

Абрахам Маслоу МОТИВАЦИЯ И ЛИЧНОСТЬ

Перевод А.М.Татлыбаевой

Глава 12. ЛЮБОВЬ И САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ

Удивительно, но проблема любви до сих пор почти не исследовалась экспериментальными методами. Особенно странным кажется мне молчание психологов, ибо кто, если не они, должны говорить о любви? По-видимому, это молчание служит еще одним подтверждением порочности утвердившегося в психологии академического подхода, еще одним примером того, что психологи предпочитают иметь дело с давно изученными и потому легко исследуемыми феноменами, уклоняясь от рассмотрения проблем, действительно требующих изучения. По этому поводу мне вспоминается один молодец, с которым мы вместе подрабатывали в ресторане курортного отеля в студенческие годы, – этот малый как-то раз увлекся и вскрыл все консервы, которые были на кухне, а сделал он это только потому, что уж очень здорово у него получалось вскрывать консервные банки.

Должен признаться, что только теперь, взявшись за исследование этой темы, я понял, сколь сложно соблюдать традиции, и особенно научные традиции. Меня постоянно не покидает ощущение, что я вступаю на еще нехоженые земли, выхожу на новые рубежи знания, где невозможно применение традиционных техник ортодоксальной психологической науки. (Кстати, именно неадекватность существующих техник стимулировала развитие новых методов сбора информации об этом и других исключительно человеческих феноменах, а они, в свою очередь, сделали возможным развитие новой философии науки (292, 376).)

Итак, задача ясна. Мы должны понять, что такое любовь, должны научиться воспитывать ее, творить и прогнозировать, – иначе мир будет захлестнут ненавистью и недоверием. Ввиду важности этой цели даже самые ненадежные, самые недостоверные данные, вроде тех, что будут представлены ниже, заслуживают внимания и самого тщательного анализа. В предыдущей главе я рассказал о критериях отбора испытуемых, о процедуре исследования и об основных его результатах. Но сейчас перед нами встает другой вопрос. Мы должны понять, какой урок могут преподать нам самоактуализирующиеся люди в таких сферах жизнедеятельности как любовь и половые отношения.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ ОПИСАНИЕ НЕКОТОРЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ЛЮБВИ

Для начала я вкратце перечислю наиболее известные характеристики любви между

противоположными полами, а затем перейду к рассмотрению специфических характеристик любви самоактуализирующихся индивидуумов.

Прежде всего мы должны честно признаться, что объективное определение любви невозможно. Мы можем сколько угодно говорить о поведенческих компонентах данного феномена, но такое описание не будет отражать его сущности. Это очень субъективный феномен, и потому его описание также должно быть феноменологическим. Но есть ли такие слова, с помощью которых можно было бы доходчиво изложить сущность любовного переживания человеку, который сам не испытал его? Любовь – это прежде всего чувство нежности и привязанности, которое (в случае взаимной любви) может принести удовлетворение, радость, счастье, восторг и даже экстаз. Любящий стремится к близости с любимым, ищет интимного контакта с ним, ему необходимо быть рядом с любимым, он жаждет ощущать его и ласкать. Он видит в любимом прежде всего положительные стороны, воспринимает его как красивого, хорошего и привлекательного человека; ему доставляет удовольствие смотреть на любимого, ему приятно быть рядом с ним; разлука с ним вызывает печаль и депрессию. Может быть, именно эта склонность к идеализации обуславливает сужение восприятия, которое можно наблюдать у любящего человека: все его внимание сосредоточено на возлюбленном, он просто не замечает других людей и того, что происходит вокруг. Объект любви подобно магниту притягивает к себе внимание и восприятие любящего человека. Удовольствие, которое он получает от близости и совместного времяпрепровождения, побуждает его искать любой возможности контакта с любимым, он стремится всегда быть рядом с ним – на работе, в играх, в эстетических и интеллектуальных занятиях. Часто приходится слышать о том, что приятное переживание становится еще более приятным, если разделить его с любимым человеком.

Наконец, и об этом нельзя умолчать, любящий человек испытывает половое возбуждение. Внешне это возбуждение ничем не отличается от обычного физиологического возбуждения, оно тоже приводит к эрекции и выделению секрета. Его особенность состоит в том, что для любящего человека не представим иной половой партнер, кроме его возлюбленного, ни один человек не в состоянии вызвать у него столь же сильного желания, столь же мучительного "любовного зуда". Однако, половое возбуждение – далеко не определяющая характеристика любви. Испытать любовные переживания могут и пожилые люди, уже не способные к половому акту.

Любящий человек стремится не только к физической, но и к психологической близости с предметом своей любви. Именно эта потребность побуждает влюбленные пары искать уединения, таких мест и обстоятельств, которые бы ничем не помешали их физическому и духовному единению. Нужно добавить, что любящие люди даже говорят друг с другом на своем особом языке, при помощи особых слов, жестов и взглядов, понятных только им двоим.

Любовь всегда великодушна. Нет ничего более желанного для любящего человека, чем дарить радость и удовольствие любимому, ему нравится делать что-то для своего возлюбленного, ему приятно видеть его счастливым.38

Весьма характерно для любовных отношений стремление ко все более полному познанию партнера, к абсолютной психологической близости, интимности, взаимопониманию. Любящие люди получают особое наслаждение от возможности быть искренними, им доставляет особую радость делиться секретами друг с другом. Возможно, это одно из проявлений личностного слияния, о котором мы поговорим ниже.

Великодушные любящего человека, его жажда дать счастье своему любимому довольно часто проявляются в его фантазиях. Он с восторгом представляет, как идет на страдания и даже на смерть ради своего возлюбленного. (Разумеется, есть и иные разновидности любви, например, такие как любовь между друзьями, братьями, между родителями и детьми. И я не могу не сказать о том впечатлении, которое я вынес из общения с некоторыми своими испытуемыми. Мне кажется, что образцом высшей любви, понимаемой как абсолютная причастность бытию другого человека, может послужить любовь некоторых стариков к своим внукам.)

САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ И БЕЗЗАЩИТНОСТЬ В ЛЮБВИ

Одной из главных характеристик любви, по мнению Теодора Рейка (393, Р. 171), служит особое качество бестревожности, или отсутствие тревоги; эта характеристика с исключительной наглядностью обнаруживает себя у здоровых людей. Эти люди предельно спонтанны в любви, они не считают нужным "таиться", "сдерживаться", соблюдать приличия или играть в ролевые игры, они не стремятся утвердить свое превосходство над партнером. Другими словами, любовь для них – не способ преодоления, а форма самовыражения. Любовь этих людей по мере расцвета становится все более искренней и интимной, взаимоотношения с партнером обретают все более экспрессивный характер, что достаточно редко можно наблюдать в близких отношениях обычных людей. Самоактуализирующийся человек, рассказывая о своих отношениях с любимым человеком, как правило, говорит о том, что с ним он может чувствовать себя совершенно естественно, непринужденно, что он может оставаться самим собой, может позволить себе расслабиться, может не думать о том, как скрыть свои недостатки, как физические, так и психологические.

В здоровых любовных отношениях партнеры не боятся сплеховать, не боятся произвести невыгодное впечатление друг на друга, не считают нужным скрывать друг от друга свои слабости, не стесняются своих физических недостатков, даже столь неприятных, как вставные челюсти. В такой любви нет тайн и секретов, любящие не стремятся сохранить ореол таинственности, перестают быть загадкой друг для друга. В такой абсолютной открытости, в такой беззащитности очень мало от общепринятого романтизированного понимания любви, как и от психоанализа. Тот же Рейк, например, полагает, что нельзя в одно и то же время быть и другом, и любовником, что дружба и любовь – взаимоисключающие понятия. Мои же данные, или вернее, мои впечатления подталкивают меня к прямо противоположному заключению.

Эти же впечатления не позволяют мне согласиться с расхожим представлением о

противостоянии и даже о вражде мужского и женского начал. Враждебность и подозрительность по отношению к представителям другого пола, склонность к прямолинейному отождествлению с представителями своего пола, сам термин "противоположный пол" – все это так привычно и в то же время так невротично! Со всей определенностью я могу заявить, что самоактуализирующимся людям не свойственна подобная невротичность, по крайней мере, тем из них, которых изучал я.

Хочется поделиться еще одним впечатлением от моих наблюдений. Оно идет вразрез с житейской мудростью, оно противоречит также и разнообразным "эзотерическим" концепциям сексуальности и любви. Я говорю здесь о том, что самоактуализирующийся человек по мере развития любовных отношений с партнером получает от них все большее и большее удовлетворение. Самоактуализирующийся индивидуум умеет получать удовольствие от знакомого, привычного, фактор новизны для него не имеет решающего значения. Спору нет, известный элемент новизны, элемент неожиданности может способствовать половому удовлетворению, но я бы не решился заявить, что это утверждение справедливо для всех представителей рода человеческого и тем более для самых здоровых его представителей.

В каком-то смысле здоровую любовь, или любовь здорового, самоактуализирующегося человека можно определить как состояние беззащитности или, иначе говоря, как состояние предельной спонтанности и абсолютной искренности. Здоровая любовь предполагает естественность партнеров, помогает им постоянно открывать друг в друге все новые качества и черты и при этом любить друг друга. При этом очевидно, что взаимное познание доставляет удовольствие партнерам, что им нравятся те черты, которые они обнаруживают друг в друге. Ведь если человек плох, то чем ближе его узнаешь, тем меньше радости будет приносить общение с ним, и в результате это приведет не к упрочению отношений, а, напротив, к разрыву всяких связей. Здесь прослеживаются те же самые тенденции, которые я обнаружил при исследовании фактора привыкания на восприятие произведений живописи. Я обнаружил, что хорошая картина никогда не надоедает, наоборот, чем дольше и чем чаще мы смотрим на нее, тем больше она нравится нам, тем большее наслаждение мы получаем от нее, тогда как плохая картина, наоборот, вызывает у нас все большее неприятие и даже отвращение. В то время я считал этот критерий необъективным, а других, более объективных критериев для оценки произведений живописи так и не нашел, и потому не решился обнародовать свои наблюдения. Но сейчас я уже не боюсь показаться субъективным и готов во всеуслышание заявить: хороший человек – это такой человек, которого чем лучше узнаешь, тем больше любишь, с плохим же лучше и вовсе не знаясь, чтобы не испытать разочарования.

Пожалуй, более всего мои испытуемые ценят любовь за то, что она разрешает им быть спонтанными, естественными, расслабленными, позволяет сбросить защитные маски и отказаться от условностей. В здоровых любовных отношениях человеку нет нужды защищаться, что-то утаивать в себе, следить за своими словами и действиями, подавлять или сдерживать свои позывы. Все мои испытуемые говорили, что любовь не имеет права требовать и предъявлять претензии, что искренность и самообнажение перед любимым человеком (как психологическое, так и физическое) не страшит их и

ничем не угрожает им.

Очень хорошо сказал о любви Роджерс (401а, р. 159): "Только сейчас слово "любимый" обретает свой истинный, глубинный смысл. Чувство, что ты любим, равнозначно чувству, что тебя понимают и принимают. Лишь те отношения можно назвать истинной любовью, в которых нет угрозы для партнеров, которые возникают на основе взаимного приятия и взаимного одобрения. ...Если реакция партнера неодобрительна, если я не вижу в ней ничего, кроме враждебности, то я, конечно же, сделаю все, чтобы оградить себя от этой враждебности".

Меннингер (335а, р. 22) приблизился к толкованию любви с другой стороны, он писал: "Любовь умирает не потому, что угасают чувства, ее убивает страх. Человек боится обнаружить свою истинную сущность, прячется в скорлупу предрассудков, навязанных ему культурой. Он избегает интимности и глубоких дружеских отношений, его страшит возможность искренности другого человека, потому что ему нечем отплатить за нее". Я согласен и со словами Роджерса, и с высказыванием Меннингера. Глядя на самоактуализирующихся людей, я понял, что их любовь свободна от враждебности, от условностей и предрассудков.

СПОСОБНОСТЬ ЛЮБИТЬ И БЫТЬ ЛЮБИМЫМ

Самоактуализирующиеся люди знают, что значит любить, и знают, что значит быть любимым, у них есть опыт любви, и именно поэтому мы можем говорить об их способности любить и быть любимым. Большая часть полученных мною данных, хотя и не все, указывают на то, что (при прочих равных условиях) для психологического здоровья необходимо удовлетворение потребности в любви, ему противопоказана ее депривация. Я не отрицаю позитивного значения фрустрации, я признаю, что аскетизм также может стать дорогой к психологическому здоровью, однако в нашем обществе, в нашей культуре самая торная тропа к здоровью, судя по всему, пролегает через удовлетворение базовых потребностей и в частности через удовлетворение потребности в любви. Это значит, что человеку нужно не только ощущать любовь, ему столь же необходимо любить. (Обязательность этих требований доказывается феноменом самовлюбленного психопата, описанном Леви (264).)

Самоактуализирующийся человек не только любил и был любим в детстве, он продолжает любить и продолжает ощущать любовь других людей в настоящем. Пожалуй, правильнее было бы сказать, что он в состоянии любить и обладает способностью вызывать любовь. (На первый взгляд второе заявление повторяет первое, но на самом деле между ними есть существенная разница.) Второе утверждение лишено субъективизма, оно основывается на объективных фактах, которые доступны наблюдению, его можно подвергнуть эмпирической проверке, подтвердить или опровергнуть,

По меткому замечанию Меннингера (335а), люди хотят любить, но не знают, как за это

взяться. Другое дело – самоактуализирующийся индивидуум. Уж он-то знает, как любить, его любовь спонтанна и естественна, он не считает нужным сдерживать или подавлять ее, она не рождает в его душе конфликтов и страха.

Однако, как я уже говорил, мои испытуемые очень щепетильны относительно слова "любовь". Круг людей, которых они называют любимыми, достаточно узок. Они умеют отличить любовь от приязни, симпатии, от дружеских или братских отношений. Любовь для них – особо интенсивное чувство.

САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ, ЛЮБОВЬ И СЕКС

Исследование сексуальности самоактуализирующихся людей помогает нам понять очень важные вещи. Должен сказать, что это очень непростая тема для разговора, очень комплексная и многоплановая. Кроме того, имеющиеся у меня данные по этому вопросу не изобильны, мои испытуемые не слишком охотно делились со мной подробностями своей половой жизни. Однако даже те данные, которыми я располагаю, все же позволили мне обнаружить некоторые особенности половой жизни самоактуализирующихся людей, выдвинуть некоторые предположения относительно природы любви и секса, причем как позитивного, так и негативного свойства.

У меня есть все основания предполагать, что любовь и сексуальность у здоровых людей во многом переплетены. Я понимаю, что для науки мало пользы от смешения двух самостоятельных понятий (393, 442), но факт остается фактом – в жизни здорового человека "секс" и "любовь" нераздельны. Я остерегусь от излишней горячности, я не стану утверждать, что человек, способный получать сексуальное удовлетворение без любви, – больной человек, но мои наблюдения ведут меня именно в этом направлении. Я совершенно определенно могу заявить, что самоактуализирующиеся люди, как мужчины, так и женщины, не ищут секса ради секса, что в половом акте они получают не только сексуальное удовлетворение. Я не готов заявить, что эти люди полностью отвергают для себя возможность секса без любви, но мне известно множество случаев, когда они отказывались от половых отношений или откладывали их, не будучи уверенными в своих чувствах к партнеру.³⁹

Я уже говорил в предыдущей главе, что самоактуализирующиеся люди способны получать от секса наивысшее, почти экстатическое удовлетворение. Любовь для них – это жажда полного, абсолютного слияния с любимым человеком, желание раствориться в нем и стать его частью, неудивительно поэтому, что оргазм становится для них кульминацией полного растворения в партнере. Зачастую их переживания, сопровождающие оргазм, достигают такой высоты и интенсивности, что я осмелился определить их как мистические переживания. Испытуемые, которых мне удалось вызвать на откровенность, рассказывали, что во время оргазма им "открывается нечто огромное, необъятное, прекрасное, вечное, непостижимое", что в такие мгновения они оказываются во власти неких высших сил. Сексуальность абсолютная, совершенная, высшая, подкрепленная иными свойствами и характеристиками самоактуализирующихся

людей, порой находит себе выражение в настолько парадоксальных формах, что об этом имеет смысл поговорить отдельно.

Для самоактуализирующихся людей оргазм имеет одновременно и большее, и меньшее значение, чем для среднего человека. Мы говорили, что оргазм зачастую обретает для них форму мистического переживания, и в то же самое время они легко переносят его отсутствие. Это не парадокс и даже не противоречие. С точки зрения динамической теории мотивации этот факт абсолютно закономерен. Самоактуализирующийся индивидuum живет на высших уровнях мотивации, он не озабочен низшими потребностями, их удовлетворение или фрустрация не имеют для него большого значения, но если ему случается удовлетворить эти потребности, удовлетворение приносит ему огромную радость.

Самоактуализирующийся человек относится к сексу так же спокойно, как к еде. Он умеет получать наслаждение от еды, но еда не становится для него точкой отсчета. Он ест с удовольствием и не обременяет себя укорами в адрес своей животной природы. И все-таки пища и связанное с ней чувственное удовольствие второстепенны для него, находятся на периферии его концепции удовлетворения. Самоактуализирующийся человек не нуждается в чувственных удовольствиях, но и не запрещает себе наслаждаться ими.

Не от пищи он начинает строить свою концепцию идеального общества, не о еде он думает, когда размышляет о рае, о лучшей жизни, насыщение малозначительно для его философии ценностей и для его морали. Удовлетворение пищевой потребности воспринимается им как нечто первичное, само собой разумеющееся, как фундамент, на котором будет воздвигнут храм. Самоактуализирующийся человек понимает, что высокие позывы невозможны до тех пор, пока он не удовлетворит свои низшие нужды; лишь получив свое, последние отступают, перестают заботить и тревожить человека.

Точно так же самоактуализирующийся человек относится к сексу. Он умеет получать от половых отношений такое наслаждение, какое и не снилось среднестатистическому человеку, но секс не становится для него жизненной философией. Он остается для него не более чем приятной необходимостью, столь же приятной и столь же необходимой, как еда и питье, но ни в коей мере не первостепенной заботой.

Именно этим общим отношением к сексу и объясняется на первый взгляд парадоксальный факт, заключающийся в том, что оргазм не становится самоцелью для самоактуализирующихся людей несмотря на то, что его переживание порой принимает формы мистического откровения. Другими словами, они могут отказаться от сексуального удовлетворения. Подобное умозаключение в чем-то противоречит расхожему романтическому представлению о любви, в соответствии с которым половые отношения в любви – это всегда полет, буря эмоций, экстаз и неземное наслаждение. Ясно, что секс может быть и просто забавой, игрой, приятной формой времяпрепровождения, даже привычкой или обязанностью. Самоактуализирующиеся люди – не ангелы, чтобы всегда парить в горних сферах, их половая жизнь чаще протекает на среднем уровне интенсивности, секс скорее дарит им легкое, приятное

возбуждение, нежели швыряет в беспощадные пучины страсти.

В любви самоактуализирующихся людей проявляются многие аспекты их общего отношения к жизни, в частности их способность к приятию себя и других. Они терпимы по отношению к таким вещам, которые, скорее всего, покажутся неприемлемыми для обычных людей. Крайне редко они заводят интрижки на стороне, хотя способны испытать половое влечение не только в семейном кругу. По моим наблюдениям их отношения с представителями противоположного пола складываются очень просто и естественно; самоактуализирующиеся люди естественно принимают факт полового влечения, но не считают себя обязанными идти у него на поводу, как это принято у обычных людей. На мой взгляд, они гораздо более свободны, раскованны в разговорах на половые темы по сравнению все с тем же среднестатистическим человеком, причем их рассуждения о сексе лишены обычного ханжества. Подводя черту под своими наблюдениями, хочу сказать, что общее приятие жизни в различных ее проявлениях и то глубокое удовлетворение, которое получают эти люди в любви, освобождает их от необходимости поиска компенсаторного секса на стороне. В данном случае мы имеем дело с крайне любопытным случаем несоответствия между отношением и поведением. Чем легче относится человек к сексуальности, тем легче ему быть моногамным.

Одной из моих испытуемых была 55-летняя женщина, уже давно состоящая в разводе. По ее рассказам могло сложиться впечатление, что она, как это говорится, пошла по рукам. У нее был чрезвычайно богатый сексуальный опыт и, глядя на нее, нельзя было усомниться в том, что она довольна своей половой жизнью. К сожалению, мне не удалось подтолкнуть ее на подробное изложение своего мировоззрения, она ограничилась заявлением, что у нее достаточно мужчин и что ей нравится заниматься сексом. Я не заметил в ее словах ни тени вины или тревоги, ни малейшего намека на чувство собственной "греховности". Судя по всему, склонность самоактуализирующихся людей к моногамии обусловлена вовсе не целомудрием и не подавлением собственной сексуальности, а чувством глубокого удовлетворения половыми отношениями в браке. Самоактуализирующиеся люди получают истинное удовлетворение от своих отношений с партнером по браку, и поэтому не ищут развлечений на стороне.

Именно позитивное отношение к сексу и к различным проявлениям сексуальности помогает самоактуализирующимся людям получать истинное наслаждение от половых отношений. Еще одна особенность здоровой любви состоит в том, что ей чуждо традиционное противопоставление полов; здоровая любовь не заставляет партнеров играть так называемые половые роли, не вынуждает женщину к пассивности, а мужчину – к безудержной активности. Здоровые, самоактуализирующиеся люди настолько уверены в своей половой принадлежности, что не считают унижительным отступить от канонов, предписываемых половой ролью. Они способны и на пассивность, и на активность, и это особенно очевидно, если рассматривать физическую любовь и половой акт. Для здоровой любви противоестественны вопросы, вроде: кто должен быть сверху? Кому следует первым проявить инициативу? Кто должен целовать, ласкать, "заводить", а кто – покорно уступать ласкам? Здоровый человек получит удовольствие и от первого, и от второго. Практически все мои испытуемые утверждали, что им одинаково приятно и любить, и принимать любовь, что их не устраивает постоянная

роль пассивного или активного любовника, потому что она лишила бы их многих удовольствий.

Воззрения самоактуализирующихся людей на сексуальность настолько широки, что распространяются вплоть до мягких форм садомазохизма. Им доставляет одинаковое удовольствие и причинять боль, и терпеть ее, и отдавать себя во власть партнера, и утверждать свое господство над ним, их одинаково возбуждает и роль раба, и роль господина. Разумеется, в этих половых забавах нет ничего патологического.

Из общения с этими людьми я вынес еще одно впечатление. Я говорю о свойственной им уверенности в своей мужественности или женственности. Ум, сила, уверенность, решительность и прочие "мужские" черты в женщине не пугают здорового мужчину, он не воспринимает их как угрозу собственной маскулинности, напротив, обычно они привлекают его.

И опять же, на примере любовных отношений самоактуализирующихся людей мы можем еще раз увидеть, как самоактуализация способствует разрешению привычных дихотомий, свойственных нездоровью.

Порассуждаем о предположении, выдвинутом д'Арси (103). Он говорил о том, что лучшие представители человеческого рода способны к единому любовному переживанию, в котором будут присутствовать как эротическая, так и платоническая любовь, несмотря на глубочайшую пропасть, их разделяющую. Описывая два вышеупомянутых типа любви, д'Арси употребляет такие антонимы как "активный-пассивный", "мужской-женский", "эгоистичный-альтруистичный", то есть заведомо предписывает им противопоставление. Действительно, для большинства людей в понятиях "эротическая любовь" и "платоническая любовь" содержится вполне очевидное противопоставление, однако это не совсем справедливо по отношению к любви здоровых людей. Эти люди преодолели дихотомии, они могут быть активными и пассивными, мужественными и женственными, эгоистичными и альтруистичными. Д'Арси признает этот факт, но он склонен счесть его исключением.

Сколь бы немногочисленными ни были мои наблюдения, они заставляют меня с уверенностью сделать несколько выводов негативного свойства. Например, я готов утверждать, что фрейдовская тенденция отождествления любви и секса глубоко ошибочна.⁴⁰ Фрейд не одинок в своем заблуждении – эти вещи путают и куда как менее проницательные граждане – но, пожалуй, именно Фрейд повинен в том, что эта ошибка получила столь широкое распространение. Листая сочинения Фрейда, там и сям наталкиваешься на высказывания, со всей очевидностью свидетельствующие о том, что у Фрейда не было четкой позиции по отношению к любви. Например, в одной из своих работ он утверждает, что любовь уходит корнями в инстинкт самосохранения, и здесь он понимает ее как своего рода благодарность, которую ребенок испытывает к матери за то, что она кормит его и ухаживает за ним: "Эта привязанность формируется в первые годы жизни и базируется на инстинкте самосохранения..." (139, р. 204). Но затем он интерпретирует любовь как реактивное образование (р. 252), а несколькими страницами ниже неожиданно представляет ее в виде сознательного аспекта

сексуального позыва (р. 259). В лекциях Фрейда (в цитате Хичмана) можно найти высказывание о том, что взрослая любовь – это повторение любви младенца к матери: "...кормление младенца грудью можно принять за модель любых отношении любви... Обретение любви есть не что иное, как ее возвращение".

Однако из всего сказанного им по поводу любви самое широкое распространение и признание приобрел тезис о том, что нежность представляет собой половое влечение к запретной цели.⁴¹ Если сформулировать это со всей прямотой, то нежность для Фрейда – не более чем замаскированное выражение сексуального позыва. Целью сексуального позыва выступает совокупление, но если оно по тем или иным причинам невозможно, а человек, тем не менее, продолжает желать его и в то же самое время не осмеливается признаться себе в своем желании, то лишь тогда он испытывает нежность и любовь. И наоборот, если мы видим, что человек нежно относится к другому человеку, значит, нам не остается ничего другого, как заключить, что он испытывает к нему половое влечение. Фрейдовские рассуждения о нежности влекут за собой еще одно умозаключение; если мы согласимся с ними, мы вынуждены будем признать, что, если бы человек не сдерживал и не подавлял свои сексуальные позывы, если бы у него была возможность совокупляться с кем ему захочется и когда захочется, то в нашей жизни не было бы места ни нежности, ни любви. Подавление и запрет на инцест – вот единственно возможные источники любви, по мнению Фрейда. Иные воззрения на эту тему вы можете почерпнуть в работах других авторов (27, 213).

Рассуждения фрейдистов о генитальной любви зачастую отмечены одним общим недостатком: фрейдисты очень много говорят о гениталиях и очень мало – о любви. Даже в самом определении генитальной любви мы видим следы этого отношения, она зачастую понимается ими как способность к половой потенции, способность к оргазму, причем к оргазму, которого можно достичь исключительно посредством введения пениса в вагину, без использования клитора и ануса, не прибегая к помощи садомазохистских приемов и прочих ухищрений. Встречаются, конечно, и более тонкие рассуждения, однако крайне редко. Пожалуй, самое разумное описание генитальной любви, выполненное во фрейдистской традиции, принадлежит Майклу Балинту⁴² и Эдварду Хичману (195).

Рассуждения Фрейда на тему любви и нежности не дают нам ответа на вопрос: каким образом нежность вплетается в генитальную любовь. Половой акт не предполагает подавления сексуального стремления (наоборот, он служит воплощением сексуального позыва), но откуда же в таком случае возникает нежность? Кроме того, Фрейд ничего не говорит об удовлетворенной сексуальности. Если нежность присутствует в генитальной любви, значит, она порождена вовсе не подавлением полового влечения, а какими-то иными причинами, и эти причины, по-видимому, совсем не сексуального характера. Анализ Сатти (442) ясно показывает нам несостоятельность фрейдистского подхода к этой проблеме. Об этом же свидетельствуют работы Рейка (393), Фромма (145, 148), Дефореста (106) и других ревизионистов фрейдизма. Адлер, например, уже в 1908 году пришел к выводу, что потребность в любви не может быть производной от сексуальной потребности.

ЗАБОТА, ОТВЕТСТВЕННОСТЬ И ОБЩНОСТЬ ПОТРЕБНОСТЕЙ

Одной из важнейших характеристик здоровой любви выступает отождествление потребностей любящих людей или объединение иерархий базовых потребностей партнеров в единую иерархию. В результате такого объединения у партнеров возникают общие потребности, они не делят потребности на свои личные желания и желания партнера. Эго каждого из них расширяется, принимая в себя Эго другого до такой степени, что иногда можно сказать, что два любящих человека сливаются в единое целое, становятся одним человеком, одним Эго.

Эту мысль впервые высказал Альфред Адлер (2, 13). Несколько позже Эрих Фромм в своей книге *Man for himself* (148) предложил такое определение любви (pp. 129-130):

"Любовь – общее чувство двух любящих людей, по крайней мере, до тех пор, пока существует связь между объектом любви и собственным Я человека. Истинная любовь есть выражением продуктивности личности, она предполагает заботу, уважение, ответственность и знание. Любовь – не эмоция и не аффект, это активное стремление к возвеличанию любимого человека и к его счастью, берущее начало из способности любящего любить".

Хорошо сказал о любви Шлик (413а, р. 186):

"Социальные импульсы – это определенного рода личностные диспозиции, благодаря которым сама мысль о возможном удовольствии или неудовольствии другого человека становится для субъекта приятным или неприятным переживанием (даже само присутствие этого человека, сам факт его существования может, благодаря этим импульсам, вызвать у субъекта чувство удовольствия). Естественным следствием этих диспозиций есть тот факт, что радость другого человека выступает как цель поведения субъекта; достижение этой цели вызывает у него чувство радостного удовлетворения, радость и удовольствие другого становятся его собственной радостью и его собственным удовольствием".

Как правило, отождествление потребностей проявляется в виде ответственности за любимого человека и заботы о нем. Любящий муж искренне радуется радости жены. Любящей матери мучительно больно слышать, как кашляет ее ребенок, она с радостью согласилась бы заболеть вместо него, потому что болезнь ребенка приносит ей больше страданий, чем ее собственная болезнь. Если уж мы заговорили о болезнях, то было бы любопытно рассмотреть, как влияет болезнь одного из супругов и вызванная ею необходимость ухода на отношения между супругами в счастливых и в несчастливых семейных парах. В хорошей семье болезнь одного из супругов воспринимается как несчастье двоих. В этом случае каждый из супругов чувствует свою долю ответственности за исправление неприятной ситуации и предпринимает все возможное для того, чтобы победить болезнь. Примитивный коммунизм, характерный для здорового, счастливого брака, проявляется не только в совместном ведении хозяйства,

но и в чувстве взаимной ответственности супругов. Глядя на хорошую семью, мы видим, как воплощается в жизнь принцип "от каждого по способностям, каждому по потребностям", причем в данном случае потребности любимого становятся потребностями любящего.

При очень хороших отношениях между супругами заболевший партнер подчиняется заботе и уходу любящего с той же беззащитной доверчивостью, с какой уставший ребенок засыпает на руках у матери, он не боится показаться слабым, не боится вызвать осуждение или раздражение партнера. Очень характерно, что в менее здоровых семьях болезнь одного из супругов, как правило, становится причиной тревоги и напряжения, которые испытывают все члены семьи. Если муж понимает свою мужественность исключительно как физическую силу, то болезнь, ослабляющая его, воспринимается им как катастрофа. Если жена определяет свою женственность в терминах красоты и физической привлекательности, то болезнь и все, что вредит ее привлекательности, станет для нее настоящей трагедией. Если муж разделяет заблуждения жены относительно женственности, то их страдания еще более усугубятся. Здоровым же людям не грозят подобные осложнения от болезней.

В нездоровой семье муж и жена, хоть и живут вместе, на самом деле изолированы друг от друга, каждый из них существует в своей скорлупе и неспособен по-настоящему понять другого, не может познать его как самого себя. Любое взаимодействие между группами или между отдельными индивидуумами можно представить себе как испытание, как попытку двух одиночеств преодолеть разделяющую их пропасть. Понятно, что самым надежным мостом через эту пропасть будет здоровая любовь.

Для развития теоретических взглядов на любовь, как и для развития нашего понимания альтруизма, патриотизма и т.п., большое значение имеет концепция трансцендирования, выхода за пределы Эго. Блестящим образцом современного исследования, посвященного этой проблеме, исследования, выполненного на высоком техническом уровне, служит книга Ангьяла (12). В этой работе автор предпринял попытку анализа различных проявлений одной общей тенденции, которую он называет стремлением к гомономии, противопоставляя ее стремлению к самостоятельности, к независимости, индивидуальности и т.п. В настоящее время, опираясь на новые данные клинических и исторических исследований, мы можем с уверенностью заявить, что Ангьял был прав, призывая учитывать эти два стремления при создании любых психологических классификаций. Мало того, сегодня уже кажется очевидным, что такое исключительно человеческое стремление как стремление к преодолению границ своего Эго, стремление выйти за его пределы можно считать потребностью ровно в том же смысле, в каком мы говорим о человеческой потребности в витаминах, в том же смысле, в каком мы говорим, что неудовлетворение потребности приводит к болезни. И в любом случае несомненно, что самая верная дорога к преодолению своих границ идет через здоровую любовь.

ЛЮБОВЬ КАК РАДОСТЬ И ИГРА

Адлер и Фромм в своих рассуждениях о любви, о которых мы говорили выше, делали особый акцент на продуктивности любовных отношений, подчеркивали особую важность взаимной ответственности партнеров. С такой точкой зрения трудно не согласиться,

однако и Адлер, и Фромм, как, впрочем, и другие теоретики, пишущие о любви в том же ключе, почему-то упускают из виду один важный аспект здоровых любовных отношений, который я при всем желании не смог бы не заметить за моими испытуемыми. Я говорю о радости, о веселье, о легкости, о том душевном подъеме и чувстве благополучия, которые дарует человеку любовь. Самоактуализирующиеся люди умеют получать наслаждение от любви и секса. Зачастую секс становится для них веселым развлечением, игрой, в которой есть место не только стонам, но и смеху. На мой взгляд, Фромм слишком уж серьезно относится к любви; в его описании идеальная любовь предстает как некая обязанность, пожизненное бремя, на которое обрекают себя партнеры. Вот его слова (148, р. 110): "Любовь – это продуктивная форма связи человека с другими людьми и с самим собой. Любовь означает ответственность, уважение, заботу и знание. Любящий приветствует рост и развитие любимого человека. В любви находит себе выражение совершенная близость двух людей, каждый из которых при этом сохраняет свою целостность". Согласитесь, что в такой интерпретации любовь больше похожа на договор о дружбе и сотрудничестве между двумя государствами, чем на спонтанно рождающееся чувство. Нет, мужчину и женщину влечет друг к другу вовсе не забота о благополучии вида и не ответственность перед потомками, и даже не инстинкт размножения. Здоровая любовь, здоровый секс, несмотря на высочайшее, экстатическое напряжение всех сил и способностей человека, правильнее было бы уподобить игре двух беззаботных детей, веселой щенячьей возне. Отношения здоровых людей полны радости и юмора, в их основе лежит не столько стремление, о котором писал Фромм, сколько радость и восхищение. Однако об этом мы поговорим ниже.

ПРИЯТИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ ПАРТНЕРА И УВАЖЕНИЕ К НЕМУ

Все известные философы, психологи и писатели, все серьезные мыслители, когда-либо писавшие о любви, обязательно указывали на то, что идеальной, или здоровой, любви свойственно уважительное отношение партнеров к индивидуальности друг друга. Любящий человек видит в предмете своей любви уникальную, неповторимую личность, рост и развитие которой вызывают у него радость и чувство удовольствия. Подтверждением этой мысли могут послужить мои наблюдения за самоактуализирующимися людьми. Эти люди обладают редкой способностью радоваться успехам и достижениям любимого человека, личностный рост любимого они не воспринимают как личную угрозу, он радует их. Они действительно уважают своих партнеров, уважают глубоко и сущностно. Очень хорошо сказал об этом Оверстрит (366а, р. 103): "Любовь – это не стремление обладать человеком, зачеркнуть его, напротив, это сущностная потребность подчеркнуть человека. Любить – значит признавать право человека быть самим собой, быть уникальным".

Столь же однозначен был в этом вопросе и Фромм (145, р. 261):

"Важнейшим компонентом этой спонтанности есть любовь, но не та "любовь", которая уничтожает Я другого, а любовь, которая выступает как спонтанное подтверждение

индивидуальности другого, как объединение двух индивидуальностей с сохранением и развитием каждой из них". Пожалуй, самым наглядным примером такого уважения к партнеру может послужить муж, с гордостью рассказывающий знакомым об успехах своей жены. Другим образцом может стать жена, принципиально не желающая ревновать своего мужа.

Уважительное отношение к индивидуальности другого человека может проявляться в самых разных формах, и нужно уметь отличать его от любви как таковой. Между любовью и уважением нет полного тождества, это самостоятельные феномены, хотя они часто сопутствуют друг другу. Можно уважать человека, не любя его. Я не знаю, можно ли любить, не уважая любимого человека, не знаю, можно ли эти взаимоотношения с полным правом назвать любовью, но готов допустить и эту возможность. Во всяком случае, в уважительных отношениях часто обнаруживаются те же самые характеристики, которые присущи здоровой любви.

Уважение обязательно предполагает признание самостоятельности другого человека, признание за ним права на целостность и особость. Самоактуализирующийся человек не стремится использовать партнера в своих целях, не предпринимает попыток поработить или унижить его, он готов считаться с его желаниями и потребностями, готов признать его неотъемлемое право на суверенитет. Этими же принципами руководствуется самоактуализирующийся человек в своих взаимоотношениях с детьми, – по крайней мере, среди представителей нашей культуры никто не умеет так уважать ребенка, как это делают они.

Занятно, но порой такое уважительное отношение к половому партнеру внешне может выглядеть как полное неуважение. Дело в том, что принятый в нашей культуре ритуал ухаживания за женщиной есть не что иное, как попытка мужчины извиниться перед женщиной за очевидное невнимание к ней, а, быть может, даже и выражение бессознательного стремления подчеркнуть свое превосходство над "слабым полом", презрения к нему. Например, у нас принято вставать при появлении дамы, подавать ей стул, пальто, руку, пропускать ее вперед и оставлять за ней право выбора блюд в ресторане, но все эти нормы и по происхождению и по существу подразумевают отношение к женщине как к слабому существу, неспособному позаботиться о себе, нуждающемуся в опеке и защите. Как правило, женщины с сильно развитым чувством самоуважения настороженно относятся к этим внешним знакам уважения, понимая, что подлинным уважением здесь и не пахнет. Я заметил, что если мужчина на самом деле уважает женщину, то он обращается с ней как с равноправным партнером, как с товарищем, а не как с инвалидом или недоумком. В таких случаях мужчины могут позволить себе даже пренебречь формальными нормами вежливости, они ведут себя в присутствии женщины свободно и естественно, чем нередко вызывают осуждение окружающих и обвинения в неуважительном отношении к дамам.

ЛЮБОВЬ КАК ВЫСШЕЕ ПЕРЕЖИВАНИЕ. ВОСХИЩЕНИЕ, УДИВЛЕНИЕ, ТРЕПЕТ

Любовь благотворно воздействует на человека, но это еще не означает, что мы любим лишь потому, что ждем от любви какого-то результата. Мы влюбляемся не оттого, что стремимся ощутить влюбленность или испытать на себе все благотворные эффекты любви. Здоровая любовь не имеет цели или намерения, она рецептивна и нетребовательна точно так же, как непредумышленно радость, замороженность и восхищение, охватывающие человека при созерцании ошеломляюще прекрасной картины. Психологи слишком много говорят о целенаправленном поведении, о намерении, подкреплении, вознаграждении и прочих подобных вещах и уделяют слишком мало внимания переживаниям и состояниям, которые можно назвать высшими, – благоговейному трепету, охватывающему человека при встрече с прекрасным, восторгу, который сам себе служит наградой и поощрением.

Восхищение и любовь самоактуализирующегося человека не преследуют никаких целей и не требуют вознаграждения; человек переживает их идеографически (6), как состояние ради состояния, только ради переживания, роскошного и одновременно конкретного, переживает одухотворенно, в том восточно-религиозном духе, о котором говорил Нортроп (361).

Восхищение ничего не просит от человека, ничего не требует и ничего не получает. Оно непреднамеренно и бесполезно, оно скорее пассивно-рецептивно, нежели активно-наступательно. В чем-то оно подобно состоянию даосской созерцательности. Созерцающий человек, ощутив трепет восхищения, никак не влияет на него, скорее само переживание изменяет человека. Восторженный человек смотрит на мир взглядом наивного ребенка, не пытаясь оценить его, не стремясь найти ему применение, не критикуя и не восхваляя его; он заморожен открывшимся ему чувственным опытом, поглощен своим переживанием, он уступает ему, позволяя вершить свой произвол. Это состояние можно сравнить с той охотной безвольностью, которая охватывает купальщика, покачиваемого легкой волной, или с трепетным восторгом, смешанным с безличным интересом, которое охватывает нас, когда мы наблюдаем, как заходящее солнце медленно расцветивает облака над горизонтом. Мы ничего не требуем от заката, не в силах повлиять ни на него, ни на рожденный им душевный трепет. В этом смысле наше восприятие свободно от личностных проекций, мы не вкладываем в него свои бессознательные желания и стремления, мы не пытаемся придать ему форму, как делаем это, глядя на пятна Роршаха. Переживание не служит для нас условным сигналом и не становится символом, потому что за ним не стоит никакого подкрепления или вознаграждения. Оно не связано с хлебом, молоком, не связано с удовлетворением других базовых потребностей. Можно наслаждаться картиной, не воруя ее из музея, любоваться розой, не срывая ее с куста, восторгаться младенцем, не похищая его у матери, слушать пение соловья, не сажая его в клетку. Таким же невмешательным образом человек может любоваться и наслаждаться другим человеком, не утверждая своего господства над ним. Разумеется, есть и иные стремления, заставляющие двух индивидуумов любить друг друга, но благоговейное восхищение, по-видимому, – главный компонент любви.

Признание этого факта влечет за собой ряд последствий, важнейшее из которых связано с тем, что наше наблюдение идет вразрез с большинством теорий любви. Очень

многие теоретики в своих рассуждениях о любви исходили из того, что люди скорее обречены на любовь, нежели увлечены ею. Так, Фрейд (138) говорит о запрете на сексуальное поведение, Рейк (393) толкует об энергии вытесненного желания, и еще целый ряд авторов говорит о неудовлетворенных потребностях, вынуждающих человека поддаваться самообману, влюбляться в выдуманный образ партнера.

Однако если рассматривать самоактуализирующегося индивидуума, то совершенно очевидно, что он влюбляется так же, как мы реагируем на великую музыку – распахиваясь навстречу своему переживанию, с восторгом и трепетом ощущая, как она заполняет его душу. Такое восприятие музыки непреднамеренно, человек не ставит перед собой цели преисполниться музыкой. В одной из своих лекций Хорни определила здоровую любовь как способность воспринять другого человека *per se*, в его уникальной целостности, воспринять его как цель, а не как средство достижения цели. Такое восприятие можно назвать восхищенным, оно полно обожания, жажды познания, оно свободно от стремления использовать партнера. Очень хорошо сказал об этом Святой Бернард: "Любовь не ищет смысла, кроме того, что заключен в ней самой, любви нет причины, как нет ей предела; она сама себя порождает и сама себе служит наградой. Я люблю потому, что люблю; я люблю потому, что я в состоянии любить..." (209)

Теологическая литература изобилует подобными утверждениями (103), цель которых состоит в том, чтобы отделить человеческую любовь от божественной. В основе этой тенденции лежит допущение о том, что незаинтересованное восхищение (восхищение, в котором нет личного интереса) и альтруистическая любовь не свойственны человеку, что это прерогатива высших сил. Но мы-то знаем, что это не так, мы-то знаем, что в любви здорового, развитого, зрелого человека обнаруживаются очень многие характеристики, прежде считавшиеся исключительно божественными.

Мне кажется, что перечисленные феномены здоровой любви становятся более понятными в контексте сформулированных выше теоретических постулатов. Во-первых, мне хочется напомнить об отличиях дефицитной мотивации от мотивации роста (295). Мы определили самоактуализирующихся индивидуумов как людей, удовлетворивших свои потребности в безопасности, принадлежности, любви, уважении и самоуважении и потому не мотивированных этими потребностями. Но, если это так, то почему же тогда человек, удовлетворивший свою потребность в любви, все-таки влюбляется, все-таки любит? Очевидно, что любовь такого индивидуума будет иной, нежели любовь индивидуума, не удовлетворившего свою потребность в любви, – последний любит потому, что нуждается в любви, тоскует о ней, жаждет ее, потому, что ему недостает любви и он обречен на стремление восполнить этот патогенный дефицит (дефицитная любовь, Д-любовь).⁴³

Самоактуализирующийся индивидуум не испытывает дефицитной нужды и потому свободен идти вперед, выше, он волен в своем стремлении к развитию, росту, зрелости, то есть к воплощению в действительность высших индивидуальных и общевидовых возможностей. Любое его желание, любой поступок представляет собой эманацию роста и свободного, вольного самовыражения, в котором нет ничего от функциональности или преодоления. Он любит, потому что любовь присуща ему, потому

что любовь – такая же неотъемлемая часть его существа, как доброта, честность и искренность; он не стремится к любви и не ищет ее, это состояние для него так же естественно и спонтанно, как сила сильного мужчины, как запах розы, как грация кошки, как ребячество ребенка. Его любовь так же эпифеноменальна и немотивирована, как процесс роста и развития.

В любви самоактуализированного индивидуума нет старания, преодоления, напряжения, которые так характерны для любви обычного человека. Если говорить на языке философии, то любовь для него – не только аспект становления, но и аспект бытия, и потому ее можно назвать высшей любовью, любовью на уровне Бытия или любовью к Бытию другого.

ОТСТРАНЕННОСТЬ И ИНДИВИДУАЛИЗМ

Тот факт, что самоактуализирующиеся люди даже в любви способны оставаться отстраненными, сохраняют свою индивидуальность и личностную самостоятельность, может показаться парадоксальным, так как индивидуализм и отстраненность, на первый взгляд, абсолютно несовместимы с той особого рода любовным отождествлением, которое мы обнаружили у самоактуализирующихся индивидуумов. Но это – лишь кажущийся парадокс. Я уже говорил о том, что отстраненность здорового человека может гармонично сочетаться с его абсолютным, полным отождествлением с предметом своей любви. Удивительно, но о самоактуализирующихся людях можно сказать, что они одновременно и самые большие индивидуалисты, и самые последовательные альтруисты, существа, крайне социальные и до восхищения способные любить. В рамках нашей культуры индивидуализм принято противопоставлять альтруизму, эти два свойства принято рассматривать в качестве крайних пределов единого континуума, но мы уже говорили о том, что Подобная точка зрения ошибочна и требует тщательной корректировки. В характере самоактуализирующегося человека эти качества мирно сосуществуют, на их примере мы в который уже раз видим разрешение неразрешимой дихотомии.

Мои испытуемые отличаются от обычных людей здоровой долей эгоизма и сильно развитым чувством самоуважения. Эти люди не склонны без нужды поступаться своими интересами.

Самоактуализирующиеся люди умеют любить, но их любовь и уважение к другим неразрывно связаны с самоуважением. Об этих людях нельзя сказать, что они нуждаются в партнере. Они могут быть чрезвычайно близки с любимым человеком, но они не воспримут разлуку с ним как катастрофу. Они не цепляются за любимого и не держат его на привязи, он не становится для них якорем или обузой. Они способны на поистине огромное, глубочайшее удовлетворение от отношений с любимым человеком, но разлуку с ним они принимают с философским стоицизмом. Даже смерть любимого не в состоянии лишить их силы и мужества. Даже переживая очень бурный любовный роман, эти люди не отказываются от права быть самим собой, остаются единовластными хозяевами собственной жизни и судьбы.

Я думаю, что если мы сможем получить убедительные подтверждения этому

наблюдению, то это заставит нас пересмотреть или, по крайней мере, расширить принятое в нашей культуре определение идеальной, или здоровой, любви. Мы привыкли определять ее как полное слияние двух Я, как утрату собственной отдельности, как отказ от собственной индивидуальности. Все это верно, но данные, которыми мы располагаем, позволяют нам предположить, что в здоровой любви наряду с утратой индивидуальности происходит и укрепление индивидуальности обоих партнеров, что слияние двух Я означает не ослабление, а усиление каждого из них. По-видимому, для самоактуализирующегося человека эти две тенденции – тенденция к самопревосхождению и тенденция к укреплению индивидуальности – несколько не противоречат друг другу, напротив, они дополняют и подкрепляют друг друга. Самопревосхождение возможна только при условии сильной, здоровой самоидентичности.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВОСПРИЯТИЯ, "ХОРОШИЙ ВКУС" И ЗДОРОВАЯ ЛЮБОВЬ

Одной из самых поразительных особенностей самоактуализирующихся людей служит исключительная эффективность их восприятия. Эти люди, как никто другой, способны к восприятию истины, они умеют видеть правду в любой ситуации, как в структурированной, так и в неструктурированной, как в личностной, так и в безличной.

Такая эффективность, или пронзительность восприятия проявляется главным образом в так называемом "хорошем вкусе", который демонстрируют мои испытуемые в выборе половых партнеров. Если собрать вместе всех близких друзей, жен и мужей моих испытуемых, то мы обнаружим в представителях этой малой группы столько хороших качеств, сколько никогда не найдем в случайной выборке.

Я далек от того, чтобы утверждать, что каждый сексуальный выбор каждого исследованного мной самоактуализирующегося человека идеален. Ничто человеческое не чуждо этим людям, они тоже могут ошибаться в своем выборе. Почти у каждого из них есть свои слабости и недостатки, которые, так или иначе, влияют на их выбор. Например, по крайней мере, про одного из моих испытуемых я могу сказать, что он женился не столько по любви, сколько из жалости. Другой связал свою судьбу с женщиной гораздо моложе его и в результате столкнулся с массой проблем. То есть, если попытаться без излишней экзальтированности определить способность самоактуализирующегося человека к выбору, то у нас получится что-то вроде следующего заявления: в выборе здорового человека проявляется гораздо больше вкуса, чем в выборе среднего человека, но даже и его выбор нельзя назвать идеальным.

Однако, даже столь осторожный вывод вступает в противоречие с известной поговоркой про злодейку-любовь, как и с более деликатными версиями этого заблуждения. Широко распространено мнение о том, что любовь ослепляет человека, что влюбленный всегда переоценивает своего возлюбленного. Но эта закономерность обнаруживается только в нездоровой любви. Некоторые данные, полученные мною из

наблюдений за самоактуализирующимися людьми, указывают на то, что здоровая любовь, напротив, обостряет восприятие человека, делает его более точным, более правдивым, более эффективным. Здоровая любовь позволяет человеку увидеть в возлюбленном такие качества, которые вряд ли откроются незаинтересованному взгляду.⁴⁴ Самоактуализирующийся индивидуум способен полюбить даже внешне непривлекательного человека, даже такого, от которого отворачивается общественное мнение, тем самым он как будто подтверждает житейское наблюдение о зловредной любви. Однако его любовь вовсе не означает, что он не видит изъянов любимого; нет, он видит их, но они не мешают ему увидеть и его достоинства, или же любящий отказывается воспринимать как недостатки то, что другим кажется неприятным или даже отвратительным. Внешность, материальное положение, классовая принадлежность, уровень образования, наличие социальных навыков не столь важны для самоактуализирующегося человека, он постиг высшую ценность человеческих душевных качеств. Именно поэтому он может полюбить человека, который другим кажется невзрачным, неинтересным или заурядным. И тогда эти другие называют его слепцом, но я склонен считать это признаком хорошего вкуса или особой эффективности восприятия.

Мне посчастливилось наблюдать, как развивался хороший вкус у нескольких сравнительно здоровых молодых людей; это были студенты колледжа, с которыми я работал на протяжении ряда лет как со своими потенциальными испытуемыми. Чем более зрелыми становились эти люди, тем реже они упоминали в качестве достоинств полового партнера такие характеристики как приятная внешность, пышный бюст, физическая привлекательность, длинные ноги, красивое тело, умение целоваться или умение танцевать. Все чаще они говорили о взаимной совместимости, о доброте любимого человека, о его порядочности, верности, тактичности, внимательности. Взрослея, некоторые юноши влюблялись в девушек именно с теми характеристиками, которые прежде казались им неприятными (например, волосатые ноги, излишний вес, оттопыренные уши). Я видел, как год за годом сужался круг потенциальных возлюбленных одного молодого человека. Поначалу про него можно было сказать, что он "не пропустит ни одной юбки". Он признавался мне, что готов лечь в постель с любой девушкой, лишь бы она не была слишком толстой или чересчур высокой, но по прошествии нескольких лет на тот же вопрос из всех знакомых ему девушек он сумел назвать только двух, которых мог бы представить себе в роли своих половых партнерш. Теперь его выбор предопределяли не физические характеристики девушек, а их душевные качества.

Я полагаю, что эта тенденция связана не столько со взрослением, сколько с ростом психологического здоровья.

Кроме того, полученные мною данные противоречат и двум другим "постулатам" любви, первый из которых гласит, что противоположности сходятся, а второй утверждает, что подобное стремится к подобному. Что касается здорового человека, то для него последнее утверждение верно только в отношении таких психологических черт как честность, искренность, доброта и мужество. Что касается внешних, поверхностных характеристик, таких как уровень дохода, классовая принадлежность, уровень

образования, национальность, религиозные взгляды супругов, то браки самоактуализирующихся людей не отличаются такой гомогенностью, какую можно наблюдать в браках среднестатистических индивидуумов. Самоактуализирующийся человек не видит угрозы в том, что незнакомо ему; новизна не путает его, а интригует. Самоактуализирующийся индивидуум не цепляется за привычное, для него не так, как для среднестатистического человека, существенны привычный выговор, знакомые одежда, еда, традиции и церемонии.

Что касается постулата о тяге друг к другу противоположностей, то в отношении самоактуализирующегося человека он справедлив только в том смысле, что здоровый человек способен искренне восхищаться теми талантами и умениями, которыми не обладает сам и которыми наделен другой человек. И потому талант потенциального партнера, будь то мужчина или женщина, рассматривается здоровым человеком как привлекательная черта.

И наконец, я хочу обратить ваше внимание на тот факт, что все, о чем я говорил выше, служит еще одним примером разрешения или преодоления извечного противопоставления разума и желания, сердца и рассудка. В любовных отношениях самоактуализирующийся человек совершает свой выбор, опираясь как на когнитивные, так и на конативные критерии. Иначе говоря, он испытывает интуитивное, импульсивное половое влечение именно к таким людям, которые подошли бы ему, если бы он взялся оценивать их трезвым рассудком и холодным умом. Его чувства дружат с его разумом, они синергичны, а не антагонистичны друг другу.

В связи с этим мне вспоминается попытка Сорокина (434) доказать, что правду, красоту и добродетель связывает положительная корреляция. Я готов согласиться с данными Сорокина, но только в отношении здоровых людей. Что касается невротиков, вряд ли мы можем говорить об однозначной взаимосвязи у них этих качеств (449).