

«Правила» любви

Пожалуй, ни одна другая тема не занимает так часто и так интенсивно наше МыслеЧувствование, как тема *любви*. Нет ни одного романа, ни одного фильма, где эта тема не была бы затронута и драматургически обыграна.

С другой стороны, ни одна другая тема не вызывает у нас столько головной боли и проблем, ведь для того, чтобы по-настоящему *жить любовью*, этому нужно учиться.

Попробуем начать с помощью своего рода «правил».

1. Влюбленность – это прекрасное опьянение, единственное полезное и неопасное.

Мы влюбляемся в людей, животных, страны и культуры, ландшафты и предметы, которые мы воспринимаем с помощью наших органов чувств, но давайте ограничимся в дальнейшем только любовью между людьми.

Для того, чтобы влюбиться, необходимы всего лишь доли секунды: нас очаровывает милое лицо, привлекательная фигура, голос, а, может, сценическое выступление или доклад того или иного человека. Как только у нас появляется возможность, мы стараемся с помощью остальных органов чувств (например, с помощью обоняния и осязания) ближе узнать другого, чтобы закрепить и подтвердить первое впечатление. Нас начинает тянуть к этому человеку. Нам кажется, что мы на небесах, мы предаемся мечтаниям, становимся, возможно, несколько забывчивыми и небрежными по отношению к другим вещам и делам, концентрируемся на «объекте» нашей влюбленности и пытаемся переживать, ощущать это чувство изо всех сил, а по возможности – даже все более и более интенсивно. Влюбленность, может, станет затем любовью.

2. Любовь – подарок на время.

Но при этом нам не стоит забывать, что любовь, особо глубокая дружба, – это *подарок на время*, то есть, никто не может дать нам гарантий, как долго продлится эта любовь. И даже самые возвышенные клятвы в любви (или даже помолвка и свадьба) не могут рассматриваться как гарантии того, что эта восхитительная любовь будет продолжаться вечно. Потому что любовь хрупка и нежна, она не хочет погрязнуть в ленивой привычности и должна постоянно переживаться и проживаться как взаимный подарок.

3. Любовь – это не право на собственность.

Тот, кто полагает, что он, основываясь на определенной культуре или религии, может приобрести право собственности на другого человека, опоздал со своим появлением на свет на пару столетий.

Другого следует воспринимать в его свободной автаркии и как партнера – товарища на совместном отрезке жизни, не более и не менее. Для этого следует интересоваться интересами и склонностями другого человека, уважать их и, может быть, также разделять, но не навязывать ему свои образцы поведения и мнения.

4. Любви, как ремеслу, следует учиться.

Тому, кто хочет разделить свою жизнь (и ее содержания) с другим человеком, следует понимать, что сюда также относится уважение к иному опыту и мнениям, которые до сих пор, возможно, были нам не знакомы и которые нам не нужно было принимать во внимание. Часто в своей влюбленности мы не замечаем причуд и странностей другого. Но, по меньшей мере, тогда, когда влюбленность развивается в продолжительную любовь, нам вдруг бросаются в глаза эти иные взгляды и образ жизни, причуды и особенности. Необходимо учиться обращаться с ними, ведь

5. Любовь нужно подпитывать, чтобы она жила и становилась и оставалась сильной.

Лишь в той мере, в какой мы можем приноравливаться и объединять собственные взгляды и образ жизни с взглядами и образом жизни любимого существа, эта любовь будет оставаться крепкой и сильной и переживаться как таковая. Лениость, в которую, как многие полагают, можно завалиться после первого упоения влюбленностью, опасна и со временем может стать смертью для всякой любви.

6. Любовь – это внимательность и нежность, ответственность и понимание, уважение и тепло.

Любовь – это не «отпуск для чувств» (иначе это лишь флирт или интрижка). Если мы хотим проживать и переживать любовь в течение продолжительного времени, за ней необходимо постоянно заботливо ухаживать – как за цветком, от которого хочется получить не только краткосрочную радость, как от срезанных цветов, используемых как украшение лишь в течение нескольких дней.

Тот, кто обращается с любовью небрежно, ограничивает и душит ее, позволяет ей увядать и чахнуть, вместо того чтобы бережно заботиться о ней.

7. Каждая любовь – единственная в своем роде, но не единственное, что есть в жизни.

Взаимную любовь следует защищать от парализующей изоляции, которая возникает, когда два человека фиксируются только друг на друге и ни один из них не предоставляет другому свободу для проживания других интересов. Ничто, в том числе ни один человек, не может быть настолько всеобъемлющим в своих интересах и любопытстве, чтобы он мог и хотел концентрироваться только на одном человеке. Это означает, что любимому существу необходимо предоставлять свободу для других интересов, деятельности, увлечений, в том числе для других людей, и не обязательно самому все это разделять с ним. Тот, кто рассматривает любовь как взаимное обязательство интересоваться лишь тем, что увлекает партнера, ограничивает тем самым как свой собственный горизонт, так и мир переживаний другого. Стесняемая таким образом любовь рано или поздно потерпит крах.

8. Самые большие враги любви – лень и привычка, ведь любовь живет за счет особенного.

Позволять другому иметь также свои интересы и ценности, которые не обязательно будут соответствовать нашим собственным, означает давать ему свободу самостоятельной жизни. Лишь тогда, когда каждый в любви признает за другим право на собственную жизнь и переживания, любовь остается тем особенным, что можно тогда с наслаждением и нежностью и всегда неповторимым образом переживать друг с другом. Взаимное «запирание на засов», ревность ко всем и каждому, с кем еще общается любимый/любимая, пробуждает естественное стремление к личной свободе и очень быстро приводит к охлаждению чувств по отношению к тому человеку, со стороны которого мы чувствуем себя заключенными под стражу. Любовь хочет, чтобы ее постоянно оживляли и ощущали заново.

9. Остерегайтесь ревности, зависти и ненависти.

Эти три «сестры» – верная смерть для всякой любви. Ревность – это вовсе не признак любви, а смесь из *страхов потери* и собственных *комплексов неполноценности*. Зависть по отношению к другим людям и ко всему, чем еще занимается любимый человек, и ревностное преследование любимого рано или поздно приводят к недоверию, упрекам, подозрениям и, в конце концов, к ненависти и смерти любви.

Вместо этого нам следует всегда со вниманием и заботой давать пищу любви, позволять ей цвести и расти – без всяких условий и притязаний на владение.

10. Любовь – это «десерт жизни», не стоит им объедаться.

Любовь – не для *всеядных* («гурман»), она – для *наслаждающихся* («гурмэ»).

Любовью следует наслаждаться порциями, не сводя ее к повседневным «продуктам питания». Любовь не должна и не может делать нас слепыми по отношению ко всему

происходящему вокруг нас – в том числе по отношению к остальным людям, с которыми мы делим нашу профессиональную и частную жизнь, свободное время и увлечения. Тот, кто действительно любит, от всего сердца позволяет другому заниматься всем тем, что его/ее занимает, чтобы затем делить друг с другом, пожалуй, самое прекрасное, что только есть на этой планете, – любовь!

P.S.: Поскольку никто из нас не рождается «мастером любви», мы и в этом «ремесле» поначалу совершаем достаточно много ошибок. Не проблема! И не повод, чтобы сдаваться! Открытые разговоры с партнером, но также со старшими друзьями и людьми, являющимися для нас образцами, могут при этом помочь.

И даже конец «Большой Любви» – это не конец света! Шанс, что два человека встречаются в определенный момент своей жизни и затем с одинаковой скоростью и в одинаковом направлении одинаково развиваются в течение десятилетий, минимален. А значит, в жизни постоянно будет появляться новая «Большая Любовь». Это увлекательно, интересно и совершенно естественно.

*) Побуждение составить эти «правила любви» возникло у меня на одном из занятий в 11-м классе школы № 4 г. Калининграда, Россия.

Ханс-Вольф Граф
Перевод с нем. М. Назаровой

