

## Предисловие

О чем эта книга? О любви и любящих людях. Когда они рядом с нами, жизнь становится ярче и насыщеннее, добрее и прекраснее. Может, именно в этом заключается счастье? Известно одно: **если нам не удастся сохранить отношения с близким человеком, виной тому, как правило, три причины:**

- ✧ мы не любим или не любят нас, и наши отношения — результат прошлой влюбленности — об этом пойдет речь в первой главе;
- ✧ мы выбрали не того человека или не подходим друг другу — этому посвящены вторая и третья главы;
- ✧ мы просто не умеем любить — об искусстве любви рассказано в четвертой главе.

Все начинается с любви...  
Твердят: «Вначале было слово...»  
А я провозглашаю снова:  
Все начинается с любви!..

Все начинается с любви:  
И озаренье, и работа.  
Глаза цветов, глаза ребенка —  
Все начинается с любви.

Все начинается с любви,  
С любви! Я это точно знаю.  
Все, даже ненависть —  
Родная и вечная сестра любви.

Все начинается с любви:  
Мечта и страх, вино и порох.  
Трагедия, тоска и подвиг —  
Все начинается с любви...

Весна шепнет тебе: «Живи...»  
И ты от шепота качнешься.  
И выпрямишься. И начнешься.  
Все начинается с любви!

*Р. Рождественский*

Кто может лучше сказать о любви, чем поэты, писатели, музыканты, философы, сценаристы и режиссеры? Ее возносят до небес и ругают одновременно. Ею гордятся и ее стыдятся. О ней кричат и упорно молчат. Она становится причиной смерти и продлевает жизнь. Любовь пронизывает все наше существование.

Китайский иероглиф, означающий любовь, символизирует бессмертие. «Сказать человеку: “Я люблю тебя” — значит сказать: “Ты никогда не умрешь”», — записал в своем дневнике, размышляя о смерти и жизни, французский философ Габриэль Оноре Марсель.

Относительно недавно в «Российской газете» (№ 3712 от 4 марта 2005 г.) появилась информация, которая быстро проникла в Интернет и стала сенсацией: «Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) внесла любовь в официальный реестр серьезных заболеваний. Отныне любовь — это психическое отклонение, входящее в пункт “Расстройство привычек и влечений” (неуточненное) и имеющее международный шифр болезни F 63.9».

Испытывали ли вы когда-нибудь резкие перепады настроения, необъяснимую жалость к себе и синдром навязчивой идеи: он(а) любит, я знаю, но молчит? Страдали ли вы бессонницей, прерывистым сном, перепадами артериального давления и головными болями? Возникали ли у вас навязчивые мысли о другом и завышенная самооценка? Совершали ли вы необдуманные, импульсивные поступки, после одного воспоминания о которых кровь до сих пор приливает к щекам?

Все это, по мнению авторов статьи, является симптомами «болезненной влюбленности».

Впрочем, о болезненности «любовного томления» писали еще древние греки. С серьезным видом диагноз «любовный недуг» медики ставили вплоть до XVIII века. Позже с легкой руки Зигмунда Фрейда во главу угла поставили сексуальность. А русский поэт Борис Пастернак называл любовь «высокой болезнью».

### **ПРИТЧА «ЛЕГКОЕ ЛЕЧЕНИЕ»**

*Племянник одного правителя тяжело заболел. Все врачи страны потеряли надежду на его излечение. Никакие лекарства не помогли. Поскольку врачи ничего не могли сделать, правитель согласился, чтобы больного осмотрел юный Авиценна, которому*

*тогда было всего 16 лет. Когда Авиценна вошел во дворец, окружающие поразились его смелости, так как он взялся помочь больному несмотря на то, что все мудрецы страны признали свое бессилие. Авиценна увидел больного — худого бледного юношу, распростертого на ложе. На вопросы он не отвечал, так как уже некоторое время не произносил ни слова. Авиценна долго держал его руку, исследуя пульс. Наконец он задумчиво поднял голову и сказал: «Этот молодой человек нуждается в особом лечении. Мне нужен тот, для кого этот город родной, кто хорошо знает все его улицы и переулки, все дома и всех людей, живущих в них». Несмотря на свои сомнения, окружающие повиновались желанию Авиценны и послали за человеком, знавшим город, как свои пять пальцев. Авиценна попросил его: «Назови мне все кварталы города». При этом его рука была на пульсе больного. Когда был упомянут определенный квартал, Авиценна почувствовал, что пульс участился. Тогда он попросил перечислить все улицы этого квартала — до тех пор, пока пульс больного снова не ускорился при произнесении названия одной из них. Затем Авиценна попросил называть все переулки, расположенные вокруг этой улицы, и одно название снова вызвало учащение пульса у больного. Довольный процедурой, Авиценна попросил перечислять все дома, и пульс больного указал на тот, который был нужен. Перечисляя живущих в этом доме людей, человек упомянул имя одной девушки. И сердце больного заколотилось. Наблюдательный Авиценна произнес: «Очень хорошо, все ясно. Мне известна болезнь юноши, и его очень легко вылечить». Он встал и сказал присутствующим, которые смотрели на него в изумлении: «Юноша страдает от любви, в этом причина его недуга. Он влюблен в девушку, чье имя вы только что услышали. Найдите ее и добейтесь, чтобы она стала его невестой». Больной, слушавший слова Авиценны с большим вниманием и волнением, покраснел от смущения и спрятался под одеяло. Правитель объявил девушку невестой племянника, и юноша выздоровел в течение часа.*

*Моулана, персидский поэт*

Можно ли «заразиться» любовью? Да, только не в физическом, а в психологическом смысле. Если чувства взаимны, происходит «эмоциональное заражение», благодаря которому любовь становится сильнее.

Кроме того, сегодня существует мнение, что любовь — не что иное, как цепь химических реакций в организме. Съел таблетку антиде-

прессанта — и ты здоров, уже не влюблен. Но решит ли это проблему отсутствия взаимности чувств?

По мнению немецкого философа и психоаналитика Эриха Фромма, в отличие от влюбленности, для любви недостаточно одного чувства. Чувство является временным и периодическим, а любовь включает в себя элемент осознанного выбора и становится впоследствии *чертой характера*.

Природа любви не в совершенстве, а в движении, поэтому, останавливаясь, она умирает. **Любовь — не действительность, а возможность.** Причем не только развития отношений, но и саморазвития. Это труд, а умение любить — искусство, постигая которое мы становимся чище, прекраснее, духовно богаче и счастливее.

Интерес к теме любви не ослабевает. Наоборот, с появлением новых научных достижений она становится более актуальной и волнующей. И все-таки, несмотря на это, никто не может объяснить механизмы любви и уж тем более ее контролировать.

Да и нужно ли это? Важно другое: мы все — очень разные, и наша непохожесть, субъективный цвет личности, в том числе проявляются и в любви. А объединяет всех нас то, что *мы созданы для того, чтобы любить и быть любимыми*.