**Зависимость от оценки**

Мы зависим от оценки других людей. Когда нас оценивают хорошо, мы возносимся, становимся большими, красивыми, умными, мы приняты собой, потому что судим о себе с чужих слов. А когда нас чернят, говоря, что мы плохие, нехорошие, топают на нас ногой, покрикивают – немедленно возникает испуг и наше «я» внутренне сотрясается. Оказывается, мы не соответствуем чьим-то представлениям.

Однажды замечательно сказал по этому поводу Маяковский: «Я не целковый, чтобы всем нравиться». Человек не рожден, для того чтобы всем нравиться, главное, чтобы он нравился самому себе. Когда вопрос так не стоит, еще ничего для себя не сделав, не осознав себя, мы очень рано бросаемся в объятия другого и немедленно теряемся в этих объятиях.

Любовь. Другой говорит: «Как ты хороша! Как ты хорош!» И наша жизнь начинает приобретать яркие краски. Стоит нам услышать «хорошо» в свой адрес, и мы на этом не останавливаемся. На следующий день, если другой сказал один раз «хорошо», он должен будет сказать нам два раза «хорошо», потом три... В уме не рождается понимание, что все имеет две стороны. Если нам говорят «хорошо», вопрос в том, когда другой выведет вторую часть. Обязательно, в следующий раз, или через раз, или через десять раз, все равно нам будет показана вторая часть. Там, где «хорошо», там, где восторг, там прячется и вторая часть. Находясь в восторженности, мы не подозреваем об этом, и как бабочки летим на огонь этого «хорошо».

После «хорошо» приходит «плохо». Никто так не ссорится, как влюбленные, как возлюбленные, те, кто так много обещал друг другу. Когда достигается пик восторга, мужчина восхищается женщиной, женщина восхищается мужчиной, теперь они должны осуществить свою жизнь за счет друг друга, они должны поддержать этот восторг, они должны прожить всю жизнь вместе и умереть в один день. И вдруг, спустя какое-то время, они видят, что все не так. Не так, как они себе представляли. Начинаются мучения.

Нам сказали «плохо», и мы уже не такие: нас не хвалят, нас не любят, нами не интересуются и так далее. Если мы не знаем ничего о себе, то слова другого о нас – это вся наша жизнь. Просто слова другого. Мы ничего не видим за словами. Он говорит «хорошо» – и полет, он говорит «плохо» – мы летим в бездну и разбиваемся. Все зависит от другого, если мы являемся незнакомцами для самих себя.

Подростки особенно нуждаются в помощи, когда к ним приходит первая любовь, первая любовная лихорадка, и они не знают, на каком свете находятся. Им нужно понимание, чтобы они не теряли самих себя, потому что впоследствии, неудачи первой любви являются поводом для многих, взрослых уже людей – не любить, никогда не вступать в глубокие отношения, никогда не быть глубоко в сексе.

В жизни все происходит не так, как представляется в уме человека. В результате, урон наносится немедленно, с первой же неудачной, несостоявшейся любовью: поцарапанное, побитое эго, потрясение, потому что получилось не так, как ожидалось. Последствия этого иногда растягиваются на всю жизнь. Человек от боли, от страха, оттого, что потерпел такое фиаско, больше не вступает в глубокие отношения. Его психическая самозащита работает таким способом, что в любви он движется, чуть ли не по-пластунски, исподтишка, заглядывая и так, и этак, измеряя и соизмеряя - ему кажется, что еще раз такой боли он не вынесет.

Когда человек учится осознавать себя, он остается во внимании к себе, он проходит через первую любовь, через боль разрушающихся проекций, и многое открывается перед ним. Он видит, что первое, из-за чего болеет человек – это не душевная боль, а боль, связанная с разрушением проекций.

Человек приходит в жизнь, и в его представлении ему обещано счастье на все оставшиеся годы. Он даже не подозревает, через что ему придется пройти, сколько потерять, сколько найти, какое видение ему понадобится для того, чтобы прожить свою собственную жизнь. Он не подозревает, не представляет, и с детства пытается вписаться в огромность жизни с уже готовым обещанием самому себе, что все будет хорошо. И вдруг - крушение.

Главным для человека всегда будут отношения с другими людьми. Но живые отношения не строятся по заранее заказанному проекту, результат будет одним и тем же: фрустрация и разочарование по поводу встречи.

Есть расхожее мнение: самые счастливые любовники те, которые не встретились. Разочарование можно скрыть от себя, подавив в подсознание, а можно признать, что оно есть, и жить с ним. Тогда двери для нас не закрываются, мы сможем выйти из этих отношений, мы будем открыты для новых встреч, для новых отношений. В противном случае двери закрываются, и мужчина с женщиной просто влачат существование.

Истинное счастье – это когда мы не упускаем жизнь, а идем вместе с ней, не закрывая глаза, а, значит, обучаемся видеть реальность и жить с реальностью. Это – взрослая жизнь.