

Бестселлер  
AMAZON

all love  
about

ВСЕ  
О ЛЮБВИ

БЕЛЛ ХУК

Trend. Psychology

белл хукс

**Все о любви. Как научиться  
любить и говорить  
с сердцем напрямую**

«Издательство АСТ»

2018

УДК 177.6  
ББК 88.37

**хукс б.**

Все о любви. Как научиться любить и говорить с сердцем напрямую  
/ б. хукс — «Издательство АСТ», 2018 — (Trend. Psychology)

ISBN 978-5-17-138770-9

белл хукс (Глория Джин Уоткинс) входит в десятку самых выдающихся активисток в борьбе за права женщин. Автор более 30 книг и множества научных статей, посвященных вопросам расы, класса и пола в сфере образования, истории, искусства и средств массовой информации. белл хукс часто упоминается феминистками как человек, который сформулировал более четкое определение термина «феминизм», который имеет множество разнообразных значений и толкований. Она однажды сказала: «Феминизм – это движение за прекращение сексизма, сексистской эксплуатации и угнетения». В книге «Все о любви» белл хукс предлагает новую этику для общества, которое не умеет любить. Для общества, которое страдает не от недостатка романтики, а от недостатка заботы, сострадания и единства. «Я пишу о любви с намерением заявить об опасности современного движения и призвать к восстановлению любви. Искушенная и вновь принятая, она возвращает нас к обещанию вечной жизни. Любя, мы позволяем нашим сердцам говорить». «Все о любви» – книга для тех, кто хочет научиться любить, а также изменить свои сердце и ум к лучшему. В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

УДК 177.6  
ББК 88.37

ISBN 978-5-17-138770-9

© хукс б., 2018

© Издательство АСТ, 2018

## Содержание

Предисловие	9
Введение. Благодать любви	10
Глава 1. Ясность. Определение любви	16
Глава 2. Справедливость. Уроки любви нашего детства	21
Глава 3. Честность. Любовь и правда	27
Конец ознакомительного фрагмента.	31

# белл хукс

## Все о любви. Как научиться любить и говорить с сердцем напрямую

© hooks bell, текст

© Издательство «АСТ»

\* \* \*

*«Настоящая книга скрывает в себе воодушевляющее подтверждение существования любви, а вместе с тем – критику относительно культуры нарциссизма и эгоизма».*

***Рецензия The New York Times***

\* \* \*

*«Достоин написанный трактат. белл хукс<sup>1</sup> предлагает глубоко личный и – в наш век психомуты – бессовестно честный взгляд на отношения».*

***Entertainment Weekly***

\* \* \*

*«Взгляд белл хукс отражает идеалистическое... честолобие и одновременно с тем затрагивает вопрос острой потребности в любви, присущей каждому человеку. Искренне выражая свою точку зрения, Хукс напоминает нам, что мы можем быть частью любящего сообщества».*

***The Philadelphia Inquirer***

\* \* \*

*«Обратите внимание: имя американской писательницы и культурного критика уже вошло в обиход... Работы белл хукс вдохновляют, просвещают, провоцируют. Она – козырь академического мира, блестящая феминистка, чей острый ум способен развеять самые современные научные предрассудки».*

***The Boston Globe***

---

<sup>1</sup> Здесь и далее имя автора указывается с маленькой буквы, согласно оригинальному тексту. (прим. ред.)

\* \* \*

*«Белл хукс представляет удивительный духовный трактат, выходящий за пределы научного знания и попадающий в самые глубины сердца».*

**Seattle Weekly**

\* \* \*

*«Каждая страница книги изобилует самородками мудрости, способными помочь читателю преодолеть страх перед близостью и потерей. Взгляд хукс на любовь представляет собой притягательную, оптимистичную альтернативу множеству книг, провозглашающих гибель любви в наше циничное время».*

**Publishers Weekly**

\* \* \*

*«Духовный справочник, не лишенный банальностей, но подкрепленный вдумчивым анализом, способным помочь осознать значимость или бессмысленность любви».*

**Kirkus Reviews**

\* \* \*

*«Как и любовь, эта книга стоит того, чтобы посвятить ей себя».*

**Toronto Sun**

\* \* \*

*«“Все о любви. Как научиться любить и говорить с сердцем напрямую” обещает стать одной из самых увлекательных, жизнеутверждающих книг года. Держите ум и сердце открытыми и приготовьтесь к преображению».*

**Black Issues Book Review**

*Свое первое любовное письмо я отправила тебе. По той же причине я написала и книгу: чтобы поговорить с тобой. Энтони, ты был моим самым преданным слушателем. Я всегда буду любить тебя.*

*В песне Соломона есть отрывок: «...я нашла того, которого любит душа моя, ухватила за него и не отпустила его...»<sup>2</sup> Так пусть же крепнет привязанность, вновь зарождается любовь, радость*

---

<sup>2</sup> Песня Песней, 3-я глава.

*и взаимопонимание. И примем мы друг друга такими, какие мы есть, лишенными фальши и притворства, обнаженными и не стыдящимися.*

## Предисловие

Когда я была ребенком, мне было ясно одно: без познания любви не стоит и жить. И хотела бы я прийти к столь важному заключению благодаря избытку любви в своей жизни, но, к сожалению, именно ее отсутствие показало мне всю глубину этого чувства.

У своего отца я была первой дочерью. Когда я родилась, меня приняли в этот мир с распростертыми объятиями. Меня лелеяли и оберегали, и я чувствовала себя желанной как на этой земле, так и в родном доме. По настоящий день я не могу вспомнить момент, когда впервые ощутила, что меня перелюбили. Я знаю лишь то, что в один прекрасный день меня просто-напросто перестали ценить. Те, кто раньше оберегал меня, в одночасье отвернулись. Отсутствие их признания и уважения пронзило мое существо, оставив в душе лишь глубокое опустошение.

Меня захлестнули печаль и отчаяние. Я не понимала, в чем я была виновата. Любые попытки исправить ситуацию ни к чему не приводили. Никакие другие взаимоотношения не исцеляли боль, оставленную первым предательством, первым изгнанием из рая любви. Долгие годы я жила в подвешенном состоянии, в ловушке прошлого, не имея сил двигаться в будущее. Как и любой страдающий ребенок, я хотела повернуть время вспять и снова оказаться в том моменте счастья, где я чувствовала себя любимой и ощущала внутренний комфорт.

Теперь же я знаю, что назад вернуться нельзя. Будущее – вот единственный путь. Мы способны найти любовь, которой так сильно жаждет наше сердце, однако сделать это возможно лишь тогда, когда мы отпустим тоску о давно утраченной любви: о той, которой нас лишили, когда мы были маленькими детьми и не имели голоса, чтобы заявить о потребности сердца. Все те годы жизни, когда я считала, что ищу любовь, я всего-навсего пыталась вернуть утраченное, вернуть свой первый дом и счастье первой привязанности. На самом деле я была не готова любить или быть любимой, потому что я все еще скорбела, цепляясь за разбитое девичье сердце, за разорванную связь. И только когда эта скорбь прошла, я снова смогла полюбить.

Пробудившись от состояния транса, я поразилась, что мир, мир настоящего, закрылся для любви. Я услышала и увидела повсеместные доказательства новых норм жизни. Отсутствие любви вошло в обычную практику. Я вдруг осознала, что наша нация отворачивается от любви с таким же рвением, с каким от меня отвернулись в девичестве. Отрекаясь, мы рискуем окунуться в духовную пустоту и больше никогда не найти дорогу домой. Я пишу о любви с намерением заявить об опасности современного движения и призвать к восстановлению любви. Искушенная и вновь принятая, она возвращает нас к обещанию вечной жизни. Любя, мы позволяем нашим сердцам говорить.

## Введение. Благодать любви

*«С сердцем можно говорить напрямую.*

*Эта истина известна большинству древних культур. Мы можем общаться с ним как с хорошим другом. В современной жизни мы настолько заняты повседневными хлопотами, что утратили важнейшее искусство – находить время для разговора с сердцем».*

*Джекс Корнфилд*

У меня дома на кухонной стене висят четыре фотографии. Много лет назад, когда я шла на работу в Йельский университет, где работала преподавателем, я увидела граффити. На стену здания яркими красками была нанесена надпись: «Поиск любви продолжается даже перед лицом великих трудностей». В то время, после разрыва со своим партнером, с которым я прожила почти пятнадцать лет, я часто пребывала в подавленном настроении. Глубочайшее горе было подобно океану боли, захлестывающему сердце и душу. Меня одолевало чувство, будто меня затягивало под воду. Я тонула и безуданно искала якорь, который удержал бы меня на плаву, я хотела выбраться на берег. Надпись на стене среди детских рисунков фантастических животных всегда поднимала мне настроение. Всякий раз, когда я проходила мимо стены, обещание любви, растянувшееся на целый квартал, дарило мне надежду.

Эти работы, подписанные именем местного художника, поистине тронули мое сердце. Вновь и вновь читая эти слова, я почувствовала, что художник тоже переживал жизненный кризис: вполне возможно, он уже столкнулся с потерей либо оказался на грани утраты. В своей голове я вела с ним воображаемые беседы о смысле любви. Я рассказывала о том, как его непринужденное творчество бросило мне якорь и помогло обрести веру в любовь. Он обещал, что любовь дождется каждого, и я поверила. Его слова вселили в меня надежду и вытащили из пропасти. Горе казалось мне тяжелой, безысходной печалью, вызванной расставанием со спутником жизни, с которым мы прожили довольно продолжительное время. Но что еще важнее – это отчаяние вылилось в идею, что любви не существует и ее невозможно найти. А даже если она где-то и таится, то где гарантия, что мне удастся столкнуться с ней на жизненном пути? Мне стало трудно верить в любовь, ведь куда бы я ни обратилась, страх затмевал желание любить.

Однажды по дороге на работу, предвкушая дневную медитацию о любви, которую обычно вызывал вид граффити, я, к своему ужасу, обнаружила, что строительная компания покрасила стену белой краской – настолько светлой, что под ней все еще можно было разглядеть черты оригинального рисунка. Расстроенная, что ритуальное утверждение благодати любви больше меня не приветствовало, я рассказала о своем разочаровании коллегам и друзьям. Вскоре до меня дошел слух, что граффити закрасили по той причине, что слова на стене посвящались носителям ВИЧ, а художник мог быть нетрадиционной ориентации. Возможно, это и так. Но не менее вероятно, что люди, размазавшие по стене краску, испугались публичного признания потребности в любви – желания настолько сильного, что его, вероятно, не только высказывали в рисунках, но и сознательно искали.

После долгих поисков мне все-таки удалось найти художника и пообщаться с ним о смысле любви. Мы поговорили о том, что общественное искусство является прекрасным средством обмена жизнеутверждающими мыслями, и выразили досаду, что строительная компания бездумно скрыла настолько мощное послание. Чтобы я не забывала о его работе, художник подарил мне фотографии граффити. С момента нашего знакомства, где бы я ни жила, я всегда вешала эти снимки над кухонной раковиной. Каждый день, когда я пью воду или достаю посуду из шкафчика, я сталкиваюсь с напоминанием, что все мы жаждем любви и ищем ее, даже если у нас не осталось надежды, что ее действительно можно найти.

\* \* \*

В настоящее время публичные дискуссии о любви проводятся не так часто. В лучшем случае мы сталкиваемся с популярной культурой – единственной сферой, где по-прежнему упоминается всеобщая устремленность. И хотя фильмы, музыка, журналы и книги остаются основными источниками, выражающими человеческую потребность в любви, во многом их послания не похожи на жизнеутверждающие рассуждения шестидесятых и семидесятых годов, призывавшие нас верить: «Все, что вам нужно, – это любовь». Сегодня наиболее популярны призывы о бессмысленности любви, ее неактуальности. Ярким примером культурного сдвига стала огромная популярность песни Тины Тернер с весьма смелым названием «При чем здесь любовь» (англ. *What's Love Got to Do with It*). Когда я взяла интервью у одной известной женщины-рэпера, по крайней мере лет на двадцать младше меня, меня поразил и одновременно опечалил ее ответ. На вопрос о любви она ответила с язвительным сарказмом: «Любовь? Что это такое? Я никогда не испытывала любви».

Современная молодежная культура к любви относится крайне цинично. Более того, этот цинизм проистекает из глубоко укоренившегося убеждения, что любовь найти невозможно. Обеспокоенный данной проблемой, Гарольд Кушнер написал в своей книге «Когда всего, чего ты хотел, недостаточно» (англ. *When All You've Ever Wanted Isn't Enough*): «У меня есть опасения, что мы вырастим поколение молодых людей, испытывающих страх перед любовью. Они не захотят посвящать себя партнеру, потому что видят, насколько это больно – рискнуть и столкнуться с неудачным финалом. Я боюсь, что, повзрослев, они будут искать близости без риска, удовольствий без значительных эмоциональных вложений. Они настолько испугаются боли разочарования, что откажутся от возможности любви и радости». И действительно, молодые люди относятся к любви весьма цинично, ведь цинизм – это великая маска разочарованного и преданного сердца.

Во время моих туров по стране с лекциями о необходимости искоренения расизма и сексизма слушатели, особенно молодые, приходят в волнение, когда я рассказываю о месте любви в движении за социальную справедливость. Действительно, все великие движения в нашем обществе делали сильный акцент на этике любви. И тем не менее молодые слушатели по-прежнему не хотят принимать любовь как преобразующую силу. Любовь для них – это наивность, слабость, безнадежная романтика. На самом же деле их отношение выливается из опыта взрослых, к которым они обращаются за объяснениями. Как представитель разочарованного поколения, Элизабет Вуртцель утверждает в своей книге «Стерва. Похвала жестким женщинам» (англ. *Bitch: In Praise of Difficult Women*): «Никто из нас не учится искусству любви – мы только страшимся ее все больше и больше. Никого из нас не наделили особыми навыками, соответственно любой наш неправильный выбор лишь усиливает чувство безнадежности и бесполезности любви». Ее слова перекликаются со всем тем, что я слышу о любви от старшего поколения.

Беседуя со своим поколением, я заметила, что слушатели начинали нервничать или даже бояться, особенно при упоминании недостатка любви. Иногда, когда я поднимала этот вопрос с друзьями, некоторые из них советовали мне обратиться к психотерапевту. Я понимала, что друзья, насытившись данной темой, полагали, что поход к психотерапевту даст им передышку. На самом же деле большинство из них просто испугались тех возможных открытий, с которыми они могли столкнуться во время исследования значения любви.

И все же, когда одинокая женщина старше сорока лет начинает разговор о любви, в сексистском понимании предполагается, что она «отчаянно» ищет мужчину. Никто даже не думает, что она всего-навсего интересуется данным вопросом или усердно занимается фило-

софией, пытаясь понять метафизическое значение любви в повседневной жизни. Нет, ее просто считают женщиной, следующей путем «рокового влечения».

Разочарование и всепроникающее чувство разбитого сердца заставили меня более глубоко задуматься о значении любви в нашей культуре. Стремление найти любовь не лишило меня здравого смысла или перспективы. Напротив, оно дало мне стимул больше думать, говорить, читать популярную и более серьезную литературу. Изучая работы на тему любви, я с удивлением обнаружила, что подавляющее большинство «авторитетных» книг, используемых в качестве справочных пособий или книг по самопомощи, написаны мужчинами. Всю свою жизнь я считала, что любовь – это прежде всего тема, над которой с большей отдачей размышляют женщины. Я по-прежнему придерживаюсь этого убеждения, даже несмотря на то что провидческие женские мысли по сей день не воспринимаются так же серьезно, как мысли и труды мужчин. Мужчины говорят о любви, но женщины чаще всего ее практикуют. Большинство мужчин полагают, что раз они получают любовь, то знают, каково это – быть любимыми. При этом нам, женщинам, кажется, что мы находимся в постоянной тоске, желая любви, но не получая ее.

В философском учебнике Джейкоба Нидлмана «Маленькая книга о любви» (англ. *A Little Book About Love*) практически все основные тексты, которые он комментирует, написаны мужчинами. В его списке значимой литературы нет книг, написанных женщинами. На протяжении аспирантуры, где я училась, чтобы получить докторскую степень по литературе, я припоминаю только одну женщину-поэта, которую превозносили как верховную жрицу любви – Элизабет Барретт Браунинг. И хотя ее считали второстепенной поэтессой, даже самый нелитературный студент среди нас знал начальную строку ее самого известного сонета:

«Как я тебя люблю? Скажу сейчас:  
Для достижения любви блаженной  
Душа летит за грани совершенной  
Естественности, видимой для глаз»<sup>3</sup>.

Но это было в дофеминистские времена. С началом современного феминистского движения греческая поэтесса Сапфо стала еще одной богиней любви.

В те времена на каждом уроке творческого письма мы разбирали исключительно мужские любовные стихи. К слову, партнер, с которым я рассталась спустя много лет совместной жизни, впервые выразил чувства именно с помощью любовного стихотворения. Он всегда был эмоционально сдержанным и совершенно не интересовался любовью ни как темой для обсуждения, ни как повседневной жизненной практикой. При этом он был абсолютно уверен, что идей в данном вопросе у него предостаточно. Я же, напротив, все свои попытки написать любовные стихи считала жалкими и сумбурными. Когда я хотела выразить чувства, слова меня подводили. Мысли звучали сентиментально, глупо, поверхностно. В детстве, начав писать стихи, я чувствовала ту же уверенность, которую во взрослой жизни замечала только у писателей-мужчин. Я думала, что любовь – это единственная тема, самая главная страсть. И действительно, мое первое стихотворение, опубликованное в возрасте двенадцати лет, называлось «Взгляд на любовь» (англ. *A look at love*). Где-то по пути, на переходе от девичества к женственности, я обнаружила, что женщинам о любви сказать почти нечего.

И тогда моей избранной темой стала смерть. Никто вокруг меня – ни профессора, ни студенты – не сомневался в способности женщины оставаться серьезной, думая и рассуждая о смерти. Все стихи в моем первом сборнике так или иначе связаны со смертью. Несмотря на это, первое стихотворение в книге «Траурная песня женщины» посвящалось потере любимого

---

<sup>3</sup> Элизабет Браунинг. Как я тебя люблю? Сонет 43 (перевод Вячеслава Чистякова).

человека и нежеланию уничтожать память. Я заметила, что размышления о смерти всегда приводили меня к любви. Я начала все больше задумываться о ее значении, по мере того как из жизни уходили мои друзья, товарищи и знакомые – иногда совсем молодые люди, смерть которых наступала внезапно. Приближаясь к сороковому дню рождения, я столкнулась с онкологией, которая, к сожалению, уже превратилась в обыденное явление в жизни женщин. Первым, о чем я подумала в ожидании результатов анализов, было: «Я не готова умереть. Я все еще не нашла любви, которой так жаждет мое сердце».

Вскоре после окончания вышеупомянутого кризиса у меня началась тяжелая, угрожающая жизни болезнь. Столкнувшись с возможной смертью, я стала одержима вопросом любви как в своей жизни, так и в современной культуре. Работа в качестве культурного критика предоставила мне возможность обращать пристальное внимание на все, что повествуют нам о любви средства массовой информации, особенно фильмы и журналы. В основном все они утверждают, что любви хочет каждый, но при этом мы остаемся в полном замешательстве относительно ее практической стороны. В популярной культуре любовь всегда является предметом фантазии. Возможно, именно поэтому большинство теоретических разработок принадлежит мужчинам. Фантазии – это неотъемлемая часть мужской жизни не только в сфере культурного производства, но и в повседневной практике. Мужская фантазия рассматривается как нечто, способное создавать новые миры, в то время как женскую фантазию приравнивают к бегству. Таким образом, роман остается единственной сферой, где женщины рассуждают о любви с некой степенью авторитетности. И все же, когда мужчины пишут роман, их труд вознаграждается гораздо больше, чем труд женщин. Книга «Мосты округа Мэдисон» (англ. *The Bridges of Madison Country*) служит тому ярчайшим примером. Если бы женщина написала сентиментальную, поверхностную историю любви (в которой, впрочем, есть свои плюсы), вряд ли она возымела бы такой успех, преодолев все границы жанра.

Конечно, книги о любви читают в основном женщины. И все же мужской сексизм не объясняет, почему книг, написанных женщинами, гораздо меньше. Очевидно, что женщины хотят и стремятся услышать, что о любви скажут мужчины. Кроме того, женское сексистское мышление приводит к идее, будто женщина и так знает, что скажет другая женщина. Такая читательница полагает, что она получит больше пользы, прочитав литературу, написанную мужчиной.

Раньше, читая книги о любви, я никогда и не задумывалась о гендерной принадлежности писателя, как и о том, в какой степени пол определяет его точку зрения. И только когда я начала думать и писать о любви в серьезном контексте, я вдруг заметила, что женщины делают это иначе, чем мужчины.

Изучая литературу о любви, я заметила, насколько редко писатели (как мужчины, так и женщины) говорят о влиянии патриархата и о мужском господстве над женщинами и детьми, стоящими на пути любви. Книга Джона Брэдшоу «Создание любви. Следующая великая стадия роста» (англ. *Creating Love: The Next Great Stage of Growth*) – одна из моих любимых работ на эту тему. Брэдшоу мужественно пытается установить связь между мужским доминированием (институционализацией патриархата) и отсутствием любви в семьях. Известный своими работами, привлекающими внимание к «внутреннему ребенку», Брэдшоу считает, что прекращение патриархата – это первый шаг на пути к любви. Однако стоит заметить, что его работа так и не получила заслуженного внимания и всеобщего одобрения. То внимание, которое обычно уделяется работам мужчин, пишущих о любви и утверждающих определенные сексизмом гендерные роли, обошло Брэдшоу стороной.

Если мы хотим создать культуру любви, мы должны глубоко переосмыслить собственные мысли и действия. Мужчины, пишущие о любви, всегда заявляют о том, что они любимы, тем самым придавая словам весомую значимость. Женщины, напротив, чаще всего говорят с позиции недостатка любви, которой все мы такждем.

Говорящая о любви женщина все еще вызывает подозрения. Возможно, это происходит потому, что все, что просвещенная женщина может сказать о любви, будет представлять собой прямую угрозу тем представлениям, которые предлагают нам мужчины. Да, мне нравится, что писатели-мужчины говорят о любви. Мне дороги Руми и Рильке, поэты-мужчины, волнующие сердца своими словами. Мужчины часто пишут о любви посредством фантазии. Они пишут, руководствуясь тем, что представляют себе возможным, а не тем, что конкретно знают. Отсюда возникает понимание, что Рильке писал не так, как жил. Многие слова о любви, предлагаемые великими людьми, не проходят проверку реальностью. И хотя творчество Джона Грея беспокоит меня и выводит из себя, я признаюсь, что читаю и перечитываю «Мужчины с Марса, женщины с Венеры» (англ. *Men Are from Mars, Women Are from Venus*). Но, как и многие женщины и мужчины, я хочу знать о значении любви за пределами фантазий – за пределами того, что мы воображаем. Я хочу познать истины любви в том виде, в котором мы их проживаем.

Почти все популярные в последнее время книги по самопомощи и любви, написанные мужчинами, начиная с таких работ, как «Мужчины с Марса, женщины с Венеры», и заканчивая «Любовью и пробуждением» Джона Уэлвуда, используют феминистские взгляды на гендерные роли. При этом авторы остаются приверженцами систем убеждений, которые предполагают, что между женщинами и мужчинами существуют врожденные различия. На самом же деле любые конкретные доказательства указывают на то, что хотя взгляды мужчин и женщин часто разнятся, эти отличия считаются приобретенными чертами, а не врожденными, или «естественными». Если бы мужчины и женщины являлись абсолютными противоположностями, населяющими совершенно разные эмоциональные вселенные, мужчины никогда не стали бы авторитетами в области любви. Учитывая гендерные стереотипы, которые отводят женщинам роль чувств и эмоциональности, а мужчинам – роль разума и отсутствия эмоций, «настоящие мужчины» сторонились бы любых разговоров о любви.

Хотя мужчины считаются признанными «авторитетами» в данном вопросе, лишь немногие из них свободно посвящают мир в свои мысли. В повседневной жизни мужчины и женщины хранят относительное молчание, что неудивительно, ибо безмолвие защищает нас от неопределенности. Все мы хотим познать любовь, но боимся, что желание подведет нас к пропасти, вызванной равнодушием. Пусть в Штатах подавляющее большинство граждан и являются последователями религиозных верований, провозглашающих преобразующую силу любви, многие люди чувствуют, что не имеют ни малейшего представления о том, как это – любить. Практически все испытывают кризис веры, когда дело доходит до воплощения библейских теорий в повседневную жизнь. Конечно, всегда гораздо проще говорить о потере, чем о любви. Гораздо легче сформулировать боль от отсутствия любви, чем описать ее присутствие и значимость.

Приученные верить, что центром познания выступает ум, а не сердце, многие из нас полагают, что эмоциональность – это признак слабости и неразумности. Особенно трудно говорить о любви, зная, что равнодушие встречается гораздо чаще. Многие из нас даже не знают, как правильно выражать свои чувства и что мы имеем в виду под словом «любовь».

Все хотят знать о любви чуточку больше. Мы хотим выяснить, что же нужно сделать в повседневной жизни, чтобы любить и быть любимыми. Мы хотим понять, как пробудить тех из нас, кто по-прежнему хранит верность одиночеству, и открыть дверь в их сердца. При этом сила нашего желания не меняет силы культурной неуверенности. Повсюду нас учат, что любовь важна, но все же мы заикливаемся на неудачных попытках. В политической и религиозной сфере, в семейной и романтической жизни мы практически не видим доказательств, что любовь помогает принимать решения, укреплять ощущение сообщества или помогать сохранить союз. Однако это никоим образом не меняет природу нашего стремления. Мы все еще надеемся, что любовь победит. Мы все еще верим в клятву любви.

Как и в случае с граффити, надежда заключается в том, что многие из нас продолжают верить в силу любви. Мы верим, что ее познание – необходимая задача. Мы понимаем важность поиска природы любви. В подавляющем большинстве личных и публичных диалогов я приводила в пример и слышала свидетельства о растущем равнодушии в нашей культуре, а также о страхе, который оно вызывает в наших сердцах. Это отчаяние сочетается с бездушным цинизмом, отвергающим любое предположение о том, что любовь так же важна, как работа. Она так же важна для выживания нации, как и стремление к успеху. Поразительно, но Соединенные Штаты, как никакая другая страна в мире, пронизаны культурой, движимой стремлением любить (любовь – это тема фильмов, музыки, литературы). При этом она (культура) предоставляет мало возможностей для понимания значения любви или способов ее реализации.

Американцами в равной степени движет сексуальная одержимость. Нет в наше время такого аспекта сексуальности, который бы не изучался, не обсуждался, не демонстрировался. Существуют целые учебные курсы по всем сексуальным аспектам вплоть до мастурбации. Однако школ любви не существует. По какой-то причине все полагают, что умение любить – это нечто инстинктивное. Несмотря на убедительные доказательства обратного, мы по-прежнему считаем, что семья – это основная школа любви. Те из нас, кто не научился любви в семье, должны испытать ее в романтических отношениях. Вот только и эта любовь зачастую от нас ускользает. И мы тратим всю жизнь на то, чтобы исправить ущерб, нанесенный жестокостью, пренебрежением и всевозможными проявлениями равнодушия в родных семьях и отношениях, где мы просто не знали, что делать.

Только любовь способна исцелить раны прошлого. Тем не менее глубина нашей раны нередко приводит к закрытию сердца. В таком случае мы больше не можем ни дарить любовь, ни принимать ее. Чтобы шире открыть сердца, нам стоит признать, как мало мы на самом деле знаем о любви. Мы должны принять, что многое из того, чему нас учили о ее природе, в повседневной жизни не имеет смысла. Я написала эти размышления, думая о практике любви и мерах, необходимых для того, чтобы наша культура стала той культурой, где священное присутствие любви ощущается повсюду.

Все мы хотим жить в месте, где любовь процветает. Мы жаждем покончить с распространением в нашем обществе равнодушием. Эта книга расскажет о том, как нам вернуться к любви. Она предлагает радикально новый взгляд, даря надежду и радость преобразующей силы любви. Она объясняет нам, что необходимо сделать, чтобы заново обучиться этому искусству. Собрав всю мудрость воедино, она помогает понять, какие действия нам нужно предпринять, чтобы благодать любви наконец-то коснулась и нас.

## Глава 1. Ясность. Определение любви

*«Нас, то есть общество, смущает любовь. Мы относимся к ней так, словно это что-то непристойное. Мы принимаем ее неохотно. Даже само слово “любовь” мы произносим запинаясь, краснея... Любовь – это самое важное в нашей жизни, страсть, ради которой мы неистово сражаемся, – и все-таки чувствуем себя неловко, боимся назвать ее своим именем. У нас нет гибкого словаря, чтобы говорить или думать о ней напрямую».*

**Диана Акерман**

Мужчины в моей жизни всегда остерегались слова «любовь». Их настороженность во многом сопряжена с мнением, что женщины придают любви слишком большое значение. Более того, они уверены, что наше представление о любви не всегда соответствует их взглядам. Именно путаница в понимании значения слова «любовь» является источником всех бед. Если бы общество имело общепринятое, единое понятие, любовь не казалась бы нам чем-то таинственным. Словарное определение любви, как правило, делает акцент на романтической любви, прежде всего определяя ее как «глубокую, нежную, страстную привязанность к другому человеку, особенно если она основана на сексуальном влечении». Конечно, существуют и другие определения, не исключающие тот факт, что человек может испытывать подобные чувства и в несексуальном контексте. И все же глубокая привязанность не совсем точно описывает значение любви.

Подавляющее большинство книг на тему любви стараются избегать четких определений. Во введении к книге «Всеобщая история любви» (англ. *A Natural History of Love*) Диана Акерман пишет: «Любовь – это великое непостижимое». Несколькими предложениями далее она замечает: «Все соглашаются с тем, что любовь – это нечто прекрасное, что без нее невозможно, но никто не может сойтись во мнении относительно ее природы». Уклончиво Диана Акерман добавляет: «Мы настолько небрежно используем слово “любовь”, что оно или почти полностью теряет смысл, или, наоборот, значит абсолютно все». Хотя в ее книге нет ни единого определения, которое могло бы помочь человеку постичь, что стоит за этим понятием, надо отметить, что Акерман – не единственная, кто пишет о любви размытыми фразами. Учитывая, что значение слова окутано тайной, не стоит удивляться, что большинству людей трудно определить, что они имеют в виду, произнося слово «любовь».

Вы только представьте, насколько было бы легче овладеть искусством любви, если бы мы начали с единого определения. Слово «любовь» чаще всего определяется как существительное, однако наиболее проницательные теоретики признают, что мы любили бы лучше, если бы рассматривали это понятие как глагол. Я потратила годы на поиски осмысленного определения и испытала глубокое облегчение, когда нашла его в работе психиатра М. Скотта Пек «Непроторенная дорога» (англ. *The Road Less Traveled*), впервые опубликованной в 1978 году. Разделяя точку зрения Эриха Фромма, Пек определяет любовь как «стремление к расширению собственного “я”, чтобы питать свое или чужое духовное развитие». Объясняя, он продолжает: «Любовь – это не чувство. Любовь – это акт воли, то есть и намерение, и действие. Воля подразумевает выбор. Мы не обязаны любить; мы выбираем любить». А поскольку нам приходится делать выбор, чтобы способствовать духовному росту, это определение противоречит более распространенному мнению, что мы любим инстинктивно.

Всякий, кто наблюдал за процессом развития ребенка с момента его рождения, ясно понимает, что еще до появления языка, еще до осознания личности воспитателей, младенцы отвечают на ласковую заботу. Обычно они реагируют взглядами или звуками, выражающими удовольствие. По мере развития малыши переходят к гулению, тем самым выражая радость

при виде желанного опекуна. Привязанность – это только один из компонентов любви. Чтобы любить по-настоящему, мы должны научиться смешивать все ингредиенты: заботу, привязанность, признание, уважение, приверженность и доверие, а также честное и открытое общение. Если в юности мы усваиваем ошибочные определения любви, то с возрастом нам становится все труднее быть любящими. Все мы начинаем с верного пути, но со временем уходим в ложном направлении. Большинство из нас слишком рано учатся приравнивать любовь к чувству. Испытывая глубокое влечение к человеку, мы начинаем концентрировать на нем эмоции. Этот процесс эмоционального вложения, когда любимый человек становится для нас важным, называется «катексисом». В своей книге Пек справедливо подчеркивает, что большинство из нас «путает катексис с любовью». Все мы знаем, как часто люди, чувствуя связь с другим человеком через процесс катексиса, настаивают на том, что любят его, даже если тот причиняет им боль или пренебрегает ими. Поскольку их чувство – это чувство катексиса, они убеждены, что столкнулись с любовью.

Когда мы понимаем любовь как желание способствовать своему и чужому духовному росту, становится ясно, что физическая и моральная боль не имеет к ней никакого отношения. Любовь и жестокость просто не могут сосуществовать. Жестокое обращение и пренебрежение по определению противоположны заботе и ласке. Нередко до наших ушей доходят истории о мужьях, которые бьют детей и жену, а потом идут в бар на углу и кричат о сильной любви к семье. Если вы поговорите с женой в обычный день, она вас заверит, что муж любит ее, даже несмотря на жестокость. Подавляющее большинство людей происходят из неблагополучных семей, где их стыдили, словесно и/или физически оскорбляли, эмоционально пренебрегали, но при этом учили верить в любовь. Для большинства людей слишком опасно принять определение любви, которое убедит их в ее полном отсутствии. Слишком многим из нас необходимо цепляться за понятие, которое делает жестокое обращение приемлемым или создает впечатление, будто все происходящее в семье не так уж и страшно.

Сама я выросла в семье, где агрессивное осуждение и словесное унижение сосуществовали с большим количеством ласки и заботы, поэтому термин «дисфункциональный» я применяла к своей ситуации с трудом. Поскольку я чувствовала и до сих пор чувствую привязанность к родителям, братьям и сестрам, горжусь всеми положительными аспектами семейной жизни, я не хотела описывать нас термином, который подразумевал, что наша совместная жизнь была негативной. Я не хотела, чтобы мои родители думали, что я их унижаю. Я ценила все хорошее, что они дали семье. Психотерапевт помог мне посмотреть на этот термин с положительной стороны. Да, моя родная семья на протяжении всего моего детства была дисфункциональной и остается таковой. Но это вовсе не значит, что в ней нет привязанности, радости и заботы.

В семье мне могли оказывать внимание, подтверждать и поощрять мой ум. Затем, спустя несколько часов, мне говорили, что именно потому, что я считаю себя такой умной, я, скорее всего, сойду с ума и буду помещена в психиатрическую лечебницу, где меня никто не будет навещать. Неудивительно, что странная смесь заботы и недоброжелательности не способствовала позитивному росту моего духа. Применяв данное Пек определение любви к моему детскому опыту, я не могла честно описать его в контексте любви.

Когда на сеансе терапии меня попросили описать родную семью с точки зрения любви, я с болью призналась, что не чувствовала себя любимой, но при этом ощущала заботу. За пределами родительского дома я чувствовала искреннюю любовь со стороны отдельных членов семьи, например моего дедушки. Этот опыт подлинной любви (сочетание заботы, преданности, доверия, ответственности и уважения) питал мой израненный дух и позволял мне пережить равнодушие. Я благодарна за то, что выросла в заботливой семье, и твердо уверена, что, если бы мои родители любили своих родителей, они бы передали эту любовь и детям. Они отдавали то, что им было дано, – заботу. Запомните, что забота – это одно из проявлений любви, но одно лишь ее проявление не означает, что мы любим.

Как и многие взрослые, которые в детстве подвергались словесному и/или физическому насилию, я провела большую часть жизни, пытаясь отрицать все плохое и цепляясь только за воспоминания о хороших моментах, в которые я познала заботу. В моем случае, чем успешнее я становилась, тем больше мне хотелось перестать говорить правду о детстве. Зачастую критики литературы по самопомощи и программам восстановления хотят нас убедить, что многие люди стремятся принять убеждение, что наши родные семьи были, есть или остаются неблагополучными и лишенными любви. Однако я обнаружила, что большинство людей, как и я сама, независимо от того, воспитывались ли они в доме, где было чрезмерное насилие или жестокость, или нет, стесняются принимать любую негативную критику. Чтобы многие из нас смогли критически проанализировать детские переживания и признать, как они повлияли на наше взрослое поведение, зачастую требуется определенное вмешательство, будь то литература, которая учит и просвещает нас, или терапия.

Большинству из нас трудно принять определение любви, которое доказывает, что жестокое обращение и любовь просто-напросто несовместимы. Слишком большому числу детей, подвергшихся психологическому и/или физическому насилию, взрослые пытались внушить, что любовь способна сосуществовать с жестоким обращением или даже что жестокое обращение на самом деле является ее выражением. Это ошибочное мнение часто формирует наше взрослое восприятие любви. Точно так же, как мы цепляемся за мысль о детских обидах и любви, мы пытаемся оправдать обиду, причиненную другими взрослыми. В моем случае многие из негативных случаев посрамления, которым я подвергалась в детстве, продолжились и в романтических отношениях с мужчинами. Вначале я не хотела принимать определение любви, которое вынуждало меня признать, что я так и не познала любви в наиболее важных для меня отношениях. Годы терапии и критических размышлений помогли мне понять, что признание отсутствия любви в первичных отношениях не является чем-то постыдным. И если цель человека – самовосстановление и душевное здоровье, то честное и реалистичное признание отсутствия любви является частью процесса исцеления. Отсутствие любви не означает отсутствие заботы, привязанности или удовольствия. На самом деле, мои долгосрочные романтические отношения, как и семейные узы, были настолько полны заботы, что было довольно легко не замечать продолжающуюся эмоциональную дисфункцию.

Чтобы изменить отношение к отсутствию любви в своем детстве, мне предстояло заново постичь ее значение, а затем научиться любить. Принятие четкого определения стало первым шагом в этом процессе. Как и многие другие, кто снова и снова читает книгу «Непроторенная дорога», я благодарна за определение любви, которое помогло мне найти те места в жизни, где любви не хватало. Мне было около двадцати пяти лет, когда я впервые научилась понимать любовь «как стремление к расширению собственного “я”, чтобы питать свое или чужое духовное развитие». Потребовались годы, чтобы я отпустила усвоенные модели поведения, – те, которые отрицали мою способность дарить и получать любовь. Одна из самых проблематичных моделей поведения заключалась в том, что я постоянно выбирала мужчин с душевными ранами, не заинтересованных в любви, хотя и желающих быть любимыми.

Я хотела познать любовь, но боялась открыться и довериться другому человеку. Я боялась близости. Выбирая таких мужчин, я могла дарить любовь, но всегда в неполном контексте. Естественно, потребность в получении любви не удовлетворялась. Я получала то, что привыкла получать: заботу, ласку, недоброжелательность, пренебрежение, а в некоторых случаях – откровенную жестокость. Временами я тоже была жестока. Мне потребовалось много времени, чтобы осознать, что я боялась настоящей близости, несмотря на желание любви. Многие из нас выбирают привязанность и заботу, которые никогда не станут любовью, потому что так безопаснее, а риск практически отсутствует.

Многие из нас жаждут любви, но нам не хватает смелости пойти на риск. Невзирая на одержимость идеей любви, большинство из нас живут относительно достойной, до определен-

ной степени удовлетворяющей нас жизнью, даже если мы и чувствуем, что любви не хватает. В таких отношениях мы разделяем искреннюю привязанность и/или заботу. Для большинства из нас этого вполне достаточно, потому что в родных семьях мы получали и того меньше. Несомненно, многим из нас удобнее считать, что любовь для всех означает разное, потому что, когда мы даем точное определение, мы оказываемся лицом к лицу со своими недостатками – с ужасным отчуждением. Правда кроется в том, что слишком много людей в нашей культуре не знают, что такое любовь. И это незнание ощущается как страшная тайна, как недостаток, который мы должны скрывать.

Если бы я получила четкое определение любви в начале своей жизни, мне не потребовалось бы так много времени, чтобы стать более любящим человеком. Если бы я разделяла с другими общее понимание, мне было бы легче создавать любовь. Особенно огорчает то, что многие выходящие в последнее время книги продолжают настаивать на том, что определения любви не нужны и бессмысленны. Или, что еще хуже, авторы предполагают, что любовь для мужчин означает нечто иное, чем для женщин, – что представители обоих полов должны уважать и учитывать неспособность общаться, потому что у нас нет общего языка. Этот тип литературы популярен, потому что он не требует изменения устоявшихся представлений о гендерных ролях, культуре или любви. Вместо того чтобы поделиться стратегиями, которые помогут нам стать более любящими, он фактически призывает приспосабливаться к обстоятельствам, в которых любви не хватает.

И женщины в большей степени, чем мужчины, спешат приобрести эту литературу. Связано это с тем, что на фоне всеобщего беспокойства, вызванного проблемой отсутствия любви, многие женщины считают, что никогда не познают полноценного чувства. Они готовы довольствоваться стратегиями, помогающими облегчить боль и обрести некое подобие мира, удовольствия и радости в существующих отношениях, особенно романтических. В нашей культуре не существует средства, с помощью которого читатели могли бы ответить авторам. И мы не знаем наверняка, полезна ли такая литература и способствует ли она конструктивным изменениям. Тот факт, что женщины чаще, чем мужчины, покупают книги по самопомощи, удерживая конкретные книги в списках бестселлеров, не является показателем практической пользы этих книг. Я покупала тонны литературы по самопомощи, и лишь небольшая ее часть действительно изменила мою жизнь к лучшему. Я думаю, что со мной согласятся многие читатели.

Отсутствие открытого обсуждения практики любви в жизни и культуре означает, что мы по-прежнему обращаемся к книгам как к основному источнику информации. Большое количество читателей принимают определение любви, данное Пеком, и с умом применяют его в повседневной жизни. Мы можем распространить его определение, используя его в разговорах не только со взрослыми, но и в беседах с детьми и подростками. Возражая мистифицирующим предположениям о невозможности определения любви, предлагая действенные, полезные определения, мы создаем контекст, где зарождается истинная любовь.

Некоторые люди испытывают трудности с определением любви, данным Пеком, потому что он использует слово «духовный». Стоит отметить, что он говорит о том измерении нашей реальности, где разум, тело и дух едины. Человеку не нужно быть верующим, чтобы принять идею, что в нем есть жизненная сила (некоторые из нас называют ее душой), которая, если ее развивать, повышает способность к более полной самореализации и общению с окружающим миром.

Начав с того, что вы всегда будете думать о любви как о действии, а не как о чувстве, вы автоматически примете на себя ответственность и обязательства. Слишком часто нас убеждают, что мы не умеем контролировать «чувства». Однако большинство из нас признает, что мы сами принимаем решения насчет своих действий. Мы понимаем, что намерение и воля определяют поступки. Мы также признаем, что все наши действия имеют последствия. Мысли о том, что именно действия формируют чувства, являются одним из способов избавления от

следующих общепринятых представлений: «родители любят своих детей», «человек “влюбляется” без воли или выбора», «преступления на почве страсти» (т. е. он убил ее, потому что очень сильно любил). Если бы мы помнили, что любовь – это действие, мы бы не обесценивали и не принижали значение этого слова. Когда мы любим, мы открыто и честно выражаем заботу, привязанность, ответственность, уважение, обязательства и доверие.

Формулировки являются жизненно важными отправными точками для воображения, ибо то, что мы не способны представить, просто не может появиться на свет. Хорошее определение отмечает начальный этап и позволяет понять, когда нужно поставить точку. По мере продвижения к желаемому пункту мы намечаем путь. Каждому из нас необходима карта, которая вела бы нас к любви, – начиная с места, где мы знаем, что такое «любовь».

## Глава 2. Справедливость. Уроки любви нашего детства

*«Тяжелый разрыв в раннем возрасте оставляет эмоциональные шрамы, разрушая важнейшую человеческую связь: связь (родитель-ребенок). Именно эта связь учит нас, что мы любимы. Именно она учит нас любить. Мы не можем быть полноценными людьми – как и быть людьми в общем понимании этого слова – без поддержки, вызванной самой первой привязанностью».*

*Джудит Виорст*

О любви мы узнаем еще в детстве. Какими бы счастливыми или неблагополучными ни были наши дома и семьи, они представляют собой первую школу любви.

Я не помню, чтобы мне когда-то хотелось попросить родителей дать определение слову «любовь». В детстве я понимала ее как прекрасное чувство, которое испытываешь, когда семья относится к тебе добросердечно, а ты отвечаешь на их заботу. Любовь для меня всегда ассоциировалась лишь с приятными чувствами. В раннем подростковом возрасте, когда родители пороли нас и убеждали в том, что наказания применялись «для нашего же блага», или пытались оправдать свои грубые действия любовью, мы с братьями и сестрами испытывали замешательство: почему они считали, что суровое наказание – это жест любви? Конечно, будучи детьми, мы делали вид, что принимали взрослую логику, однако в глубине души мы знали, что это неправильно. Мы понимали, что их слова – это ложь чистой воды. Точно такую же ложь взрослые внедряли в наши умы после суровых наказаний, убеждая: «Мне больнее, чем тебе». Ничто не создает в умах и сердцах детей большей путаницы в вопросах любви, чем недоброе и/или жестокое наказание со стороны взрослых, которые при этом утверждают, что мы обязаны любить и уважать. Дети, выросшие в такой обстановке, рано учатся сомневаться в значении любви, жаждать ее, но не верить в ее существование.

Существует и другая сторона медали, когда дети, которых никогда не наказывают, растут в уверенности, что любовь – это приятное чувство. Именно родители учат их относиться к любви как к удовлетворению потребностей и желаний. В детском сознании любовь перестает быть чем-то, что нужно дарить, а становится тем, что нужно принимать. Если детей чрезмерно балуют и позволяют вести себя неприемлемым способом, такие действия можно смело рассматривать как форму пренебрежения. Хотя эти дети и не подвергаются жестокому обращению и не лишены заботы, они точно так же не понимают значимость любви, как и их эмоционально брошенные сверстники. Обе группы детей научились думать о любви как о прекрасном чувстве в контексте вознаграждения и наказания. С раннего детства большинство из нас помнит, что родители говорили о любви именно тогда, когда мы удовлетворяли их желания. И мы переняли эту модель поведения. По мере взросления дети все больше ассоциируют любовь с проявлением внимания, привязанности и заботы. Они по-прежнему считают, что родители, которые пытаются удовлетворить их желания, выражают тем самым любовь.

Дети из всех слоев общества убеждают меня, что любят своих родителей и любимы ими, – даже те, с кем жестоко обращаются. Когда маленьких детей просят дать определение, они в основном соглашаются, что любовь – это приятное чувство. Они сравнивают его со вкусной едой, особенно с любимой. Они объясняют: «Мама любит меня, потому что заботится обо мне и помогает поступать правильно». Когда их спрашивают, как нужно любить, они упоминают объятия и поцелуи, доброту и нежность. Представление о том, что любовь – это получение желаемого, будь то объятия, новый свитер или поездка в Диснейленд, затрудняет более глубокое эмоциональное понимание любви в мышлении детей.

Нам хотелось бы верить, что большинство детей рождаются в домах, где их любят. Однако любви в семье не может существовать, если взрослые не научились любить. Хотя многие дети и растут в семьях, где о них в той или иной степени заботятся, любовь там может не проявляться или вовсе отсутствовать. Взрослые любой классовой, расовой и гендерной принадлежности могут обвинить в этом собственные семьи, поведав нам о детстве, где любви не было, где царили хаос, пренебрежение, жестокость и принуждение. В своей недавней книге «Воспитанные в неволе. Почему Америка подводит своих детей?» (англ. *Raised in Captivity: Why Does America Fail Its Children?*) Люсия Ходжсон документально подтверждает реальность отсутствия любви в жизни большого количества детей в Соединенных Штатах. Каждый день тысячи детей в нашей культуре подвергаются словесному и физическому насилию, голоду, пыткам и убийствам. Они – настоящие жертвы личностного терроризма, поскольку у них нет ни коллективного голоса, ни прав. Они остаются собственностью взрослых, которые поступают с ними по своему усмотрению.

Любови без справедливости не существует. И пока мы живем в культуре, которая не уважает, не поддерживает основные гражданские права детей, большинство из них так и не познают любви. В нашей культуре частная семейная жизнь – это единственная институционализированная сфера власти, которая может быть авторитарной и фашистской. Будучи абсолютными правителями в рамках своей семьи, родители без всяких обсуждений решают, что лучше для своих детей. Если при этом права детей ущемляются, у них нет возможности обратиться в суд. В отличие от женщин, которые могут объединиться против сексистского господства, требуя равных прав и справедливости, дети, которые подвергаются эксплуатации и угнетению, могут рассчитывать только на помощь благонамеренных взрослых.

Всем нам известно, что взрослые, независимо от класса или расы, редко вмешиваются, чтобы выяснить или оспорить то, что их сверстники делают со «своими» детьми.

Однажды на вечеринке, где по большей части собрались образованные, высокооплачиваемые профессионалы разнообразных рас и поколений, была поднята тема дисциплинирования детей при помощи ударов. Почти все гости старше тридцати лет заявили о необходимости применения физических наказаний. Многие из присутствующих в зале в детстве получали шлепки или побои. Мужчины громче всех выступали в защиту физических наказаний. Женщины, в основном матери, говорили о том, что битье – это крайняя мера, к которой они прибегают в случае необходимости.

Пока один из мужчин хвастался агрессивными побоями, которые получал от своей матери, убеждая всех вокруг, будто ее действия «пошли ему на пользу», я прервала его и предположила, что он, возможно, не был бы женоненавистником, если бы в детстве его не избивала женщина. Конечно, нельзя утверждать, что каждый человек, которого били в детстве, вырастет таким же жестоким, но я все же хотела, чтобы присутствующие гости признали, что насилие со стороны взрослых в детстве имеет пагубные последствия во взрослой жизни.

Молодой специалист, мать маленького мальчика, с гордостью заявила, что сына она не бьет. Когда ребенок плохо себя вел, она щипала его до тех пор, пока тот не понимал, что от него требовалось. Разве это не форма насилия? Гости поддержали молодую мать и ее мужа в их методах, но лично меня ее действия поразили. Но, к сожалению, я была одиноким голосом, выступавшим в защиту прав детей.

Позже, уже на собрании с другими людьми, я попросила представить ситуацию, в которой мужчина, недовольный поведением жены или спутницы, изо всех сил щипал бы ее. В ответ на мою фразу все остолбенели. Они увидели в этом действии принуждение и оскорбление. Но при этом никто не признал, что это неправильно по отношению к детям. Все родители утверждали, что любили своих детей. Все они имели высшее образование. Большинство из них называли себя либералами, поддерживающими гражданские права и феминизм. Но когда дело касалось прав детей, у них появлялись другие стандарты.

Один из самых важных социальных мифов, который мы обязаны развенчать, заключается в убеждении родителей, будто жестокость и пренебрежение сосуществуют с любовью. Жестокое обращение и пренебрежение отрицают любовь. А вот забота и уважение, противоположные жестокости и унижению, являются ее основой. Никто не может с полной уверенностью говорить, что он любит, если ведет себя жестоко. Однако в нашей культуре родители постоянно так поступают. Детям говорят, что их любят, продолжая подвергать их насилию.

Повсеместное жестокое обращение является свидетельством несостоятельности практики любви.

Многие из мужчин, рассказавшие истории из личного опыта в книге «Из юноши в мужчину» (англ. *Boyhood, Growing Up Male*), вспоминают о насилии со стороны родителей и о приобретенных в результате их действий психологических травмах. В своем эссе под названием «Когда отец меня бил» Боб Шелби описывает боль от постоянных побоев со стороны отца: «Из опыта общения с отцом я узнал о злоупотреблении силой. Избивая мою мать и меня, он фактически лишал нас возможности реагировать на унижения. Мы перестали протестовать против нарушений наших границ. Мы перестали ощущать себя личностями с собственными нуждами, потребностями и правами». На протяжении истории Шелби выражает противоречивые представления о значении любви. С одной стороны, он говорит: «Я не сомневаюсь, что отец любил меня, но его любовь была неправильно направлена. Он утверждал, что хотел дать мне то, чего у него не было в детстве». С другой стороны, Шелби признается: «Но вместо этого он показал мне собственные трудности, поскольку сам он всю жизнь боролся с чувством, что его не любили». Когда Шелби описывает детство, становится ясно, что отец испытывал к нему привязанность и иногда выражал заботу. При этом он не знал, как дарить и получать любовь. Любовь, которую он давал, была подорвана жестоким обращением.

Руководствуясь взрослыми воспоминаниями, Шелби рассказывает о влиянии физического насилия на его детскую психику: «По мере того как интенсивность боли от его ударов возрастала, я чувствовал боль в своем сердце. Я понял, что больше всего меня ранило чувство любви к человеку, который меня бил. Я прикрыл свою любовь темной завесой ненависти».

Похожую историю в автобиографических повествованиях рассказывают и другие мужчины всех классов и рас. Один из мифов о равнодушии состоит в том, что оно существует лишь среди бедных и обездоленных. На самом же деле отсутствие любви не является результатом бедности или материального недостатка. В семьях, где материальные привилегии в изобилии, дети точно так же страдают от эмоционального пренебрежения и жестокого обращения. Чтобы справиться с болью от нанесенных в детстве психологических ран, большинство мужчин в книге искали ту или иную форму терапевтической помощи. Чтобы найти путь к любви, они должны были исцелиться.

Многие мужчины в нашей культуре так и не могут оправиться от жестокого детства. Исследования показывают, что мужчины и женщины, неоднократно подвергавшиеся унижениям и насилию, с большей вероятностью предрасположены к жестокому обращению с другими. В книге Джарвиса Джея Мастерса «В поисках свободы. Записки из камеры смертников» (англ. *Finding Freedom: Writings from Death Row*), в главе под названием «Шрамы», он рассказывает о том, что подавляющее большинство шрамов на телах сокамерников (не все из которых находились в камере смертников) не были, как можно подумать, результатом насильственного взаимодействия с другими взрослыми. Это были рубцы от детских побоев, нанесенных родителями или другими опекунами. При этом, по его словам, никто из них не считал себя жертвой насилия: «На протяжении многих лет пребывания в учреждении я, как и многие из этих мужчин, бессознательно укрывался за тюремными стенами. Но, прочитав серию книг для взрослых, подвергшихся жестокому обращению в детстве, я стал приверженцем процесса изучения собственного детства». Организуя мужчин для группового обсуждения, Мастерс пишет: «Я говорил с ними о боли, которую пронес более чем через дюжину мест заключений. И я

объяснил, как эти события привели меня в ловушку, в которую я попал». Как и многие дети, подвергшиеся насилию, эти мужчины были избиты матерями, отцами и другими лицами.

Когда мать Мастерса умирает, он испытывает горе, потому что не может в этот момент быть рядом с ней. Другие заключенные не понимают столь явной тоски, учитывая, что она пренебрегала им и жестоко обращалась. Джарвис отвечает: «Да, она пренебрегала мной, но разве я должен пренебрегать собой, отрицая, что хотел бы оказаться рядом с ней в момент ее смерти? Разве я могу отрицать, что я все еще ее люблю?». Даже в тюремной камере сердце Мастерса остается открытым. И он может честно признаться, что жаждет дарить и получать любовь. Жестокое обращение взрослых редко меняет желание ребенка любить и быть любимым. У взрослых людей, получивших в детстве раны, желание быть любимыми сохраняется, даже когда они ясно осознают, что родительскую любовь получить невозможно.

Зачастую дети хотят оставаться рядом с жестокими родителями ввиду катексиса. Они цепляются за ошибочное предположение, что родители любят их, невзирая на побои. Они отрицают жестокое обращение и сосредотачиваются на случайных актах заботы.

В прологе к своей книге «Создавая любовь» Джон Брэдшоу описывает путаницу в понимании любви словом «мистификация». Он делится: «Меня воспитывали в убеждении, что любовь заключается в кровных отношениях. Вы совершенно естественно любите членов своей семьи. Мои чувства не являлись выбором. Любовь, о которой я узнал, была навязана долгом и обязательствами... Моя семья научила меня правилам и представлениям нашей культуры о любви... Даже из лучших побуждений родители часто путали любовь с тем, что сейчас мы бы назвали жестокостью». Чтобы развенчать значение, искусство и практику любви, нам необходимо использовать здравые определения в разговоре с детьми, а также следить за тем, чтобы любящие действия никогда не были омрачены жестоким обращением.

В таком обществе, как наше, где дети лишены всех гражданских прав, очень важно, чтобы взрослые научились доброму обращению. Установление границ и обучение детей самодисциплине является важной частью любящего воспитания. Когда родители начинают дисциплинировать детей, применяя наказания, это становится моделью поведения, которую дети усваивают. Любящие родители прилагают все усилия, чтобы дисциплинировать детей без наказаний. Нет, это вовсе не значит, что они никогда их не наказывают. Вся суть кроется в том, что в качестве наказаний они отдают предпочтения таким методам, как тайм-аут или лишение привилегий. Они сосредотачиваются на том, чтобы научить детей брать на себя ответственность за собственные поступки. Поскольку подавляющее большинство из нас выросло в семьях, где наказание считалось основным – если не единственным – способом воспитания, тот факт, что дисциплине можно научить без физической силы, многих удивляет. Один из самых простых способов приучить детей к дисциплине – это научить их соблюдать порядок в повседневной жизни, убирать за собой. Приучить ребенка убирать игрушки в соответствующее место после игры – это один из методов воспитания ответственности и самодисциплины. Кроме того, на этом практическом примере они могут научиться справляться с эмоциональным беспорядком.

\* \* \*

Если бы по телевидению показывали правильные модели любящего воспитания, родители могли бы научиться этим навыкам. Телевизионные шоу, ориентированные на семьи, часто представляют детей, которые чрезмерно балуются, проявляют неуважение или ведут себя неадекватно. Зачастую они ведут себя даже более взросло, чем их родители. То, что мы видим по телевизору, в лучшем случае моделирует неподобающее поведение, а в худшем – отсутствие любви. Отличным примером является фильм «Один дома», воспевающий непослушание и насилие.

Телевидение может показывать заботливое, любящее общение в семье. Есть целые поколения взрослых, которые с ностальгией рассказывают о том, как сильно они хотели, чтобы их семьи были похожи на модели семейной жизни из шоу «Предоставьте это Биверу» (англ. *Leave it to Beaver*) или «Три моих сына» (англ. *My Three Sons*). Мы хотели быть такими же, потому что стали свидетелями любящего воспитания, любящих семей. Но, когда мы заявляли родителям о желании иметь подобные семьи, нам часто отвечали, что таких семей не существует. На самом деле реальность заключалась в том, что родители, вышедшие из нелюбящих семей, просто не могли научиться любви, создать теплую домашнюю обстановку или даже воспринимать как реалистичную ту, что показывают по телевизору. Действительность, с которой они были наиболее хорошо знакомы и которой доверяли, – это та, которую они прожили на собственном опыте.

В том, как справлялись со сложностями в вышеперечисленных шоу, не было ничего утешительного. Проблемы плохого поведения решались при помощи разговоров родителей и детей, критического осмысления и поиска способа заглаживать вину. В обоих сериалах всегда присутствовали обе родительские фигуры. Даже если в сериале «Три моих сына» мать отсутствовала, вторым родителем выступал любящий дядя Чарли. В любящей семье, где есть несколько родителей, ребенок может обратиться к одному из взрослых за посредничеством, пониманием или поддержкой (если один из них настроен негативно). Мы живем в обществе, где растет число родителей-одиночек как женщин, так и мужчин. Однако родитель-одиночка всегда может выбрать друга в качестве второй родительской фигуры, даже если их взаимодействие достаточно ограничено. Вот почему так важны категории крестной матери и крестного отца. Когда моя лучшая подруга решила завести ребенка без отца в семье, я стала крестной матерью, второй родительской фигурой.

Дочь моей подруги обращается ко мне, если между ней и ее матерью возникает недопонимание. Вот один небольшой пример. Моей подруге в детстве никогда не давали карманные деньги, поэтому ей казалось, что лишних денег у нее нет и теперь. Более того, она считала, что дочь обязательно потратит деньги на покупку сладостей. Рассказав мне, что дочь на нее сердится, она открыла пространство для диалога. Я поделилась с ней своим убеждением, что карманные деньги – это важный способ научить детей дисциплине, границам и работе над желаниями и потребностями. Я знала достаточно о финансах подруги, чтобы ей возразить. Я убедила ее, что она могла позволить себе выдавать небольшую сумму, и одновременно призвала ее не проецировать ошибки своего детства на настоящее. Что касается конфет, я предложила ей выдать деньги и выразить надежду на благоразумные траты, а потом посмотреть, что из этого получится.

Все сработало замечательно. Счастливая от того, что у нее есть деньги, дочь начала их копить, чтобы приобрести что-то действительно важное. И конфеты не значились у нее в списке приоритетов. Если бы не присутствие второго взрослого, возможно, им потребовалось бы больше времени, чтобы разрешить свой конфликт, и могло бы произойти ненужное отчуждение и ранение. Важно, что любовь и уважительное взаимодействие между двумя взрослыми продемонстрировали дочери (которой рассказали о нашем обсуждении) способы решения проблем. Проявив готовность принимать критику и способность размышлять о своем поведении и меняться, мать показала дочери, не теряя при этом достоинства и авторитета, что родители не всегда правы.

Пока мы не начнем внедрять любящее воспитание во все слои общества нашей культуры, многие люди будут продолжать считать, что дисциплине можно научить только посредством наказания и что рукоприкладство – это приемлемый способ отношения к детям. Поскольку дети от рождения способны демонстрировать свою привязанность и отвечать на ласку, часто предполагается, что они умеют любить и им не нужно учиться этому сложному искусству. И

все же несмотря на то, что желание любви присутствует даже у самых маленьких детей, они все еще нуждаются в наставлениях. Именно взрослые дают им руководство.

Любовь – это поступки, и наша обязанность – дарить ее детям. Когда мы любим детей, мы каждым своим действием признаем, что они не собственность, что у них есть права, что мы уважаем и защищаем их.

Без справедливости не существует любви.

### Глава 3. Честность. Любовь и правда

*«Когда мы открываемся партнеру и вдруг обнаруживаем, что это исцеляет нас, а не вредит, мы делаем важное открытие: близкие отношения могут стать убежищем от мира лжи, священным пространством, где мы способны стать самими собой... Это разоблачение – говорить правду, делиться внутренней борьбой и обнажать недостатки – является священным деянием, позволяющим двум душам встретиться и обрести глубокую связь».*

*Джон Уэлвуд*

Мы впервые узнаем о справедливости и честности еще в детстве, когда в контексте обстоятельств нас обязывают говорить правду. Суть справедливости заключается в умении быть искренним и видеть себя и мир таким, какой он есть, а не таким, каким мы хотим его видеть. В последние годы социологи и психологи зафиксировали тот факт, что мы живем в стране, где люди лгут с каждым днем все больше и больше. Философ Сиссела Бок в своей книге «Ложь: Моральный выбор в общественной и личной жизни» (англ. *Lying: Moral Choice in Public and Private Life*) одна из первых обратила внимание на то, до какой степени ложь стала общепринятой и обыденной в повседневном общении. В книге М. Скотта Пека «Непроторенная дорога» лжи посвящен целый раздел. Харриет Лернер, другой широко читаемый психотерапевт, в своей книге «Танец обмана» (англ. *The Dance of Deception*) обращает внимание на то, как сексистская социализация побуждает женщин притворяться и манипулировать, лгать, чтобы нравиться другим. Лернер описывает, каким образом постоянное притворство и ложь отчуждают женщин от истинных чувств, и как все это приводит к депрессии и потере самосознания.

Люди лгут в самых незначительных аспектах повседневной жизни. Когда многим из нас задают элементарные вопросы, вроде: «Как дела?», вместо правды мы говорим ложь. Большая часть ежедневной лжи произносится либо для того, чтобы избежать конфликта, либо для того, чтобы пощадить чьи-то чувства. В таком случае, если вас приглашают на ужин с человеком, который вам не очень нравится, вы не просто отказываетесь, а придумываете целую историю. Вы врете. В такой ситуации уместно просто отказаться, поскольку объяснение причин может неоправданно обидеть человека.

Многие люди учатся лгать еще в детстве. Чаще всего обман связан с желанием избежать наказания, с боязнью разочаровать или обидеть взрослого. Большинство из нас могут припомнить моменты из детства, когда мы мужественно практиковали честность, которой нас учили родители, но потом обнаруживали, что на самом деле взрослые не так уж и хотели, чтобы мы всегда говорили правду. В слишком многих случаях детей наказывают тогда, когда они честно отвечают на заданный вопрос. Тогда в их сознание внедряется мысль, что правда способна обидеть. В одночасье они делают вывод, что ложь – это отличный способ избежать неприятностей.

Многих детей сбивает с толку настойчивое требование быть честными и одновременный призыв учиться лицемерию. По мере взросления они все чаще начинают замечать, как много лгут взрослые. Они осознают, что из окружающих людей на самом деле мало кто говорит правду. Я выросла в мире, где детей учили быть честными, но слишком быстро мы поняли, что сами взрослые не практиковали то, что так усердно проповедовали. Среди моих братьев и сестер те, кто научился вежливо лгать или говорить то, что хотели услышать взрослые, поощрений и внимания получали больше, чем те из нас, кто говорил правду.

Среди любой группы детей остается непонятным, почему одни дети быстро овладевают искусством лицемерия (то есть принятия облика, необходимого для манипулятивных действий), а другие с трудом скрывают истинные чувства. Поскольку притворство является одним из аспектов детской игры, оно представляет собой идеальный контекст для овладения искус-

ством обмана. Соккрытие правды, выходя за рамки игр и становясь обычной практикой, превращается в опасную прелюдию к постоянной лжи.

Бывает и так, что дети увлекаются ложью, замечая, какую власть она дает над взрослыми. Представьте себе ситуацию: маленькая девочка идет в школу и говорит учительнице, что ее удочерили, зная, что это неправда. Она наслаждается полученным вниманием, сочувствием и пониманием, а после ее ожидают гнев и разочарование родителей, когда учительница звонит им, чтобы поговорить. Одна моя подруга, которая частенько врет, утверждает, что ей нравится дурачить людей и заставлять их действовать в соответствии с полученными знаниями, о лживости которых знает только она. Ей десять лет.

Когда я была в ее возрасте, ложь меня пугала. Она сбивала меня с толку и приводила в замешательство. Другие дети подшучивали надо мной, потому что врать я совершенно не умела. В единственном по-настоящему жестоком эпизоде между моей матерью и отцом он обвинил ее в том, что она ему солгала. Был и другой раз, когда старшая сестра обманула, что сидела с ребенком, хотя на самом деле ходила на свидание. Когда отец ее бил, он продолжал кричать: «Не смей мне врать!» Хотя жестокость его реакции породила в нас ужас перед последствиями лжи, она не изменила того факта, что сам он не всегда говорил правду, и мы об этом знали. Его любимым способом лжи было утаивание, а девизом – «Просто молчи, когда задают вопросы, и ты не попадешься».

Мужчины, которых я любила, всегда лгали, чтобы избежать конфронтации или ответственности за неподобающее поведение. В своей новаторской книге «Русалка и Минотавр» (англ. *The Mermaid and the Minotaur*) Дороти Диннерштейн отмечает, что мальчик, узнав правду о том, что его властная мать на самом деле не имеет никакого авторитета в патриархате, испытывает чувство замешательства и злости. Ложь становится одним из стратегических способов, с помощью которых он может «проявить себя» и сделать мать бессильной. Ложь позволяет манипулировать и ощутить собственную силу.

Мужчины учатся лгать, чтобы получить власть, а женщины лгут еще и затем, чтобы притвориться бессильными. Харриет Лернер говорит в своей работе о том, что патриархат поддерживает обман, поощряя женщин представлять мужчинам ложное «я», и наоборот. В книге «101 ложь, которую мужчины говорят женщинам» (англ. *101 Lies Men Tell Women*) Дори Холландер подтверждает, что хотя и женщины, и мужчины обманывают, «мужчины склонны лгать больше и с более разрушительными последствиями». Свой первый воодушевляющий опыт молодые люди зачастую получают тогда, когда врут влиятельным взрослым и им это сходит с рук. Многие мужчины поделились со мной откровением, что им трудно признаваться в чем-то, видя, что правда ранит близкого им человека. Важно отметить, что ложь, которой учатся многие мальчики в попытке не обидеть маму или кого бы то ни было, становится настолько привычной, что впоследствии им все тяжелее отличить ложь от правды. Такое поведение неумолимо переходит и во взрослую жизнь.

Нередко мужчины, которые никогда бы не подумали лгать на работе, из раза в раз лгут в отношениях. Похоже, это особенно характерно для гетеросексуальных мужчин, которые считают женщин доверчивыми. Многие мужчины признаются, что врут, потому что им это сходит с рук; их ложь прощают. Чтобы понять, почему мужская ложь более приемлема в нашей жизни, мы должны понять, каким образом мужчинам предоставляются власть и привилегии. Все просто: в нашей патриархальной культуре они получают их просто потому, что они мужчины. Такие понятия, как «быть мужчиной» и «настоящий мужчина», всегда подразумевали, что при необходимости им дозволено предпринимать действия, нарушающие правила. Патриархат ежедневно убеждает нас при помощи телевидения и журналов, что властные мужчины могут делать все, что хотят, что именно свобода делает их мужчинами. Им внушается, что быть честным – значит быть «тряпкой». Способность быть нечестным и безразличным к последствиям делает мужчину жестким, взрослым.

В своей книге «Конец стереотипам. Книга для мужчин, у которых есть совесть» (англ. *The End of Manhood: A Book for Men of Conscience*) Джон Столтенберг обращает внимание на то, что мужская личность в патриархальной культуре, предлагаемая в качестве идеала, требует постоянного вклада в ложное «я». Мальчики с раннего детства учатся маскировать истинные чувства. Им буквально внушают, что нужно быть жесткими, не плакать, не выражать обиду, чувство одиночества или боль. В худшем случае они учатся не чувствовать ничего и никогда. Эти уроки чаще всего преподаются другими мужчинами или матерями с сексистскими взглядами. Даже мальчики, выросшие в самых прогрессивных, любящих семьях, где родители поощряют их выражать эмоции, получают иное представление о мужественности и чувствах на детской площадке, в школе, занимаясь спортом или смотря телевизор. В итоге они могут выбрать патриархальную мужественность, чтобы быть принятыми другими сверстниками и стать авторитетными мужскими фигурами.

В важной работе «Новый взгляд на мужественность» (англ. *Rediscovering Masculinity*) Виктор Сайдлер подчеркивает: «Когда мы, мальчики, учимся говорить, мы слишком быстро обучаемся искусству сокрытия собственного “я”. Мы учимся “владеть” языком, чтобы контролировать окружающий мир... Даже если мы обвиняем других в несчастях и страданиях в отношениях, на подсознательном уровне мы знаем, что нашу мужественность ограничили и задели. Мы испытываем обиду и боль, потому что понимаем, как мало нам дозволено чувствовать...» Отстраненность от эмоций облегчает ложь, поэтому мужчины в момент обмана чаще всего пребывают в состоянии отрешенности. Для утверждения собственной мужественности они используют стратегии выживания, которым научились еще в детстве. Невозможность сближения с другими людьми влечет за собой неспособность принятия ответственности за причинение боли. Такое отрицание наиболее очевидно в случаях, когда мужчины пытаются оправдать насилие по отношению к более слабым людям (обычно к женщинам), предполагая, что на самом деле именно они являются жертвами женщин.

Прикрываясь маской безразличия, многие мужчины на самом деле считают себя жертвами равнодушия. Как и все, они в детстве стремились верить, что любовь не обойдет их стороной. Хотя многих мальчиков учат вести себя так, будто любовь не имеет значения, в глубине души они тоже ее ищут. И это стремление не исчезает лишь потому, что они становятся мужчинами. Ложь как одна из форм поведения является для них способом выразить гнев по поводу несбыточности обещаний любви. Чтобы принять патриархат, им приходится активно сдерживать это стремление.

Патриархальная мужественность требует от мальчиков и мужчин не только силы и превосходства над женщинами, но и необходимости поддерживать свой статус. Это одна из причин, по которой мужчины в большей степени, чем женщины, используют ложь как средство получения власти в отношениях. Общепринятым в патриархальной культуре является предположение, что любовь присутствует в ситуации, когда одна группа или индивид доминирует над другой. Многие люди уверены, что мужчины могут принижать женщин и детей и при этом сохранять любовь. Психолог Карл Юнг пронзительно подчеркнул: «Там, где желание власти имеет первостепенное значение, любовь неизбежно отсутствует». Поговорите с женщинами об их отношениях с мужчинами, независимо от их расы или класса, и вы услышите истории о стремлении к власти, о том, как мужчины используют ложь, включая утаивание, в качестве способа контроля и подчинения.

\* \* \*

Не случайно более широкое культурное признание лжи в нашем обществе совпало с достижением женщинами большего социального равенства. В начале феминистского движения женщины настаивали, что мужчины главные, потому что они чаще всего контролируют

финансы. Теперь, когда заработок женщин значительно вырос (хотя и не сравнялся с мужским), а женщины стали финансово более независимыми, мужчины, желающие сохранить господство, должны использовать более тонкие стратегии, чтобы колонизировать и лишить женщин власти. Даже самая богатая женщина может быть «опущена» в отношениях, где она стремится к любви, а ей постоянно лгут. В той степени, в которой она доверяет спутнику, ложь и другие формы предательства, скорее всего, разрушат как ее уверенность в себе, так и самооценку.

Преданность господству требует от мужчин, принимающих такое мышление (а многие, если не большинство, так и делают), поддерживать власть над женщинами «любимыми необходимыми средствами». В то время как в культуре огромное внимание уделяется домашнему насилию и практически все согласны с тем, что мужчины не должны бить женщин с целью подчинения, большинство мужчин перешли на психологический терроризм. Этот вид принижения стал социально приемлемой формой. И ложь – это одно из самых мощных оружий в данном арсенале. Когда мужчины лгут женщинам, представляя ложное «я», страшная цена, которую они платят за сохранение «власти», – это потеря способности дарить и получать любовь. Именно доверие является основой близости. А когда ложь подрывает доверие, подлинная связь невозможна. Хотя властные мужчины умеют заботиться и получают заботу в ответ, они ставят барьер между собой и любовью.

Все дальновидные мужские мыслители, бросающие вызов мужскому господству, настаивают на том, что мужчины могут вернуться к любви, отказавшись от воли к главенству. В своей книге «Конец стереотипам» Столтенберг постоянно подчеркивает, что лишь посредством любви к честности мужчины способны обрести благородство. Он заявляет: «Честность между людьми – это, возможно, самая важная человеческая связь». Любовь к правде позволяет мужчинам разорвать удушающие объятия патриархальной мужественности. В главе «Как улучшить отношения с женщинами» Столтенберг пишет: «Честность между мужчиной и женщиной не имеет шансов, когда на первом месте стоит мужской авторитет. Если же мужчина предпочитает власть правде, это приводит к предсказуемым последствиям во всех его отношениях с женщинами... Научиться жить честно – значит решить, что верность людям, которых вы любите, важнее любой верности мужским устоям. Когда мужчины и женщины верны себе и другим, когда мы любим искренность, мы в полной мере понимаем, каким образом ложь уменьшает и подрывает возможность значимой, заботливой связи. Мы замечаем, что именно ложь стоит на пути любви».

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.