



Семь мифов о любви

Вам знакома эта история? Она одинакова для нас всех. Возможно, не всегда именно в такой последовательности. Мы все усваиваем определенные представления о любви и счастье. Это заставляет наши сердца чувствовать, что они разбиты, заблокированы, заморожены, пусты, расколоты, что они завяли, и их украли. Это история о том, как ваше сердце (ваше сознание) постепенно отравляется рядом ложных представлений, мифов о любви, которые уведут нас все дальше от самой любви.

Эти мифы нам передают по наследству, и мы так же можем оставить их после себя, если не задумаемся. Вот основные мифы, которые развиваются и разрастаются в нашем сознании и по большей части правят нашим миром, хотя мы об этом и не подозреваем.

Миф первый: любовь необходима

А вы уверены?

Мы часто слышим: «Все, что нам нужно, — это любить, быть любимыми и знать, что мы любимы». Но это не так. Если здесь и есть какая-то «необходимость», то она заключается в том, чтобы дарить любовь, что попросту значит дарить себя, поскольку любовь — это то, чем мы являемся. Но вы об этом не





Часть I.
История любви

узнаете, пока не откроете и не подарите свое «Я» (а не свое тело!) чему-либо или кому-либо, не испытывая не малейшей потребности в ответной реакции. Часто это называют «бескорыстной любовью».

Дарить что? Не особо важно. Это может быть время, внимание, подарок, мудрость, указание, что угодно. Важно не «то, что вы дарите», а само стремление. Это не то видимое, что дарят, а то невидимое, что предлагают. Интуитивно мы понимаем, что стремление любить никогда не сопровождается желанием ответной реакции. Стремление любить заключается только в том, чтобы расширять, связывать и бить струей. Настоящая любовь никогда не бывает частичной. К ней нечего прибавить. Поэтому она ничего не ищет и ни в чем не нуждается. Любовь — это не объект. Она неотделима от вас, меня, нас. Она и является вами, мной, нами. Лишь язык слов может сделать из любви нечто похожее на объект, что-то отдельное.

Если любовь «волнуется» о чем-либо, так это о том, чтобы приносить счастье другим. Просто нужно время для того, чтобы понять, что «другие» могут по-настоящему быть счастливы лишь в том случае, когда они понимают, что тоже являются любовью, и что лишь свобода от любых потребностей позволяет узнать любовь и стать ею. Лучший подарок, который вы можете преподнести другому человеку, это то, что вы сами являетесь любовью, что равносильно тому, чтобы «быть собой». Благодаря этому другой человек также может понять, что он является любовью, поскольку вы укажете ему путь. Однако, как мы увидим, «быть собой» не так просто, как кажется.





МАЙК ДЖОРДЖ
ЛЮБОВЬ ИЛИ ИЛЛЮЗИЯ?

По крайней мере, раз в год вы идете в магазин, покупаете подарок и дарите его какому-то важному человеку, говоря: «Это тебе от меня с любовью». И в этот момент вы понимаете, где всегда живет любовь. Не в магазине (как нам хотелось бы!), не в подарке, и даже не в упаковке или открытке, а в том, что вы дарите кусочек себя. Возникает очевидный вопрос, почему мы тратим жизнь на поиски во внешнем мире того, что уже есть у нас внутри? К этому вопросу мы вернемся позже.

Единственный способ «узнать» любовь заключается в том, чтобы дарить ее, и это то же самое, как если сказать, что единственный способ «узнать» заключается в том, чтобы дарить себя. В этом случае становится очевидно, что любовь не «требуется», просто потому что и «ваше я», и «любовь» являются единым целым. И ни одно из них никогда не закончится. Однако, не нужно думать о том, чтобы «дарить». Если нам приходится думать о том, как «дарить любовь», то это вряд ли будет искренним чувством. Но это лучше, чем вообще ее не дарить.

Часто мы дарим любовь, потому что от нас этого ждут или нас научили тому, что мы «должны». Часто мы исходим из обычая или традиции, или даже просто из привычки. Но это не любовь, а лишь ритуал. Иногда мы дарим любовь с улыбкой и объятиями, но если это сопровождается хотя бы малейшим желанием признания или ответной реакции, то вы уже не дарите, вы по-прежнему хотите и берете. Ложное представление о том, что любовь требуется, остается с вами. А за ним находится еще более распространенный миф о том, что любовь можно «приобрести».





Часть I.
История любви



Отдавать всегда так утомительно!

Некоторые люди считают, что они только и делают, что дарят, дарят и дарят, и это весьма изнурительно и утомительно. Это значит лишь то, что «настоящей любви» еще нет. Пока сердце напрягается для того, чтобы любить, голова думает: «Ты все время берешь что-то у меня. Но почему тогда не отдаешь ничего взамен? Почему ты не признаешь то, что дарю тебе любовь?» Если присутствует малейшее желание получить что-либо взамен, то вы не дарите, а берете. За видимым выражением щедрости скрывается «желание» приобрести. А любовь ничего для себя не желает. Именно стремление «получить» что-либо кроется за жестом дарения и наводит на негативные мысли при отсутствии ответной реакции. Вот почему на самом деле вы чувствуете изнурение и истощение. Одним из верных признаков того, что энергия любви струится, является то, что она никогда не станет утомительной, а может лишь дарить энергию и силы.

Миф второй: любовь можно приобрести

Так ли это?

Единственной настоящей энергией в жизни, которую нельзя приобрести, является любовь. Почему? Потому что вы и являетесь этой энергией. Вы не





МАЙК ДЖОРДЖ
ЛЮБОВЬ ИЛИ ИЛЛЮЗИЯ?

можете приобрести собственное «Я». Вы не можете приобрести собственное сердце. Вы не можете приобрести то, чем уже являетесь.

Любовь — это не внешняя энергия, которую вы можете «получить», «удержать», «сохранить» и «использовать» в дождливый день. Эту истину не понимают большинство людей, ищущих любовь. А без нее любой поиск обречен на неудачу. Связывание любви и романтики лишь укрепляет этот миф, поскольку учит нас тому, что любовь в жизни возможна лишь в том случае, если вам удастся найти подходящего человека. Представление о том, что, когда вы его найдете, он станет «истинным источником» любви в вашей жизни, приведет к тому, что вы пойдете по ложному пути, то есть наружу и прочь от своего собственного «Я».

Во многих школах психологии и психиатрии считается, что детям необходимо приобрести любовь от своих родителей. Но это не так. Они не могут этого сделать. Ошибочно полагать, что можно «получить свою любовь» от матери и отца. Вы можете стать ее объектом, но не получить ее! Истинная роль родителей заключается не в том, чтобы отдать любовь ребенку, а в том, чтобы «быть для него любовью». «Быть любовью» первично по отношению к «дарить любовь». Быть любовью и есть дарить ее. Если родители будут любовью в любой ситуации и в любых отношениях, ребенок научится, например, быть любовью и отдавать себя самым чистым, невинным и бескорыстным способом. К сожалению, большинство детей не знают этого, поскольку их родители были





Часть I.
История любви

сами научены, а теперь учат их обратному — тому, что любовь «необходима», и что ее нужно «приобрести» от кого-то другого, что объясняет, почему лишь немногие из нас понимают, что любовь — это и есть мы.

Внушая детям, что они нуждаются в родительской любви, мы развиваем в них зависимость, одну из основ дальнейших страданий. Показывая ребенку, как быть любовью, что означает то же самое, что и быть собой, мы закладываем основу свободы. Что еще более пагубно и вредно, так это то, что родители часто стремятся передать унаследованное ими самими мнение о том, что вы не приобретаете любовь от других, что вы сами также не должны дарить любовь, которой вы являетесь. Для духа, которым мы являемся, это равносильно смертному приговору. Не смерти в буквальном смысле, не концу, а смерти нашей способности делать то, для чего мы предназначены, а именно — дарить, излучать, разделять, расширять, связывать... бескорыстно.

Представление о том, что не следует дарить любовь, пока не приобретешь ее, несет в себе попытку убить любовь. Это форма духовного суицида, происходящая из незнания любви. Это не значит, что родители не должны дарить своим детям любовь, наоборот, должны, гораздо больше, чем другие. Но это не действует, если родители путают «привязанность» с любовью. Когда эта ошибка передается детям, она не только служит началом нашей личной «истории игрушек», но, если будет усвоена, также уменьшит нашу способность любить («быть самим собой») на всю оставшуюся жизнь. Пока вы не поймете разницы между привязанностью и любовью, счастье





МАЙК ДЖОРДЖ
ЛЮБОВЬ ИЛИ ИЛЛЮЗИЯ?

будет невозможно. В мире, где «любовь» и «привязанность» уже так долго неразрывно связаны друг с другом, это разделено провести весьма непросто.



Быть и делать

Хотя прежде всего любовь является состоянием, чистым стремлением, она также делает, творит, но лишь в том случае, когда источник любви, существо («Я») считает себя «тем, кто является», а не «тем, кто делает»! Сейчас большинство из нас учатся строить свою личность вокруг своего занятия, конкретных действий, положения или звания. Чаще всего мы ассоциируем себя с положением или званием в организации или семье (родитель/ребенок, старший/младший). Но пока мы ассоциируем себя с тем, чем занимаемся, мы не сможем узнать любовь, дарить ее и стать ею. Мы всегда видим себя как начальников и подчиненных, а любовь не является ни тем, ни другим. Любовь ни «смотрит вниз», ни «смотрит вверх» на других. Поэтому те, кто существуют в подобной системе, чувствуют себя неуверенно в присутствии любви.

Миф третий: вы влюбляетесь

Почему бы и нет?

Этот миф трудно «увидеть», поскольку он проник практически во все романтические формы всех времен.





Часть I.
История любви

Но на самом деле вы не можете «упасть в любовь». Настоящая любовь никогда не выглядит как падение, никогда не представляет собой спуск. В реальности это обычно страстное увлечение, одержимость и привязанность, которые и называют «влюбленностью».

Одним из доказательств присутствия любви в отношениях является отсутствие страстного увлечения, одержимости и какой-либо привязанности. В них нет чувства падения, есть лишь ощущение «приподнятости». Нет ощущения ограниченности, лишь истинное чувство свободы в отношениях. Нет «жара», лишь прохлада и сила, которые выдерживают любые обстоятельства и события.

Вы никогда не сможете «влюбиться» в буквальном смысле, ведь вы уже есть и всегда будете «в» любви, поскольку вы всегда были и будете «в» своем «Я». Любовь и истинное «Я» являются единым целым. Но если вы, как большинство из нас, не понимаете этого, это может напоминать падение в свое «Я», в свое истинное «Я». Но это не падение, а скорее пробуждение, за которым следует настоящее понимание себя. Иногда это называют самореализацией.

Вот три вещи, которые могут произойти, когда вы считаете, что влюбились в кого-то. Порядок может быть другим.

Первая происходит исключительно в пределах вашего сознания. Вы создаете идеализированный образ другого человека в своей голове, а затем теряете свое «Я» в этом образе. Поэтому вы не можете думать ни о чем, кроме этого человека. Поэтому вы теряете аппетит, не хотите больше ни с кем





МАЙК ДЖОРДЖ
ЛЮБОВЬ ИЛИ ИЛЛЮЗИЯ?

разговаривать, сбиваете режим сна. Вы привыкаете дарить свое внимание, себя, образу другого человека, находящемуся в вашей голове.

Потеря своего «Я» в собственноручно созданном, идеализированном образе другого человека не является любовью, это лишь привязанность, которая зачастую становится страстным увлечением. Совершенно точно эта иллюзия рано или поздно разрушится. Обычно это происходит, когда другой человек делает что-то, противоречащее вашей идеальной картинке. Но даже в этом случае вы продолжаете идеализировать его, несмотря на то, что ему не удалось оправдать этот образ. Поэтому вы можете заметить, и это довольно странно, что вы любите человека еще больше, если его нет с вами! Но, естественно, это не настоящая любовь, это просто «идеализация».

Вторым аспектом мифа о влюбленности является ощущение того, что когда вы находитесь на большом расстоянии друг от друга, вы можете чувствовать присутствие этого человека. Этот эффект объясняется обменом психической энергией, тонким видом общения между двумя людьми, двумя существами, излучающими энергию. Каждый усиленно и часто думает о другом. Каждый подхватывает психические вибрации другого. Иногда эта передача может быть удивительно точной, когда конкретные мысли одного кристаллизуются в голове другого. Или же это может быть сильное ощущение присутствия другого человека. Здесь тоже нет ничего нового, возможно переходить границы физического общения и использовать более высокие и тонкие уровни общения и связи с





Часть I.
История любви

другим человеком на более высоком и тонком уровне. Животным это удастся гораздо лучше!

Третьим аспектом иллюзии «падения» является «близость физического присутствия». Существует определенный уровень комфорта в присутствии другого человека, который позволяет вам быть совершенно открытыми и уязвимыми. Это означает, что вы чувствуете себя в силах разрушить все те стены, которые многие годы строили вокруг своего сердца.

Полная взаимная открытость представляет собой облегчение от постоянного напряжения, связанного с поддержанием этих барьеров. Вы осознаете это напряжение лишь тогда, когда перестаете поддерживать эти стены. Теперь вы можете поделиться всем, что есть в вашем сердце, в вашем «Я», в вашем сознании, всеми секретами и переживаниями, которые до этого были глубоко похоронены. Однако это не только облегчение, ведь когда вы делитесь, вы начинаете понимать, насколько мелкими и незначительными были эти вещи, начнете понимать свое «Я» с ясностью, которой невозможно достигнуть, пока вы не откроете свое «Я», пока не выразите (выжмете) свое «Я» другому человеку. Подобная абсолютная открытость другому человеку, являющаяся взаимной, создает то, что вы можете воспринимать как особые отношения. Это близкие отношения. Отношения, в которых идея близости полностью оживает, когда каждый посылает другому сигнал: «Зайди в меня и узнай меня». А когда они пускают друг друга внутрь, каждый из них входит в энергию другого, это то же самое что войти в любовь другого. Ощущение подобно





МАЙК ДЖОРДЖ
ЛЮБОВЬ ИЛИ ИЛЛЮЗИЯ?

падению в любовь другого, это оно и есть, но люди в восторге называют это «влюбленностью». Только это не падение, это скорее облегчение, возможно прояснение, иногда разрешение проблем, открытие, так что лучше это назвать терапией! Вот почему это никогда не длится и не может длиться. Вот почему всегда есть «медовый месяц». Конец этого периода обычно характеризуется одним из трех следующих событий.

Первым из них является то, что вы начинаете вновь возводить стены вокруг своего сердца, когда другой человек делает что-либо, что вам не нравится или чего вы не ожидали. Или же он заставляет вас слишком глубоко зайти в свое «Я», туда, где рана все еще свежа, а воспоминание все еще болезненно. Но, конечно же, вы не поймете, что сами являетесь причиной собственного дискомфорта, поскольку вы, скорее всего, снова поддадитесь старому, но пагубному ложному представлению о том, что это другой человек «заставляет» вас чувствовать это.

Вторым сигналом о том, что медовый месяц закончился, является просто успокоение отношений. Остается способность чувствовать себя комфортно в компании друг друга всегда и везде. Подобно туфле, идеально подходящей для вашей ноги, вы нашли человека, с которым чувствуете себя совершенно комфортно. Затем этот комфорт становится комфортной зоной. Зоной, где не все идеально, но пока лучше ничего нет, да и к чему вам кто-то другой, с кем опять придется проходить через это «открытие». А возможно, что с новым человеком вы через это проходить не будете, и поэтому у вас не будет такой яркой





Часть I.
История любви

«истории отношений», за которую можно держаться и с которой можно себя ассоциировать. Некоторые люди поддерживают отношения лишь потому, что вместе они создали некую историю. В эту историю входит изначальный терапевтический эффект, который сам по себе запомнился как некое освобождение, дарованное, как казалось, другим человеком, но на самом деле было лишь упрощено им.

Третьим сигналом об окончании медового месяца является осознание того, что любовь гораздо больше, чем отношения пары людей, что царство любви нельзя назвать царством двоих. Когда настоящая любовь полностью познается, становится очевидно, что она гораздо больше, чем одни отдельно взятые отношения, даже если они распространяются на физическую семью.

Любовь — это универсальная энергия, и она нуждается в универсальном применении, если ее необходимо всецело познать, понять ее силу и увидеть ее красоту. Похоже, что в каждом из нас есть это врожденное понимание, но мы теряем его в рутине и проблемах повседневной жизни. Если этому универсальному ощущению присутствия любви будет позволено раскрыться, исключительность каждого отдельных отношений может стать слишком ограничивающей и замкнутой, чтобы в них можно было существовать. В конце концов, это может привести к тому, что пути двух людей разойдутся, поскольку они захотят чего-то... неограниченного. Или же они могут попытаться сохранить отношения и осознать универсальность любви двух человек. Однако это может оказаться крайне сложным, поскольку любая





МАЙК ДЖОРДЖ
ЛЮБОВЬ ИЛИ ИЛЛЮЗИЯ?

привязанность подобна отрицанию этой универсальности, и в этом случае легко могут возникнуть новые стены. Или один из них поймет, что любовь больше, чем любые отношения двух людей, а другой не разделит его точку зрения.

Как могут подтвердить практически все, кто считает, что когда-либо влюблялся, медовые месяцы конечны. Это «падение» рано или поздно подходит к концу. Происходит посадка, но часто она бывает не слишком мягкой! Иногда в результате происходит полное отделение или просто возвращение к предыдущей реальности с новым взглядом в другую: «Ну, теперь я вижу, теперь я знаю, кто ты на самом деле». Образ рассеивается, и иллюзия рушится. В этот момент люди либо расходятся каждый по своему пути, либо вспышки настоящей любви рождаются из бескорыстного принятия другого человека, вне зависимости от того, что они говорят или делают, говорили или делали. Но, как мы увидим, весьма непросто подерживать бескорыстное принятие, когда всю жизнь мы учились ожиданию, критике и зависимости.

Из-за этих и других привитых нам привычек возникло современное выражение, описывающее близкие отношения под названием брак: «Над браком необходимо много работать». Но, возможно, работы требуют не отношения. Работать надо над тем, чтобы не позволить этим привычкам помешать энергии, которую мы привносим в любые отношения. Эти привычки указывают на отсутствие любви и присутствие злости и страха. Склонность к критике, осуждению и порицанию других людей указывает на то, что вы все еще ждете, что другой человек станет источником





Часть I.
История любви

любви для вашего «Я». Это распространенная ошибка, которая может в конце концов превратить любые отношения в нечто, напоминающее поле битвы.



Бескорыстный шок

Судя по всему, практически все признают, что настоящая любовь бескорыстна. Это значит, что в глубине души почти каждый человек знает, что настоящая любовь не накладывает никаких ограничений на заботу и разделение, или любую другую форму дарения любви. Любовь получает, а не берет. Она может не соглашаться или не мириться с чем-либо, но она всегда принимает. Это лежит в основе нашей способности отличать настоящее от фальшивого, но она никогда не судит другого человека. Обратите внимание, «где» вы принимаете и цените, и вы увидите, что любовь возникает вместе с вашим «Я». А если вы не можете «увидеть» свое «Я», вы заметите, что не можете увидеть любовь, лишь ее выражение и действие. Любовь невидима, как электричество. Если вы дотронетесь рукой до оголенного провода, вы испытаете электрический шок. Если вы осмелитесь обнажить свое «Я», открыть его, убрать все, что вы располагаете между собой и другими людьми, постарайтесь дарить себя бескорыстно, тогда и вы, и любой другой человек в вашем присутствии, скорее всего, почувствуете шок от бескорыстной энергии самой жизни, которой является любовь!

