

3. Глава третья. Любовь и коммуникация

Это произошло, когда умер мой отец. Был холодный, ветреный, январский день. Мы находились в маленькой больничной палате. Я держал его за руку. Вдруг глаза его широко раскрылись — в них было выражение такого ужаса, которого мне никогда не доводилось видеть. Я был уверен, что это ангел смерти появился в нашей комнате. Затем он опустил глаза и откинул голову на подушку. Я закрыл ему глаза и сказал матери, сидевшей рядом и шептавшей молитвы: «Все, мама. Папа умер».

Она взглянула на меня и сказала: «Он так гордился тобой. Так любил тебя». Я так никогда и не понял до конца, почему ее первые слова после папиной смерти были именно эти.

Что-то мне, конечно, объяснила моя собственная реакция на эти мамины слова, я чувствовал, что в них есть что-то очень важное для меня. Они были подобны вспышке света, это была словно яркая мысль, которая до сих пор мною не воспринималась, но она одновременно отозвалась и острой болью в моем сердце, — я подумал, что после смерти начинаю узнавать об отце больше, чем знал о нем при жизни.

Спустя немного времени, чтобы выдать свидетельство о смерти, я, помнится, стоял в углу комнаты и тихо плакал. Подошла сестра и мягко обняла меня за плечи. Из-за слез я не мог произнести ни слова. А я хотел сказать ей:

«Я плачу не потому, что папа умер, а потому, что он никогда не говорил мне, что он гордился мной. Он никогда не говорил мне, что любит меня. Конечно, я должен был бы знать все это и без слов. Конечно, я и так знал, какое большое место занимал в его жизни и в его сердце, но почему он никогда не говорил мне об этом?»

3.1 Любовь работает на тех, кто работает на нее

Неважно, что романтики всегда стремятся изобразить любовь вечной радостью, а ядовитые реплики циников уличают романтиков в явном преувеличении. Несмотря на все это, любовь была и остается самым ярким, самым значительным ответом на загадку человеческого существования, на человеческие искания полноты и счастья. Жить — означает любить. На стороне циников статистика бракоразводных процессов. Речь идет о разладе внутри всей человеческой семьи: родители против детей, братья против братьев и т.д. Если любовь действительно представляет собой некий ответ, то нескончаемые попытки человечества найти этот ответ в отношениях любви дают самый высокий «процент смертности». Любовь будет работать, если люди будут работать на нее. Но почему же все-таки любовь так часто терпит неудачу? И что это за работа, которая необходима для нее? И почему мы нередко отказываемся от такой работы?

3.2 «Работа» любви

Любовь действует, наличествует и подразумевается в самых различных проявлениях, но, пожалуй, самым необходимым для любви является соучастие (совместное переживание, проживание чего-либо вместе, — автор очень часто пользуется англ. словом «шеэринг», от глагола «шеэ» — делить, разделять, делиться, владеть совместно, иметь долю в чем-либо, участвовать — прим. перев.). Два человека, вступающие в отношения любви, должны разделять жизнь и переживания друг друга, участвовать в жизни друг друга с той же глубиной и серьезностью, с какой они решили посвятить себя друг другу. Другими словами, соучастие — это общение, связь двух людей между собой, действие, благодаря которому люди вместе участвуют в чем-то, обладают чем-то сообща, вместе. Если я сообщаю вам какой-то мой секрет, то тем самым вы участвуете в нем, он становится чем-то общим для нас с вами. В той мере, в какой я раскрываю вам себя как личность и вы раскрываете себя мне, мы совместно участвуем в переживании таинственных глубин вашей и моей личности. И наоборот, в той мере, в какой мы отгораживаемся друг от друга и отказываемся от взаимной откровенности, в той же мере убывает существовавшая между нами любовь.

В контексте нашего повествования общение — это не только нечто питающее любовь и гарантирующее ее возрастание, это то, что составляет самую сущность любви. Любовь — это соучастие, а соучастие — это общение. Итак, когда мы говорим, что общение является тем самым секретом, с помощью которого можно «устоять в любви», то мы на самом деле говорим, что секрет сохранения любви состоит в том, чтобы любить, сохранять соучастие, сохранять это стремление посвятить себя другому. Конечно, всегда все начинается с самого первого «да», первого решения посвятить себя любви именно с этим человеком, но это первое «да» содержит в себе бесконечное множество других маленьких «да», пронизывающих и обнимающих собою всю нашу жизнь.

Одним из самых распространенных уходов от жизненных реальностей, в том числе и от любви, является стремление подменить дело рассуждениями о нем. Мы часто склонны обсуждать, обдумывать эти реальности, дискутировать о них вместо того, чтобы вводить их в практику нашей жизни. В самом деле, гораздо легче говорить о каких-либо истинах, чем жить по ним. В настоящее время, например, много дискутируют о христианстве как о способе жизни: Можем ли мы еще верить? Во что мы верим в действительности? Нужна ли вера для счастья? Самой явной неудачей за всю историю христианства будет именно та ситуация, в которой мы погрузимся в абстрактные и бесконечные дискуссии о христианстве, вместо того, чтобы попытаться ввести его в практику повседневной жизни. Неуверовавшие, взиравшие на все это со стороны, скорее всего будут просить нас не втягивать их в дебаты о наших сомнениях, а просто показать им, — «на что это будет похоже, если мы действительно уверуем и станем жить по-христиански».

Точно так же обстоит дело и с любовью. Мы гораздо чаще говорим о ней, чем живем ею. Всевозможные форумы и дискуссии не представляют особой ценности, но сама жизнь по любви является куда более опытным педагогом. Даг Хаммар-шельд писал в своей книге «Заметки»:

«Великие обязанности» очень легко затмевают «малые». Но без теплоты и скромности, которые следует развивать в себе с теми немногими людьми, с которыми вам приходится сталкиваться постоянно, вы никогда не сможете ничего сделать и для многих. Без этих немногих окружающих вас людей вы будете жить в мире абстракций...

ваша жажда власти, ваше желание отдать свою жизнь будут постоянно нуждаться в одном оппоненте, который сильнее их, — в любви. Для душевного здоровья лучше сделать добро одному человеку, чем «пожертвовать собою для пользы человечества».

3.3 Единство, а не счастье

Любовь требует «работы», усилий, здесь важно, чтобы мы искали не счастье, а единство. Те, кто решились отправиться в этот совместный путь, называемый любовью, должны постоянно помнить о том, что взаимная «прозрачность», соучастие во всех деталях жизни друг друга, общность жизни — являются сущностью любви. Любить друг друга вовсе не означает постоянный контроль за тем, какая у тебя температура и частота пульса, и насколько ты счастлив в каждый момент времени. Психолог Виктор Франкл постоянно предупреждает о том, что хорошее состояние и ощущение счастья возникают в нашей жизни лишь в качестве «побочного продукта».

Счастье подобно бабочке.

Чем больше ловишь его, тем больше оно ускользает. Но если вы перенесете свое внимание на другие вещи, Оно придет и тихонько сядет вам на плечо.

Для того, чтобы быть по-настоящему счастливым в любви, нужно прежде всего хотеть и искать единства, общности, соучастия. Иногда это единство предлагает много такого, что может быть для вас неприятным и даже болезненным: оно предполагает, например, честность, в то время как иной раз мы предпочли бы слегка солгать; необходимость поговорить, когда вам на самом деле хотелось бы надуться и помолчать; сдерживать свои чувства, когда нам хотелось бы высказать недовольство; остаться на месте, когда на самом деле хочется бежать; согласиться на неопределенность в чем-либо, тогда как нам хочется ясности; чему-то противостоять в тот момент, когда нам хотелось бы любой ценой сохранить мир. Ни одна из этих вещей, которые являются всего лишь справедливыми требованиями подлинной любви, не приносит немедленного мира и счастья, скорее они приносят немедленную боль и борьбу. Вот уж действительно, любовь будет работать тогда, когда мы будем работать на нее. Работа для любви состоит в достижении абсолютной честности и ясности, а это необычайно трудно. Таким образом, люди, которые во взаимоотношениях любви стараются бежать прямым путем за бабочкой счастья, окажутся в конце концов с пустыми руками и пустым сердцем.

3.4. Диалог против дискуссии

Теперь я хочу провести различие между двумя типами коммуникации, общения. Первый из них, представляющий собой обмен эмоциями, чувствами, я буду называть диалог. Второй тип коммуникации включает в себя обмен мыслями, суждениями, оценками, обсуждение планов или совместных решений, то есть вещи, относящиеся преимущественно к сфере интеллектуальной. Этот второй тип коммуникации я буду называть дискуссия. Я, конечно, понимаю, что такое разделение не бесспорно, и уверен, что многие с ним не согласятся и не последуют предложенному мною употреблению этих слов. Впрочем, это не так важно для точной передачи того, о чем идет речь. Вводимое мною различие смысла этих двух слов необходимо мне для

того, чтобы выразить то, что мне представляется чрезвычайно важным. Итак, дело вот в чем: для партнеров, вступивших во взаимоотношения любви, совершенно необходимо достижение эмоциональной ясности (диалог) прежде, чем они смогут без опасности для их отношений перейти к обсуждению (дискуссии) своих планов или тех или иных решений. За этим различием понятий диалога и дискуссии и за тем предпочтением, которое мы отдаем диалогу, стоит наше глубокое убеждение в том, что разрывы в человеческой любви и в общении всегда происходят вследствие эмоциональных проблем. Двое людей, любящих друг друга, могут сохранять и углублять привязанность друг к другу, несмотря на противоположность мнений почти по любому вопросу. Эта противоположность интеллектуальных суждений не будет препятствием для любви, до тех пор пока один или оба партнера не почувствуют эмоциональную угрозу.

В первой главе нашей книги мы говорили о том, что самой насущной потребностью человеческой природы является самоуважение, само-принятие, само-празднование. Я могу отказаться от чего угодно, если этим не нарушается единство между мною и тем, что составляет мой мир. Но я не могу отказаться от само-уважения без того, чтобы этим не нарушился весь строй моей жизни. Большинство из нас располагает целым арсеналом эмоций, специальных слов и выражений для проявления враждебности, которые мы готовы пустить в дело, как только возникает угроза для нашего самоуважения. Гнев в отношениях любви возникает из-за того, что мы так или иначе почувствовали угрозу и испугались. Мое чувство собственной ценности, радость быть мною и внутренние основания, которые я имею для ощущения самопразднования, вдруг оказались в опасности. Это одновременно и очень просто, и очень сложно. Но все дело именно в том, что пока мои чувства находятся под воздействием этого страха, гнева и ощущения необходимости самозащиты, я лишен условий, необходимых для того, чтобы участвовать в открытом, честном, проникнутом любовью обсуждении чего бы то ни было ни с вами, ни с кем другим. Мне необходимо достижение эмоциональной ясности и прозрачности, необходим «проветривающий» диалог, прежде чем я буду готов для дискуссии.

При этом следует любой ценой избегать обходным маневром цепляться за то, что относится к области дискуссии. Например, — а сколько стоило хвое новое пальто, или — починил ли ты входную дверь? — так как подлинное существо дела в ощущении личной безопасности, относящейся к сфере диалога. Надо сказать, что, к сожалению, влюбленные редко уделяют внимание этой наиболее реальной проблеме.

Мы уже говорили о том, что, в противоположность деньгам, любовь не может быть накапливаема про запас. В отношениях любви необходима постоянная и тесная взаимная поддержка ощущения личной ценности. Когда случается довольно продолжительное ослабление такой поддержки, наступает «банкротство» чувств, сопровождающееся всевозможными «заменами», цель которых — облегчить боль, возникающую от этого ощущения фундаментальной неудачи. Возникающая здесь проблема, конечно, исключительно эмоциональная. Каким я сам себя ощущаю, что я чувствую в отношении меня самого, моей ценности, моей жизни? Все остальное относится к симптоматике. Все другие эмоциональные взрывы и всплески, какую бы форму они не принимали, есть только рябь на поверхности воды, тогда как главная боль скрыта в глубине.

Чаще всего мы не в состоянии понять, что наши проблемы в основе своей исключительно эмоциональные, и что мы больше всего страдаем от тех эмоций, которые возникают тогда, когда под угрозой оказывается чувство нашей собственной ценности. Последствия этого недостаточного осознания представляют собой так называемые «замещающие эмоции». То, как я осуществляю свою работу или учебу, может вызывать у меня сомнение в собственной ценности, в результате чего возникают опасения, что никто не может по-настоящему оценить меня, полюбить или

позаботиться обо мне. Такого рода угроза моей личности, моему «я» на поверхности проявляется не в виде страха (что на самом деле и имеет место), а в виде враждебности и гневливой самозащиты. Когда в нас накапливается достаточное количество такого рода гнева, никак не освобождаемого и лишённого перспективы освобождающей помощи диалога, то ситуация достаточно созрела для эмоционального проявления. В этом случае ребенок, оставивший самокат на дорожке, жена, слегка запоздавшая с обедом, или сочувственный вопрос благожелательных родителей квалифицируются как «ну, это уж чересчур», и мы, как говорится, «спускаем всех собак». Мы, конечно, совершенно уверены при этом, что наш гнев абсолютно праведный, вроде того, который испытывал Иисус, когда, взяв бич, выгнал торгующих из храма. Любой, — говорим мы, — впал бы в точно такой же гнев, окажись он на моем месте. Однако гнев и возмущения, которые мы переживаем в этот момент, в действительности являются лишь заменами. Наше возмущение своими корнями уходит в ту же самую, уже знакомую нам проблему. На самом деле мы чувствуем, как убывает наше само-уважение, и именно поэтому мы обрушиваем свой гнев на первую попавшуюся подходящую жертву.

3.5 Диалог — это принесение в дар самих себя

Итак, мы уже сказали, что диалог должен предшествовать дискуссии, так как невысказанные чувства и нерешенные эмоциональные проблемы будут блокировать любую попытку открытого и свободного обсуждения планов, решений и т.п. Предполагается, что эти препятствующие эмоции являются отрицательными, хотя очевидно, что совсем не все эмоции непременно отрицательного свойства. Наличие положительных эмоций тем более должно быть побуждающим мотивом к тому, чтобы всякой дискуссии предшествовал диалог. Моя личность для вас становится более ясной и понятной, когда я говорю вам о своих чувствах. Мои идеи, оценки, те или иные убеждения своим происхождением не связаны с моим «я». Я почерпнул их из прочитанных книг, воспринятых мною традиций, обычаев, из того, что я где-то услышал, стал кому-то подражать в результате неизбежного осмотического перетекания идей и мыслей в процессе человеческого общежития. Мои идеи и убеждения дают возможность отнести меня к какой-либо категории: «ирландец», «католик», «демократ», но они никогда не сделают меня настолько познаваемым, «прозрачным» для вас, чтобы вы смогли по-настоящему понять, кто я такой, разделить вместе со мною то, что является мною самим. И только мои чувства — положительные, отрицательные или нейтральные — позволяют достичь этого. Мои чувства, подобно отпечаткам моих пальцев, цвету моих глаз и звуку моего голоса, свойственны только мне, и вы не встретите их ни у кого другого. Они — неповторимы. Чтобы узнать меня, вы должны узнать мои чувства. И только когда вы узнаете меня посредством диалога, в любой конкретный момент моей жизни вы будете в состоянии понять мои идеи, мои склонности и намерения, которые станут предметом нашей дискуссии.

Если вы задумаетесь над этим хотя бы ненадолго, вы поймете ту правду, которая заключена в этих словах. Вероятно, каждый читатель знает какого-нибудь учителя, служащего или соседа, который может излагать какие-либо идеи, теории или учения, но который делает это совершенно бесстрастно, стерильно, избегая малейшей эмоциональной окраски. Я однажды слушал лекции такого человека на протяжении восьми дней. По окончании лекций я почувствовал, что совершенно не могу сказать, что же это за человек. Я даже не был уверен в том, что он не повторил просто, как

попугай, какую-то прочитанную им книгу. Я заметил, что, когда я сам выступаю в качестве оратора, то аудитория «обращается ко мне» именно тогда, когда я стараюсь предложить слушателям именно мои чувства, конечно, не как демагог, стремящийся манипулировать толпой, а вполне спокойно, как брат, желающий поделиться тем, что у него на сердце. Я наблюдал, что эта истина снова и снова подтверждалась и на публичных форумах, и в небольших классах, и в дискуссиях, и в разговорах один на один. Мои эмоции — это ключ ко мне. Когда я даю вам его, вы можете войти ко мне и разделить со мною самый драгоценный дар, который я могу предложить — меня самого.

3.6 Важное примечание

В этом разделе основной упор делается на диалог, как на сообщение о своих эмоциях. Центральный тезис состоит в утверждении того, что когда я говорю вам о моих эмоциях или чувствах, я говорю вам о том, кто я есть на самом деле, я отдаю себя вам. Несмотря на то, что все это именно так, все же было бы неправильным думать, что наши эмоции — это и есть мы. И вы и я — нечто гораздо большее, чем наши с вами эмоции. У нас есть всякие страхи, но сами мы представляем собой нечто большее, чем страх. В нас возникает чувство гнева, но мы являемся чем-то большим, чем наши проявления гнева. Мы обладаем сознанием, способным познавать новое, принимать решения, давать оценку тем или иным событиям или вещам. У нас есть, кроме того, всевозможные желания, есть сердце, чтобы кого-то любить и кому-то принадлежать, жить для кого-то, быть кому-то верным. Рекомендую в связи с этим прочесть мою книгу «Почему я боюсь вам сказать, кто я?», где рассматриваются вопросы о согласовании эмоций с волей и разумом. Несмотря на то, что наши эмоции чрезвычайно важны для коммуникации, они не являются для нас источником принятия тех или иных решений. Только те, кто остаются вечными детьми, целиком подчиняют свою жизнь эмоциям.

Кроме того, совершенно истинно и нуждается в постоянном напоминании, что когда я- делюсь своими чувствами на очень глубоком, искреннем уровне общения, я действительно делюсь самим собой. Совершенно верно, что мои оценки, верования, жизненные цели гораздо важнее моих эмоций, но только тогда, когда я сообщу вам о своих чувствах в отношении к этим моим оценкам, верованиям и целям, вы сможете по-настоящему постичь, почувствовать мою уникальность. Совершенно верно, что моя любовь гораздо важнее моих чувств, но только тогда, когда я поделюсь с вами всеми теми чувствами, которые любовь вызвала в моем сердце, вы сможете увидеть и оценить мою любовь как нечто совершенно уникальное и неповторимое. Личность — это драгоценный алмаз, но гранями этого алмаза, раскрывающими его красоту и своеобразие, являются именно чувства. Без этих граней алмаз не может быть замечен и оценен по достоинству. Без чувств личность остается неузнанной.

3.7 Жизненные «пики»

В каждый момент нашей жизни мы испытываем множество различных воздействий и влияний. Конечно, в центре всего находится образ нашего собственного «я», но к этому

центру, как спицы к оси колеса, устремляются многочисленные силы и воздействия. Среди них всевозможные люди и события -нашей жизни, которые могут быть источником обогащения нашей личности. Однако люди, которые уже подвергались различным ударам судьбы и которые не хотят идти на риск новых переживаний и тревожений, в большинстве случаев стремятся защититься при помощи тех или иных защитных действий.

Мы осторожно фильтруем протекающую через нас реальность, стараясь отделить все силы и воздействия такого рода. Так что для большинства из нас жизнь как бы катится по некоей равнине. Сегодняшний день все больше начинает походить на вчерашний, а завтрашний на сегодняшний. Это состояние застоя, в котором ничего не остается, как подмечать очередные мелкие сенсации или коллекционировать вещицы, напоминающие о событиях прошлого, любясь ими, подобно тому, как старый футболист любит когда-то завоеванными трофеями. Это портрет человека, который живет только на 10%, путешествующего в автомобиле, в котором из 8-ми цилиндров работает только один.

Было бы бесполезным спорить с таким человеком, любой спор лишь только напугает его или рассердит, заставив пустить в ход враждебность, что будет, надо сказать, самым подходящим средством защиты. Скорее всего он скажет: «Да кто ты такой, в конце концов?» Занятия по сенситивности, столь популярные в 60-х годах, на которых применялись жесткие прямые атаки на такого рода защитные действия, в настоящее время рассматриваются скорее как опасные, чем полезные. Так называемые «поучающие» действия всегда приводят к «срыванию масок», оставляя людей перед голым фактом их неудачи или провала. Здесь имеется значительный риск того, что люди только еще глубже постараются уйти внутрь себя.

Избавиться от этой рутины, подняться над равниной обыденности, вырваться из этого умирания заживо можно только через жизненные «пики» коммуникации, общения. В конечном счете, от наличия или отсутствия этих «пиков» коммуникации зависит созидание или крушение отношений любви. Без этих моментов прорыва в новое и более тесное общение, во время которых достигается все большая прозрачность чувств, любовь может притупиться, чувства начнут «застаиваться», «заболачиваться», в отношении людей будут проникать скука и однообразие.

Я попробую описать, что я имею в виду под понятием жизненных «пиков» в отношениях людей, и приведу пример из собственной жизни. Прежде всего в случае жизненного «пика» один из двух людей открывается так, что становится призывом для другого так же раскрыться и перейти со своих прежних устоявшихся позиций на новые, оставить свои старые вычисления и перейти к новому жизненному опыту. Этот новый опыт будет включать в себя не только новое знание о партнере, но также, по прошествии некоторого времени, более глубокое знание и о себе самом, о своих способностях, обо всей полноте своей личности. Такого рода опыт производит в нас самих такие изменения, которые останутся в нас навсегда, и мы становимся более открытыми, более любящими, более живыми.

Поскольку эмоций являются тем, что определяет и открывает сущность моего «я», то я по необходимости должен открывать свои чувствования в момент наибольшего раскрытия, «прояснения» себя. Именно то, что я поделюсь с вами моими чувствами, даст вам счастливую возможность по-новому узнать меня, по-новому узнать и самих себя и так или иначе измениться под влиянием этих новых знаний. Возможно, это произойдет в контексте проявления любви с моей стороны по отношению к вам, но так или иначе это будет нечто чувственное или эмоциональное, что будет нести в себе заряд моего «я», передавать часть моего личного мироощущения. До тех пор, пока я не открываю вам моих чувств, вы лишь «проецируете» в отношении меня эмоции, принадлежащие вам самим. Например, если я расскажу вам о какой-либо моей неудаче, не описывая при этом достаточно подробно мои переживания, связанные с

ней, то вы будете представлять мою реакцию по аналогии с вашей собственной, окажись вы в подобной ситуации, но это всегда будет непохожим на то, что испытывал я сам. Если я не раскрою перед вами всей глубины моих переживаний, то вам никогда не удастся узнать, что же происходит во мне, и вы не сможете пережить жизненного «пики», о котором здесь идет речь.

Почему эти жизненные «пики» оказывают такое глубокое воздействие? Прежде всего потому, что отношения с самыми близкими людьми оказывают на нас трансформирующее влияние. Жизненные «пики» в общении с близкими как бы вливают новую жизнь в отношения. Когда вы открываете мне что-либо о вас, часть вас самих, ваши реакции на какие-то обстоятельства, ваши раны, полученные в результате тех или иных неприятностей, открываете вашу нежность или опасения и страх, словом то, о чем я до этого и не знал, мне в гораздо большей мере проясняется глубина вашего «я», тайна вашей личности. Я перестаю воспринимать вас как некую истину, не требующую доказательств, и оставляю наивную веру в то, что я знаю вас настолько хорошо, что нового уже не будет, как если бы вы совершенно не менялись с тех пор, как я впервые узнал и полюбил вас.

Во-вторых, эти моменты «пиков» помогают мне выходить за пределы моих обычных рамок. Пока я нахожусь внутри меня самого, для меня нет надежды на изменения. Это так же верно, как старое изречение, что мы не можем научиться ничему, пока мы говорим, а только тогда, когда слушаем. Заклечься в самом себе означает жить в маленьком, пустом и безнадежно скучающем мире, население которого состоит из одного человека. Здесь нет настоящего взаимодействия, а следовательно, нет ни роста, ни изменений. Когда вы открываете мне глубины ваших переживаний, вашего «я», это является для меня приглашением оставить свою занятость исключительно самим собой. Это призыв ко мне оставить скучное однообразие, производимое занятостью только самим собой. Когда это случается, то есть когда я выхожу за границы своего «я», дверь за мной захлопывается. Я уже никогда не смогу вернуться в этот жесткий, фиксированный, маленький мир. Возможно, такая драматизация рисует жизненный пик слишком апокалиптически, а изменения, которые возникают в результате его, могут показаться неправдоподобно резкими и глубокими. На самом деле изменения всегда происходят медленно, но сам факт изменений и надежда на трансформацию личности, тем не менее, вполне реальны.

Жизненный пик коммуникации можно сравнить с ситуацией человека, который целыми днями оставался дома один. Пока он был там, он ощущал полную безопасность. Не было никакой необходимости как-то взаимодействовать с другими людьми, которые могли бы ему чем-то угрожать или наносить какие-то душевные раны. Он знает, где что лежит, — вот ночная лампа, вот ванная, вот одеколон и т.д. В этом своем мирке человек максимально защищен от любых неприятностей. Однако целый мир за пределами его маленькой

квартиры для него потерян. Человек вроде бы живет, но не в полной мере. Он ходит, видит и дышит, но это не есть настоящая жизнь. И вот однажды человек выглянул в окно и увидел другого человека, который в этот момент испытывал сильное эмоциональное переживание. Это представляется столь интересным, столь захватывающим, что наш герой забывает о всех своих страхах. Он отпирает дверь и выходит навстречу другому человеку, и в этот момент любви и освобождения он вдруг реально узнает о существовании другого мира. Он полной грудью вдыхает свежий воздух. Солнечный свет и тепло впервые изливаются на него. И затем он узнает нечто еще. Заключенная в нем жизнь раздвинула свои границы. Он никогда не сможет вернуться обратно, остаться таким же, каким он был прежде, вести то же самое обедненное, ограниченное существование. Он больше не подходит для своего прежнего мирка, и все это только потому, что он вышел за пределы самого себя навстречу кому-то другому, вышел самым настоящим глубоким образом. Все прежние изменения его мира, его положения и предрассудки, которыми он в той или иной

степени жил, разом рухнули.

В пробуждении к жизни в момент жизненного пика люди всегда переживают драматические изменения, так как начавшиеся между ними новые отношения требуют все новой глубины и интенсивности. Возникает совершенно новая перспектива, в которой каждый видит другого.

Позвольте мне теперь поделиться моим собственным опытом такого рода. Около пяти лет назад врачи сообщили нашей семье, что наша уже пожилая мать, по всей вероятности, больна раком печени, который уже неоперабелен, и что нам следует ждать ее кончины. Для подтверждения диагноза врачи предложили небольшую диагностическую операцию, на которую мы согласились. Вечером накануне операции я в осторожной форме сказал матери о ее состоянии с тем, чтобы она могла встретить тайну смерти по-настоящему. Я сидел на краешке больничной койки, нервничал, но все же спросил, не хочет ли она исповедоваться. В Католической Церкви члены семей священников обычно исповедываются и причащаются у какого-нибудь другого священника. Однако из-за того, что моя мать жестоко страдала от артрита, получилось так, что в последние годы я поневоле стал ее духовником, и: случилось это лет за десять до описываемого здесь.

Я также должен сказать, что был младшим братом из трех детей моей матери, ее «бейби». И я всегда чувствовал это слово в ее голосе, когда она говорила со мной, и в выражении ее лица, когда она видела меня. За одним лишь исключением — когда она произносила свои «ангельские» исповеди. В этот момент я становился для нее «священником», «отцом». В этот момент она совершенно менялась в результате своей веры в меня, как представителя Бога. Из ее голоса совершенно исчезали малейшие нотки «бейби».

Итак, вечером накануне операции я услышал то, что могло быть, как я тогда думал, ее последней исповедью, и как всегда это было так свято, что для меня это было уроком скромности и самоуничужения. В заключение я как всегда сказал ей, что я приношу Богу ее раскаяние, а ей Божественное прощение. В меру моих способностей быть и с ней, и с Богом я чувствовал также, что должен передать ей некую Божественную весть, что-то такое, что Бог хотел бы сказать ей в этот момент, когда она готовилась предстать лицом к лицу со смертью. Я сказал: «Спасибо тебе. Спасибо тебе за все ночи, которые ты провела у постели больных детей, за все безмолвные молитвы, которые ты возносила о них, за все чаши холодной воды, которые ты терпеливо подавала, за одежду, которую ты шила и латала, за все бутерброды, которые ты готовила и завертывала в вощеную бумагу. Спасибо за все, что ты...» Она слушала внимательно и почти покорно, ведь я был ее «отец».

После разрешительной молитвы я опять стал ее ребенком. Она нежно обняла мою голову и нежно положила ее на свое плечо. Затем она приблизила губы к моему уху: «Джон, — сказала она, — не печалься обо мне. Если это произойдет не завтра утром, то в какое-нибудь другое утро, если не в этом году, то в каком-нибудь другом году. Да и папа уж так давно ждет меня. Я уже и сейчас вполне готова повстречаться с ним. А ты, ты призван к прекрасной жизни для Бога и для людей, которым ты служишь. Если ты будешь слишком печалиться обо мне, это будет отвлекать твой ум и твое сердце от твоей работы. Не позволяй этого, не печалься обо мне.

Помни, если это случится не завтра утром, это случится в какое-нибудь другое утро, и если не в этом году, так в следующем. Не печалься обо мне». И она поцеловала меня.

Все было похоже на то, что я переживал после смерти отца. Я снова и снова принимался плакать и не мог ничего сказать. Но на этот раз причина моих слез была в другом. В этот момент я вдруг узнал свою мать так глубоко, как никогда не знал до сих пор, — в момент, когда она смело выходила навстречу смерти, в момент, когда люди становятся обычно такими, какие именно они и есть на самом деле, ни больше, ни меньше.

Но вот все осталось позади. На этот раз Бог еще не призвал ее к другой жизни. Утром хирург, улыбаясь, вышел из операционной и сказал нам, что подозреваемая опухоль не обнаружена, и что причины плохого самочувствия матери будут легко устранены. Он сказал, что мы вскоре сможем увидеть ее в послеоперационном отделении больницы. Когда мы вошли в палату, то застали мать в сознании, хотя состояние ее было несколько эксцентричным. Сестра хотела причесать ей волосы, спадавшие на лоб, но мать была недовольна тем, что расческа касалась ее головы. Она даже стала выражать недовольство тем, что в ее палате нет телевизора. Казалось ничто, даже известие о ее скором выздоровлении не радовало ее. Я стоял в стороне и улыбался. «Вперед, старушка, вперед, — говорило мое сердце, — это пройдет. Твое сознание сейчас слегка затуманено, и тело перенесло операцию. Впереди жизнь с ее повседневными заботами и трудностями. Но есть большая разница. Прошлым вечером я узнал тебя. Я знаю, что живет за всеми этими словами, которые ты говоришь. Я знаю, что живет за тем временным поверхностным недовольством, которому ты не придаешь по-настоящему значения, — я знаю тебя. И я теперь всегда буду знать о тебе нечто такое, что будет делать все это недовольство и ворчание ничего не значащими. И однажды, когда ты действительно уйдешь, чтобы быть с Богом и с папой, я буду больше всего вспоминать то, что ты сказала мне вчера вечером, о чем ты тогда думала».

Как поется в одной песне: «Чтобы сказать о любви, нужно всего лишь мгновение...» Я не знаю, насколько точно я запомнил слова этой песенки, но я совершенно уверен, что глубина и продолжительность отношений любви будет зависеть от этих случайных мгновений, от этих встреч души с душой, которые я называю «жизненными пиками».

3.8 В состоянии конфликта

То, что я рассказал о своей матери, — приятный рассказ с приятным концом. Он, пожалуй, может создать неправильное впечатление, что диалог всегда протекает легко и неизменно заканчивается счастливым «жизненным пиком», после которого люди живут в счастье и довольстве. Это, конечно, не так. Не следует представлять себе диалог как болеутоляющую таблетку аспирина, а «жизненные пики» как молодое вино, которое, перебродив, обязательно станет прекрасным напитком. Решение стать на путь самораскрытия в диалоге может потребовать от вас всей смелости и веры в то, что вы готовы произвести смотр всему тому, что живет в вас. Каждый человек больше всего боится быть до конца признанным, раскрытым и в результате отвергнутым. Это наиболее универсальный страх, свойственный всем. Я подозреваю, что очень многие люди не слышат приглашения к диалогу, они отказываются обратиться к его благой вести, призывающей к поиску единства, а не счастья именно из-за этого страха. Мы все знаем, что это рискованно. Непонимание и отвержение ранит в любом месте, чего бы оно ни касалось. Есть и более глубокая причина: если я позволю выйти на поверхность тем чувствам, которые копошатся где-то в глубине моего «я», то вполне вероятно, что я утрачу само-уважение, само-принятие, в которых я так неизменно нуждаюсь. Гораздо легче участвовать в дискуссии, дискутировать проблему, так как я в этом случае всегда могу изменить свое мнение. И гораздо труднее обнаруживать свои чувства, потому что я каким-то образом инстинктивно знаю о том, что я тем самым раскрою то, чем я в действительности живу. Гораздо легче дать вам коробку конфет или коробку сигар, чем отдать вам себя самого в состоянии полной открытости. Нет никакого риска в том, что я даю вам коробку конфет, но когда я отдаю вам самого себя, то я отдаю себя целиком

на милость вашего понимания и желания принять меня таким, какой я есть. Гораздо легче быть страшно деловым, делая миллионы вещей для вас, чем спокойно сесть рядом с вами и правдиво поговорить о себе, о том, каков я на самом деле, что я в действительности чувствую по отношению к вам, поговорить о себе, о вас, о нашем прошлом, настоящем и будущем. Ведь в том-то все и дело, что пока я не приношу вам этого дара, я не даю вам ничего. И нет никакого другого секрета, чтобы сохранить любовь и возрасти в ней.

3.9 Лучше один раз увидеть ...

Если бы я мог сделать фильм о следующем совершенно правдивом случае, то он лучше всяких слов смог бы передать то, что я хочу сказать. Молодая пара подошла к точке развода. Муж, в целом очень хороший и благонамеренный человек, имел «слабость», которая беспокоила его с юности, но которую он тщательно скрывал как от своей жены, так и вообще от кого бы то ни было... вплоть до того вечера, когда он был арестован за свою «слабость», и все всплыло наружу.

В течение нескольких дней, последовавших за арестом, молодая жена и мать размышляла над сложившейся ситуацией и о том, что делать дальше. В конце концов она решила, что сложившаяся ситуация ей не по силам и что надо подать на развод. Она говорила, что она не может жить в состоянии полной неуверенности в будущем. Однако ее адвокат просил отсрочить ее бракоразводный процесс, поскольку, как он убеждал ее, возвращение ее мужа к нормальной жизни в гораздо большей мере зависит от ее способности принять его с Пониманием и любовью, чем от каких-либо других человеческих действий и каких-либо форм терапии. Она согласилась попробовать. Однако на протяжении последующих трех месяцев те же самые проблемы возникали вновь и вновь, хотя Дело и не доходило до арестов. За это время она приняла окончательное решение — только развод.

Когда они входили в кабинет адвоката по бракоразводным процессам, они шли, стараясь не приближаться друг к другу более чем на метр, тщательно избегая смотреть друг другу в глаза. В их голосах был едва сдерживаемый гнев.

«Я должна развестись. Я больше так не могу!»

«Если она хочет развода, она получит его. Я плохо себя чувствую и устал от ее бесконечных нападок. Она все время обвиняет...»

Это был очевидный случай вступить в дискуссию без предварительного диалога. Адвокат спокойно усадил этих двух рассерженных и обвиняющих друг друга людей и попросил их попытаться внести эмоциональную ясность в ситуацию, так, чтобы никто из них не осуждал, не обвинял один другого и не вспоминал того, что было. Он настаивал на непосредственном диалоге: пусть будут просто чувства.

Жена начала с того, что ее «центральный» чувством является ощущение ненадежности. Она говорила о том, что она думала, будто она знает своего мужа, но после того, как обнаружилась эта его странная слабость, которую он от нее скрыл, она видит, что это, увы, не совсем так. Она чувствует, что этой слабости принадлежит какая-то часть его личности, которая таким образом закрыта для нее, и у нее возникает чувство ревности. Она как-то даже персонифицировала эту его слабость и теперь видит в ней конкурента. Она чувствует, что еще могла бы постоять за себя, если бы речь шла просто о другой женщине, но здесь она чувствует себя бессильной. Она продолжала описывать это свое состояние ненадежности и неуверенности до тех пор, пока мы все достаточно живо могли представить ее переживания. Оба — адвокат и муж — смогли почувствовать самое существо переживаемого ею одиночества,

почувствовать всю мучительную боль этого состояния неуверенности и ненадежности. Затем адвокат попросил женщину так же подробно рассказать о других эмоциях, которые она переживала в течение всего этого времени, когда возникла эта проблема. Она рассказывала о своей печали, одиночестве, о своем разочаровании в себе из-за своей неспособности справиться с возникшей ситуацией. Она говорила о своем почти постоянном ощущении какой-то запутанности и страха перед будущим и о том, что, как ей кажется, развод даст ей возможность выйти из этого состояния. Она ощущала себя как ребенок, который бежит прочь от чего-то такого, с чем он не в силах встретиться лицом к лицу.

Судя по реакции мужа, было видно, что до этого он ничего об этом не знал. Гнев, с которым он смотрел на жену, сменился изумлением, а в широко раскрытых глазах было удивление и надежда. Примерно через полчаса после того, как жена начала столь живо описывать свои чувства, адвокат спросил у нее, было ли у нее чувство озлобленности, желание отомстить, отплатить мужу за все те неприятности и переживания, которые он ей доставил. Из глаз ее потекли слезы, когда она призналась, что каждый раз, когда она начинала думать о том, чтобы отомстить, отплатить мужу, ее тотчас же охватывало чувство сострадания, жалости, не говоря уже о симпатии. «Я никогда не смогла бы умышленно нанести тебе боль, — вырвалось у нее, — потому что я слишком люблю тебя». Ее муж был буквально потрясен тем, что он видел и слышал.

Затем он, в свою очередь, рассказал о своих чувствах, о своем главном ощущении стыда, о своем чувстве одиночества, отделенности от других людей. «Я слышал и читал о том, что и другие люди так же страдают моим недугом, но о моем случае никто не знал, кроме меня. Я чувствовал себя отделенным от всего человечества, я ощущал себя прокаженным, который выброшен из общества нормальных людей». Он живо рассказал о том, как он боялся того, что это может психологически передаться его детям, представляя, как эта несчастная склонность будет им доставлять те мучения, что и ему, делая их жизнь сущим адом. Он говорил о том, что когда такие мысли приходили к нему, чтобы терроризировать его сознание, он снимал детей с коленей и уходил от них.

В этой наиболее впечатляющей части его признаний жена положила дрожащую руку на его колено и с невыразимой нежностью проговорила: «Я с тобой, я останусь с тобой!» И тут как будто открылись настоящие шлюзы, и долго сдерживаемые эмоции потоком хлынули наружу, муж продолжал говорить, изливая весь накопившийся у него страх, стыд, одиночество и отчаяние. Наконец этот человек атлетического сложения признался в сильном желании, чтобы кто-нибудь взял его на руки, как маленького, чтобы он мог, не стыдясь, выплакаться, как маленький ребенок, который обитал где-то внутри его.

И вот в этот момент оба, муж и жена, встали, обняли друг друга и заплакали навзрыд. Когда слезы иссякли, им на смену пришел радостный смех, они глядели друг на друга с симпатией и сочувствием. Час назад они твердо решили расстаться навсегда. После состоявшегося диалога они держались за руки и смотрели друг на друга как люди, которых ничто не отделяет друг от друга. Они оба были добрые и славные люди, но почти ничего не знавшие друг о друге.

Эта история также со счастливым концом. Конечно, эти люди еще столкнутся со многими другими трудными проблемами, и возможно в будущем также будут возникать моменты, когда нить любви, связывающая их, будет готова вот-вот оборваться, но если они на опыте поняли необходимость диалога как оживотворяющего потока любви, то с ними все будет хорошо. Мишура всегда сможет быть обращена в золото.

Партнеры, вступившие в отношения любви, должны понимать, что разрыв отношений всегда происходит из-за эмоциональных причин. Они должны научиться делиться своими чувствами в условиях диалога, прежде, чем пытаться перейти к дискуссии. Они должны смело идти на риск открытости, помня о том, что искомое ими единство,

познание друг друга и взаимное принятие, которые только и могут принести ощущение счастья, будут, так сказать, конечным продуктом. У них должно быть желание трудиться для того, чтобы способствовать возникновению этих, в каком-то смысле, случайных моментов «жизненных пиков», которые оживляют, углубляют и трансформируют отношения любви. Имея такое устремление, они узнают величайшую тайну — тайну, как сохранить и умножить любовь.