

**Он и она**

**- Каринэ, кто же вы в этой жизни больше: женщина, мать, театральный режиссер, журналист, психоаналитик?**

- Конечно, женщина. Хотя я с трудом себя представляю без своей профессии психоаналитика.

**- Вы живете согласно теориям психоанализа, которые исповедуете и преподаете своим клиентам, или иначе?**

- Безусловно, согласно.

**- Как это выглядит в жизни применительно к нашей теме - теме любви?**

- Влюбляюсь много, часто, начиная с ясельного возраста и по сей день. Считаю, что это нормальное состояние души любой женщины. Ну, а поскольку наш социум был заинтересован, чтобы любовь проходила под вывеской порока, наша женщина привыкла отрицать это чувство и переживание в себе самой. Чувство вины было единственным социально разрешенным чувством. Вот, собственно, главная проблема, с которой приходится ко мне на консультации.

**- Давайте разберемся конкретнее: какую из известных теорий психоанализа вы взяли за основу?**

- Я работаю по учению Юнга. Ученик Фрейда, он в определенный момент разошелся с ним. Если говорить очень коротко, не сошлись они в определении либидо. Либидо - это, как известно, влечение. Фрейд считал, что либидо - не просто сексуальное влечение, что оно основано на кровосмешении: человек якобы живет в замкнутом круге и желает спать то со своей матерью, то со своими детьми. Юнг снимает это ограничение. Он говорит: да, в либидо есть инцестуозная, кровосмесительная часть, но есть и другая - свободная часть, в которую входят творчество, гетеросексуальная любовь и так далее...

Кроме того, Юнг замечательная поэтическая личность. Его научные труды читаются, как поэмы. Он много занимался астрономией, алхимией, оккультными науками... Он много писал о себе, Фрейд этого никогда не делал.

**- Уяснила, вы живете согласно учению Юнга. Наверняка занимаетесь не только с клиентами, но и самоанализом. Способны ли вы сами себя выпалить из тяжелого духовного кризиса?**

- Дело в том, что даже самый замечательный хирург не может вырезать себе аппендицит. У меня и сейчас есть свой личный психоаналитик. Конечно, что-то я могу разобрать в себе сама. Но далеко не все. Это совершенно нормально.

Понимаю подтекст вашего вопроса. Наши люди всегда жили в жанре мелодрамы, на пике чего-либо, поэтому людей, занимающихся человеческой психикой, часто наделяли магической ролью. Нашим людям всегда нужен Христос, который должен прийти и совершить чудо. Помните, в фильме "Иисус Христос из Назарета" толпа кричит Иисусу: "Освободи себя сам, раз ты такой всемогущий". Так вот, психоанализ ни с каким чудом не связан. Это наука.

**- И все-таки, как знание различных учений психоанализа помогает вам разбираться в проблемах личной жизни?**

- Я осознала, на мой взгляд, довольно рано, что рождена не для того, чтобы жертвовать, а для того, чтобы развиваться, расти, радоваться, любить и быть счастливой. Мое предназначение - любить дитя, мужчину...

**- Судя по всему, вы в этом преуспели. Не секрет, что вы три раза довольно удачно выходили замуж. Сколько лет вам было на момент первого замужества?**

- Восемнадцать.

**- И как долго оно длилось?**

- Два года.

**- Что стало причиной развода? Может, трудности, связанные с рождением ребенка?**

- Вот это как раз заблуждение. На взаимоотношения двух любящих людей могут повлиять только они сами. Ребенок в семье играет роль ребенка, а уж никак не всемогущей личности, которая может помирить или рассорить. Ребенок не должен быть стимулом для сохранения того, чего уже сохранить нельзя. Ребенок - это то, чем у нас подменили нормальные сексуальные отношения между мужчиной и женщиной. К сожалению, сложился стереотип поведения: если у вас есть дитя, то сохраняйте семью до умопомрачения, пока вы все не переболеете, не умрете...

Ну, а что касается моего первого развода... В психоанализе есть такое понятие, как семейный сценарий. Его ввел Фрейд. Он считал, что из этого сценария выйти никак невозможно, мы обречены как бы проигрывать сценарий своих предков. Юнг, наоборот, говорит о том, что человек все время стремится выйти из этого сценария. Как раз через гетеросексуальную любовь. Мой первый брак был "сценарийным". Я любила не конкретного человека, а свои переживания. Некий фантом, на который я проецировала эти чувства. Мой первый муж был героем моего "сценарийного" романа. Рано или поздно такая ситуация себя истощает.

**- А каков был "сценарий" во втором замужестве? И какие последовали выводы?**

- Второй брак был не столь романтическим, как первый. Второй муж покорил меня тем, что он меня очень необычно завоевывал. Мне показалось это интересным...

В первом браке мною было сформулировано то, что я ничем в себе не буду жертвовать. Во втором - то, что я не буду не только жертвой, но не буду искусственно поддерживать то, что все равно рассыпалось - с моей стороны.

Про третий брак мне пока сложно говорить... Все свои замужества я считаю удачными. Главное, чему они меня научили, - признаваться себе, что определенный жизненный этап пройден. И во имя себя, и во имя человека, которого я любила, я должна держать ситуацию, которая

будет пожирать и разрушать меня и его.

С мужчинами у меня всегда складывались простые отношения. Я никогда не находилась в ситуации только мамы по отношению к мужу. Однако, как только я перестала играть роль мамы, начинаются сложности. Я не отрицаю эту роль по сути. Женщина, поскольку ей дано быть матерью, и в ситуации с мужчиной как бы на треть эту роль играет. В идеале она на треть должна быть с мужем мамой, на треть - женщиной, на треть - ребенком. Это нормально. Но когда начинается перекокс и материнская функция занимает больше, чем треть, тут для меня начинается ситуация разрушения.

**- Какой же мужчина нужен, чтобы этот идеал соблюсти?**

- Сильный.

**- А есть такой?**

- Как психоаналитик я предполагаю, что есть. Но дело не в том, кто сильнее. Когда начинается конкуренция, кто кого, результаты, как

каков он есть, не переделывая его. Учитывая его потребности и желания.

Когда есть любовь - психоанализ не нужен.

**- Интересно, а возможно ли такое, чтобы описанное вами состояние любви было пронесено через всю жизнь? Этаким идеальным вариант?**

- Конечно. Это зависит от типа человеческой психики. У меня прабабушка так прожила. Тяжело прожила, но в любви.

К сожалению, моногамия очень манит. Притягивает. Становится супер-, сверхзадачей. Особенно у женщин. Они начинают всеми способами к ней стремиться. Все подавляя в себе. Искусственно пытаются все сократить в себе до этих рамок.

Если получается жить в любви с одним мужем, это прекрасно. Но я считаю, жизнь на то нам и дана, чтобы развиваться и жить дальше. Чтобы не фиксироваться на прошлом или будущем, а радоваться конкретному сегодняшнему событию. К сожалению, делать мы этого не умеем.



**Психоаналитик**

**Каринэ Гюльязизова:**

# "Как и сколько предаваться любви - личное дело каждого"

**Есть в Москве модный психоаналитик Каринэ Гюльязизова. Ей 25 лет. У нее два образования: она театральный режиссер и психоаналитик. Ее можно встретить на самых разных тусовках, но чаще всего там, где разговор заходит о сексе и проблемах пола. Она много работает: пишет книгу, преподает в театральных училищах Москвы и Нижнего Новгорода, дает индивидуальные консультации элитарной клиентуре. Каринэ выглядит женщиной-загадкой. Отличается хорошим воспитанием, приятными манерами. У нее за плечами три замужества, есть шестилетняя дочь. Живет она согласно своей особой теории, отрицает всевозможные навязанные обществом табу и никогда ни о чем не жалеет.**

правило, плачевные. А начинается она неизбежно, потому что наш мужчина взращивался, к сожалению, на тех архетипах, что женщина при нем должна быть мамой. И многих женщин это устраивает.

Наш мужчина, с моей точки зрения, устроен парадоксально. С одной стороны, у него есть дикая потребность в рефлексии. В отреагировании собственных переживаний. С другой стороны, он начисто этого делать не умеет. По простой причине - отняли способность анализировать...

**- Не поняла. Выходит, что у нас мужчины не умеют анализировать?**

- В семье не умеют.

**- Ладно. Оставим в покое мужчин. Можете ли вы как психоаналитик сформулировать, чем любовь отличается от влюбленности?**

- Влюбленность - это реализация собственных чувств без учета объекта. Она может происходить, как дождь. Случилось - дождь полил - и я люблю. Дождь кончился - и я влюблена в другого. Это совершенно нормально для человека мыслящего, творческого, любящего...

Любовь всегда предполагает уникальную значимость того человека, которого любишь. Со всеми его достоинствами и недостатками. Умение забывать и прощать ошибки. Как раз то, чего влюбленность не предполагает. Любовь предполагает желание принимать человека таким,

Поэтому и происходят трагедии... Я часто слышу от брошенных женщин: я больше никогда не выйду замуж, я никому не нужна... Это все ерунда. Такие мысли надо отбросить раз и навсегда.

Кстати, женщина почему-то считает, что выбирают ее. А это вопреки законам природы. В природе самка выбирает самца. Да еще stalkивает самцов лбами. Это есть и в нас, людях. Но почему-то над всем этим царит такая сознательная конструкция, что нас выбирает мужчина.

**- Ну, вот мы и добрались до главного. Поговорим о сексуальности. Что это такое? И чем в этом отношении мы отличаемся от животных?**

- Тем, что у животных, кроме обезьян, секса нет. У них есть репродуктивная функция. Секс не связан с репродуктивными функциями.

**- Поясните.**

- Долгое время у нас не были расщеплены три потребности человека. Потребность в тактильном контакте: касаться, ласкаться, как ребенок с матерью, - эта потребность не имеет ничего общего с сексуальностью. Это удовольствие физического порядка. Потребность сексуальная. И потребность в репродукции. У нас эти три функции всегда были соединены. Если ты меня потрогал, мы ляжем в постель, а потом у нас родятся дети. В результате произошел перекокс в сознании.

**- А как ощутить в себе сексуальность и понять, что это радость?**

- Первое, с чего стоит начинать, - забота о собственном теле. В один прекрасный день надо увидеть, что есть тело. Что оно красиво. Каждый день желательно принимать ванну. С пеной. С чашечкой кофе. С соком. Можно в одиночку, можно вдвоем... Желательно повесить зеркало перед собой. Необходимо полюбить собственное тело. Необходимо заботиться о том, в чем вы ходите. Вырабатывать собственную индивидуальность.

Чтобы женщина себя ощущала сексуальной, ей необходимо сразу осознать: разум - это замечательно, но и тело должно жить по своим законам. Точно так же должно развиваться. Секс - высочайшее интеллектуальное деяние. И в сексе присутствует интеллект, но он другой.

**- Какой же?**

- Все, что связано с познанием, связано с интеллектом. Секс - это познание себя, собственных возможностей. И тут мне хотелось бы подсказать женщинам: чтобы ощутить себя сексуальной, необходимо снять чувство вины за сексуальную потребность. Если и стоит испытывать вину, то только за нереализованность в этой сфере. И еще хочу повторить банальность: вырос, как заниматься сексом, - личное дело каждого. Ничего стыдного в этом нет. Если двоих устраивает на люстре, значит, надо на люстре. Это всегда процесс творческий и гармоничный.

**- На днях я узнала, что существует некая статистика, по которой девяносто процентов женщин в нашей стране не имеют оргазма. Отчего это происходит?**

- Эта проблема имеет истоки в той же проблеме жертвенности. Женщина в постели существует для мужчины. Для его удовольствия. И не только в постели, но и по жизни. Она ему мама. А теперь представим себе: мать спит с сыном. Может она что-нибудь испытать? Поскольку у нас подсознательно существует запрет на инцест, он и проявляется в том, что у женщин нет оргазма. Нет удовольствия.

С точки зрения психоанализа, оргазм - это нарушение родительских запретов. Это трансформация, выход из семейного сценария. Высвобождение созидательной энергии. У кого проблемы с оргазмом, те бессознательно не хотят выходить из "родительского сценария". Хотят оставаться детьми.

**- А как вы относитесь к теории, что почти все женщины бисексуальны?**

- Бисексуальность заложена и в женщине, и в мужчине до определенного возраста. В норме она должна в нас проявляться с трех до шести лет, в "эдиповом" возрасте. Когда и девочка и мальчик борются за маму, а конкурентом выступает папа. Обвинять женщин в бисексуальности - это типично фрейдовский подход. Это тупик. Лично я не знаю никакой ужасающей статистики насчет женской бисексуальности.

**- Однако существуют ли схемы, как строить идеальные отношения между мужчиной и женщиной, чтобы, как вы говорите, не оказаться заложником "родительского сценария"?**

- Необходимо нормальное распределение ролей между мужчиной и женщиной. Она чистит картошку - и он берет нож и чистит картошку. Она идет в магазин - и он...  
Что касается сексуальной страсти, она тоже может быть долговечной. Однако все мы живем с установкой, что она должна скоро пройти. В результате она проходит. Беда в том, что социум заинтересован, чтобы страсть была быстротечной. Человек, охваченный страстью, неуправляем. Высокоскоростной поток либидо, который ничем не перекрыть...

В идеальном случае нужно уважать эту страсть, постоянно подпитывать и понимать, что это одна из основных движущих сил человека.

А вообще для того, чтобы жить полноценной сексуальной жизнью, необходимо заниматься самоанализом. Для этого есть соответствующая литература. Но есть такие проблемы, которые с помощью самоанализа не решить. Мощный психотерапевтический эффект имеет разговор по душам. Для этого не обязательно бежать к психоаналитику. Иногда достаточно поговорить с другом, подругой... Важна возможность выговориться. Я говорю, мне задают вопросы, выстраивается хоть какая-то причинно-следственная связь. Часто она может помочь. Что важно: ни в коем случае нельзя сидеть один на один с собственными переживаниями.

**- Обычно очень тяжело люди переживают неразделенную любовь...**

- Я считаю, неразделенной любви не бывает. Неразделенная любовь - это обычно симптом. Бессознательно девушка или юноша выбирают такой объект, который в них влюбиться не может. Как правило, их привлекают в этой ситуации страдания. Возможно, убиваются. И зря! Они убиваются двадцать четыре часа в сутки, в то время как можно встретить человека, с которым таких проблем не случится. Все, что связано с неразделенной любовью, я не называю любовью, а называю лишь способом компенсации. То есть существует какая-то проблема, которая не была решена в детском возрасте. И вот таким образом, за счет неразделенной любви, человек ее решает.

**- Однако пора завершить наш экскурс в психоанализ. Какой будет вывод?**

- Он прост. Надо уметь не отказывать себе в том, чего очень хочется.

**Беседу вела Светлана БУЛАШОВА.**

Фото Александра Учкина.