

МАЗМҰНЫ

КІРІСПЕ	7
1-ТАРАУ МҰРАТЫҢ АЙҚЫН БОЛСЫН	17
2-ТАРАУ КЕҢ ОЙЛА	51
3-ТАРАУ ДАМЫЛСЫЗ ЖҰМЫС ІСТЕ	81
4-ТАРАУ «САТ, САТ, САТ!»	115
5-ТАРАУ ӘР НӘРСЕНІҢ ЖАҚСЫ ЖАҒЫН КӨРЕ БІЛ	151
6-ТАРАУ АУЫЗДЫ ЕМЕС, КӨЗ БЕН ҚҰЛАҚТЫ ІСКЕ ҚОС	183
7-ТАРАУ АЙНАЛАРЫҢДЫ СЫНДЫР	215
ҚОРЫТЫНДЫ ОРНЫНА	245

КІРІСПЕ

2011 жылы губернатор қызметінен кеттім, арада бір-неше ай өткен соң аспан айналып жерге түскендей бүкіл әлемім өзгерді.

Осыған дейінгі жылдарда да бәрі соншалықты керемет болған жоқ. 2006 жылы сайлауда калифорниялықтардың 57 пайызының дауысымен сайланғаннан кейін, әлемге үлгі болған экологиялық саясатты қабылдап, Калифорния тарихындағы ең ірі инфрақұрылым инвестициясын жасадым. Бұл инвестиция мен кеткеннен кейін де Калифорния көлік жүргізушілеріне, студенттеріне және фермерлеріне қызмет етіп келеді. Осыдан кейінгі екі жарым жылым астанада әлемдік қаржы дағдарысының ортасында өтті, бұл — кір жуатын машинада кірпішпен бірге айналғандай күй. Мұның бәрі әр тараптан соққы алумен тең еді.

2008 жылы дағдарыс басталды. Адамдар бір сәтте өз баспаналарынан айырыла бастады. Біз күн санап экономикалық тұрғыдан құлдырап, үлкен дағдарысты бастан кешірдік. Мұның бәрі дүниеқоңыз бір топ банкирдің

бүкіләлемдік қаржы жүйесін талқандауының салдары еді. Кеше ғана Калифорния бюджетіне рекордтық түсімдердің есебінен қаралы күндерге қорлар аша алатын едім. Ал енді бюджеттің Уолл-стритпен тым тығыз байланысты болуы \$20 миллиард қаржы тапшылығына алып келді де, штат банкрот болуға шақ қалды. Құлдыраудан құтқару үшін заң шығарушы екі партияның басшыларымен бір бөлмеде ұзақ уақыт келіссөздер жүргізгеніміз соншалық, мемлекет бізді ресми түрде отбасы деп атай берсе болар еді.

Бірақ халықтың бұлардың ешбірін тыңдағысы келмеді. Халық тек жәрдемақыларының азайғанын және салықтардың көтерілгенін ғана көрді. Әлемдік қаржы апатын бірде-бір губернатор шеше алмайтынын түсіндіріп беруге болатын-ақ еді. Шындығына келгенде, экономика өскенде сенің ешқандай үлесің болмаса да, барлық мадақ саған келеді, сондықтан экономика құлдырағанда сені жазықты деп санауы әділетті де шығар. Дегенмен бұл — жағымсыз сезім.

Бұрыс түсініп қалып жүрмеңіз, біздің өзіндік жетістіктеріміз де болды. Біз партияларға адамдардың заңды мүдделеріне тыйым салуға, саясаткерлерді көк мылжыңға айналдыруға мүмкіндік берген жүйенің көзін жойдық. Біз экологиялық алға жылжуымызды жоққа шығаруға талпынған мұнай компанияларын жеңдік және одан да қарқынды жұмыс жүргіздік, барлық штатты күн батареяларымен және басқа да жаңартылатын энергия көздерімен жабдықтадық. Бұл — жер шарындағы таза технологиялардың дамуына қосылған дәуірлік үлес!

Бірақ сол онжылдықтың соңында штатты басқарудың қаншалықты озық және революциялық идеялары мен әдістерін білсең де, үйсіз адам «сен неге біздің үйден айырылмауымыз үшін ештеңе жасамадың» деп сұрағанда немесе ата-ана баласының мектеп бюджетін неге қысқартқаныңды, ал жұмысшы неліктен жұмыстан шығып қалғанын сұрағанда, бәрібір өзіңді түкке тұрғысыз сезінесің.

Әрине, жалпыға аян сәтсіздігім тек бұл емес. Спортта да сәтсіздіктерге тап болдым, өтпей қалған фильмдерде рөл сомдадым, жалпы айтқанда, «DJI Dow Jones» өнеркәсіптік индексі сияқты өзімнің сенімділік рейтингімнің құлдырағанын бірінші рет көріп отырған жоқпын.

Бірақ түбегейлі құлдырау әлі бастала қойған жоқ.

Менің әлемімді құртқан қаржылық дағдарыс емес.

Мұны өзім істедім.

Өз отбасымды қираттым. Бұл менің кез келген қайғы-қасіретімнің ең ауыры болып шықты.

Бұл орайда ол жайлы толық қайталап отыруды жөн санамаймын. Бұл туралы бұрын басқа жерлерде айтып бергенімді, оны өзгелер қалай таратқанын сіздер білесіздер. Ал білмесеңіз, «Google» туралы естіген шығарсыз және ақпаратты қалай табу керектігін білесіз. Бір-ақ нәрсені айтқым келеді: мен өз жақындарымды қатты өкпелеттім, олардың жанына жара салдым және олармен қарым-қатынасымды жөнге келтіру үшін, қайтып оралу үшін ұзақ жол жүрдім. Ал енді бұл қарым-қатынасымды өсек-аяңға айналдырғандарын қаламаймын. Дәл сол жылдың соңында өзімді бір мезгілде тым қалыпты

әрі тым бөтен сезіндім. Талай рет төменге құласам да, бұл жолы мен құрдымға толықтай түскенімді түсіндім. Құрдымның түбі түнек, лас еді, енді маған тезірек шешім қабылдау керек болды: өзімді тазартып, еңсемді тіктеуім керек немесе берілуім керек.

Капитолийден кеткеннен кейін жұмыс істеп жатқан кино жобаларым бірден құрдымға кетті. Менің мансабыма негізделген мультсериал* жобасына қалай қуанғанымды білсеңіз ғой. Жарайды, бұл — басқа тақырып. БАҚ мен жайлы жаза бастады. Олардың мен жайлы мақалалары үш актімен ұсынылатын болды: бодибилдер, актёр, губернатор. Барлығы трагедиямен аяқталатын оқиғаларды жақсы көреді, әсіресе бұл трагедиялар танымал адамдарға байланысты болғанда.

Әйтеуір, мен жайлы не оқысаңыз да, бастысы, менің берілмегенімді білетін боларсыз. Оған қоса құрдымнан шығар жолда күтетін қиындықтардан дәмелі болдым. Қиындықтар арқылы көздегеніңе қол жеткізген кезде жетістіктің дәмі де тәтті болады.

Төртінші актіде алдыңғы үшеуі әлемге барынша пайда әкеле алуым үшін бірікті әрі бұған өзім күтпеген дүние де қосылды. Мен әлем бойынша өзімнің бодибилдинг және фитнес жобамды жүз мыңдаған адамға арналған күнделікті фитнес-хабарламамен және «Арнольд

* 2011 жылы жоспарланған, бірақ кейінге қалдырылған «Губернатор» (The Governator) мультсериалы — Арнольд Шварценеггер мен «Marvel» комикстерінің көптеген кейіпкерін шығарған Стэн Лидің бірлескен жобасы. — *Бұл жерде және бұдан әрі ред. ескертпесі.*

спорт фестивалімен» (Arnold Sports Festival) жалғастырып жатырмын. Саясатқа қатысты жобаларымды да жалғастырып келемін: «After-School All-Stars» ұйымында біз АҚШ-тың қырық қаласындағы жүз мың баланы оқытамыз. Шварценеггер мемлекеттік және жаһандық саясат институтында бүкіл АҚШ бойынша өзіміздің саяси реформаларымызды алға жылжытамыз және климаттық жобамда әлем бойынша өз экологиялық бағдарламамызды насихаттаймыз. Ал шоу-бизнесе ше дейсіз бе? Ол осының бәрін қаржыландырады. Үздіксіз фильм түсіретін Голливудтың қарбаласынан демалып шығып, өзім ерекше қызыққан жаңа жанр ретінде телехикаямен оралдым. Өзімнің барлық жобам мен жоспарымды жалғастыра беретінімді білемін. Сондықтан да әрқашан: «Мен ораламын», — деймін. Бірақ бұл жаңа актіде өзім ешқашан күтпеген бір дүние бар. Бұл қандай дүние? Осы құлдырау, сынақтар мен жаңару мені өз-өзіне көмектесе алатын адамның деңгейіне көтерді. Жұмысшылар мен тұтынушыларға арналған мотивациялық баяндамаларым үшін корпорациялар маған бұрынғы президенттерге төлейтін сомаларды бере бастады. Әлдекім осы сөздерімді бейнежазбаға түсіріп, оларды «YouTube»-қа және әлеуметтік желілерге салған, олар кеңінен таралды. Осыдан соң менің жеке аудиториям қалыптасып, адам саны күн санап арта бастады. Түрлі күңгірт тақырыптарға қатысты нақты көзқарастарымды бөліскен сайын не жалпыға ортақ хаос кезінде байыпты пікір білдірген сайын бейнежазбалар одан әрі кеңінен таралды. Адамдарға менен үйренгендері шын мәнінде пайдалы болып

жатқандай көрінді, өйткені маған да өз жолымды бастаған кезде өзімнің үлгі тұтқан адамдарым жайлы ақпараттар, олармен кездесулер көмектесетін. Олардың көпшілігі туралы осы кітаптан оқи аласыздар. Сондықтан әрі қарай осы бағытта әлемге көп жағымды энергия таратып, пайдалы болу үшін барынша қызмет жасадым. Мен қаншалықты көбірек ел алдында сөйлеген сайын, адамдар шынығу залында маған соншалықты жиі келіп, оларға ерекше көмектескенімді, қиын кезеңдерде жарық сыйлағанымды айта бастады. Олардың арасында қатерлі ісіктен аман қалғандар, жұмысынан шығып қалғандар, өз саласын өзгерткендер де болды. Ерлер мен әйелдерден, балалар мен қыздардан, оқушылар және зейнеткерлерден, байлар мен кедейлерден, түрлі әлеуметтік топ, тап өкілдерінен, діні мен ориентациясы әртүрлі адамдардан ризашылығын естідім.

Мұның бәрі керемет еді. Әрі таңданарлық жағдаят. Неге бәрі бұлай болып жатқанын түсінбедім. Сондықтан әрдайым бір нәрсені түсінгім келгенде жасайтын нәрсені жасадым. Барлығын бір сәтке тоқтаттым да, іштей бәріне талдау жасадым: әлемде негатив, пессимизм, көңіл толмаушылық, наразылық өте көп екенін аңғардым. Адамзаттың даму тарихындағы ең керемет кезеңде өмір сүріп жатырмыз десек те, адамдардың көбі бақытсыз екенін жоққа шығара алмаймыз. Жер бетінде ешқашан дәл осы уақыттағыдай соғыс, ауру, кедейлік, қысым аз болған емес. Бұл — тарихи дерек, объективті шындық.

Бірақ біздің өмірімізде басқа да деректер мен шындықтар бар. Олар бағалауға қиын, субъективті, бірақ

бәріне қолжетімді, күнделікті теледидардан немесе радиодан, әлеуметтік желіден біле аламыз. Онда көптеген адамдар өздерін ешкімге керексіз, қажетсіз немесе түкке тұрғысыз сезінетінін айтады. Бойжеткен қыздар мен әйелдер жеткілікті дәрежеде сұлу немесе табысты емеспіз деп қатты күйзеледі. Жас жігіттер өздерін маңызсыз немесе қуатсыз сезінеді. Өзіне-өзі қол салу және нашақорлық, маскүнемдік те артып келеді. COVID-19 пандемиясынан кейін жағымсыз эмоциялар мен ойларға қоғамның барлық дерлік тобы беріле бастады. 2020 жылдан бастап мазасыздық пен торығуға шалдыққандар саны әлем бойынша 25 пайызға өсті. Дәл сол жылы Бостон университеті ғалымдарының зерттеуі бойынша, АҚШ-тағы ересектер арасындағы депрессия 2018 жылмен салыстырғанда 2020 жылдың көктемінде қатаң карантин шаралары басталғаннан кейінгі бірнеше ай ішінде үш есеге өскен. Бұрын Америкалық ересектердің 75 пайызы өзінде депрессияның қандай да бір нышандарын байқамайтын, ал 2020 жылдың сәуіріне қарай бұл көрсеткіш 50 пайызға да жетпеді. Бұл — үлкен өзгеріс!

Бірақ мәселе тек COVID-19-ға ғана байланысты емес, өйткені адамдардың қайғы-қасіретін пайдаланып, өз мүддесі мен саяси пайда үшін түкке тұрмайтын, ақылға қонымсыз дүниелер сататын үлкен топтар, тіпті тұтас институттар мен индустриялар бар. Түптеп келгенде, мұның бәрі жекелеген тұлғалардың бас пайдасы үшін ғана жасалады. Бұл күштер адамдарды қайғылы және жалғыздық күйінде ұстауға тырысады. Өйткені адамдар бар қайғысы мен қасіретінің шешімі өзіне тым жақын

екенін білсе, дәрменсіз және бақытсыз халінен тез арылады. Ал бұл айлакерлерге кедергі жасайды, оларға қайғырып өмір сүріп жатқан адамдарды алдау, пайдалану өте оңай. Менің ойымша, осындай жағдаяттардан соң әлемде миллиондаған адам өзін алдамайтын, сенуге тұрарлық, сыртқы әлемдегі қиын жағдайларға қарамай, әлемге жылу пен сенім тарататын адамдар мен жобаларды іздей бастайды. Өз сұрақтарына жауап іздеу барысында менікі сияқты түрлі подкасттарға, блогтарға, жобаларға ұмтыла бастады.

Дәл сондай адамдармен күн сайын шынығу залында кездесіп қаламын. Олармен жаным егіз екенін сеземін, олардың бәрі мен 2011 жылы мемлекеттік қызметтен кеткен соң әлемім қирап қалған кездегідей күйде екенін көп көрдім. Сонымен бірге әр жолы оларды қолдау, жігерлендіру мақсатында кеңес беріп, шабыттандырығанда, өзіме жақсы таныс тәсілге жүгінемін. Оны 60 жыл бойы жетілдіріп, өмір жолымның алдыңғы үш актісінде сәтті қолдандым. Халықпен бөліскенім де осы тәжірибем еді, оны он жылдан астам уақыт бұрын құрдымнан өзімді шығару үшін қолданған едім. Менің әдісім тым үлкен жаңалық емес, ол — өмірдің мәңгілік заңдары ғана. Олар әрдайым өз нәтижесін көрсеткен, көрсете де беретінін білемін. Мен оларды бақытты, табысты өмірге апарар жолдағы жоспар тармағы немесе жол белгілері ретінде қарастырамын. Ал бақыт, табыс шартты ұғым ретінде әркімге әрқалай болғанымен, оған жету тәсілдері бірдей.

Оларға қайда барғыңыз келетінін және қалай баратыныңызды білу, сондай-ақ жұмыс істеуге дайындық және

сізге маңызды адамдарға өзіңіздің оларды ертіп барғыңыз келетін сапардың күш-жігер жұмсауға тұрарлық екенін жеткізе алу қабілеті кіреді. Сонымен қатар жолыңда кездескен кедергілерді бұзып өту немесе басқа арнаға бұрылып, жаңа жолдар табу үшін сыни ойлау мен тәжірибені пайдалана алу да керек. Бұл тәжірибелердің бәрі тығырыққа тірелгенде жол табуға, жан-жағындағы үлгілі адамдардың кеңесіне сүйеніп, өз мақсатыңа жетудің басқа да жолдарын табуға көмектеседі. Ең маңыздысы — мақсатыңызға қол жеткізген кезде өзіңізге көмектескен, жол нұсқап, алғы шепте жүрген адамдарды ұмытпау.

Қолыңыздағы кітаптың «Пайдалы бола біл» деп аталуының басты себебі әкемнің маған айтқан ең жақсы кеңесі еді. Осы бір сөз мәңгілікке санамда жатталып қалды. Қазіргі басты үмітім: берген кеңестерім сіздердің де пайдаларыңызға асса екен. Пайдалы болу — менің барлық шешімімнің негізіндегі мотивациялық күш және оларды шешу үшін пайдаланған әдіс-тәсілдерімнің нәтижесі. Бодибилдинг чемпионы болу, фильмнің басты кейіпкерін сомдау, мемлекеттік қызметкер болу менің мақсаттарым еді, бірақ олар мені шабыттандыра алмады.

Біраз жыл бойы әкем менің «пайдалы болу» деп ұққаныммен келіспеді, бәлкім, мен де сіздің нұсқаңызбен келіспеспін. Бірақ бұл кеңестің мақсаты ол емес. Бұл кеңес арқылы сіз әлдекімнің қандай болу керектігі туралы бұйрығын орындамайсыз, неліктен ондай болу керек екенін ұғынасыз. Әкем менің құрдымға түсіп, шыға алмай жүрген кезімдегі жасында өмірден озды. Одан енді не істеуім керек екенін сұрап үлгере алмадым, бірақ оның

маған не деп айтарын білетін сияқтымын. Ол маған: «Пайдалы бола біл, Арнольд», — деп айтар еді.

Бұл кітапты әкемнің кеңесіне құрмет ретінде және оны көпшілікке жеткізу үшін жазып шықтым. Әкем тірі болмаса да, оның өз сөзімен маған берген күш-қуатының арқасында өз қателіктерімді түзеп, құрдымнан шығып, өмірімнің төртінші актісіне өте алғаным үшін жаздым. Жазғандағы басты ойым: әрбір адам өмірімнің әр кезеңінде қолданған әдіс-тәсілдерімді пайдаланып, керегіне жаратса екен деймін. Бәрімізге өзіміз үнемі аңсайтын өмірге жеткізер сенімді жол картасы қажет.

Бірақ, ең бастысы, бұл кітапты әрбір адам пайдалы бола алуы үшін жаздым.

1-ТАРАУ

МҰРАТЫҢ АЙҚЫН БОЛСЫН



з болмысынан айырылған қаншама жақсы адам бар! Олар өз өмірін қалай басқару керектігін білмейді. Олардың денсаулығы да нашар. Олар бақытсыз. Он адамның жетеуі жұмысын жек көреді. Олар қарым-қатынаста қуанышқа кенелмейді. Күлмейді. Қуанбайды. Олардың қуаты таусылған. Өмір оларды тығырыққа итермелеп жатқандай, өздерін қажетсіз және дәрменсіз сезінеді.

Егер сіз неге назар аудару керектігін білсеңіз, мұндай адамдарды барлық жерден көре аласыз. Бәлкім, тіпті айнадан да. Бірақ бәрі жақсы. Сіз үмітсіз емессіз. Осы жағдайдағы адамдардың әрбірінде үміт сәулесі бар. Бұл — адамның өмірде нақты мұраты болмағанда орын алатын жағдай және адам өзінің қол жеткізе алатын дүниесіне немесе өзін соған лайық деп тапқан дүниесіне ұмтылады.

Дегенмен мұның шешімі бар. Шындығында, кез келген ұлы өзгеріс барлық жақсылық сияқты айқын мұраттан басталады.

Бұл өте маңызды. Бұл — мақсат пен мағына. Айқын мұраттың болуы — өз өміріңіздің қандай болғанын қалайтыныңызды және оны қалай жүзеге асыру керектігін білу

дегенді білдіреді. Өмірде өз жолын таппай, адасып кеткендердің қалауы да, жоспары да жоқ. Айнаға қарап, олар өздеріне «Мен бұл деңгейге қалай жеттім?» — деп сұрақ қояды. Бірақ олар жауабын таппайды. Қазіргі жағдайға тап болу үшін олар әлдеқандай шешім қабылдады және бірдеңе жасады, бірақ оның не екенін айта алмайды. Олар тіпті: «Иә, мұның бәрін жек көремін, мұны өзім таңдаған жоқпын», — деп пікір таластырады. Бірақ олардың саусағына қандай да бір сақинаны тағуға немесе қолдарына екінші чизбургерді алуға ешкім мәжбүрлеген жоқ. Ешкім оларды болашағы жоқ жұмысқа орналасуға үгіттеген жоқ. Мектепке немесе спорт залына бармауына, шіркеуге баруды ұмытып кетуіне ешкім себеп болған жоқ. Сегіз сағат ұйықтаудың орнына түнде отырып бейнеойындар ойнауын, артық бір бөтелке сыра үшін соңғы долларын жұмсауын ешкім сұраған жоқ.

Бірақ олар өздерінің айтқандарына толығымен иланады. Олардың өз сөздеріне кәміл сенетініне мен де сенемін. Оларға мұның бәрі жай ғана өмір болған соң болып жатқандай көрінеді. Олар, шынымен, адам өмірінің қандай болатынын өзі таңдай алмайды деп ойлайды.

Білесіз бе? Олардың пайымдауы, бір жағынан, дұрыс.

Ешқайсымыз қай жерде дүниеге келетінімізді таңдай алмаймыз. Мен, мысалы, қырғиқабақ соғыс басталған тұста Австрияның ауылды аймағында ержеттім. Анам әлемдегі ең мейірімді жан еді. Ал әкем қатал болатын, мені сабаудан ұялмайтын, бірақ мен оны ерекше жақсы көретінмін. Біздің өміріміз өте қиын болатын. Сізде де солай болғанына күмәнім жоқ. Сіздің өсуіңіз басқалар

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

e-Univers.ru