

Редакция завершает публикацию фрагментов книги Дейла Карнеги «Как перестать беспокоиться и начать жить» (см. № 6-87 и далее). Ранее не публиковавшаяся глава «Может ли религия способствовать жизненному успеху?», которая дается с незначительными сокращениями, не вошла и в сборник произведений Дейла Карнеги, выпущенный издательством «Прогресс» в 1989 г.

Глава о роли религии в деловом успехе необычна по своей тематике. По существу, это единственное место во всех книгах Д. Карнеги, откровенно и полно освещающее религиозные воззрения автора. Единственное и, быть может, самое яркое, оригинальное.

Для человека, воспитанного в духе атеизма, религиозные мысли американского писателя могут показаться несколько необычными. У кого-то публикация вызовет недоумение: стоит ли в марксистском журнале печатать откровенно апологетическую статью о религии как фундаментальной предпосылке жизненного успеха и обязательном условии человеческого бытия?

Ответ на этот вопрос дает само время. Мы живем в эпоху переоценки ценностей, которые лежат в основе всей мировой культуры, в том числе и русской; ценностей, о которых мы почти утратили представление. Такое забвение не могло не привести к девальвации этического компонента нашего образа жизни, к духовному обнищанию поколений и, что не менее, а может быть и более важно, способствовало размыванию нравственного фундамента культуры труда.

Известно, что протестантская трудовая этика, на которой зиждется западно-европейская культура, в свое время произвела революцию в умах миллионов людей. В XVI веке на смену средневековому неприятию физического труда как унижающего для свободного человека (унаследованного католицизмом, кстати сказать, от античности) пришла более возвышенная и близкая современности трактовка его как единственно возможного пути для сохранения человеческого общества. В протестантизме трудолюбие, усердная работа и праведно нажитое богатство ценилась особенно высоко.

Способствуя деловому предпринимательству, освящая его (характерная черта: православие чаще освящало государя, а не купца или промышленника), западное христианство постепенно стало символом веры менеджеров и бизнесменов. Они не только не стеснялись своей религиозности, но напротив, всячески подчеркивали ее. Когда труд воспринимается чисто утилитарно, он утрачивает свое облагораживающее воздействие. Это - аксиома западной трудовой этики. Но это также и мощный мотивирующий фактор. Вера в Бога снимает стресс и беспокойство, дает твердость и мужество преодолевать невзгоды, ведет человека к жизненному успеху. Об этом пишет Дейл Карнеги в публикуемом ниже отрывке.

Д. КАРНЕГИ

МОЖЕТ ЛИ РЕЛИГИЯ СПОСОБСТВОВАТЬ ЖИЗНЕННОМУ УСПЕХУ!

1. О причинах беспокойства

Много лет назад нищий философ бродил по каменистой стране, где людям тяжело было добывать себе хлеб насущный. Однажды перед ним собралась толпа, и он обратился к ней со словами: «Не думайте о завтрашнем дне. Завтрашний день сам о себе позаботится. У нас и на сегодня достаточно несчастий». В его речи было всего 26 слов, но их повторяют в течение веков.

Многие не принимают эту заповедь Христа. Они говорят: «Я должен застраховать свое имущество, чтобы защитить свою семью. Я обязан отложить деньги на старость. Мне необходимо планировать и готовиться к будущему».

Конечно, это необходимо. Просто надо помнить, что сделанный 300 лет назад перевод Библии по-другому трактовал слово thought (мысль). Тогда, оно обычно означало тревогу. Поэтому в современном переводе слова Христа цитируются более точно: «Не тревожьтесь о завтра. Конечно, думайте о завтрашнем дне, тщательно обдумывайте свою жизнь в будущем, планируйте свои дела и готовьте себя к завтрашнему дню. Но только не тревожьтесь». А между тем каждый новый день приносит людям все новые основания для тревоги и беспокойств. И очень важно уметь не поддаваться им, найти способы преодолеть уныние.

Недавно мне посчастливилось беседовать с Артуром Хэйс Сульцбергером, издателем одной из самых знаменитых газет мира «Нью-Йорк Таймс». М-р Сульцбергер сказал, что когда в Европе вспыхнула вторая мировая война, он был настолько потрясен и так беспокоился, что не мог спать по ночам. И он никак не мог избавиться от волнений и обрести покой, пока не сделал своим девизом слова из церковного гимна:

**Свет милосердный, добрый свет!
Веди меня в пути!
Не раскрывай всю даль грядущих лет.
Леш шаг ближайший освети.**

В военное и в мирное время основная разница между правильным и неправильным образом мыслей состоит в следующем: правильный образ мыслей связан с анализом причин и следствий, он ведет к логическому конструктивному планированию; неправильный образ мыслей часто ведет к напряжению и нервным срывам.

За последние восемь лет я прочитал практически все книги и журнальные статьи, хоть отдаленно связанные с проблемой преодоления беспокойств... Вы хотите знать, какой совет оказался самым мудрым из всего, что я прочитал? Это молитва, которая была написана доктором Рейнхольдом Нибуром, профессором прикладного христианства Теологической семинарии:

«Боже, дай мне спокойствие, научи меня примириться с тем, что я не в силах изменить. Дай мне мужество изменить то, что я могу изменить. И мудрость отличить одно от другого».

Даже бессмертный Лев Толстой, о котором в британской Энциклопедии написано, что он был «самым почитаемым человеком в мире в последние двадцать лет своей жизни», не мог обрести покоя в своей душе. Вот что я имею в виду. Толстой женился на девушке, которую очень горячо любил. Они были так счастливы вместе, что часто становились на колени и молили Бога, чтобы состояние божественного блаженства не покидало их всю жизнь. Но жена его оказалась ревнивой от природы. Она часто одевалась в крестьянскую одежду и следила за каждым шагом своего мужа. Она устраивала ему бурные сцены ревности. Однажды она схватила ружье и выстрелила в фотографию своей собственной дочери. Она каталась по полу, прикладывая к губам ампулу с опиумом, и угрожала, что покончит жизнь самоубийством. Дети убегали и в ужасе кричали. А что же делал Толстой? Признаюсь, я не осуждаю его за то, что в гневе он ломал мебель: он был доведен до такого состояния. Но он делал вещи гораздо худшие. Он вел дневник! И в этом дневнике во всем; обвинял свою жену! Это была его «дудочка». Он, вероятно, хотел, чтобы потомки сочувствовали ему и во всем винили его жену. А как же вела себя его жена в ответ на это? Она вырывала страницы из этого дневника и сжигала их. Она начала вести свой дневник, в котором изображала Толстого злодеем. Она даже написала роман, названный «Чья вина», в котором представила своего мужа домашним тираном, а себя его жертвой.

И чем же все кончилось? Почему эти два человека превратили свой дом в то, что сам Толстой назвал «сумасшедшим домом»? Очевидно, на это существует несколько причин. Одной из причин было их страстное желание произвести впечатление на вас и на меня. Да, мы — потомки мнения которых их так волновало! Нам и дела нет, кто из них был виноват, а кто прав. Мы настолько поглощены своими собственными проблемами, что у нас нет ни минуты подумать о Толстых. Какую же цену эти два несчастных человека заплатили за свою «дудочку»? 50 лет жизни в настоящем аду — только потому, что ни у одного из них не хватило здравого смысла сказать «стоп!» Ни один из них не догадался предложить другому: «Давай немедленно поставим ограничитель на это. Мы губим нашу жизнь. Давай скажем: „Достаточно!“»

Теперь я расскажу, что произошло с моим учеником Фрэнком Дж. Уэйли. У него было нервное потрясение. Что оно принесло? Беспокойство. Вот его история: «Я беспокоился обо всем на свете; я переживал, что выгляжу слишком худым; мне казалось, что я теряю волосы, что у меня никогда не будет достаточно денег, чтобы жениться, что я никогда не смогу стать хорошим отцом; я боялся, что потеряю девушку, на которой собирался жениться. Жизнь казалась неудавшейся. Я не мог больше работать. Нагнетая такое напряжение в своей душе, я сам стал казаться паровым котлом без защитного клапана.

Напряжение стало настолько невыносимым, что моя психика окончательно вышла из строя. Если вы никогда в жизни не испытывали нервного потрясения, дай вам Бог никогда его не испытать. Ведь никакая физическая боль не сравнится с агонией нервов. Моя нервная система была настолько подорвана, что я не мог говорить даже со своими домочадцами. Я потерял контроль над своими мыслями и был полон страха. У меня появилось желание броситься в реку и окончить там свои страдания.

Вместо этого я решил отправиться путешествовать во Флориду, надеясь, что перемена обстановки поможет мне. Когда я сел на поезд, отец

вручил мне письмо и просил не распечатывать его до прибытия во Флориду. Я приехал туда в самый разгар туристического сезона и много времени проводил на пляже. Однако чувствовал себя еще более несчастным, чем дома. Наконец я распечатал письмо отца и прочитал его. Вот оно: «Сын, ты сейчас находишься на расстоянии 1500 миль от дома, но не чувствуешь себя лучше, не правда ли? Я знал, что во время путешествия состояние твоей души не изменится, потому что ты взял с собой единственную причину всех твоих беспокойств — себя самого. Ты совершенно здоровый человек, ведь нет никаких нарушений ни в твоём теле, ни в твоей психике. Виноваты не обстоятельства, которые довели тебя до отчаяния; в корне неправильно то, что ты думаешь об этих обстоятельствах».

Человек есть то, что он думает, что он чувствует в своей душе. Когда ты поймешь это, сын, возвращайся домой. Только тогда ты можешь считать себя вылеченным».

Письмо отца рассердило меня. Я искал сочувствия, а не поучений. Я был настолько взбешен, что решил никогда в жизни не возвращаться домой.

В тот вечер, гуляя по одной из улиц Майами, я подошел к церкви, где проходило богослужение. Мне было некуда идти, я зашел в церковь и прислушался к словам молитвы: «Тот, кто способен покорить свой дух, **более могуч, чем тот, кто покоряет города**».

В Божьем храме я услышал мысль, высказанную в письме отца, и впервые в жизни почувствовал себя в состоянии мыслить ясно и логично. Я понял, как глупо вел себя в прошлом и был потрясен, увидев себя в действительности. Я пытался изменить весь мир и все человечество, когда изменить требовалось лишь одно — свое умонастроение. На следующее утро я отправился домой.

Через неделю я вышел на работу. Четыре месяца спустя женился на девушке, которую все время боялся потерять. Сейчас мы с ней очень счастливы, у нас пятеро детей. Жизнь перестала быть для меня тяжким бременем. Я уверен, что оценил подлинные ее ценности. Когда подползают неприятности (а они бывают в жизни каждого человека), я приказываю себе сохранять покой в душе и мыслях. И говорю, что все будет о'кэй».

Однако, есть случаи, когда беспокойства приносят не зло, а добро. Согласно теории Ницше сверхчеловек должен не только стойко выдерживать трудности, но и испытывать удовлетворение в процессе их преодоления. Подкреплением этой точки зрения могут служить такие примеры. Если бы Чайковский не был несчастен и почти доведен до самоубийства в результате трагического брака, если бы его жизнь не была так печальна, возможно он никогда бы не создал бессмертную «Патетическую симфонию». Если бы жизнь Достоевского и Толстого не была так изломана может быть они никогда бы не написали свои бессмертные романы

А сейчас обратимся к философии Лоуэлла Томаса. Я недавно провел субботу и воскресенье у него на ферме и заметил, что на стене его студии висит плакат со словами из Псалма СХVIII, вставленный в рамку: «Это день, который подарил нам Бог, так будем же наслаждаться им **и с радостью примем его**».

Если вы хотите избежать беспокойства, необходимо следовать некоторым правилам. Вот они.

Правило 1. Живите в отсеке сегодняшнего. Не тревожьтесь о будущем. Живите спокойно до отхода ко сну.

Правило 2. Если беда крадется за вами и настигает вас за углом,
а) спросите себя: что может быть самым худшим, если я не смогу решить свою проблему?

б) мысленно подготовьте себя к принятию самого худшего в случае необходимости;

с) попытайтесь спокойно продумать меры по улучшению ситуации, с которой вы мысленно примирились, как с неизбежностью.

Правило 3. Помните о невосполнимом вреде, который беспокойство наносит вашему здоровью. Бизнесмены, которые не умеют бороться с беспокойством, умирают молодыми.

Прекрасный способ победы над беспокойством

Как мои мать и отец преодолели беспокойство

Я уже говорил, что родился и вырос на ферме в штате Миссури. Как и большинству фермеров того времени, моим родителям приходилось нелегко. Мать работала учительницей в школе, а отец нанимался подручным к другим фермерам за 12 долларов в месяц. Мама сама шила одежду и делала мыло, которым мы стирали наши вещи.

У нас очень редко появлялись деньги — это случалось только раз в году, когда мы продавали свиней. Мы сдавали масло и яйца в бакалейную лавку в обмен на муку, сахар и кофе. До 12 лет у меня никогда не было даже 50 центов в год, которые я мог бы потратить на себя. В моей памяти навсегда остался день 14 июля, когда отец торжественно выдал мне 10 центов и разрешил потратить их по моему желанию. Мне казалось, что я внезапно овладел всеми богатствами индейцев.

Я ходил в деревенскую школу, в которой был всего один класс. Она находилась на расстоянии целой мили от дома. Приходилось идти по глубокому снегу, иногда термометр опускался до 28 градусов мороза. До 14 лет у меня не было ни галош, ни ботинок, а зимы были длинными и холодными. Я и не мечтал о том, чтобы ходить в сухой и теплой обуви.

Родители трудились как рабы по 16 часов в сутки, однако нас постоянно преследовали долги. Фортуна никогда не улыбалась нам. Когда я вспоминаю свое детство, в памяти встают потоки воды от разлившейся реки, смывающие все на своем пути. Эти потоки мчались по полям, где росли пшеница и кормовые травы, и уничтожали наш урожай. Это повторялось шесть лет. Наши свиньи каждый год погибали от холеры, и мы сжигали их. Я закрываю глаза, и мне кажется, что я чувствую едкий запах горячей свиной плоти.

А однажды случилось чудо — река не разлилась. Мы собрали большой урожай и купили поросят. Но цены на свиней упали, и мы снова оказались в убытке. Мы получили только на 30 долларов больше, чем потратили на закупку. Но ведь целый год мы кормили животных, и они набрали большой вес. И все это за 30 долларов!

Что бы мы не предпринимали, мы теряли деньги. Я еще помню жеребцов, купленных отцом. Мы кормили их три года, нанимали людей, которые их объезжали, но опять все кончилось печально. Жеребцов продали за сумму даже меньшую той, которую заплатили за них три года назад.

Десять лет тяжелого изнурительного труда оставили нас без средств в существованию. Мы заложили ферму и, как ни старались, не могли

даже выплачивать проценты по закладной. В банке, где хранилась закладная, бранили и оскорбляли отца, угрожали отнять у него ферму. Отцу было 47 лет. За 30 лет тяжелого труда он получил только долги и унижения. Это было свыше его сил. Он нервничал и тревожился. Его здоровье было подорвано. Он потерял аппетит. Несмотря на тяжелую физическую работу, ему приходилось пить лекарства, чтобы вызвать аппетит. Он худел. Врач сказал матери, что через полгода его не станет. Отец и сам не хотел больше жить. Мама рассказывала, что она боялась, подойдя к сараю, обнаружить его безжизненное тело, болтающееся на конце веревки.

Однажды отец возвращался домой из города, где банкир угрожал ему закрыть закладную. Проезжая по мосту через реку, он остановил лошадей, слез с тележки и некоторое время стоял, глядя на воду. Он размышлял о том, стоит ли броситься в воду и покончить со всем раз и навсегда.

Много лет спустя отец признался мне, что его спасла от самоубийства глубокая, всеобъемлющая и радостная вера нашей матери в то, что если человек любит Бога и выполняет его заповеди, у него все должно быть хорошо. Мама оказалась права. В конце концов у нас все наладилось. Отец прожил еще 42 счастливых года и умер в возрасте 89 лет. В те тяжелые годы борьбы и душевной боли мама никогда не унывала. Она делилась с Богом всеми своими печальями. Каждый вечер перед сном мама читала главу из Библии; часто мои родители повторяли чудесные слова Иисуса: «В царстве моего отца множество дворцов... Я пойду и приготовлю для вас место ... вы будете там, где я буду...». Потом мы становились на колени и молились в светлой надежде обрести любовь и защиту Бога.

Уильям Джеймс, профессор философии Гарвардского университета, говорил: «От тревоги может спасти только религиозная вера». Чтобы понять это, не обязательно заканчивать Гарвард. Моя мать поняла это, живя на ферме. Никакие наводнения, долги и несчастья не могли сломить ее радостную, лучезарную, непобедимую веру. Я и сейчас слышу ее звонкий голос, поющий во время работы: «Покой, покой, чудесный покой, исходящий от отца небесного, глядящего на меня сверху, коснись моей души, когда я обращаюсь в молитве к бездонному морю любви». Мама хотела, чтобы я посвятил свою жизнь религиозной деятельности. Я серьезно думал о карьере заграничного миссионера. Затем мои планы изменились. Я изучал биологию, технику, философию и различные религиозные учения. Читая книги об истории создания Библии, я начал подвергать сомнениям многие утверждения, приведенные в ней, стал критически относиться к тому, чему нас учили деревенские проповедники. И оказался в тупике. Я не знал, чему верить, я не видел смысла в жизни. Я перестал молиться Богу и стал агностиком. Жизнь стала казаться бессмысленной и бесцельной. Я презрительно смеялся над идеей о всемогущем Боге, который создал человека по своему образу и подобию.

Фрэнсис Бэкон был прав, когда говорил: «Поверхностные размышления располагают ум человека к атеизму, но глубокая философия приводит человеческие умы к религии». Я помню время, когда люди спорили о противоречии между наукой и религией. Это время уже прошло. Психиатрия, новейшая из наук, учит нас тому же, чему учил Иисус Христос. Потому что психиатры понимают, что молитва и твердая религиозная вера уничтожают беспокойство, тревоги, напряжение и страхи,

вызывающие больше половины всех наших заболеваний. Они знают, что у людей, которые по-настоящему религиозны, никогда не бывает неврозов.

Итак, я снова обратился к Богу. Я духовно вырос и пришел к новому пониманию религии. Меня несколько не интересуют различия в вероучениях, которые разделяют церкви. Но я глубоко заинтересован в том, что религия вносит в мою жизнь, точно так же как меня интересует, что дают мне электричество, здоровая пища и вода. Они помогают мне жить более богатой, полной и счастливой жизнью. Но религия приносит гораздо больше. Она вносит в мою жизнь новые духовные ценности. Она дает мне веру, надежду и мужество. Она уносит прочь напряжение, тревоги, страхи, беспокойство. Она вносит в мое существование цель и делает меня намного счастливее.

Без религиозной веры жизнь кажется бессмысленной. Она превращается в трагический фарс. Я беседовал с Генри Фордом за несколько лет до его смерти. Мне казалось, что я увижу человека, на котором сказались напряжение многих лет, посвященных созданию и управлению одним из самых гигантских предприятий в мире. Однако с удивлением я увидел спокойного, довольного и безмятежного человека 78 лет. Когда я спросил, беспокоился ли он когда-нибудь в своей жизни, Форд ответил мне: «Нет. Я верю, что Бог управляет всеми нашими делами, а он не нуждается в моем совете. Действуя под руководством Бога, я всегда верю, что в конце концов все сложится наилучшим образом. Так о чем же беспокоиться?»

В наше время даже психиатры часто становятся евангелистами. Они призывают нас обратиться к религии не для того, чтобы избежать муки ада на том свете, а чтобы предотвратить наши адские муки на этом свете, чтобы избавить нас от язвы желудка, грудной жабы, нервных потрясений и сумасшествия.

В самом деле, христианская религия вдохновляет человека и исцеляет его от болезней. Иисус говорил: «Я пришел в этот мир, чтобы дать вам жизнь, полную радости...» Иисус осуждал и разрушал скучные церемонии и мертвые ритуалы, которые считались религией в его время. Он был бунтовщиком. Он проповедовал новый вид религии. Его религия угрожала уничтожить старый мир. Вот почему он был распят.

Иисус считал, что религия должна существовать для человека, а не человек для религии. Он говорил, что Суббота дана для блага человека, а не для того, чтобы притеснять его. Он считал страх более опасным, чем грех: «ложный страх есть грех». Потому что он разрушает наше здоровье, убивает богатую, счастливую и мужественную жизнь. Иисус был учителем науки радости. Он призывал своих учеников «веселиться и радоваться от всего сердца». Христос провозгласил два основных принципа религии: любовь к Богу от всего сердца и любовь к ближнему, как самому себе.

Обращение к Богу помогает человеку преодолеть один из самых тяжелых грехов — желание покончить жизнь самоубийством. Когда я слышу, что кто-то готов убить себя, мне хочется крикнуть: «Не смейте! Остановитесь! Самые мрачные моменты, которые мы переживаем в жизни, могут длиться лишь недолго — а затем наступает будущее...»

В среднем каждые 35 мин. в Соединенных Штатах совершается самоубийство, через 120 секунд кто-нибудь сходит с ума. Большинство самоубийств и, по всей вероятности, многие трагедия, приводящие к сума-

«шествию, можно было бы предотвратить, если бы люди обрели утешение и покой, которые можно найти в религии и в молитве.

Один из самых выдающихся психиатров нашего времени д-р Карл Юнг писая в своей книге «Современный человек в поисках душевного спокойствия»: «В течение последних 30 лет со мной консультировались люди, приехавшие из всех цивилизованных стран мира. Я лечил сотни пациентов. Среди больных, вступивших во вторую половину жизни (старше 35 лет), не было ни одного человека, чьи проблемы в конечном итоге не решались бы на основе усвоения религиозного мировоззрения. Я могу с уверенностью сказать, что каждый из них заболел в результате потери жизненного стимула, который обретали последователи той или иной религиозной веры во все века, и ни один из моих больных не смог бы окончательно вылечиться, если бы не выработал у себя религиозное отношение к жизни».

Один из самых великих религиозных деятелей Индии со времен Будды, Махатма, Ганди писал: «Без молитвы я давно уже стал бы сумасшедшим».

За последние шесть лет работы над этой книгой я собрал сотни примеров того, как мужчины и женщины преодолели страхи и беспокойство благодаря молитве. В моем секретере хранятся толстые папки с материалами, знакомящими с историей жизни многих людей. Вот еще одна история. Ее поведал мне продавец книг Джон Р. Энтони: «Двадцать два года назад я открыл свою частную юридическую контору и стал представителем крупной американской фирмы по торговле юридическими книгами. Моя работа заключалась в продаже комплектов книг по юриспруденции. Я тщательно готовился к этой работе. Я знал, как говорить с покупателями и дать убедительные ответы на любые возможные возражения. Прежде чем обратиться к тому или иному предполагаемому клиенту, я стремился узнать, какова его должность, ознакомиться с характером его деятельности, с его политическими взглядами и любимыми занятиями. Я искусно использовал эту информацию во время беседы с ним. Однако чего-то явно недоставало! Мне никак не удавалось получить заказы! Это очень меня огорчало. Проходили дни и недели, я удвоил свои усилия, и еще удвоил, но удача не сопутствовала мне.

Тогда мною овладел страх. Я боялся подходить к клиентам. В волнении я бродил вокруг квартала, где жил мой клиент. Наконец, потеряв много ценного времени и нервов, я подходил к двери конторы и дрожащей рукой робко открывал дверь, втайне надеясь, что моего клиента не будет на месте! Дошло до того, что управляющий фирмы угрожал не продвигать меня по службе, если я не получу больше заказов. Дома моя жена умоляла дать ей деньги, чтобы оплатить счета в бакалейной лавке. Я должен был содержать ее и троих детей. Меня охватила паника.

Измученный и истерзанный, я не знал, куда мне обратиться. Мне было безразлично, жив я или умер. Мне хотелось бы никогда не родиться... Я понял, почему люди, доведенные до отчаяния, открывают окна в отелях и бросаются вниз. Я мог бы сделать то же самое, если бы имел мужество. Так как мне было не к кому обратиться, я обратился к Богу. Я начал молиться. Я молил Всевышнего дать моей душе свет, понимание и руководство в жизни; я зывал к нему, чтобы он развеял зловещую темную мглу отчаяния, нависшую над моей судьбой. Я открыл Библию и прочитал прекрасные бессмертные слова Иисуса: «Не тревожьтесь о своей жизни, не беспокойтесь о том, что вы будете есть, пить и одевать на свое тело. Разве жизнь не значит больше, чем ваша пища, разве ваше

тело не важнее, чем одежда" на нем? Живите, как птицы небесные; ведь они не сеют, не жнут и не собирают зерно в амбары; однако Отец Небесный кормит их. Разве вы намного лучше, чем они?... Прежде всего стремитесь к царству Божьему и его вечной справедливости; и все воздастся вам...»

Я молился и читал эти слова, и вдруг случилось чудо: мое нервное напряжение рассеялось. Исчезли тревоги, я обрел мужество, надежду и непобедимую веру.

На следующее утро я едва дождался, пока открылись конторы моих предполагаемых клиентов. Я вошел к первому клиенту смело и весело, с высоко поднятой головой. На моем лице было написано чувство собственного достоинства и уверенность в себе. Клиент встал со стула и протянул мне руку для приветствия. „Я рад видеть вас“, — сказал он и пригласил меня сесть. В тот день я получил больше заказов на продажу книг, чем за все предыдущие недели».

Я знаю мужчин, которые считают, что религия нужна лишь женщинам, детям и проповедникам. Они гордятся тем, что они — настоящие мужчины, способные бороться в одиночку. С каким удивлением они бы узнали, что многие из самых знаменитых «настоящих мужчин» в мире молятся каждый день. Например, «настоящий мужчина» Джек Демпси сказал мне, что он никогда не идет спать, не помолившись Богу. Ни одна его трапеза не обходится без молитвы, в которой он выражает свою благодарность Богу за дарованную ему пищу. Когда он тренировался и готовился к состязанию по боксу, он молился каждый день. Во время турниров он повторял молитвы перед каждым раундом, перед тем как звенел звонок. «Молитва, — сказал он, — вселяла в меня мужество и уверенность в себе». «Настоящий мужчина» Эдвард Р. Стеттиниус, бывший крупный чиновник «Дженерал Моторс» и «Юнайтед Стойтс Стил» и секретарь штата рассказал мне, что он молился каждый вечер и каждое утро, чтобы им всегда руководили мудрость и направляющая рука Бога. «Настоящий мужчина» Дж. Пьерпонт Морган, самый великий финансист века, часто приходил один в церковь Святой Троицы, в субботний полдень, и молился, стоя на коленях. Когда «настоящий мужчина» Эйзенхауэр вылетал в Англию, чтобы возглавить верховное командование британскими и американскими вооруженными силами, он взял с собой на самолет только одну книгу — Библию. «Настоящий мужчина» генерал Марк Кларк рассказал мне, что во время войны он каждый день читал Библию я становился на колени, молясь Богу. Так вели себя Чан Кай-Ши и генерал Монтгомери, так же поступал и лорд Нельсон, чей памятник установлен на Трафальгарской площади. Генерал Вашингтон, Роберт Б. Ли, Стсуноволл Джексон и десятки других великих военных деятелей поступали точно так же.

Если мы испытываем тревогу и беспокойство, почему не обратиться к Богу? Может быть, для нас имеет смысл, как сказал Иммануил Кант, «принять веру в Бога, потому что мы нуждаемся в такой вере»? Может быть вам следует «связать себя с неисчерпаемой движущей силой, приводящей в движение всю Вселенную»? Даже если вы далеки от религии по своей натуре и воспитанию, даже если вы — безнадежный скептик, молитва может помочь вам намного больше, чем вы думаете, ибо через нее человек осуществляет три основные психологические потребности, свойственные всем людям, независимо от того, верят они в Бога или нет:

1. Молитва помогает нам выразить в словах именно то, что беспокоит вас. Ведь почти невозможно решить проблему, если она остается не-

ясной и расплывчатой. Процесс молитвы чем-то напоминает записывание наших проблем на бумаге. Если мы кого-то просим помочь нам решить ту или иную проблему, мы должны выразить свои мысли с помощью слов.

2. Благодаря молитве мы чувствуем, что кто-то делит с нами наше бремя, что мы не одиноки. Лишь немногие из нас настолько сильны, чтобы испытывать мучительные страдания в одиночестве. Порой наши тревоги настолько сокровенны, что мы не можем обсуждать их даже с самыми близкими родственниками или друзьями. И тогда на помощь приходит молитва. Любой психиатр скажет, что когда мы скованы, напряжены, и у нас болит душа, для нашего здоровья полезно, чтобы мы кому-нибудь рассказали о том, что нас беспокоит. Если нам не к кому обратиться, мы можем всегда обратиться к Богу.

3. Молитва стимулирует активный принцип созидания, свойственный человеку. Это первый шаг к действию. Я сомневаюсь, что человек, который **ежедневно молится** об исполнении своего желания, не будет вознагражден — другими словами, он начнет действовать, чтобы оно осуществилось. Всемирно известный ученый сказал: «Молитва — самая мощная форма энергии, создаваемая человеком». Так зачем же отказываться от ее использования? Вы можете ее назвать Богом, Аллахом или Духом. Стоит ли нам ссориться из-за названия, когда таинственные силы природы оказывают нам покровительство?

А сейчас закройте книгу, пройдите в спальню, плотно закройте дверь, станьте на колени и отведите душу.