

Сизър Милан

УРОЦИ ОТ ГЛУТНИЦАТА

Истории от кучетата,
които промениха живота ми

Сизър Милан
и Мелиса Джо Пелтие



NATIONAL GEOGRAPHIC



Създадено през 1888 година, Националното географско дружество е една от най-големите научни и образователни организации с идеална цел в света.

Всеки месец дружеството достига до повече от 285 милиона души по света чрез официалния си форум списание „Нешънъл Джогеографик“ и четирите си групи списания, телевизионния канал „Нешънъл Джогеографик“, телевизионните поредици, радиопрограми, филми, книги, видеофилми и DVD, карти и интерактивни средства за информация. Националното географско дружество е финансирало повече от 8000 научноизследователски проекта и поддържа образователна програма, чиято цел е да се бори с неосведомеността по въпросите на географията.

www.nationalgeographic.com

ЕГМОНТ

Всички права запазени. Нито книгата като цяло, нито части от нея могат да бъдат възпроизведжани под каквато и да било форма.

Оригинално заглавие *Cesar Millan's Lessons from the Pack*

Copyright © 2017 Cesar's Way, Inc.

Copyright Bulgarian edition © 2017 Cesar's Way, Inc.

All rights reserved.

Превод Петя Петкова

Редактор Надя Калъчева

Коректор Таня Симеонова

Издава „Егмонт България“ ЕАД

1142 София, ул. „Фритъф Хансен“ 9

www.egmontbulgaria.com

Отпечатано в „Инвестпрес“ АД, София, 2017

Тираж: 2500 бр.

ISBN 978-954-27-1779-9

В знак на почит към кучетата, с благодарност за всичко, което са направили за мен и за семейството ми, посвещавам тази книга на духовния си водач Деди.

Той вярваше в себе си, вярваше в мен и ме научи как да помагам на другите. Деди, моля те, продължавай да ме напътстваш как да бъда мъдър и добър, каквото беше ти. Беше огромна чест да те следвам, приятелю. Липсваш ни, особено на мен.

*Бог е дарил животните
с твърдост, неведома за нас:
Те знаят как да живеят,
а ние се учим с много усилия.*

МАРГАРЕТ АТУД

СЪДЪРЖАНИЕ



Въведение:	
Запознай се с новите си учители	11
ПЪРВИ УРОК: Уважение	22
ВТОРИ УРОК: Свобода	45
ТРЕТИ УРОК: Увереност	69
ЧЕТВЪРТИ УРОК: Неподправеност	84
ПЕТИ УРОК: Прошка	115
ШЕСТИ УРОК: Мъдрост	137
СЕДМИ УРОК: Устойчивост	167
ОСМИ УРОК: Приемане	203
Епилог	221
Библиография	227
Благодарности	230
За авторите	232
Информация за снимките	234

Животните навлизат в живота ни готови да ни учат. Те далеч не страдат от неспособността да говорят, а могат да общуват по различни начини. От нас зависи да слушаме повече отколкото да чуваме, да съзираме същината, а не заобикалящото.

НИК ТРАУТ
*Love is the Best Medicine**

* „Любовта е най-доброто лекарство“ (англ.) – Бел. прев.

ВЪВЕДЕНИЕ:

ЗАПОЗНАЙ СЕ С НОВИТЕ СИ УЧИТЕЛИ

Затвори очи заедно с мен. Само за миг. Затвори ги и си представи ден, който протича така:

Птиците чуруликат навън, когато се събуждаш с изгрева на слънцето – нямаш нужда от будилник, който да ти казва кога да започнеш деня си. В мига, в който слънчевите лъчи докоснат очите ти, се изпънаваш със стесница от възненение, радост и очакване. Правиш упражнения по йога, разтягаш и загреваш всеки мускул от тялото си, преди да излезеш навън.

Разхождаш се из квартала и се наслаждаваш на доброто си здраве, изпозваш всеки миг да дишаш чист въздух, около теб се носи уханието на цветя, трева и дървета. Въпреки че всеки ден минаваш по този маршрут, той ти доставя удоволствие така, сякаш вървиш по него за пръв път. Виждаш приятели и съседите си и се спираш да ги поздравяваш сърдечно, те също те приветстват. И те като теб се възнуват от предстоящия ден.

Когато се прибираш за закуска, семейството ти те очаква. Поздравяваш ги с дори по-голяма радост и безкрайна любов, откоакото си показал на съседите. Прегръщаш ги, целуваш ги и им казваш колко много ги

обичаеш и цениш, след което всички заедно се втурват на двора, за да отпразнуват щастливи поредния ден, в който ще сте заедно. Така протича всяка твоя сутрин – защото какъв е списъкът на живота, ако не да споделяш невероятното усещане за чудо и благодарност с хората, които обичаеш най-много?

Време е да отидеш на работа и го правиш изпънен с радостно очакване – обичаеш професията си! Вдъхва ти гордост и самоуважение. Поздравяваш сърдечно всичките си колеги. Макар те да изгледат различно от теб – с различен ръст и тегло, цвят на кожата, раса, религия, – осъзнаваш, че принадлежите към един и същи вид и сте водени от обща цел. Уважаваш хората, с които работиш, от онези с най-черната работа до управителя на фирмата. И дори той също като теб приема околните. Философията на компанията е, че всеки има съществен принос в работата на фирмата и трябва да получава справедлив дял от печалбата.

От време на време имаш разногласия с колеги. Те може да имат нещо, което ти искаш, или да не одобряваш действията им. Но не си забивате нож в гърба – няма тайни заговори, нито шушукане в почивките. Не – когато не си съгласен с колегите си, веднага казваш какво мислиш, дори това да доведе до кратко спрекване. Всичко ще свърши за броени минути, пробоятът ще бъде решен и ще продължиш деня си без озабление и яд.

Звучи като съвършен свят, нали? И вероятно невъзможен – прилича на градска легенда.

Но не трябва непременно да е така. Сценарият, който току-що нахвърлях, е моментна снимка, показваща какъв би могъл да бъде животът, ако хората подхождаха към него като кучетата.

Те ни показват какви бихме могли да бъдем, ако даваме най-доброто от себе си.

През последните десет години съм написал шест книги за победението на кучетата и почти всички са бестселъри на *New York Times*. В тях са описани историите на животните, на които съм помогнал с рехабилитация през годините, и техниките, които съм използвал. В тези книги аз бях учителят. Но в настоящата кучетата не са ученици, а учители. Наши учители. На страниците, които следват, ще споделя за пръв път някои от най-важните уроци, които съм научил от кучетата в моя живот.

Те са пред погледа ни всеки ден, с всяко свое действие ни показват по-добър начин на живот. Твърде често не им обръщаме внимание. Приемаме ги за даденост, мислим, че знаем много повече от тях, и сме убедени, че можем да ги научим на много повече неща, отколкото те – нас.

Всъщност влагаме огромно количество енергия, като се опитваме животните ни да заприличат повече на нас! Учим ги да разбират езика ни – често дори без да си правим труда да овладеем техния. Учим ги да седят, да стават, да идват и да ни следват за наше удобство, а не за тяхно. Глежим ги като деца (макар че изобщо не се интересуват кой има най-хубавите играчки) и ги обличаме в дизайнерски дрехи (въпреки че нехаят за модата).

Всичко това за мен е безсмислено. Учим кучетата си да се държат като нас, въпреки че много от нас срещат трудности да създадат щастлива връзка с представители на собствения си вид. Кучетата по природа са устроени да ценят качества като честта, уважението, спазването на ритуалите, състраданието, искреността, доверието и предаността. Те

интуитивно разбират колко са важни йерархията в глутницата и взаимноизгодните отношения. Така че вместо да ги учим на онова, което си мислим, че трябва да усвоят от нас, защо не се възползваме от възможността да научим нещо от тях?

Пиша тази книга, защото смятам, че е време да започнем да възприемаме кучетата си като наши учители. Те притежават всички качества, които искаме да притежаваме, но които като че ли никога не добиваме. Всеки ден от живота си те живеят според етичния кодекс, към който хората само се стремят. И съм убеден, че често ни разбират по-добре, отколкото се разбираме ние самите.

Сократ е казал: „Опознай себе си“. Предлагам собствен вариант на тази мисъл: ако искаш да опознаеш себе си, опознай кучето си! В известен смисъл то те познава по-добре, отколкото повечето хора в живота ти. Познава навиците ти. Разбира как да тълкува жестовете и емоциите ти – вероятно по-добре от самия теб. Разкрива скритите ти подсъзнателни мисли и е огледало на най-съкровено то в душата ти.

*Никой философ не ни разбира така задъбочено,
както кучетата и конете.*

ХЕРМАН МЕЛВИЛ

Еволюцията на учителя

Кучетата са се превърнали в най-добрите ни учители, защото по необходимост старателно са изучавали човешкото поведение векове наред. В хода на хилядолетната еволюция те са се научили да опознават вида ни, за да могат да живеят заедно с нас и да ни съдействат.

Замислете се: кучетата са мигрирали с човешкия вид на огромни разстояния. Лобували са с нас, пазели са добитъка ни и са защитавали територията ни. Следвали са ни и са се приспособявали с нас на всеки етап от пътешествието, докато сме се променяли от ловци и събирачи до фермери и обитатели на индустриализирани градове.

През всичките тези години те са опознали навиките ни почти толкова добре, колкото познават своите. Научили са се да разчитат езика на тялото ни и да разбират нюансите в тона. За да оцелеят, са се превърнали в най-опитните специалисти за всеки тип човешко поведение. Убеден съм, че ако можеха да говорят езика ни, щяха да са най-добрите ни психолози, както и най-добрите ни приятели и учители.

На света живеят повече от 400 милиона кучета. Приблизително едно на всеки четири семейства в Съединените щати има четириног домашен любимец. Няма значение дали си богат, или беден, религиозен, или атеист, дали живееш в голям град, или в малко ранчо в провинцията. Те знаят как да съжителстват и да си сътрудничат с всеки от нас навсякъде.

Тъй като се приспособяват лесно, те са сред малкото животни, които могат да живеят щастливо с хората в продължение на десетки хиляди години. В своята проницателна книга *The Genius of Dogs** изследователите Брайън Хеър и Ванеса Удс развиват теорията, че когато вълците са започнали да еволюират в животното, което познаваме днес, те са „опитомили“ хората също толкова, колкото сме ги опитомили ние. Бързо са научили, че ако помагат в лова, пазят добитъка ни и защитават домовете ни, за тях ще има и награда – храна и подслон. Това в крайна сметка

* „Геният на кучетата“ (англ.) – Бел. прев.

прераснало в уникална привързаност между видовете.

Представете си момента преди 34 000 години, когато онова първо умно вълк куче проумяло, че всичките му потребности ще бъдат задоволени, ако просто помогне на това странно създание на два крака да прави това, което вълците по природа правят всеки ден – ловуват, разубават, проследяват и защитават семействата си. Онези от тях, които не са се страхували от хората, или не са ги заплашвали, внезапно получили предимство, което „по-дивите“ им събратя нямали. Това е било взаимноизгодно положение, така е и до днес.

Макар че кучетата ни са положили усилия да ни разберат, за да се впишат в нашия свят, ние невинаги им се отплащаме със същото. Повечето ми клиенти идват при мен с мисълта, че проблемите на кучето им нямат нищо общо с тях. Но в повечето случаи те започват със собственика му. Независимо каква професия упражняват и към каква култура принадлежат, хората, с които работя, отправят едно и също искане: „Сизър, моля те, моля те, помогни на кучето ми!“. Това, на което трябва да науча всички тях, е, че преди да помогна на любимеца им, те трябва да се научат да си помагат сами.

Еволюцията на най-добрия приятел

Кучетата са с нас, наблюдават ни и разчитат енергията ни по време на всяка фаза от развитието ни. Когато сме се нуждаели от защита, те са открили как да общуват с нас, за да ни предупредят за предстояща опасност. Когато сме се нуждаели от превоз, те самоотвержено са се съгласявали да теглят шейните и фургоните ни. А когато сме се нуждаели от гругарство, са направили крачка напред и са се научили как да

бъгат най-добрите ни приятели.

С развитието на човешката цивилизация вече не се нуждаем от тях за повечето физически задачи, които някога са изпълнявали. Но дори днес те се приспособяват към най-новите ни изпитания. Помагат ни в откриването на болести, в спасителни мисии, осигуряват терапевтични грижи в болници, правят ни компания у дома.

Отношенията ни с тях винаги са предполагали по-дълбока връзка, отколкото отношенията ни с други животни като рибките, питомните порове, добитъка и дори котките. Може би защото и ние, и те сме социални животни, хората и кучетата еднакво разбират и оценяват какво означава да разчиташ на другите и да се грижиш за тях.

С времето те са се издигнали от наши помощници в другари и дори в пълноправни членове на семейството. Измамно простата им представа за живота безпогрешно ни показва как трябва да изглеждат доверието, уважението, посветеността и предаността във връзките. Напълно логично е в следващата си еволюционна роля да се превърнат в най-големите ни учители.

Мисля, че кучетата са най-удивителните същества, те даряват безусловна любов. За мен те са пример за подражание как да живееш.

ДЖИЛДА РАДНЪР

Най-важните уроци в живота

Като дете научих какво означава уважение именно от кучетата, които обикаляха в нашата ферма, като попитах уроците им за мирно разрешаване на конфликтите и общностна принадлежност. Научих се на



У дома и в Центъра по психология на кучетата аз съм заобиколен от красиви кучета.

спокойствие, като наблюдавах мирното съжителство на глутницата. Научих се на честност и почтеност, като наблюдавах простия и пряк начин, по който тези животни общуват помежду си. Кучетата бяха моите примери за пограждане и ми помогнаха да стана такъв, какъвто съм днес. Те продължават да ме подтикват да бъда по-добър човек – по-добър партньор, приятел, баща и учител.

За да се учим от кучетата, първо трябва да се сближим с тях, но не от позицията на превъзходство. Трябва да се смирим и да сме отворени към различен вид общуване. За да се учим от тях – и ако става въпрос, от кое да е животно, – трябва първо да разберем техния свят, като се опитаме да видим света през техните очи.

Съвременният живот е толкова сложен. Макар с право да се гордеем с революционните технологии,

които предлага обществото ни, забравяме, че те могат да ни отдалечат още повече от интуитивната ни природа. За нас излагането на стрес в работата, дългите всекидневни пътувания и презгърбването с часове пред компютъра изглеждат нормално. Децата ни прекарват повече време в писане на домашни, отколкото в игри. Вече не се забавляват, като се катерят по дърветата, а си стоят вкъщи, залепени за трепкащите екрани. Трябва да чистим домовете си, да се справяме със задълженията си, да погасяваме задължения, да плащаме сметки. Ако се оставим да потънем твърде надълбоко във всички тези ежедневни подробности, никога няма да имаме шанса да видим света и усетим всичките му ценни мигове така, както кучето прави по природа.

Ето защо вярвам, че тайната на вътрешния мир и участие се крие в интуитивния свят, който кучето обитава непрекъснато. Ние също сме интуитивни като животните и си даваме сметка, когато нещо не е наред с нас. Затова четем книги за самопомощ и се лекуваме сами с храна, алкохол, наркотици, хазарт и пазаруване – правим всичко това в отчаян опит да се спасим от шума и да намерим покой. Но се оказва, че най-добрите примери за подражание в света живеят с нас в домовете ни.

Кучетата могат да ни дадат толкова много житейски уроци – например за доверието, предаността, спокойствието и безусловната любов. Засягам всички тях на следващите страници. Но преди всичко искам да споделя с вас осем конкретни урока, на които са ме научили някои много специални кучета в живота ми – за уважението, свободата, увереността, непогръбеността, прошката, мъдростта, устойчивостта и приемането. Научих тези уроци от обичните ми

питбули Деди и Джуниър; от гордото и благородно фермерско куче Палома; от два яки ротвайлера – Кейн и Сайкъл; и дори от малкия френски будог Саймън. Безброй кучета са минали през живота ми, но всяко от тях е оставило неизличима следа. Както ще видите, всяка глава представлява конкретна вдъхновяваща стъпка по пътя на самопознанието, почиваща на уроците, на които могат да ни научат кучетата.

Много години говоря за водачи и за тези, които ги следват. Но мисля, че е крайно време ние да „последваме“ кучетата, като възприемем техния светоглед, начин на живот и ценности (които са общностните ценности на глутницата). Те проявяват себеотрицание, винаги поставят благо то на глутницата пред собствените си интереси. Като живеят в настоящето, за дадения момент, означава, че те не се изгубват сред гърветата, без първо да се насладят на красотата на гората.

На този етап от човешката история е задължително да възприемем светогледа на глутницата. Трябва да се върнем към здравия разум, простотата и признателността за това, което имаме. Отлагаме най-важните неща в живота: семейството, здравето, радостта и равновесието. Кучетата не го правят. Когато усетят липса на равновесие – в среда, ситуация или човек, – те не се замислят какво да предприемат, за да поправят това. Просто реагират по начин, който доста напомня нашето отдръпване, когато докоснем горещ пламък. А когато трябва да се проумее какво се случва с непостоянните емоции на човека, те са ненадминати.

Ако ги наблюдаваме по-съсредоточено и ги слушаме по-внимателно, домашните ни любимци може да са ключът към личностното ни израстване и самопоз-

нание. Мъдростта им е лек за душата – но в егоцентричния свят на нашия вид често забравяме да се вслушваме в нея.

Затова елате с мен на пътешествие, което ще открие нов начин на живот – въз основа на уникалните и проникновени уроци, които можем да научим от кучетата си.

ЗА АВТОРИТЕ

Сизър Милан

Звездата на „Говорещият с кучета“ и „Сизър 911“ е най-търсеният специалист по поведение на кучетата в света. Той е автор на бестселърите на *New York Times* „Как го прави Сизър“, „Стани водач на глутницата“, „Член на семейството“, „Как да отгледаш идеалното куче“ и „Кратък наръчник за щастливо куче“. Сизър е основател на Центъра по психология на кучетата в Санта Кларита, Калифорния. Освен че води лекции и работи с нестабилни животни, той е създал „Как го прави Сизър“ и проектът Раск, организация с идеална цел за спасяване, рехабилитация и намиране на дом на кучета. Живее в Санта Кларита с шестте си кучета.

Мелуса Джо Пелтие

Мелуса е изпълнителен продуцент на номинираното за „Еми“ предаване на *National Geographic Channel* „Говорещият с кучета“, както и съавтор на пет предишни бестселъра на *New York Times* от Милан и на три други книги. Също така е отличена с „Еми“ телевизионен и филмов сценарист, режисьор и продуцент с над 50 национални и международни награди. Първият ѝ роман за шоубизнеса „Булевард „Реалност“ е определен от „Къркъс Ревю“ за една от най-добрите книги от независими издатели за 2013 г. Пелтие живее в Ню Йорк със съпруга си и кръстоската на питбул Франи.

ДРУГИ КНИГИ

От автора на „Начинът на Сизър“,
№1 по продажби според *Ню Йорк Таймс*

Сизър Милан

КРАТЪК НАРЪЧНИК ЗА ЩАСТЛИВО КУЧЕ

98 основни съвета
и техники

- Пазете кучето си щастливо и здраво
- Поправете обичайните проблеми в поведението
- Бъдете водачи на гутницата
- Изберете подходящото за вас куче



Гледайте „Водач на гутницата“ на Сизър Милан по

ЕГМОНТ

NAT GEO
WILD