

Настоящая любовь — где ее искать?

Рассмотрим человеческую природу. Человек — существо двойственное. С одной стороны, мы живем в объективном мире, а с другой — у каждого есть свой субъективный, предназначенный только для него мир. Можно сказать, что у нас есть «внешний» и «внутренний» человек. Объективный мир нам всем хорошо знаком. Это я и другие люди, социум, в котором я живу. Субъективная реальность, как ни странно, изучена гораздо меньше. Но именно ее содержание и определяет уникальность человека. На внешнем уровне всегда есть кто-то, похожий на нас — внешне, по характеру, по популярности, по социальному положению и т. д.

Поэтому любовь можно рассмотреть как отношения не только с «внешним» человеком, но и с «внутренним». Думается, это может быть близко к тому, что называется настоящей любовью, что оказывается важным, когда мы «зацепляемся» за «внутреннего» человека.

Прежде всего такая любовь гораздо более устойчивая, чем к одному только «внешнему». Ведь «внешнее» склонно к изменениям, чаще всего не в лучшую сторону. Например, если полюбить человека за физическую красоту, с ее увяданием любовь тоже начнет таять. А если женщина выбрала мужчину за богатство, то как только он разорится — сразу станет ей неинтересен.

А вот субъективное не зависит от «внешнего», и внешние изменения никак не будут сказываться на силе любви.

Поэтому и возникает парадокс: с одной стороны, любовь — это что-то известное и понятное, с другой — недостижимое

и исчезающее. Истинная территория любви находится не в пространстве «внешнего», она в пространстве субъективного. Когда говорят, что любви нет, в этом есть доля правды. Во внешнем мире, как нечто объективное, она отсутствует, но существует в невидимом пространстве нашего субъективного.

В таком случае какова же может быть стратегия в движении к настоящей любви? Что тут окажется важным?

Первое — это признание своей субъектности, своей уникальности. Уже на этом этапе могут возникнуть проблемы, так как понятие уникальности сразу ассоциируется с одиночеством («Я один такой на всем белом свете»). Такая позиция надежно предохранит от попыток слияния, симбиоза. Любое МЫ возникает за счет уничтожения Я. Поэтому настоящая любовь — это встреча двух уникальностей, постоянный диалог двух Я.

Второе — принятие своей субъектности. Это проявится в отказе от ее оценки и сравнения с другими («Я не хуже и не лучше других»). Уникальность вне сравнения, она просто есть как факт. Такое отношение к себе сразу поможет в принятии других. Иногда принятие рассматривается буквально — «Если любишь, то прими меня, такое уж я дерьмо». Принятие не есть отказ от уважения: вовсе не нужно принимать хамство и грубость партнера, с ним можно активно не соглашаться. Принятие касается «внутреннего» человека, той субъектности, что скрыта в каждом.

Третье — любовь как искреннее выражение своей субъектности. «Я тебя люблю» означает «Я могу быть собой в твоём присутствии». Поэтому любовь — это снятие дистанции. От

человека требуется немалая смелость, поскольку снятие дистанции — это всегда риск, непредсказуемость того, как партнер воспримет открытость. Но зато какая радость, когда меня принимают в моей уникальности!

Как же могут взаимодействовать две уникальности? Я пока знаю лишь один способ, который называется резонансом. Опорой «внутреннего» человека является душа. А душа — это не объект, а пространственный орган. Взаимодействие двух пространств — это и есть резонанс, а основной язык любви — переживания, увеличение энергии. Развитие резонансных способностей является первым шагом к развитию способности к любви.

Важным условием возникновения и сохранения любви является наличие свободы. Только так могут общаться две уникальности. Тут нет властвования или требований, которые существуют в мире «внешнего» человека, где основа отношений — договор. Довольно распространена ошибка, когда правила общения «внешнего» человека автоматически переносят на любовь. Вводя нормы, кто как кого должен любить, вы перекрываете канал жизни своей любви. С этой точки зрения совершенно нелепо звучат такие понятия, как «мой парень/девушка», «ты должна любить только меня», «моя девушка не должна засматриваться на других мужчин» и т. д.

Не менее важно понимать, что любовь является качественной характеристикой, а не количественной. Ее нельзя измерить, сравнить с другой, взвесить и т. д. Ее не бывает много или мало, она либо есть, либо ее нет. Это как беременность. Когда люди пытаются определить, кто кого больше любит, то они говорят о чем-то, очень далеком от любви. Скорее это позиционная борьба, находящаяся на полюсе, противоположном любви.

Любовь через посредника

Если в любви у нас возникает душевный резонанс, то почему мы ссоримся? В принципе, душа не любит конфликтовать, ей нравится соединяться, интегрироваться, резонировать. Отчего же у любящих людей возникают конфликты?

У Ф. Перлза есть очень интересная идея о трех зонах. Рассматривая контакт организма и среды, он обозначил пространство внутри организма внутренней зоной, а окружающий мир — внешней зоной. Для удовлетворения своих потребностей организм должен быть постоянно в контакте с внешней средой. Но между этими двумя пространствами существует и третья зона — средняя. В нее входит все то, чего не существует в реальности: оценки, фантазии, абстракции, жизненные принципы, моральные нормы, мысли о прошлом и будущем и тому подобное.

Откуда же берется средняя зона? У новорожденного ее нет: он не думает, не оценивает, он постоянно пребывает в настоящем. Но для того, чтобы выжить, ребенку необходим посредник между ним и миром. В качестве такого посредника выступают прежде всего родители. Они начинают формировать для ребенка картину мира (объясняя названия окружающих объектов), его «Я-концепцию» (сообщая, кто он такой), оценочную структуру (что такое хорошо и что такое плохо). Родители определяют, что надо ребенку, как он себя чувствует, чего хочет. По мере того как человек вырастает, растет и его посредник. В итоге взрослый человек продолжает общаться с миром через эту среднюю зону.

Но вот в чем проблема: большинство людей совершенно не осознают и не контролируют своего посредника. При

этом они по-детски полностью доверяют ему свою жизнь. Застревая в средней зоне, мы попадаем под власть посредника (или нескольких). Парадокс: если я хочу продать свое имущество через посредника, то буду искать надежного и проверенного. Иначе он продаст дешево или вообще не сможет распорядиться моими вещами. При этом то, что касается своей жизни, мы почему-то доверяем тому, кого не знаем. Взросление нашей сущности приостанавливается. Посредник за нас проживает нашу жизнь. Большинство конфликтов между людьми является лишь противостоянием их посредников. Особенно ярко это проявляется в совместном проживании. Подавляющее большинство конфликтов возникает в результате несовпадения концепций наших посредников по поводу любви и брака. Именно из-за разницы в идеях, что такое «настоящая любовь», «правильная семья», «хорошие отношения между мужчиной и женщиной», начинается битва посредников, за которыми стоят наши близкие и родные.

Поэтому часто конфликт возникает не между мужчиной и женщиной, а между теми семейными системами, из которых они вышли. Это выражается в таких фразах, как «А вот у нас было принято так!» или «А мой папа (мама) делал всегда так!». К сожалению, страдают при этом реальные люди. Выход может быть в том, чтобы каждому в душе поклониться своей родной семье, своим родителям и перейти от борьбы систем к созданию новой, подходящей только вам семейной системы — «Мы будем жить не так, как жили твои или мои родители, а как удобно и полезно нам».