

III

Мужчина и женщина

Есть ли в жизни что-то более захватывающее, чем любовь между мужчиной и женщиной? И мужчина, и женщина ориентированы на совместность. Большинство из них занимаются планированием и созданием семьи, чтобы передать свою любовь и новую жизнь дальше. Когда любовь реализуется в их физическом единении, возникающая в результате жизнь подвергается самому сильному формирующему влиянию. Никто не может появиться исключительно сам по себе. Уже только поэтому мы постоянно ищем эту другую часть, которой нам не хватает, чтобы стать целыми.

Женщина полноценна сама по себе, и все же без мужчины ей чего-то недостает. Так же и мужчина. Он полноценен как мужчина, и все же без женщины ему чего-то недостает. Во всех людях с самого рождения живет стремление к этой недостающей части и очень глубокая потребность в ней. И мужчина, и женщина стремятся обрести свою полноту. Что это означает? Душа ищет свой настоящий, истинный дом, а не просто приятное ночное развлечение, поскольку она стремится к внутренней, душевной полноте. Когда мы находим свое дополнение, мы получаем за это самое прекрасное вознаграждение. Каждая любовь — как новая жизнь.

Но это не так просто, как кажется. Поиск внутренней душевной полноты начинается лишь после первой фазы влюбленности. Первая фаза — самая романтичная и самая богатая на иллюзии. Мы чувствуем себя на седьмом небе. У нас полностью меняется обмен веществ. Наш мозг выделяет гор-

моны счастья. Из-за этого внезапно меняются весь окружающий нас мир и состояние нашего здоровья. Мы вдруг начинаем смотреть на мир сквозь розовые очки. Более того, нам кажется, что жизнь внезапно стала другой. Исчезают даже серьезные физические симптомы. А больные снова становятся здоровыми.

Новая любовь в самом деле поддерживает и стимулирует новую жизнь. В фазе первой влюбленности, которая, правда, не имеет ничего общего с глубокой, настоящей любовью, нас окрыляют счастье и радость. Мы пребываем в иллюзии и верим, что у нас по-настоящему хорошие отношения, в которых все идеально. Когда мы влюблены, время летит незаметно. Темы для разговора никогда не иссякают, а на своеобразие другого мы смотрим сквозь пальцы. В зависимости от уровня нашего сознания эта первая фаза может продолжаться от нескольких месяцев до года.

Только когда первый дурман влюбленности немного рассеивается, наступает фаза некоторого отрезвления. Время от времени мы начинаем замечать у нашего партнера мелкие недостатки. Но мы стараемся сразу отогнать надвигающиеся тучи. Будничная жизнь с ее повседневными требованиями иногда отрезвляет быстрее, чем хотелось бы. Мы обнаруживаем, что у нашего прекрасного принца тоже есть свой характер. И для принцессы его сердца доступ к его эмоциональному миру порой остается закрытым.

Это приводит к тому, что на передний план все чаще выступают собственные потребности. Мы замечаем, что другой не хочет и не готов исполнять наши желания. Времени, посвященного только друг другу, становится меньше, часы бесконечных разговоров случаются все реже. Крайне болезненно переживается наблюдение, что кому-то одному всегда удается настоять на своем. Остался в прошлом тот период, когда партнер угадывал желания по глазам и исполнял их. Теперь это чудесное время позади. Вскоре выясняется, что один больше нуждается в другом и больше от него зависит.

В повседневной жизни обычным делом становятся мелкие манипуляции и желание всегда быть правым. Все это имеет далеко идущие последствия для интимной сферы.

Иногда речь идет просто о том, как кто-то развешивает свою одежду, ставит свою обувь, оставляет в туалете пустую втулку от закончившегося рулона бумаги или не закручивает тюбик зубной пасты. «А это правда не нарочно? — задается вопросом другой. — Или он/она не уважает мои желания?» Все эти вызывающие раздражение вещи высказываются в форме упрека, без любви. Это приводит к небольшой борьбе, которая в душе набирает дополнительные обороты. А если после конфликта партнеры еще и не разговаривают друг с другом, то негативное чувство только усиливается. Это начало фазы борьбы за власть в отношениях. Нередко она переносится и в постель.

Вместо нежного поцелуя на ночь один молча поворачивается к другому спиной. Под предлогом головной боли один отказывает другому в сексе. Это самым негативным образом влияет на фазу примирения. Так прежние любовь и внимание за короткое время превращаются в отвержение. Если молчание длится по несколько часов или даже дней, то между партнерами вырастают невидимые стены. Наше сердце ранено, а мозг постоянно занят попытками разобраться, почему же мы не понимаем друг друга так, как мечталось. Со временем эти негативные эмоциональные фазы приводят к притуплению чувств. Мы находимся уже в начале позиционной войны и больше не готовы говорить на болезненные темы. Когда все разговоры сводятся только к самому важному и необходимому, любой обмен чувствами оказывается заблокирован и подавлен.

Никто не готов уступить и напрямую заговорить о том, чего он так хочет, чего он так ждет и на что так надеется. Такое поведение причиняет боль, хотя обычно эта боль живет внутри уже давно. Речь идет о знакомой боли. Каждое повторение подобных ситуаций причиняет боль, вызывает

фрустрацию и все большую внутреннюю отстраненность. Эта позиционная война вытягивает все силы и может привести к заключению постоянного пакта о ненападении. Однако главное остается незамеченным: насколько остывают и замораживаются за это время внутренние чувства. Потом случается так, что однажды вечером или в выходные у одного из партнеров вдруг появляется срочное дело. Другой находит себе группу единомышленников. И вдруг оказывается, что в этой компании ему лучше, что там его понимают лучше, чем дома. Хотя для друзей и окружающих пара продолжает делать вид, что все в порядке.

В таких ситуациях внутреннего одиночества и фрустрации доступ в отношения нередко получает кто-то третий. Все, что в начале так волновало и радовало с партнером, теперь продолжается с ним. Оба партнера и дальше живут в своем собственном мире, не подозревая о том, что другой все больше выходит из отношений. Тогда часто приходит понимание: все-таки мой партнер — не моя вторая половинка. Мне нужно продолжать искать настоящую родственную душу. Живя в своем собственном мире, каждый из партнеров приходит к выводу, что с этим человеком все нанесенные раны уже не заживут. В результате все чаще возникают мысли о расставании — на фоне таких произносимых в душе слов, как: «Я с этим мириться не стану. Я больше никогда в жизни не позволю себя унизить».

Что тут произошло? Рассудок, которым управляет эго, снова одерживает верх. Только он не знает точно, что нужно для того, чтобы жить по-настоящему счастливо. Он знает лишь одно: я не хочу быть слабее и не пойду на уступки, потому что с этим человеком все равно ничего уже не получится.

За этими мыслями часто следуют быстрые, необдуманные и необратимые поступки, за которыми стоит представление, что со следующим партнером с нами такого точно не случится. Жизнь идет дальше. И мы ищем нового счастья и но-

вой любви с человеком, у которого нет тех черт характера, что были у его предшественника. Для таких людей мускулистое тело с накачанным прессом или красивая грудь вдруг начинают представлять большую ценность, чем путь внутрь. Им важно скрыть собственную уязвимость и избежать глубоких эмоций. Чтобы себя защитить, они говорят друзьям: «Чего я только не пробовал. Но другой настолько другой, что ничего просто не могло получиться». Это доказывает только то, что ни один из партнеров не был готов и не готов сейчас отрефлексировать собственные переплетения и формы поведения. Так что и в новых отношениях особой задачей будет открытая и честная коммуникация. Они не разглядели борьбу за власть в своих отношениях. И отношения были принесены в жертву этой борьбе. Точно так же они не разглядели слепую любовь ребенка к своей системе. И шанс на счастливую, общую совместность был упущен.

Ребенок в нас

Каждый ребенок хочет сделать своих родителей счастливыми. В этом проявляется вся его слепая любовь. Она успокаивает сердце больше, чем его первые шаги на пути к личностному росту. Каждый ребенок бессознательно хочет стать таким же, как его родители. Мы называем прошлые переживания в партнерских отношениях опытом. И не осознаем того, что такие чувства и мысли укрепляют наши внутренние программы. А еще к ним добавляются весь приобретенный нами опыт, все травмы и страхи быть брошенными. Или мы постоянно заняты своим бессознательным желанием оказаться брошенными — чтобы в нас бессознательным образом продолжилась история наших предков. Никто из нас не осознает, насколько наши предки постоянно влияют на нашу жизнь, нашу повседневность и наше поведение.

С нами со всеми бывает так, что мы делаем то, чего не хотим, и не можем сделать то, что было бы нужно. И мы зна-

ем, что не оказались бы в этой точке своей жизни, если бы в совершенно определенной ситуации в прошлом повели себя иначе. Хотя сейчас мы об этом размышляем и жалуем о каких-то своих поступках, все равно и дальше остаемся заложниками судеб наших предков.

Почему мы так себя ведем? Потому что мы совершенно определенным образом обусловлены. Это программирование начинается еще до рождения. И еще более интенсивно продолжается в последующие дни, недели, месяцы и годы. То, что мы пережили, мы относим к собственному жизненному опыту. Это совершенно особые моменты, которые мы запоминаем на эмоциональном уровне и которые приводят к такому обуславливанию. Это означает, что мы установили эти программы примерно в 50 миллиардах клеток нашего тела, каждая из которых обладает памятью, сознанием, собственным обменом веществ и собственной иммунной системой. Что, в свою очередь, приводит к тому, что всякий новый опыт усиливает и увеличивает наши внутренние обусловленности. Они являются, так сказать, хранилищем всего, что мы когда-либо подумали, почувствовали и пережили.

При этом нам всегда стоит помнить о том, что в человеческом теле клеток больше, чем звезд на небе. Каждая звезда мерцает, и то же самое происходит с каждой клеткой нашего тела. Мы каждый день видим, как на небе сияет звезда. В процессе коммуникации посредством электрических импульсов каждая отдельная клетка тела передает свою информацию соседней клетке. Таким образом в нашем теле возникает мерцание нейронов. Но это еще далеко не все. Благодаря своему сознанию каждая клетка тела может реагировать на каждое наше чувство.

Научно доказано, что ни одно слово, сказанное нами самими или другими людьми, не остается в нас не услышанным. Можем ли мы тогда оправдываться тем, что мы сказали что-

то просто так, что мы совсем так не думали? Нет, это невозможно. Это означает, что каждое слово и каждое действие влияют на наше поведение, на нашего визави и вместе с тем на наши с ним отношения.

При этом мы упускаем из виду главное: мужчины и женщины совершенно разные. Мужчины хотят действовать, женщины хотят говорить. Мужчины хотят видеть, женщины — слышать. Но все-таки мужчина и женщина хотят, должны и обязаны каким-то образом сойтись, чтобы реализовать и исполнить свое предназначение, — или нет?

Во многих областях непохожесть мужчины и женщины проявляется особенно ярко. Ведь большинство женщин не знают, что мужчины не слушают, поскольку в этот момент находятся в своих мыслях где-то еще. Поэтому я рекомендую переспросить и убедиться: «Ты слышал, что я только что сказала?» И еще раз: «Ты действительно слышал? Повтори, пожалуйста!»

Очень скоро вы обнаружите, что он не воспринял сказанное целиком. Он просто был не здесь. Когда его отсутствие оказывается замеченным, он начинает оправдываться и может воспроизвести лишь приблизительный контекст. В этом нет ни злого умысла, ни признака нежелания. Конечно, он хочет. Просто мужчина не такой, как женщина. Мужчины хотят видеть, а женщины — слышать.

Еще один пример.

Она: «Достань, пожалуйста, масло из холодильника».

Он открывает дверцу, заглядывает внутрь: «Там нет никакого масла».

Она: «Есть! Посмотри на второй полке, масло там».

Он: «Нет!»

Она подходит, берет с полки масло и говорит: «А это что?»

Он: «А, да, а я не увидел».

Вот почему будет лучше всего, если женщина спросит: «Что я тебе сейчас сказала?» Гарантирую: он не сможет точно воспроизвести содержание сказанного. Разве что примерно.

Поэтому в отношениях женщине всегда стоит удостовериться, что ее партнер действительно воспринял то, что она только что ему сказала. Обычно его мысли находятся где-то еще. Он — визуал с туннельным зрением. Но разве это причина для постоянных ссор? Конечно же, нет. Кто однажды понял принципиальные различия между мужчиной и женщиной, перестает постоянно ворчать и предъявлять претензии.

Некоторые люди хотят в отношениях только одного — гармонии. Часто это значит просто не затрагивать неприятных, проблемных ситуаций. Мужчины часто отказываются задаваться вопросами по поводу произошедшего. Если сказать мужчине: «Мне нужно с тобой поговорить. Давай выберем время», этим можно сразу вызвать у него стресс. Не секрет, что мужчинам очень трудно говорить о своих чувствах. Как только они замечают, что разговор уходит на глубину, уклоняясь, они переводят его на другую тему. Они называют это «желанием гармонии». Это настолько раздражает женщину, что она расценивает это как поверхностность. Она часто не понимает, что он просто хочет избежать боли, что он не хочет с ней встречаться и потому готов даже на сомнительные компромиссы. В наше время большинство женщин больше не согласны мириться с таким поведением. Из-за этого мужчины чувствуют себя загнанными в угол, что в свою очередь порождает новые конфликты. Гармония — это не согласие. Для согласия нужно нечто совсем иное.

Но мужчина устроен по-другому и в еще одном отношении: он гораздо быстрее находит подходящую ему женщину. Женщины же ищут чего-то совершенно особенного. Они ищут того, что уже заложено в них как семя. И им не приходится долго об этом размышлять.