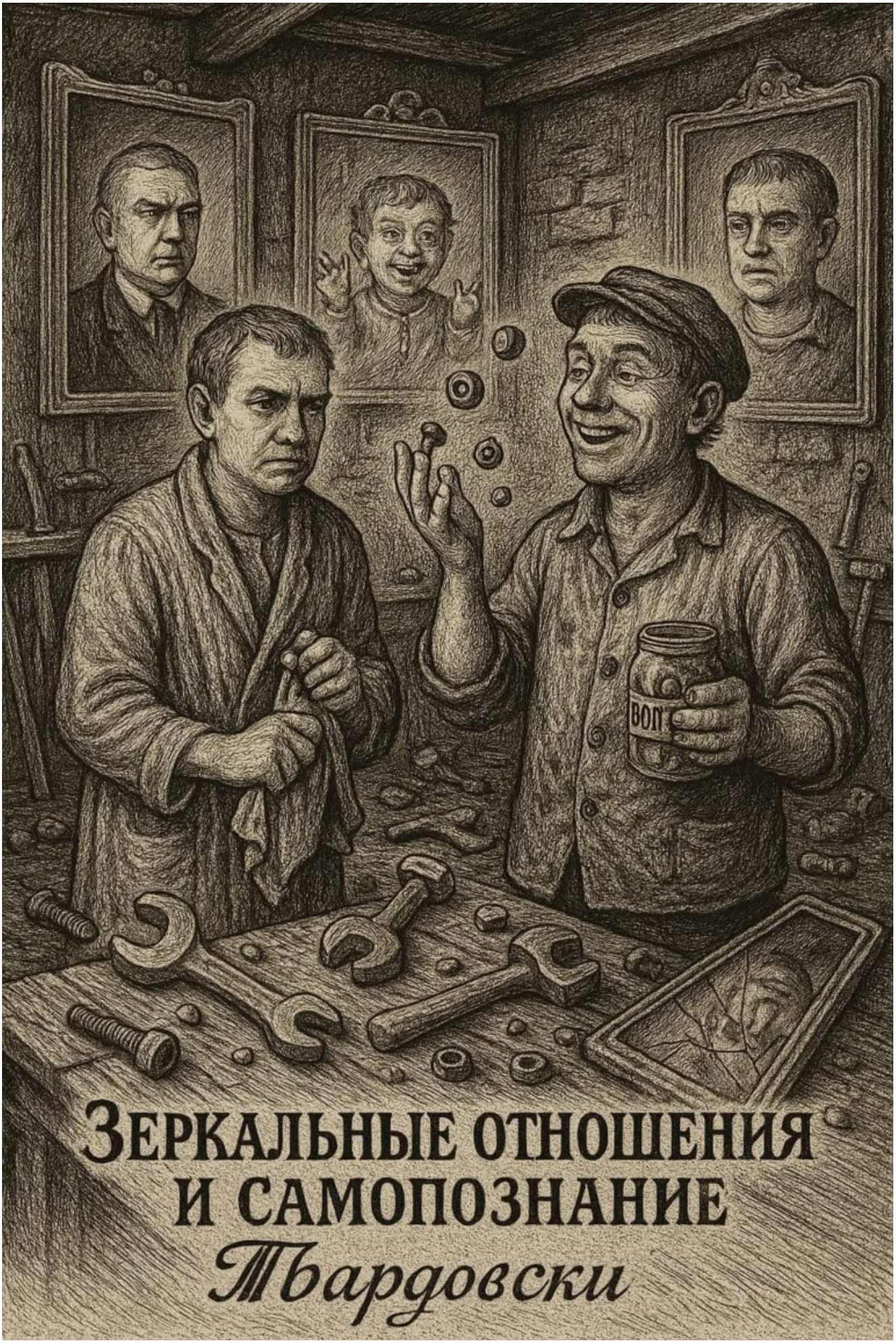
Зеркальные отношения и самопознание



Зеркальные отношения и самопознание

Твардовски

Зеркальные отношения — это когда ты смотришь на другого человека, а видишь… себя. Только не как в ванной утром, где взъерошенные волосы и «ещё пять минут», а как в кривом карнавальном зеркале, где отражение прыгает, дергается, обижается, смеётся, хлопает дверью, любит, уходит, возвращается, и всё это ты сам, только ты про это не догадываешься.

И знаешь, это не философская заковыка из книжки «Путь картофельного пробуждения». Это просто, как блин на сковородке. Вся твоя жизнь, один большой зеркальный лабиринт. И каждый, кто в него входит, отражает что-то в тебе, о чём ты либо забыл, либо так хорошо спрятал, что сам себя перехитрил.

*****

Вот именно, всё, что нас раздражает в других — это как будто кто-то задел в нас струну, которую мы давно не настраивали. Или даже забыли, что она у нас есть. Иногда она звучит как знакомая мелодия, а иногда, как когтями по душе. Вот ты смотришь на Игоря, который опять оставил бардак в цеху, и думаешь: «Да чтоб тебя!», а в это время вселенная вежливо, но настойчиво показывает тебе: «Смотри, вот ты. Только в другом окошке. Чуть усиленный. Чтобы ты уж точно не промахнулся».

Ты-то вроде любишь порядок. У тебя в голове даже есть чек-лист, как всё должно быть. Только порядок тебя не любит взаимно, потому что ты его не приручил. Ты с ним, на нервах, как с капризной тёщей. Хочешь, чтоб был, но бесит. Поддерживаешь, но только там, где видно. А под коврик лучше не заглядывать. Там Игорь живёт.

Это раздражение, не про Игоря. Это про тебя. Про ту твою часть, которая хочет быть аккуратной, но не выдерживает давления и периодически бросает всё, как есть. Про ту часть, которая знает, что бардак — это тревога в материи, но иногда и сам становится её агентом. Только ты себе это объясняешь: «Устал», «Занят», «Это неважно», «Потом уберу». А Петру

объяснение не выдали. Его поведение — как реклама твоей тени.

Все раздражения — это сообщения от души, но написанные на языке раздражения. Это такая странная азбука внутреннего откровения:
— раздражает, как она болтает — ты сам боишься говорить свободно;
— бесит, как он ленится — ты сам себе не позволяешь отдохнуть;
— злит, как она хвастается — а ты сам хочешь признания, но стыдишься.

Иногда зеркало показывает прямо: ты не любишь чужой бардак, потому что свой скрываешь. Иногда, через гротеск: человек перед тобой утрирован до абсурда, как будто нарисован художником в психозе. Прямо вот до тошноты. Но это всё равно ты. Просто утрированный. Чтобы ты, наконец, заметил.

Если человек вызывает сильную реакцию — это уже подсказка. Настоящие зеркала, они не нейтральны. Они цепляют. Те, кто нас раздражают, — это как будто актёры, которых ты нанял, чтобы они перед тобой разыграли сцену из твоего собственного внутреннего конфликта. Только ты сценарий забыл. А они помнят.

И да, бывает, ты сам не такой. Ты реально порядок любишь и поддерживаешь. Но тогда раздражение не про поступок, а про отношение. Например: ты стараешься, а другой нет. Значит, где-то ты сам себя заставляешь стараться, а хочется отпустить. И поэтому бесит не его лень, а твоя невозможность быть ленивым без вины. Он свободен, а ты — нет. Вот и всё.

Вот ты, например, ругаешься на кого-то за то, что он невнимательный. А может, ты сам себя давно не слушаешь? Не даёшь себе внимания, отдыха, нормального сна и шоколадки? Или кто-то предал тебя. Ай-ай-ай. А сколько раз ты сам себя предавал, когда делал не то, что хотел, а то, что надо? Пошёл в бухгалтерию, когда душа кричала: «Я — флейтист!»

Зеркала в людях работают не как окна, они не показывают наружу, они показывают вовнутрь. Вот только мы, существа

драматически гениальные, любим думать, что «это всё они». Вот сосед ворчит, значит, он злобный. А если это ты сам себе не позволяешь быть ворчливым и вытеснил весь гнев на свою же селезёнку? И теперь селезёнка мстит тебе через соседа.

Простой пример из жизни: тебя бесит, когда твоя подруга опаздывает. Это её косяк, да? А теперь посмотри под микроскопом в обратную сторону, может, ты сам опаздываешь внутрь своей жизни? Опаздываешь к себе настоящему. Может, тебе уже пора быть тем, кем ты хочешь быть, а ты всё ещё ждёшь, что «вот со следующего понедельника точно начну».

Зеркальность — это не магия, это устройство восприятия в этом симуляторе человеческого существования. Других людей нет. Вообще. Пусто. Ноль. Все, кого ты встречаешь — это ты, в разных костюмах. Некоторые, в костюмах злодеев, некоторые, в мантиях спасителей. Некоторые, просто в тапочках и с бутербродом, чтобы напомнить тебе, что ты голодный.

А теперь представь, что у других людей тоже ты, и ты просто их зеркало. Для кого-то ты учитель, для кого-то, раздражающий баг в системе, для кого-то, случайный ангел в автобусе, улыбнувшийся в нужный момент. Ты не можешь себя не отражать. Даже если сидишь тихо, как улитка в одеяле, ты всё равно отражаешь. Потому что ты есть. И всё, что есть, отражается.

Даже если два человека в ссоре, они всё равно зеркалят. Один показывает другому его боль, другой, его страх. Один кричит «Ты меня не любишь!», а это он сам себя не любит. Другой орёт «Ты меня контролируешь!», а сам давно мечтает, чтобы кто-то взял его за руку и сказал: «Дорогой, я всё решу за тебя».

Ты не можешь никуда уйти от зеркал. Ты можешь только понять, что каждое раздражение — это окно внутрь, каждое восхищение — это лампочка: «Вот! Это тоже ты можешь!», каждое притяжение и отторжение — это магнит в твоей душе, который не врет.

И да, иногда люди приходят в нашу жизнь просто, чтобы показать нам, что у нас на спине горит табличка: «Ищу любовь, но боюсь

её». Или «Хочу свободы, но держусь за клетку».

Один мужчина ушёл от женщины, потому что она его «задолбала». Через год встретил другую, и снова та же картина. Потому что он бежал не от женщины, а от своей тени, которая, как назло, садилась в каждое новое такси вместе с ним и ехала дальше. От зеркала никуда не сбежишь.

Это всё звучит странно, пока однажды ты не залипаешь на кого-то, кто тебя раздражает, и вдруг — бах!, понимаешь: это ты, просто в инверсии. Или наоборот: ты смотришь на кого-то, и так тепло становится, как будто встретил себя настоящего, того, кого прятал за страхом и рациональностью.

Так что да, зеркальные отношения — это встреча с самим собой, но в других формах. А когда ты начинаешь это видеть, то начинаешь по-другому жить. Уже не кричишь «он виноват», а спрашиваешь «а почему мне это показывают?», «что во мне просится на свет через эту встречу?»

Мир — это театр одного актёра с миллионом зеркал. Все роли твои. А костюмы — по сезону.

Поэтому каждый раздражающий человек — это будильник. Только вместо «пип-пип», он тебе: «Вот ты! Смотри! У тебя вот тут неразрешённое!»

И тут два пути:

1. Продолжать злиться и думать, что мир — это филиал дурдома,

2. Или сказать: «Ага. Это про меня. Что я себе не разрешаю? Где я вру себе? Что я не вижу?»

Иногда даже достаточно честно сказать: «Да, я тоже такой. Просто лучше это скрываю». И уже легче. Уже зеркало больше не мутит. Уже можно не кричать на Игоря, а сделать шаг к себе. Или хотя бы от души посмеяться, что мы все тут просто боги с веником в руке, убирающие свои же проекции, рассыпанные по чужим сапогам