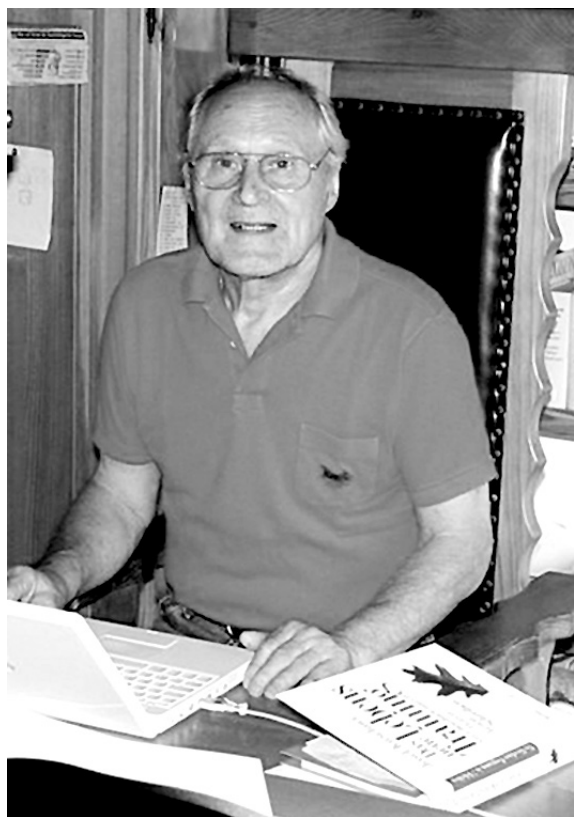




Й О З Е Ф К И Р Ш Н Е Р

*На родителите ми, на жена ми, на децата ми
и на малкото приятели, които имам*

Й о з е ф К и р ш н е р

СЪДЪРЖАНИЕ

Не егоизъм, а себепознание	12
Защо е по-добре да си егоист, вместо да очакваш винаги помощ от другите	15
Няколко указания за това как да извлечете най-доброто от тази книга	18

1

Всеки е егоист, но малцина владееят изкуството да живеят живота, който искат да живеят	25
1. Да водим живота, който искаме да живеем	27
2. Да живеем живота, който се харесва на другите	28
Шестте най-силни пречки в нас самите, които затрудняват пътя към пълното ни саморазгръщане	30
1. Прехвърляме отговорността за себе си върху другите, вместо да я носим сами	32
2. Ние вярваме повече на другите, отколкото на себе си, понеже сами не знаем кое е правилно за нас	35
4. Липсва ни готовност да защитаваме правото си на щастие и себеосъществяване	39
5. Ние оставяме да закърнее най-силното ни оръжие, което би ни освободило от зависимостта: фантазията	41
6. Неспособността да вършим важните неща и да се откажем с леко сърце от маловажните	43
Вълнуващото приключение да вземем в собствени ръце живота си и да не сме зависими вече от другите	46

2

Как душевното напрежение и фантазията решават дали ще изпълним някое свое желание, или ще го потиснем в зародиш	53
Какви последствия може да има задоволяването със заместители	60
Как с едно просто решение 43-годишна жена превръща монотонния си живот в голямо приключение	65
Пет съзнателни стъпки водят от желанието до изпълнението му и ни осигуряват удовлетворение	69

3

Как всички се стремят към сигурност и вътрешна опора, но малцина ги намират	79
Предимството да притежаваме стратегия, през която да филтрираме всекидневието	86
Четири решавачи етапа в търсенето на единствено правилната за нас програма	92

4

Правилото да мислим винаги първо за себе си и едва след това за другите	107
Как да направим най-доброто от това, което имаме, вместо непрекъснато да се стремим към нещо ново	112
Принципът да поемаме сами отговорността за всичко, което правим	116
Принципът да настроим другите спрямо себе си, вместо винаги да се съобразяваме само с тях	124
Стратегията не е пенкилер, но ни дава най-голямата възможна сигурност за преодоляването на всички проблеми	129

5

Главната причина, поради която толкова много хора стават зависими за цял живот от принудата да увеличават постиженията си	135
Как група хора се решиха да оценят ползата от своите постижения по-високо от спечеления престиж	140
Защо толкова много жени подтикват мъжете си към все повече постижения и какво се получава, когато мъжете оценяват престижа си по-високо от щастието на своето семейство	152

6

Всеки човек има своя територия. Ако не я защитава, другите постепенно я завладяват	165
Метод на подчиняването	168
Метод на подкупването	171
Метод на изкушаването	174
Как състраданието се превърна в омраза само защото една жена не можеше да каже „не“	176
Двете най-важни предпоставки за успешна защита на личната територия	182
Защо голямата и вечна любов твърде често завършва с огромно разочарование	188
Трите най-важни момента от защитата на нашата територия	193
Един практически пример за това как другите ни обсебват, ако не сме нащрек	203

7

„Правя това, което ми доставя удоволствие. Ето защо всичко, което правя, ми носи радост!“	211
Нищо не би трябвало да ни възпира да извличаме от работата си нещо повече от пари и престиж	216

Защо е необходимо да се сприятелим с нещата, от които най-много се страхуваме	219
Защо е толкова важно да се възползваме от естествения ход на нещата, вместо да се борим срещу него	223
Защо никой не може да ви спести важните поуки от живота, все едно дали това ви харесва, или не	229

8

Защо е необходимо да различаваме важно от маловажно и да съобразяваме с това своите решения	237
Защо е по-добре да се избавите от десет ненужни приятели, отколко да спечелите един нов	241
Нищо не би трябвало да ни възпира да имаме определено отношение към всички важни неща в своя живот и да развием собствени ценностни критерии	247
Уреди гребните проблеми и големите ще се разрешат от само себе си	252
Всяко нещо с времето си. Всяко нещо иска време. Който следва това правило, се справя по-лесно с живота	257

9

Стратегията на малките стъпки към достигането на голямата цел	267
Който надценява силата на волята, не познава възможностите на търпеливото постоянство	271
Защо нямаме основания да уважаваме повече другите, отколкото себе си	276
Послесов	285

Не егоизъм, а себепознание

Проф. д-р Марко Семов*

Сигурно тази книга ще се натъкне на съпротива. Самото ѝ заглавие я предизвиква. Човек е роден малко или много да бъде егоист, но много рядко – да си го признава. А авторът на „Изкуството да бъдеш егоист“ ни казва, че не само да си го признаем на висок глас, но и да се усъвършенствуваме в тази насока.

Йозеф Куршнер сякаш иска да ни каже: „Забравете всичко, научено досега! Слушайте мен!“. Дръзко самочувствие, нали? Колко души могат да го кажат? Но по-важно е: колко души ще му повярват? А човек за какво пише една книга, ако не му вярват. Още повече, когато авторът не хитрува, а от самото начало изповядва почти скандалното си веруие: „Рождено право на всеки от нас е да се грижи преди всичко за себе си и после за другите“.

* Проф. д-р Марко Семов е един от най-изтъкнатите ни публицисти, автор на няколко нашумели публицистични и пътеписни книги, сред които се откроява бестселърът „За Япония, като за Япония“.



Това е книга с прости истини и големи предизвикателства – ръководство по себеосъществяване напук на безброй условности, които ни спъват на всяка крачка. Разбира се, тя никому няма да донесе щастие наготово. Всеки трябва да знае цената и да се научи винаги да си плаща за прекрасното усещане да останеш верен на себе си. Но безспорно с книгата на Кишнер човек може да направи крачка към едно по-открито самопознание, към по-голяма вътрешна свобода и по-развито чувство за отговорност. А не са ли свободата и отговорността част от човешкото щастие, доколкото го има...

Право на читателя е да се съгласи или не със заглавието на книгата, но приеме ли предизвикателството, зачете ли веднъж, няма начин да не стигне до края. А въпросите няма да го оставят на мира и пак ще започне да разлиства, да се връща към отделни страници, да премисля отговорите...

Една книга докара ли я дотам – да посегнеш втори път към прочетеното – свършила си е работата! Защото Йозеф Кишнер може да не те е научил на „изкуството да бъдеш егоист“, но ти е посочил няколко азбучни и съвсем нееготистични истини и правила от изкуството да бъдеш такъв, какъвто си:

- Освободи се от излишните връзки, които много ти вземат, а малко или нищо не ти дават.
- Научи се да бъдеш отговорен пред себе си, тогава ще бъдеш отговорен и пред онези, на които гържиш!
- Уважавай се сам и пази достойнството си, ако искаш да те уважават другите и да се съобразяват с твоето достойнство.

- Отделяй главното от второстепенното и планина от грижи ще падне от теб.
- Намери центъра на тежестта си, открий вътрешната си опора и вече си силен.
- Не искай да се харесваш на всички, защото, когато всеки те харесва, никой не те харесва истински.
И тъй нататък...

Наистина тази книга учи не на егоизъм, а на житейско себепознание и лична отговорност. Заглавието си е чиста провокация на автора! Нека му позволим това право. Но нека и българският читател, който страда от скрупули, предразсъдъци и семейни обременености – не се безпокои.

Книгата на Киршнер ще ни помогне да култивираме нашия първичен байганьовски инстинкт за себеизява, за да станем по-цивилизовани и повече европейци в отстояването на себе си, без да преставаме да бъдем българи!

Затова съм сигурен, че може с едно или друго в книгата читателят да не е съгласен, но той в никакъв случай няма да ме прокълне, защото горещо съм му я препоръчал.



Защо е по-добре да си егоист, вместо да очакваш винаги помощ от другите

Живеем във времето на големите обещания, които не се спазват. Както никога досега множество хора и институции ни гарантират помощта си и ни изоставят на произвола на съдбата, когато действително се нуждаем от тях.

Дори само една малка част от обещанията да беше изпълнена, всички ние отдавна вече щяхме да живеем щастливо и безметежно. При повечето хора обаче не е така. Защо ли? Защото непрекъснато чакат някой да гоиде и да им помогне.

Тези хора не са разбрали, че всички ние сме егоисти. Те не разбират правилата на играта, които регулират съвместния ни живот.

А ето какви са те:

- Всеки е най-ближен на самия себе си. Особено онези, които твърдят, че се чувстват отговорни за нас.
- Всички постоянно се опитват да използват другите в своя изгода. Към тях спадат и хората, които са ни особено близки.

- Който разчита на обещанията на околните, става зависим от тях.
- Който сам не знае какво действително иска да постигне в живота, никога няма да се справи с проблемите, които му поднася всекидневен същият този живот.
- Нищо в живота не се получава даром. Всичко, което искаме да постигнем, си има цена и всеки от нас трябва да я заплати.

Макар всички ние да сме егоисти, малцина са съумели да развият по най-благоприятния начин тази своя особеност. Повечето хора се вкопчват във фиксидеята, че този свят се владее от любовта и приятелството, от честността и почтеността, разбирателството и взаимното уважение. Самата мисъл – да се грижим преди всичко за самите себе си и едва след това за другите – е достатъчна, за да събуди у мнозина чувство за вина.

Те казват: „Докъде щяхме да стигнем, ако всички хора бяха егоисти?“. Ето какъв е отговорът: „Ако всеки се грижеше повече за самия себе си, отколкото за другите, щеше да има много по-малко нещастни хора“.

С положителност щяха да бъдат по-малко хората, които пилеят времето си, търсейки начин да прехвърлят отговорността за собствената си незадоволеност на другите. Не е необходимо да се съжаляват такива хора. Те сами са виновни за всичко, което ги сполетява.

Който не е готов да се справи сам с живота си и да зачитава с нокти и зъби личното си щастие срещу всички, които искат да му попречат, няма ни най-малък шанс да получи удовлетворение от същия този живот.



Каквото и да се говори за необходимостта да се приспособяваме към околните, то не трябва да ни затваря очите за това, че единствено самите ние сме отговорни за себе си. Възможно е известно време да ни задоволява да влагаме идеите, цялата си работоспособност и амбиции в цели, които другите са определили. Когато обаче нямаме какво повече да дадем, никой няма да се погрижи за нас.

Затова е право на всеки отделен човек да осъзнае собствените си желания и цели, истинските си потребности и радости и да ги осъществява всекидневно. За да не се наложи някога да каже: „Живях, но това не беше моят живот“.

Няколко указания за това, как да извлечете най-доброто от тази книга

Изкуството да бъдеш егоист не се преподава в никое училище, в никой университет или пък вечерни курсове. Това съвсем не е случайност. Причината е, че никой в действителност няма интерес да превърне другите в независими и мислещи сами за себе си хора. Понеже, който не знае какво иска да постигне в живота, е благодарна жертва за другите, които искат да го използват. А тъкмо това възнамеряват всички около нас.

Ето защо не трябва да ви удивлява, когато при осъществяването на някои от съдържащите се в тази книга указания се натъкнете на трудности сред околните. На следващите страници има и достатъчно идеи как всеки може да превърне възникналите препятствия в предимства.

Който обаче живее за това, да бъде обичан от всички, ще остане разочарован. Той не си е купил книгата, която му е необходима. Тази едва ли ще му помогне по някакъв начин. Освен в случай че промени мнението си, докато я изучава.

Трябва също да се каже, че изкуството да бъдеш егоист не се основава на никакви теоретични или научни



познания. То по-скоро е резултат на опита, който всеки от нас, независимо кой и какъв е, събира сам в своя живот.

Недостатък на много хора обаче е, че не използват своя опит, колкото и болезнен да е той, за по-нататъшния си живот. По това те си приличат с милиони други. Включително и с хората, управляващи този свят.

На следващите страници ще откриете много случаи и прозрения, примери и умозаключения, които трябва да служат само на една цел: да вземете от предложено то онова, което може да ви помогне. Не искам да ви подвеждам да приемете безкритично всичко само защото на някой друг то се вижда правилно. Трябва да го приспособите към себе си и да го приложите на практика. И то не някога в бъдеще, а по възможност веднага. Дори ако е възможно още утре.

Това указание е важно, понеже в живота ни нищо, абсолютно нищо не би могло да се промени, ако не приложим на практика своя опит, и то без отлагане. Недостатъкът на немалко добри научни постижения и теории е, че те така дълго се обсъждат, подлагат на съмнение и оборват, додето най-сетне загубят всякаква практическа стойност.

Ако тази книга притежава някаква ценност, то тя е по-скоро в това да ви подтикне към действие, а не толкова да обогати знанията ви с още няколко мъдри съвета. Трябва да се спомене, че тя се предхожда от друга една със заглавие „Да манипулираме, но правилно“. Нейна цел преди всичко беше да окуражи читателите в прилагането на манипулативните методи, на които непрекъснато са подложени, за осъществяването на собствените им цели.

В известен смисъл „Изкуството да бъдеш егоист“ е допълнение към това намерение. Тук обаче става дума не да повлияваме на другите, а на самите себе си.

Към постоянните изисквания, които се отправят към нас, спадат и онези подробни рецепти за правилното ни въграждане в общността. Те всички очакват от нас да предадем част от индивидуалността си и да оставим да ни обсебят другите. Сякаш околните отдавна вече не са ни обсебили достатъчно.

Тук ще стане дума в подробности за това как да се спасим от чуждите попълзновения, когато те не са изгодни за нас. Подробно се описват и методи за освобождение от зависимост, за да постигнем оптимално самоосъществяване.

Трябва все пак да ви обърна внимание, че не става въпрос само за изучаването на няколко метода. От този, който се занимава сериозно с изкуството да бъде егоист, се изисква повече: разбиране за необходимостта от егоистична нагласа към живота и околните.

Изискването да сме последователни и съзнателни егоисти навярно ще шокира някои читатели. Онова, което другите години наред са ни представяли за погрешно, внезапно се оказва правилно. Тъкмо там са корените на нашето съмнение: *други* са ни казали, че не трябва да бъдем егоисти. По същия начин, по който другите постоянно се опитват да ни убедят в онова, което считат за правилно.

Който съзнава, че е дошло време да се откаже от чуждите критерии за оценка и да си създаде свои, прави решаваща стъпка в разбирането на изкуството да бъдеш егоист.



Напълно е възможно заниманията с това изкуство да доведат до пълна промяна в навиците ви на живот. Който започне веднъж да се занимава интензивно със себе си, ще открие, че това му доставя радост. Самочувствието му ще порасне. Мнението на другите ще загуби своето решаващо значение за него.

Възможно е да се случи също така някой да осъзнае необходимостта от раздяла с досегашната си професия, с някои безполезни приятели, със своя брачен партньор. Или пък че трябва в бъдеще да прави много повече, отколкото преди за своята работа, за отношенията си с хората или за брака си. Каквито и промени да се налагат в живота ви, направете ги, щом смятате, че така е правилно. И не се питайте хиляди пъти дали ще се хареса на другите. Ако постигнете тази нагласа, то това четиво е било полезно за вас. То трябва да ви убеди и изкуши да определяте живота си сами с всички сили и според възможностите си, нищо повече.