. В человеке жизнь физическая и жизнь нравственная неразрывны.

шей и очевиднейшей истины<sup>3</sup>. Но понимание заслуженное, выстраданное.

А истина заключается в том, что есть всего два варианта общественного бытия человека: счастье и несчастье.

Как только я это осознал, словно остатки пелены упали с глаз! Я сразу понял, как отличить счастливую жизнь от несчастной, счастливого человека от несчастливой. Как, по каким правилам и законам, строится счастье. Что нужно делать, чтобы его обрести. Что именно погружает нас в несчастье, и как это предотвратить или перебороть. Что значит «жить правильно», то есть счастливо, и «неправильно» — в несчастье. Все вдруг стало про человека ясно и понятно.

Действительно, все завязано на жизнеспособности. Мамардашвили прав. Жизнеспособность можно наращивать, развивать. А можно, в принципе, уменьшать, разрушать, разваливать. Конечно, люди заинтересованы в первом варианте. Но, увы, часто допускают и второй. И это ведет к их гибели в прямом драматическом значении этого слова.

•

*Счастье, таким образом, — это когда  
жизнеспособность растет. Несчастье —  
когда снижается. И то, и другое является  
результатом активности человека.*

•

---

<sup>3</sup> Как это у Льва Николаевича Толстого в романе «Анна Каренина»? «Лёвин был философ, то есть человек, который путем долгих, мучительных и путанных рассуждений приходит к выводу, изначально очевидному для всех остальных?» — Цитирую по памяти.

Особая благодарность русскому языку и русскому народу — языковорцу! Именно в русском языке слово «счастье» имеет корень «часть»<sup>4</sup>. А корень, как известно, отражает суть, нечто самое главное.

«Счастье» — это краткая форма от устаревшего «сочастие» и вполне современного «соучастие». Следовательно, счастливый человек с кем-то обязательно «соучастлив». Он соучастник.

В латинском языке «часть» — это «part». Отсюда «партнерство». То же, что и «соучастие». Слова-«кальки», совпадающие и по значению, и по буквальному переводу.

Выходит, счастье — не слепой случай, не удача, выпавшая неизвестно кому неизвестно за что. Счастье — это социальное партнерство. Соучастие в общей жизни, в общих замыслах и делах.

Впрочем, так счастье понимается не всеми. В толковых словарях, включая известнейший «Словарь Даля»<sup>5</sup>, в этом контексте фигурирует «часть» как доля, кусок, пай. Стать счастливым, следует из этого, значит получить свою долю, кусок от «общего пирога». Кто, стало быть, большой кусок урвал, тот и самый счастливый.

А еще счастье, «доля», представляется людям как судьба. И сетует человек: «Трудная, скудная доля мне выпала. Не то что соседу!»

Владимир Иванович Даль ничего сам не выдумывал, он лишь фиксировал бытующие в народе значения слов.

<sup>4</sup> Странно, но на мой вопрос о происхождении слова «счастье», заданный неожиданно, без подготовки, люди вполне образованные нередко отвечали: «Видимо, это производное от слова «сейчас»? Это, судя по всему, что-то сиоминутное, разовое?» — Какая связь между «счастьем» и «сейчастьем», ей-Богу, не понимаю! Вот оно — высшее образование без полноценного среднего.

<sup>5</sup> Даль В. И. Толковый словарь живого великорусского языка, в 2-х томах.

К обсуждению такого эгоистического, потребительского или, с другой стороны, обреченно-фатального понимания счастья мы еще вернемся. И посмотрим, реальны ли шансы на обретение счастья у того, кто тщится урвать свой кусок или кто покорно принимает «несчастную долю», живя робкой надеждой на лучшее.

Здесь же отмечу, что оба эти значения обращены исключительно к результату, к достигнутой цели, к вожаденному призу. «Так мне достанется что-нибудь ценное или нет?» — вот о чем идет речь в обоих случаях. Дадут или не дадут? — Вот в чем вопрос!

О деятельном соучастии в создании благ, в процессе «выпекания сладких пирогов» никто из этих толкователей даже не заикается. Этого у них, что называется, «и в мыслях нет».

На самом деле, счастье — это созидательное партнерство, в котором благ (то есть факторов жизнеспособности) производится больше, чем потребляется. И это важнейший принцип существования человека!

♦

*Назовем его принцип «расширенного  
воспроизводства благ». В соответствии  
с ним, жизнеспособны лишь те люди, группы  
людей, которые производят благ больше,  
чем потребляют.*

♦

«Расширенным воспроизводством» мы назовем его потому, что производимые блага не являются невостребованными «излишками». Они поступают в общее пользование, формируют «фонды», «кладовые», откуда черпаются ресурсы, опять же, для