

Терапия Бескорыстных Объятий

В атомизированном обществе человеку не хватает душевного тепла, дружеских прикосновений. Не хватает настолько, что их отсутствие породило в 2000-е годы инициативу снизу, что называется от корней (grass roots). Девять лет назад некий человек из Сиднея, желая растопить холод отчуждения между людьми в социуме, создал движение Бескорыстных Объятий. Его идея нашла в мире немало последователей.

В июне 2004 года австралиец, называвшийся псевдонимом «Хуан Манн», начал раздавать бескорыстные объятия в местном торговом центре.



Ил. 1. Тот самый человек, тот самый торговый центр.

Он переживал чёрную полосу в личной жизни: его родители развелись, а невеста разорвала помолвку. Хуан остро почувствовал, как люди эмоционально отдаляются друг от друга, недооценивая должным образом потребность в близком контакте. «Мы живём в мире компьютерной культуры, где дружба завязывается через Интернет-портал, где распадаются семьи, где люди, разбросанные по разным частям света, ведут одинокую жизнь», – заявил он позже в интервью [1].

Манн соорудил самодельный плакат, на котором написал от руки «Бескорыстные Объятия» («Free Hugs»), и пошёл на улицу Питт Мэлл в центре Сиднея, где одиноко простоял долгих 15 минут, прежде чем какая-то старушка не сжалась над ним. Она недавно похоронила свою собаку, призналась она, и это объятие её ободрило. Вскоре Хуан Манн уже раздавал объятия каждые несколько секунд. Шли дни, к нему присоединялись добровольцы с такими же самодельными плакатами.

Одним из них был Шимон Мур, живущий ныне в Лос-Анджелесе. «Моя работа заключалась в том, чтобы носить на себе щит с рекламой распродажи обуви, – вспоминает

он. – Однажды я увидел парня, предлагающего Бесплатные Объятия. Идея мне показалась интересной, и я начал с ним разговаривать» [1].

В свободное время Мур сочинял песни и был вокалистом рок-группы Sick Puppies («Больные щенки»). Музыканты горели желанием заключить договор с какой-нибудь звукозаписывающей фирмой. Поэтому Шимон взял в торговый пассаж отцовскую видеокамеру с намерением снять Хуана Манна и украсить им свой демонстрационный видеоклип. К тому времени Бескорыстные Объятия обрели популярность: изо дня в день сотни покупателей останавливались для того, чтобы их обнял анонимный человек с самодельным плакатом. Человек, побуждаемый не желанием завязать знакомство, получить номер телефона или пофлиртовать, а преследующий исключительно альтруистическую цель – осчастливить себе подобных [2]. Мур снял всё это на плёнку. Тем временем полиция, узнав о несанкционированной акции Бескорыстных Объятий, пригрозила запретить необычную инициативу, ведь Манн не заплатил страховку в 25 миллионов долларов, положенную для массовых мероприятий. Тогда Хуан и его последователи подали властям петицию, которую подписало десять тысяч человек. И полиция отступила.

Когда весной 2005 года Шимон с рок-группой Sick Puppies в поисках контракта перебрался в Лос-Анджелес, он смонтировал видеозапись, положил её на свою песню «All the same» и отослал Манну в Сидней в подарок. Хуан поместил клип на You Tube и тот неожиданно приобрёл громадную популярность, достигнув 70 миллионов посещений пользователей сети. Ролик получил специальную премию YouTube как самое вдохновляющее видео.



Ил. 2. В гостях на передаче Опры Уинфри.

Клип принес Манну международную известность, о его начинании писали и рассказывали СМИ всего мира. В 2006 году интервью у него взяла королева американского ток-шоу Опра Уинфри.

Под его псевдонимом вышла книга «Иллюстрированное руководство по Бескорыстным Объятиям». Заразительную идею Бескорыстных Объятий подхватили многие страны: от Японии, Кореи, Тайваня, Израиля, Италии, Испании, США, Великобритании, Дании, Германии, Франции, Швеции, Швейцарии, Норвегии, Индии, Португалии, Польши до России, Украины, Белоруссии, Литвы и Эстонии.

Профессор социологии Фэй Аллард из Филадельфии, исследующая новую субкультуру, так объясняет привлекательность движения Беспорыстных Объятий: «Успех это начинание имеет по той причине, что мы живём всё более изолированно друг от друга. Уходят в прошлое большие семьи, люди дольше остаются одинокими, позже рожают детей. Мы стали более мобильными географически. Сотовые телефоны, Интернет и электронная почта означают, что существенная часть наших личных контактов сводится к электронному общению. Движение



Ил. 3.

Беспорыстных Объятий способствует возрождению чувства общности в сообществе разрозненных индивидов. Оно даёт нам чувство причастности» [1].

«Идея Беспорыстных Объятий произвела большое впечатление», – констатирует Шимон Мур. Люди до сих пор выходят на оживлённые улицы с самодельными плакатами, как это делал раньше Хуан Манн. Например, Мэджилла Грин – бывший социальный работник, а ныне студентка-психолог, создавшая в Лондоне в 2010 году группу Guerrilla Hugs (Партизанские Объятия) – следующим образом объясняет причину, которая побудила её присоединиться к данному движению: «Меня беспокоит то, что когда люди стареют, а дети вырастают, человек всё реже испытывает позитивное платоническое прикосновение. В сфере физического контакта с другими людьми в Великобритании доминирует позиция моральной паники, будь то на рабочем месте, или в отношениях с детьми. Это результат опасений сексуальных домогательств, либо страха, что учителя обвинят в педофилии. Целое поколение детей подрастает в условиях тотального распространения компьютерных игр, не позволяющих им заниматься нормальными в их возрасте шалостями и развлечениями, в которых завязываются дружеские отношения» [1]. При этом она ссылается на исследования американского психолога Джеймса Прескотта, который в 60-е и 70-е годы XX века утверждал, что отсутствие эмоционального контакта между матерью и ребёнком может привести к нарушению мозговой деятельности и как к следствию: депрессии, наркомании, насилию. «Недавно я обняла пожилого мужчину, у которого 14 лет назад умерла жена, – рассказывает М. Грин. – И с тех пор его никто ни разу не обнял, не взял за руку, не прикоснулся. После объятия он почувствовал себя лучше... Меня до слёз трогает, когда люди прощаясь говорят: «Спасибо, мне действительно этого не хватало» [1].



Ил. 4.

Существуют, кстати, научные обоснования пользы объятий: дружелюбные прикосновения укрепляют иммунную систему и способствуют выработке эндорфинов – морфиноподобных веществ, которые снижают боль и вызывают чувство эйфории; стимулируют центральную нервную систему (снимают стресс, улучшают сон, придают силы); повышают уровень гемоглобина в крови, а также другого гормона – окситоцина, вызывающего благожелательное расположение к другим людям. По мнению английского психолога Питера Колета, автора книги «Жесты, которые говорят за нас», физический контакт «возвращает нам чувство любви и безопасности, которые мы испытывали в младенчестве» [3]. В США в Майами действует Touch Research Institute, где эти явления изучают психологи, врачи и социологи.



Ил. 5.

Интересные результаты исследования приводит психолог Николя Геген из Университета Южной Бретани, наблюдавший за обслуживающим персоналом и посетителями одного из бистро на Западе Франции. «Что будете пить?» – спросила официантка, легко прикоснувшись ладонью к плечу клиента. «Кофе, пожалуйста», – ответил мужчина. Потом он заплатил по счёту и оставил чаевые. За соседним столиком другой гость пил пиво. К нему официантка не прикасалась, и он не оставил чаевых. Из 143 посетителей (подвергшихся без их ведома такому тестированию) 24,6 процента клиентов оставили чаевые, после того как официантка к ним прикоснулась. Без прикосновения это сделало только 10,8 процента гостей. «Здесь нет ничего странного, – объясняет Геген. – Простой жест, якобы не имеющий значения, стимулирует наше хорошее настроение. И имеет реальное влияние на ход событий» [3]. «Клиент, к руке или плечу которого прикоснулась продавщица, проводит в магазине в

среднем 22 минуты вместо 13», – утверждает Р-В. Жюль, директор лаборатории социальной психологии в Прованском университете [3].

Дружелюбное, по-человечески привлекательное движение Бескорыстных Объятий растёт и ширится... невзирая на конфликт его основателей. Несложно догадаться, что причиной охлаждения их отношений стали – *деньги*. Появление на



Ил. 6.

You Tube принесло Муру и его рок-группе не только известность, но и сопутствующие контракты. Одна из фирм стала от лица Sick Puppies продавать футболки, кружки и прочие мелочи с символикой Бескорыстных Объятий, включающей написанные от руки Хуаном Манном ключевые слова – Free Hugs. Весь доход от продажи шёл в карман Мура, не пожелавшего делиться им с Манном. «Мы не друзья больше, я ни доллара от него и его рок-группы не увидел», – обиженно заявил Хуан в интервью [1]. Между бывшими приятелями началась тяжба, что, однако, не повлияло на судьбу нового движения, которое живёт уже своей собственной жизнью.

Молодая, находящаяся на подъёме субкультура имеет целых два праздника альтруизма: Национальный день объятий (*National Hugging Day*) празднуется 21 января, а 4 декабря отмечается Международный день объятия (*International Hug Day*).

Список литературы:

1. *Day E.* On the trail of the Free Hugs founder // The Observer. – 02.09.2012.
2. *Connolly E.* Hugs and smiles, but not everyone embraces the trend // [Sydney Morning Herald](#). – 28.09.2006.
3. *Huret M.* L'art de se frôler // L'Express. – 20.04.2006.

Сведения об использованных иллюстрациях:

Иллюстрация содержания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: http://old.maika.by/img/maiki/maika_freehugs130509.png (дата обращения: 04.06.2013).

Ил. 1. Тот самый человек, тот самый торговый центр. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://a3.ec-images.myspacecdn.com/images02/133/087328907e2a433bb00344422f684195/1.jpg> (дата обращения: 04.06.2013).

Ил. 2. В гостях на передаче Опры Уинфри [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: http://lh4.ggpht.com/_3MNQ3nzFtI/SZmYd7Tvii/AAAAAAAAAGw/qVPCx9oJ3FU/juanmann-oprah_thumb1.jpg?imgmax=800 (дата обращения: 04.06.2013).

Ил. 3. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://pozitiv-news.ru/wp-content/uploads/2011/01/0112.jpg> (дата обращения: 04.06.2013).

Ил. 4. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: http://img0.liveinternet.ru/images/attach/b/2/21/378/21378268_608373302_77fc1159d2_o.jpg (дата обращения: 04.06.2013).

Ил. 5. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: http://rlv.zcache.com/free_hugs_tshirt-r904c2521b5d04b3da7352674afc0968a_8041k_216.jpg (дата обращения: 04.06.2013).

Ил. 6. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: http://pics.livejournal.com/ox_paprika/pic/00014peq/s320x240 (дата обращения: 04.06.2013).

Источник: *Культура в современном мире. — 2013. — № 2. — [Электронный ресурс]. —*
Режим доступа: URL: <http://infoculture.rsl.ru>