

Не сотвори себе кумира. Почему мы влюбляемся в звёзд?

[0:00] Многим из нас знакома ситуация, когда нам сильно нравится актёр, музыкант или просто знаменитость. Мы начинаем буквально жить этим человеком. Мы пересматриваем все фильмы с его участием, переслушиваем старые песни, ищем в интернете старые интервью и готовы часами сидеть на Ютубе, чтобы насладиться его каждым жестом или улыбкой. Нам хочется знать о своём кумире абсолютно всё: что он ест на завтрак, какую одежду носит, с кем общается, о чём он думает. В этот момент весь остальной мир вокруг нас словно исчезает, и для нас существует только этот один идеальный человек на экране.

Самое странное, что внутри нас в это время рождаются самые настоящие эмоции. Мы радуемся его успехам. Грустим, если у него не всё хорошо, а иногда даже ревнуем, когда узнаём в новостях о его реальных романах. Нам кажется, что между нами есть какая-то связь, и что этот человек понимает нас гораздо лучше, чем наши друзья, чем коллеги по работе или даже родители.

Но почему наш мозг так легко попадает в эту ловушку? Почему мы готовы часами страдать по человеку, который никогда нас не видел и не слышал? Почему появляется это странное чувство одиночества, когда у него всё хорошо, а у

тебя нет? И вообще, насколько это нормально — влюбляться в знаменитость или мы все потихоньку здесь сходим с ума?

[2:13] Друзья, всем привет! Сегодня воскресенье, а значит, настало время для выпуска нашего подкаста.

И в начале я хочу поблагодарить всех, кто оставляет комментарии и выражает слова благодарности за мою работу. На данный момент для меня это дороже любых денег. Если у вас есть что сказать, то, пожалуйста, не стесняйтесь. Пишите мне на почту, оставляйте комменты на Ютубе или Спотифае. Ну или заходите в нашу группу в Телеграм. Когда нет обратной связи, я начинаю немного грустить и загоняться, поэтому что делать — вы прекрасно знаете.

Отлично. Этот выпуск получился очень насыщенным и интересным, поэтому, не теряя ни секунды, давайте начинать.

[3:13] А начать я хочу с объяснения причины, почему я выбрал именно эту тему для сегодняшнего выпуска. Пару недель назад я наконец-то добрался до фильма ужасов под названием «Обсессия». Не волнуйтесь, никаких спойлеров не будет. Тем более я уверен, что многие из вас его уже посмотрели, потому что он очень популярный сейчас. Но я его посмотрел вот буквально совсем недавно.

И знаете, мне он очень-очень понравился. Я в целом обожаю умные хорроры от режиссёров типа Ари Астера, Роберта Эггерса или Джордана Пила. И мне, в основном, не нравятся классические хорроры, где нас пытаются запугать как маленьких детей. Но вот современные ужастики от молодых режиссёров я обожаю, я уважаю и очень люблю.

Ладно, какое это отношение имеет к нашему выпуску? Дело в том, что актриса, которая сыграла главную роль в этом фильме, в фильме «Обсессия», произвела на меня большущее впечатление. Я не могу сказать, что я в неё прям влюбился, но да, следить за её творчеством теперь я буду очень внимательно.

И я подумал: вот чёрт, а ведь многие из нас, невзирая на возраст, хоть раз в своей жизни испытывали что-то похожее. Правда?

Вот вспомните своё детство или время, когда вам было лет ну 15-16. Ведь, наверное, у каждого из нас на стене в комнате висел постер с любимым рок-музыкантом, рэпером или актёром.

Мы старались копировать их причёски, их стиль или даже поведение. Мы знали наизусть каждую строчку их песен и видели, кажется, их самые неизвестные фильмы. Для нас было реально важно быть похожими на них, потому что они были нашими кумирами.

А иногда ведь это был не просто интерес к фильмам или песням, а самая что ни на есть любовь. Бывало же ведь и так, что ты смотришь на экран и внутри у тебя начинают летать бабочки в животе. А когда этот актёр или актриса просто появляется в кадре, то сердце начинает стучать как бешеное. И в этот момент тебе абсолютно всё равно, что вас разделяет экран телевизора и тысячи километров.

И знаете, оказывается, психологи уже давным-давно об этом подумали и даже дали этому чувству, этому феномену название — парасоциальные отношения. Простыми словами, это как раз-таки то, что я только что описал. Это когда мы влюбляемся или дружим не с реальным человеком, а с картинкой на экране.

Но почему наш мозг так легко обмануть? Почему он не видит этой разницы между реальным миром и миром виртуальным? Что с нами не так? Или всё так? Давайте разбираться.

[6:59] Так что же на самом деле происходит в моменты сильной связи с картинкой на экране? Почему наш мозг верит в то, что это правда?

И вот тут мы опять возвращаемся к нашим любимым древним людям. Такое ощущение, что все беды мира только из-за них. Ладно, эти ребята ни в чём не виноваты, виновата сама эволюция.

Смотрите: люди большую часть всей истории человечества жили без экранов и смартфонов. То, чем мы пользуемся ну последние лет 50, — это совсем новые изобретения. Ведь что такое 50 лет в масштабах истории? Секунда, даже меньше секунды.

Зато вот наш мозг формировался миллионы лет. И тогда для мозга древнего человека, если ты видел перед собой человеческое лицо или слышал голос другого человека, это означало только одно: перед тобой твой сосед или твой друг, и он живой человек, он существует.

И наш мозг ещё тупо физически не смог привыкнуть к новым технологиям, он не смог адаптироваться. Поэтому для моего мозга нет особой разницы между красивой девушкой, которая сидит рядом со мной в кафе, и актрисой из фильма.

А работает это всё довольно просто. Давайте, чтобы было проще понять, вернёмся к фильму «Обсессия». Кстати, очень символично, но ладно, без спойлеров для тех, кто ещё не смотрел. Так вот, что происходит со мной в этот момент?

Когда я вижу девушку на экране, мой мозг начинает кричать: «Эй, чувак, она рядом, она классная, она красивая, она смотрит прямо на тебя!». И в эту секунду я получаю те же гормоны, как если бы эта девушка находилась со мной в одной комнате. То есть, видите, мне

даже не нужно выходить на улицу, чтобы получить те же эмоции. И в этом как раз-таки кроется главная опасность.

Ведь, по сути, в кого мы влюбляемся на самом деле? Мы ведь влюбляемся не в реальную женщину или мужчину. Мы влюбляемся в картинку. Ведь мы понятия не имеем, какой характер у этой актрисы или актёра в реальной жизни. Мы этого просто не знаем. Мы видим только идеальный образ, который для нас уже создали режиссёры и сценаристы.

И при этом наш мозг сам добавляет этому человеку те качества, которые мы хотим видеть в других людях, вроде доброты, понимания, интеллекта и далее по списку. И для нас это абсолютно безопасная, я бы даже сказал стерильная любовь. Потому что эта картинка из фильма никогда не сделает тебе больно. Это такой идеальный партнёр, которого мы создали у себя в голове, но которого на самом деле не существует.

И вот здесь у меня появляется вопрос: а почему нам вообще нужно сотворять себе этих кумиров? Откуда у нас появилось это желание искать идеальных героев на экране? И правда ли, что люди занимались этим и до появления кино или музыки? Ну вот сейчас и узнаем.

[11:07] У меня есть очень хорошая новость. Влюблённость в к-поп певцов или стримерш существовала и раньше. Нет, ну конечно, никаких к-поп певцов или

стримерш тогда не было, но люди и тогда влюблялись в людей, которых ни разу не видели в реальной жизни.

Менялось время, менялись технологии, но желание создавать себе кумиров было тогда, есть сейчас и, по всей видимости, будет и в будущем. Все мы люди, все мы человеки, и для нас это нормально — искать кого-то идеального, пусть и вымышленного, пусть и придуманного.

Давайте сейчас вернёмся в прошлое, скажем, в 15 век, и глянем, чем занимались люди тогда, чем занимались люди того времени. А занимались они примерно тем же самым.

«О чём ты говоришь, балбес? Как они могли заниматься тем же самым 500 лет назад?» Объясняю: обычные жители небольшого городка на юге Германии никогда в глаза не видели своего короля, но они всей душой его обожали, они целовали его портреты и готовы были умереть за него на войне.

Пока в это же время молодые девушки читали истории про добрых рыцарей. Они тоже придумывали себе идеальных героев. Они плакали по ночам. Они влюблялись в персонажей, которых они никогда не встречали в реальной жизни. И для них они были точно такими же «звёздами», как для нас сейчас голливудские актёры.

Но почему так происходило? Почему всё было так же? Да потому что это просто потребность любого человека.

Как сейчас, так и тогда нам это нужно. Нам просто необходим кто-то сильный, кто-то красивый или смелый, на которого хочется быть похожим. Нам нужен идеальный пример для подражания. И если раньше эту роль выполняли боги, короли или святые, то сейчас эту роль выполняют Хью Джекман и Сальма Хайек.

Кстати, когда я готовил этот выпуск, я услышал такой термин, как «листомания». Привет всем моим венгерским слушателям, кто уже догадался, о чём я здесь собираюсь рассказывать! Для остальных же я расскажу чуть подробнее о том, что такое эта «листомания».

Вот это слово, вот этот термин он появился в то время, когда жил и творил венгерский пианист и композитор Ференц Лист. И когда он выходил на сцену, когда он выходил к публике, то женщины просто буквально сходили с ума.

К сожалению, рассказывать обо всех безумствах у меня нет времени, да, наверное, это и не нужно, но из того, что меня особенно поразило, — это то, что некоторые дамы находили способ воровать его чашки с недопитым кофе и использовали этот кофе как духи. Вот тебе и Ференц Лист, а вы говорите Битлз!

И получается что? Да получается, что за последние тысячи лет в нашей психологии не изменилось вообще

ничего. Изменилась только форма. Мы больше не вешаем на стенах портреты монархов.

Но вот хорошо для нас это или плохо? Помогает ли это нам жить или, наоборот, медленно и постепенно разрушает нашу реальность? Мой ответ, скорее всего, вас удивит, поэтому оставайтесь со мной до конца.

[15:47] Ну так что? Хорошо это или плохо? И как обычно, у каждого такого феномена, у каждой такой острой темы есть, как мы говорим, две стороны медали. И в зависимости от точки зрения мнение об этом вопросе у каждого человека будет разное. Но сегодня я хочу быть адвокатом, сегодня я хочу быть Джимми Макгиллом в мире чувств и эмоций, поэтому я попробую защитить эту привязанность, я попробую оправдать эту любовь к кумирам.

И для этого как хороший адвокат я должен рассказать такую историю, после которой судья расплатится и мой подзащитный будет тут же признан невиновным. И что может быть лучше, чем такая история из детства?

Дело в том, что когда мне было, наверное, лет 13, то я впервые вместе со своим папой, вместе со своим отцом посмотрел фильм «Сумерки». «О господи, да при чём тут «Сумерки» и любовь к кумирам?» Минутку, сейчас обо всём расскажу.

Знаете, когда ты подросток, когда ты ребёнок, то ты ещё особо не понимаешь, кем ты хочешь стать, куда ты хочешь идти и как вообще себя вести в этом сложном и запутанном мире. И любое сильное впечатление может поменять все твои взгляды буквально за одну секунду. И в тот момент таким сильным впечатлением стал для меня актёр Тейлор Лотнер, который исполнил роль волка, роль оборотня Джейкоба, такого врага вампиров.

Для тех, кто не в курсе, то в первой части он был обычным парнем, который был влюблён в главную героиню Беллу, а она его не замечала. Он был для неё ну просто другом. Но вот во второй части герой Тейлора Лотнера впервые снимает майку, и вот тут оказывается, что он мега-супер-пупер-дупер сексуальный парниша. И для меня тот момент, кажется, стал поворотным, стал ключевым в моей жизни. Что же произошло? А я просто захотел быть таким же классным, быть таким же крутым, быть таким же мускулистым, как и этот актёр. Поэтому я с того стал много тренироваться, правильно питаться ну и в целом вести здоровый образ жизни, что, в принципе, продолжаю делать и по сей день. В отличие, кстати, от самого Тейлора.

А что бы случилось, если бы в тот момент я бы не посмотрел этот фильм? Может, я бы сейчас стал обычным скуфом, который пьёт пиво каждый день и не встаёт с

дивана? Честно, я просто не знаю. Но вспоминать и рассказывать всем, что я начал заниматься спортом, вот этим бодибилдингом из-за персонажа из фильма «Сумерки», мне кажется довольно забавным.

И я уверен, что я не один такой. Я уверен, что таких историй просто миллионы. Я буквально не сомневаюсь, что хотя бы один человек, кто слушает этот подкаст, начал учить русский язык просто, потому что его кто-то вдохновил. Может быть, это был актёр Юра Борисов или певица Дора. Для кого-то этим героем стал Чехов, а для кого-то — Достоевский. Неважно, главное, что этот кто-то повлиял на вашу жизнь только в лучшую сторону.

Конечно, исследуя эту тему, мы должны поговорить и об опасных, таких нездоровых моментах этого феномена. Поэтому давайте этим и займёмся в последней части нашего подкаста.

[20:20] И знаете, наверное, самый главный и очевидный минус здесь состоит в том, что мы начинаем верить. Мы начинаем верить, будто всё это происходит в реальной жизни. Хотя это вовсе не так.

Вот скажите, зачем нам ходить на свидания, зачем нам тратить деньги, зачем нам тратить нервы и время на других людей, если можно просто включить видос с твоим любимчиком, с твоим крашем и классно провести время? Вот это и есть главная ловушка такого поведения. Реальная

жизнь как бы отходит на второй план и становится неинтересной.

Картинки на экране заменяют нам настоящие отношения с другими людьми, а что ещё хуже — они как будто деформируют, они изменяют наше представление о реальном, о живом. Именно поэтому мужчины годами ищут свою Скарлетт Йоханссон в костюме из латекса, а женщины ждут своего Роберта Паттинсона, который говорит цитатами из ромкомов, цитатами из романтических фильмов. Но сюрприз-сюрприз: таких людей в природе не существует. Это лишь персонажи на экране. И вот, в конечном счёте, человек, глядя на эти картинки, остаётся в тотальном одиночестве, обнимая по ночам экран своего смартфона.

Моя же позиция в том, что мы должны установить для себя чёткое правило: настоящая жизнь будет всегда лучше жизни на экране. Что бы с нами ни происходило, в каких бы дерьмовых ситуациях мы бы с вами ни оказывались, важно об этом помнить и не забывать.

Да, мы можем влюбляться, мы можем восхищаться героями наших снов. И в этом нет ничего страшного или плохого, это нормально. Мы так устроены. Но секрет счастливой жизни состоит в том, чтобы мы всегда помнили: это всего лишь сны, это всего лишь наши мечты

и фантазии. Главное же происходит вокруг нас. Рядом с нами. Внутри нас.

Ребят, спасибо, что дослушали этот выпуск до конца. Надеюсь, что он не получился слишком сложным и утомительным. Но если вы всё-таки что-то не поняли, то транскрипции всегда доступны на моём сайте и в телеграм-канале. Я желаю вам всем хорошей продуктивной недели, а сам иду пересматривать вторую часть «Сумерек». Всем пока, скоро услышимся!