

Арт Гаспаров

ИСТИНЫ О ЛЮДЯХ:  
ЖИЗНЬ БЕЗ ПРИКРАС



Издательство АСТ  
Москва

УДК 821.161.1-94  
ББК 84(2Рос=Рус)6-44  
Г26

**Гаспаров, Арт.**

Г26 Истины о людях: жизнь без прикрас / Арт Гаспаров. — Москва : Издательство АСТ, 2025. — 320 с. — (За кружкой какао).

ISBN 978-5-17-175750-2

А вы знаете, какая самая сложная загадка в мире, которую никто и никогда не сможет разгадать? Это люди.

Люди могут быть добрыми и жестокими, искренними и лицемерными, сильными и слабыми. А иногда все эти качества можно встретить в одном человеке. Какие-то поступки людей нас вдохновляют, а какие-то, мягко говоря, оставляют в недоумении. Почему мы поступаем так, а не иначе? Что лежит в основе наших решений и поступков? Как научиться разбираться в окружающих?

Арт Гаспаров, который уже много лет изучает природу человеческого поведения (начиная со времен обучения в МГИМО и работы в дипломатии), в своей новой книге раскрывает все эти вопросы через яркие истории, многие из которых основаны на реальных событиях. Это не набор готовых советов, а скорее честные зарисовки о жизни, где за смешными, трогательными или драматичными ситуациями скрываются важные истины:

- Как разглядеть в человеке то, что он старательно прячет?
- Почему даже самые близкие люди порой ведут себя странно?
- Как оставаться самим собой в мире, где нам постоянно навязывают неудобные роли?

Калейдоскоп жизненных историй Арта покажет вам самую разную природу людей — от искренних и солнечных до капризных, опасных и непредсказуемых. Вы увидите жизнь без масок. Узнаете в некоторых историях не только своих знакомых, коллег или родственников, но и самого себя. А главное, получите практические советы, которые помогут построить здоровые, безопасные и счастливые отношения с самыми разными людьми.

УДК 821.161.1-94  
ББК 84(2Рос=Рус)6-44

ISBN 978-5-17-175750-2

© Гаспаров Арт, текст  
© ООО «Издательство АСТ»

# Введение

Люди бывают разными: хорошими и плохими, солнечными и пасмурными, добрыми и злыми, ответственными и безалаберными, честными и подлыми. С идеальным порядком на чердаке и большими летучими мышами, без царя в голове и с обидой на жизнь в кармане. Дружелюбными и опасными, капризными и радостными... Разными бывают люди.

На момент написания этой знаковой, одиннадцатой, книги я уже восемнадцать лет изучаю людей.

Я начал свои исследования еще во времена обучения в МГИМО, задолго до того, как стал работать дипломатом. Когда я оставил дипломатическую карьеру и полностью посвятил себя теме отношений и развития личности, я стал изучать людей с еще большим рвением.

Мне всегда было интересно, что в голове у других. Почему люди поступают тем или иным образом. Что именно лежит в основе их мыслей, ценностей, решений и поступков.

За годы практики и исследований я узнал много интересного. Многие из того, что поможет каждому из вас не просто лучше понимать людей, но и в целом лучше выстраивать отношения.

Хотите быстро располагать к себе, ловко договариваться и вызывать симпатию на интуитивном уровне? Хотите точно знать, как вести себя с вредными и сложными людьми? И как лучше всего поступать в непростых жизненных ситуациях? Как отстаивать свои интересы и границы?

Хотите научиться выходить из конфликтов в жирном плюсе? Хотите в принципе научиться лучше разбираться в людях? Лучше понимать природу их мыслей и поступков? Хотите построить здоровые, счастливые и безопасные отношения?

Тогда моя новая книга вам точно пригодится.

Знаете, я уже давно понял, что мы лучше усваиваем полезную информацию, когда у нас перед глазами есть примеры. Будучи экспертом в теме отношений и мышления, я это прекрасно знаю.

И именно поэтому я решил не просто написать, как и что лучше делать, чтобы у вас были отличные отношения с собой и другими людьми. Я решил передать вам главные смыслы общения, свои наблюдения, рекомендации и свой опыт через истории.

Я помогу вам лучше понять природу людей и извлеку для себя полезную информацию по теме общения через истории.

Откройте для себя 32 авторские истории, основанные на реальных событиях, которые помогут вам лучше понимать людей, себя, отношения и жизнь. Если вы читали мою книгу «Влюбиться в жизнь: 100 историй, которые изменят ваш взгляд на мир», то и эта книга вам точно понравится.

Но в отличие от моей книги «Влюбиться в жизнь» здесь истории другие. Я написал их так, чтобы у вас получилось как можно глубже погрузиться в реальность героев. Когда я писал каждую историю, я ставил перед собой задачу сделать так, чтобы у героев сложилось впечатление, будто вы стоите позади них со свечкой в руке.

Я хотел погрузить вас в самую суть событий и пережить героев! Погрузить максимально глубоко. С помощью деталей, литературных приемов, переходов и поворотов сюжета.

Это вам не рассказы, написанные искусственным интеллектом. Мой отец журналист. Я с детства знал, чем отличается прием «клиффхэнгер» от приема узнавания и перипетии.

Я знаю, как работать с интригой, нагнетанием и чем отличается сценарий повествования «Эдип» от сценария «Икар». И почему лучше работает сценарий повествования «Золушка».

У меня нет задачи похвастаться, дорогие читатели. Я просто хочу объяснить, что вас ждет очень качественное и увлекательное чтение. Потому что я не просто разбираюсь в дипломатии и психологии, я еще умею писать. Добро пожаловать в мое видение и понимание жанра социальной драмы. И в мои истории, которые всегда что-то большее, чем просто истории.

*Приятного чтения!*



# История 1

— Ко мне приезжает мать, поэтому тебе надо освободить квартиру, — Антон тяжело вздохнул.

— Не поняла? — возмутилась Тамара. — Ты хочешь, чтобы я на месяц съехала со всеми вещами? Может, мне тогда от тебя вообще навсегда съехать?

Она обиженно поджала губы.

— Любимая, но ты же знаешь, что это моя мама. Я же не могу поселить ее в гостинице. Как ты себе это представляешь? А здесь у нас мало места, — Антон попытался обнять Тамару, но девушка его оттолкнула.

— Антон, мы уже полгода живем вместе. Я снимала такую уютную квартиру, но разорвала договор аренды и переехала к тебе. Ты знаешь, как я долго ее искала.

Тамара подошла к окну и облокотилась на подоконник.

— Мне непросто далось это решение, — она не скрывала своего раздражения. — А теперь ты мне просто говоришь уехать? Это вообще нормально? Так в отношениях не делают. Тем более я твоя невеста!

— Лапуль, ну не злись. Моя мама приезжает раз в год. Где ей остановиться? Не в гостинице же, — взволнованно оправдывался Антон. — А если я сниму ей что-то на месяц, знаешь, как она обидится? Не забывай, квартира хоть и моя, но миллион она добавила из своих сбережений, — добавил он уже спокойнее.

— Так познакомь нас, в чем проблема? Купим ей раскладушку. Сегодня уже нормальные, удобные делают, — Тамара обхватила себя за плечи.

— Тут такое дело еще, — робко начал Антон. — Моя мама... Она как бы человек «старой школы». А у тебя много татуировок, язык проколот, нет высшего образования... Ты всегда откровенно одеваешься... Она может все неправильно понять.

— Что? Моя внешность и моя жизнь ее вообще не касаются. Она в нашей истории каким боком? Я же не с ней строю отношения, а с тобой! Тебе не стыдно такое говорить?!

— А я не хочу, чтобы она мне всю жизнь выносила мозг, что я женился непонятно на ком, — в сердцах выпалил Антон, не подумав, что такими словами он может глубоко обидеть свою невесту.

— Это я непонятно кто? На себя посмотри! Тампон динозавра! Пошел ты! — Тамара со слезами убежала в ванную.

— Любимая, открой, я не со зла, и это не мои слова. Это она так будет думать. Я очень сильно тебя люблю, — канючил Антон под дверью.

— Либо я остаюсь, либо уезжаю от тебя навсегда, — решительно крикнула Тамара.

Антон действительно дорожил отношениями с Тamarой. В отличие от отношений с другими девушками, которые у него были, именно с Тamarой он был на седьмом небе от счастья.

Тамара осталась. Через несколько дней, когда девушка заканчивала последние приготовления, в дверь позвонили. Антон пошел открывать.

— Мамуля, привет, рад тебя видеть. Как добралась? — Антон обнял маму.

— Ох, сынок, этот поезд... У меня так голова гудит, все настроение мне испортил. Мог бы и на вокзале меня встретить и помочь с вещами, — Валентина Ивановна вошла в квартиру.

— Так ты же сама сказала, что тебе не надо помогать и что ты сама приедешь, — Антон помог маме снять пальто.

— Сказала-не сказала, а чемодан тяжелый, — проворчала она.

В этот момент из кухни вышла Тамара. Она специально надела длинное платье, чтобы спрятать как можно больше татуировок, которые красовались на каждой части ее стройного и спортивного тела.

— Здравствуйте, Валентина Ивановна, я Тамара, — приветливо поздоровалась она.

— Ох ты Господи, — изумилась Валентина Ивановна.

— Мама, познакомься, это моя невеста Тамара.

— Антоша, а что она такая размалеванная? — испуганно спросила Валентина Ивановна. — Она что, в тюрьме сидела?

— Мам, ну что ты. Татуировки — это современное искусство. Сегодня это уже давно считается приличным, — Антон поспешил успокоить маму.

— Ох, сынок, получше, что ли, никого не смог найти? — тяжело вздохнув, Валентина Ивановна отправилась мыть руки.

— Это она сейчас реально вслух сказала? — ошарашенная Тамара явно такого не ожидала. — А ничего, что я здесь стою и все слышу?

— Так на это и рассчитано было. Я же тебя предупредил, что вас до свадьбы знакомить... Это не лучшая идея... Не факт, что она тебя примет.

— Главное, чтобы я ее приняла, — зло ответила Тамара. — Я к подруге, буду вечером.

— А как же еда? Ты целый час готовила! Может, лучше посидеть с моей мамой, чтобы она лучше тебя узнала? — Антон искренне хотел, чтобы Тамара и его мать поладили.

— Не «может», Антон. До вечера!

Тамара очень хорошо почувствовала, что если останется, то будет страшная ссора.

Антон и мама сели обедать, и еда, приготовленная Тамарой, очень понравилась Валентине Ивановне, но Антон решил на всякий случай не говорить, что готовила его невеста. Соврал, что приготовил сам.

— Сыночек, как же вкусно! Молодец! Настоящий мужчина всегда хорошо готовит, — приговаривала Валентина Ивановна. — Вот если тебя выгонят из твоей компьютерной фирмы, без работы ты точно не останешься.

— Спасибо, мамуль, я рад, что тебе понравилось, — смутился Антон. — Как твои дела?

— Дела, ну что дела... Да нормально все. В театр позавчера ходила на «Капитанскую дочку». «Береги честь смолоду», помнишь?

— Конечно, помню, мамуль, — улыбнулся Антон. — Любовь к литературе и к искусству вообще — это у меня от тебя.

— Скажи мне вот что, — Валентина Ивановна обеспокоенно посмотрела на сына, — ты эту разрисованную кикимору на какой помойке нашел?

— Мама, в каком смысле?

— В прямом, Антоша. Ты видел, сколько у нее этих наколок? Даже на пальцах и на лице... — тревожно ответила женщина. — А эти губы... в природе таких больших не бывает...

Антон собрался с духом, чтобы возразить маме, но Валентина Ивановна не дала ему перебить себя.

— Я про таких девок смотрела одну передачу. Там рассказывали, как они на самом деле себе на жизнь зарабатывают. Шкуры! Сынок, это же настоящая помойка! — Валентина Ивановна сурово посмотрела на сына.

— Мам, ну не надо так. Тамара прекрасная девушка. Она добрая, веселая, прекрасно понимает меня с полуслова.

— Она прекрасно понимает, что у тебя водятся денюжки. И что вы, компьютерщики, хорошо устроились. И что ты лет через пять будешь неприлично много зарабатывать, — Валентина Ивановна сняла очки, отодвинула тарелку и села поближе к сыну.

— Мам, что ты такое говоришь, это же неправда...

Антон в очередной раз убедился, что знакомить Тамару с матерью было плохим решением.

— Спорим, у нее нет высшего образования и ты с ней познакомился явно не в библиотеке, а в каком-нибудь ночном клубе. У тебя давно не было девушки, ты выпил, наверняка стал хвастаться. А потом, на следующий день, ты заехал за ней на своей красивой машине, и она сразу к тебе на шею прыгнула, — Валентина Ивановна озвучила свою версию знакомства.

— Мама, да, она не училась в институте, но Тамара талантливая художница. Если у нее татуировки, это не значит, что

она, как ты сказала, из «этих» и только из-за денег, — Антон принялся защищать Тамару.

— Еще хуже. Значит, у нее точно нездоровый образ жизни! Хорошее творчество на трезвую голову не создается. И ты, наоборот, с ней туда же...

— Мама, что ты такое говоришь! Мы даже пиво не пьем. Спорт, здоровая еда. Я с момента знакомства с Тамарой ни капли не выпил — это было ее условие. У нее даже татуировка есть «Оберег от зависимостей». У нее отец умер от пьянства. Для нее вредные привычки очень большой вопрос.

— Так, хватит ее защищать, — проворчала Валентина Ивановна. — Пока что ничего хорошего я не увидела. Как будто в такой большой Москве нет нормальных женщин.

На следующее утро, когда Антон ушел на работу, Тамара села писать новую картину. Валентина Ивановна сначала демонстративно с ней не разговаривала и даже не пожелала доброго утра. Но потом, посчитав, что достаточно хорошо обозначила свои границы, она зашла в спальню, где работала девушка.

— Ну что, Тамара, нарисовалась, не сотрешь, — в словах Валентины Ивановны сквозило высокомерие.

— Доброе утро, — спокойно ответила Тамара, не отрываясь от картины.

— А что это такое ты рисуешь? — женщина подошла ближе, чтобы разглядеть рисунок. На картине была изображена красивая пара. Держась за руки, мужчина и женщина стояли перед страшным зверем, за которым расстился красивый пейзаж.

— Страсти какие, — фыркнула Валентина Ивановна. — Зачем это страшилище сзади надо было рисовать?

— Это страшилище сзади олицетворяет трудности и испытания, выпадающие на долю двух людей, которые любят друг друга. И только вместе они могут дать им решительный отпор и шагнуть в лучшее будущее. Только если они любят, ценят и уважают друг друга, — ответила Тамара.

— «Олицетворяет»... Слова-то ты какие знаешь... А где ты училась на художника?

— Я самоучка. Рисую с пяти лет, — Тамара макнула кисточку в краску и бросила взгляд на женщину, которая нависла над ней, словно страшилище с ее картины.

— И что... Эти рисунки кто-то покупает? — презрительно спросила Валентина Ивановна.

— Не жалуюсь.

— Еще бы ты жаловалась. Живешь на всем готовом в квартире моего сына. Он там батрачит, а ты тут картиночки рисуешь. Напомни мне, из какого ты города?

— Из того же города, что и ваш сын, Валентина Ивановна, — Тамара отложила кисточку и встала напротив женщины. — Зачем этот допрос с пристрастием? Я вижу, что вам что-то не нравится во мне и вы все думаете, к чему придаться. Давайте на чистоту, в чем дело?

Валентина Ивановна не ожидала такого ответа и инстинктивно отступила к окну.

— Да все мне в тебе не нравится, — выпалила она, заняв безопасную дистанцию. — Ты же уродина! Ты себя в зеркало видела? Испоганила свою внешность. На тебя смотреть противно.

Тамара молча наблюдала за тем, как Валентину Ивановну начало трясти от злости.

— Ни образования, ни нормальных родителей, непонятно чем занимаешься... Охмурила моего Антошу и сидишь у него на шее. Вениамин Карлович в гробу перевернулся бы, если бы узнал, кого его сын к себе в дом притащил.

— Вы закончили или есть что-то еще? — спокойно спросила Тамара.

— Я решительно против того, чтобы ты встречалась с моим сыном. О свадьбе я вообще не говорю. Если вы распишитесь, я тебя прокляну и каждый день буду молиться в храме, чтобы ты подохла, — злобно прошипела женщина. — Рядом с моим сыном должна быть интеллигентная умница и красавица из приличной семьи. Не для того я его рожала и воспитывала, чтобы так запятнать свою семью.

Гордо задрав голову, Валентина Ивановна направилась к выходу из спальни. Проходя мимо Тамары, она добавила:

— Чтобы к следующему моему приезду духу твоего здесь не было!

— Стоять! — решительно сказала Тамара.

Свекровь замерла. Чувствуя себя выше по статусу, она не ожидала, что Тамара посмеет ей возразить.

— Во-первых, я не живу за счет вашего сына. Каждая моя картина стоит больше, чем он зарабатывает в месяц. Во-вторых, не вам судить о моей привлекательности. У меня больше миллиона подписчиков, и я каждый день получаю тысячи восторженных отзывов по поводу своей внешности. В-третьих, ваше мнение в моей системе координат находится где-то между гражданским кодексом Джибути и проблемой миграции галапагосских черепах.

Свекровь с изумлением смотрела на Тамару. А девушка даже и не думала останавливаться:

— Если вы мне будете желать гадости, они к вам вернуться тройне. Через мои руки действуют высшие силы, и они никогда не дадут меня в обиду таким ничтожным людям, как вы. И еще кое-что.

Тамара презрительно посмотрела на женщину, с которой мгновенно сбила всю спесь.

— Что касается моих отношений с Антоном и вашего присутствия в его и моей жизни... Один из нас сегодня отсюда уедет, и это точно буду не я. Я поставлю Антону вопрос ребром. Такой мерзкой теткой, как вы, в нашей жизни не будет!

— Да как ты смеешь? — взвизгнула женщина.

— Прекрасно смею. Вы считаете, что я дно, но на самом деле... Дно — это вы. Вы навешиваете на людей ярлыки и считаете, что Антон ваша собственность, — Тамара с сожалением усмехнулась. — Вам кажется, что вы будете за него решать, как ему жить, кого любить. Но это не так.

Свекровь растерянно смотрела на девушку, а Тамара в том же спокойном и невозмутимом тоне продолжила:

— И дело не в том, что благодаря моим нежным поцелуям, благодаря моей ласке и заботе ваш сын полностью в моей женской власти. Дело в правде жизни. Вы не имеете права вмешиваться в жизнь двух взрослых людей и указывать им, что делать. Даже если речь идет о вашем сыне. И сейчас я пред-

лагаю вам сохранить лицо, пока он вечером не выставил вас за дверь.

— Что ты такое говоришь? — прошипела Валентина Ивановна.

Тамара открыла свою сумку и, достав кошелек, вынула пачку денег. Затем она спокойно подошла к женщине, которая опешила от изумления и никак не могла понять, что с ней кто-то смеет так разговаривать. Тамара вложила ей в руку купюры и быстро сказала:

— Вот вам деньги на гостиницу. Здесь даже больше, чем нужно. Поживете месяц там. Антону скажете, что вам не понравилась раскладушка.

Тамара почти вплотную приблизилась к женщине:

— И больше никогда, слышите, никогда вы не будете вмешиваться в нашу жизнь. И не будете обсуждать с Антоном меня и наши отношения. Иначе я сделаю так, что вы вообще никогда не будете общаться!

Валентина Ивановна покраснела от злости. Она что-то хотела добавить, но Тамара решила закончить разговор.

— Ни слова больше! Или я уже не буду такой спокойной. Я чувствую, как в комнате заканчивается свежий воздух. Предлагаю вам украсить ее своим отсутствием. Посидите на кухне и подумайте над своим решением, — Тамара открыла окно.

— Ну ты и гадюка... — Валентина Ивановна сжала деньги в руке, ее глаза налились кровью.

— Вон из моей спальни, — заорала Тамара, схватив вазу и всем видом показывая, что она в любой момент готова ее использовать, защищая свое пространство.

Женщина выбежала из спальни, громко хлопнув дверью. Через полчаса она уехала. Но не в гостиницу, а обратно в свой город. Антону она сказала, что у нее появились срочные дела и что она приедет в другой раз.

С того момента прошло три года, но другой раз так и не наступил. Валентина Ивановна так больше и не приехала. Ни в гости, ни на свадьбу. Деньги Тамаре она тоже не вернула. С Антоном она почти не общается. Сосредоточила все свое внимание на втором сыне Алексее.

— Антоша у меня пропащий, — смахивая слезу, обычно говорит Валентина Ивановна. — А вот Алешенька, Алешенька мой... Такой молодец! А жена его умница, красавица. Дай Бог им здоровья...

Недавно Антон и Тамара переехали в новую уютную квартиру. Тамара с удовольствием оплатила половину ее стоимости: «Детям нужен простор».

В спальне, где уже уютно расположилась красивая детская кроватка, над постелью Тамары и Антона висит картина. Единственная картина, которую Тамара решила никому не продавать. Мужчина держит за руку женщину, а перед ними страшный зверь, который в страхе убегает. За зверем, который преграждал дорогу, открывается удивительный живописный пейзаж. А сверху, на ярко-синем небе, безмятежно светит красивое и гордое солнце. Солнце, что всегда одинаково светит как всем хорошим, так и всем плохим людям.



## Комментарии для читателей

Эта история — прекрасный пример того, как важно отстаивать свои границы в отношениях. Даже в условиях давления со стороны самых близких людей. И о том, что нельзя позволять другим унижать нас, обесценивать, принижать нашу значимость. А еще о том, что нельзя жить в стереотипах.

Совершенно неважно, как выглядит человек и что нарисовано у него на коже. Важно, каков его внутренний мир. Важно, что у него в голове и каковы его поступки.

Тамара продемонстрировала силу духа и не позволила Валентине Ивановне стереотипами и ловушками мышления ограничить свою свободу. И дело совсем не в татуировках. Не важно, как вы к ним относитесь, потому что это лишь частный пример.

А еще эта история напоминает нам о том, как важно уважать выбор наших близких. Мать Антона, пытаясь протолкнуть свою точку зрения, на самом деле лишила себя общения с сыном. Большая ошибка в том, что, когда наши ожидания не совпадают с действительностью, мы начинаем навязывать людям свою картину мира. Это только вредит отношениям. Убеждать — да, предлагать лучший вариант — тоже да. Но навязывать, да еще в грубой или ультимативной форме — категорически нет.

Наши отношения всегда становятся счастливее, когда мы выбираем уважение и принятие, а не контроль и критику.