

Константин Шереметьев

100 СЕКРЕТОВ СЧАСТЛИВОЙ ЛЮБВИ



для всех возрастов,
на все времена

100 секретов счастливой любви

Для всех возрастов, на все времена

<u>Введение.....</u>	<u>3</u>
<u>Часть 1. Мир человеческих чувств.....</u>	<u>5</u>
<u>Глава 1. Какая бывает любовь.....</u>	<u>5</u>
<u>Глава 2. Как работают чувства.....</u>	<u>7</u>
<u>Глава 3. Чужая душа - потемки?.....</u>	<u>12</u>
<u>Глава 4. Ложные чувства.....</u>	<u>19</u>
<u>Глава 5. Анализ вашего партнера.....</u>	<u>23</u>
<u>Глава 6. Страсть.....</u>	<u>28</u>
<u>Глава 7. Влюбленность.....</u>	<u>44</u>
<u>Глава 8. Любовь.....</u>	<u>52</u>
<u>Глава 9. Отношение к себе.....</u>	<u>59</u>
<u>Глава 10. Как строить свои отношения.....</u>	<u>63</u>
<u>Глава 11. Брак и семья.....</u>	<u>67</u>
<u>Глава 12. Мифы брака.....</u>	<u>80</u>
<u>Часть 2. Применяем знания на практике.....</u>	<u>86</u>
<u>Глава 1. Порядок решения любовных проблем.....</u>	<u>86</u>
<u>Глава 2. Нормы морали.....</u>	<u>98</u>
<u>Глава 3. Как себя вести в любовных отношениях.....</u>	<u>106</u>
<u>Глава 4. Как вызывать страсть.....</u>	<u>112</u>
<u>Глава 5. Как вызывать влюбленность.....</u>	<u>114</u>
<u>Глава 6. Как начинать знакомство.....</u>	<u>120</u>
<u>Глава 7. Как готовиться к браку.....</u>	<u>124</u>
<u>Глава 8. Как выращивать любовь.....</u>	<u>126</u>
<u>Глава 9. Как сделать свое счастье безмерным.....</u>	<u>131</u>
<u>Заключение.....</u>	<u>133</u>

Введение

Вы хотите счастливой любви? Ну, конечно, хотите, раз вы читаете эту книгу. А будет ли она у вас? Конечно, будет, раз вы прочитаете эту книгу, а затем примените полученные знания в своей жизни.

Любовь – это прекрасное чувство. Миллионы людей мечтают его испытать, но удается это далеко не всем. Остальные же, хотя они могут быть прекрасными и умными людьми, получают от любви только страдания. Они разочаровываются в ней и считают ее обманом и выдумкой. «Любовь – обманная страна», - говорят они.

Самое время раскрыть главный секрет!

Главный секрет счастливой любви в том, что она есть!

Да, она есть, и она ждет вас. Но есть маленькая проблема. Любовь имеет свои законы. Хотите добиться счастливой любви, сначала узнайте эти законы. Иначе вы можете испытать любовь только случайно, и вряд ли она будет счастливой.

Возможно, вы уже переживали эти мгновения, и они внезапно кончились. Ничего страшного. Несколько волшебных приемов и вот вы опять наслаждаетесь жизнью и любовью.

Законы любви не упали с неба, они вытекают из законов человеческого мышления. И их нарушение чревато очень неприятными последствиями. Тысячи самоубийств совершаются именно на почве несчастной любви.

Возможно, вы вообще не хотите и не ждете любви. Это ваше право. Однако в вашей жизни может неожиданно вспыхнуть молния чувств и поразить вас в самое сердце. Если вы не будете готовы к этому, то ваша жизнь просто полетит под откос.

Если вы считаете, что всегда справитесь со своими чувствами, то вспомните, что даже самые высокопоставленные люди – министры, короли, президенты, миллионеры – теряли голову из-за любовных переживаний и быстро расставались и с властью, и с богатством.

В любом случае ваши чувства являются одним из существенных элементов вашей жизни, и только вы решаете, какие чувства вы хотите испытывать от общения с людьми, которые вам нравятся.

Ясное понимание законов любви поможет вам достичь тончайших оттенков любовных переживаний. При этом речь вовсе не идет о механическом подходе к чувствам. Наоборот, именно глубокие и яркие чувства являются основой вашей жизни, и не стоит заменять их пустыми рассуждениями на абстрактные темы. Речь идет только о том, что существует несколько простых правил поведения, несоблюдение которых приводит к утрате чувств.

Зная законы любви, вы сможете помочь не только себе, но и вашим близким, если вы заметите, что их страдания связаны с нарушением одного из законов любви. Вы будете в каждой любовной проблеме видеть, кто и как делает ошибку.

Для того, чтобы общение с любимым человеком было источником только приятных ощущений, вы должны найти ответ на следующие три вопроса:

- Что я хочу от этого человека?
- Что он хочет от меня?
- Как мне себя вести, чтобы достичь гармонии в наших отношениях?

На первый взгляд эти вопросы кажутся чрезвычайно сложными. Каждый человек постоянно чувствует, как легки и неуловимы его настроения и переживания. А уж что касается других людей, то здесь царит полный мрак.

Однако не все так страшно. Нам совершенно не обязательно детально разбираться в тонких движениях души. Наша задача состоит в том, чтобы выяснить основные принципы человеческих взаимоотношений, выделить законы, на которых они строятся. Затем в конкретной ситуации всегда можно будет применить общие законы и разобраться с той степенью детальности, которая потребуется.

Эта книга как раз и призвана помочь вам разобраться в своих чувствах. Как себя вести, вы, безусловно, будете решать сами. Однако чрезвычайно удобно при этом представлять последствия вашего поведения.

Например, вы хотите провести с девушкой чрезвычайно важный для вас разговор. Вы очень волнуетесь, думаете о том, что вы скажете, что она вам ответит. Но разве не лучше заранее понять по ее поведению, что она может ответить, как она к вам относится и что она ждет от вас. В этом случае разговор может получиться гораздо более приятным для вас обоих.

Любовные трагедии происходят в результате двух самых распространенных ошибок: непонимания принципов развития любви и игнорирования чувств партнера.

Обе эти ошибки приводят к разочарованию и обидам, а часто и к полному разрыву отношений. Самым обидным в этом случае является то, что два хороших человека просто из-за элементарного невежества делают друг другу больно вместо того, чтобы дарить друг другу счастье.

Мы познакомимся с очень простыми правилами, как избежать таких, например, нелепых ситуаций, когда человек, который вам безумно нравится, не хочет вас видеть. Выстраивайте свою жизнь и свои отношения так, как вы этого хотите.

Книга состоит из двух частей: теоретической и практической. В первой части детально рассматривается мир человеческих чувств, как он устроен, и как с ним обращаться. Во второй части даются конкретные правила поведения в различных ситуациях.

Итак, если вы готовы приступить к раскрытию самых интимных сторон человеческих отношений, то начнем.

Часть 1. Мир человеческих чувств

Глава 1. Какая бывает любовь

Попробуйте провести следующий мысленный эксперимент. Попытайтесь вспомнить всех лиц противоположного пола, которые вызвали у вас какие-либо приятные чувства, а затем попробуйте описать, что это были за чувства.

Несомненно, если вы проведете этот эксперимент, то удивитесь, насколько разнообразны и непохожи ваши переживания. Даже в мимолетном общении с человеком другого пола на вас могут нахлынуть самые разнообразные эмоции.

Обычно всему многообразию человеческих взаимоотношений дают общее название "любовь", но самом деле существуют три совершенно различных любовных чувства, которые возникают между людьми. Это следующие чувства:

- страсть
- влюбленность
- любовь

Каждое из этих трех чувств имеет свои принципы появления и развития. Каждое из этих чувств имеет свою собственную психологическую и физиологическую основу. Именно путаница с этими тремя чувствами и является одной из самых распространенных ошибок в общении. Сейчас мы кратко поясним, что представляют собой эти чувства, а затем детально рассмотрим каждое из них по отдельности.

Страсть – это чувство, возникающее из полового влечения. Страсть является продолжением сексуального возбуждения, которое присуще всем животным. Страсть порождается сексом, поэтому главной целью страсти является сексуальная близость. Страсть определяется физиологией человека, и поэтому данное чувство испытывают в той или иной степени все люди.

Влюбленность – это чувство, возникающее при встрече с красивым человеком. Тот или иной поворот головы, фигура, часть тела, тембр голоса могут быть очень красивым и притягивать к себе внимание. Также может притягивать внимание антураж, одежда, прическа, жесты, определенная ситуация. Именно это чувство пытаются вызвать фотографы, снимая звезд кино и эстрады. Оно же концентрируется в сказочных персонажах (Принц на белом коне, Василиса Прекрасная). Влюбленность, в отличие от страсти, определяется не физиологией человека, а его психологией. Для того, чтобы испытывать влюбленность, нужно иметь определенный культурный уровень развития, и чем этот уровень выше, чем лучше вкус, тем более сильные чувства испытывает человек. Подчеркнем, что влюбленность испытывают не к реальному человеку, а к персонажу, который этот человек олицетворяет.

И, наконец, собственно **ЛЮБОВЬ** или, можно сказать, **настоящая ЛЮБОВЬ**. **Любовь – это общение душ**. Источником любви является стремление человека к самовыражению и творчеству. Стремление поделиться своими мыслями, переживаниями и чувствами с тем человеком, который сможет понять и разделить эти чувства. Любовь отличается от страсти и влюбленности тем, что здесь обязательно присутствует двое любящих. Именно любовь притягивает людей, и они слагают о ней легенды. Именно она сильнее, чем страдания, сильнее, чем смерть. Любовь бессмертна, ибо она не связана с телом человека, а связана с его душой.

Каждое из этих чувств имеет собственные правила развития. При определенном поведении человека эти чувства усиливаются, при другом поведении ослабевают или пропадают, но следует все время помнить самое главное.

Все эти три чувства являются источником только красивых и приятных переживаний. Если вы столкнулись со страданием или несчастьем, то знайте, что вы нарушили одно из правил любви. Исправьте свое поведение, и вы будете наслаждаться и жизнью, и любовью!

Глава 2. Как работают чувства

Когда мы анализируем других людей и пытаемся понять их поведение на основе своего, то обычно попадаем в тупик. Люди ведут себя так, как мы бы на их месте никогда бы не поступили. На первый взгляд все люди очень разные и понять, что они думают и чувствуют, не представляется возможным. Даже ты сам, уж на что известный и понятный, тем не менее, испытываешь постоянно самые непредсказуемые чувства.

Почему вчера эта девушка казалось самой красивой на свете, а сегодня не хочется на нее смотреть? Почему одно свидание проходило как в тумане, и прикосновение к ее руке казалось вершиной счастья, а другое хотя и закончилось поцелуем, но не вызвало особого восторга, а сам поцелуй вызвал те же чувства, что и целование собственной руки?

Попробуем разобраться, откуда же берутся чувства, как они переживаются и чем определяется их сила.

Откуда берутся чувства

Когда человек только что родился, то он особенно не разбирается в тонкостях окружающего мира. Если он хочет есть, то кричит, если пугается, то плачет. Ощущение некоторой неудовлетворенной потребности, неудобства приводит к эмоциональной реакции.

Если в ботинке оказался гвоздь, то он так достанет, что на все остальное человек уже не будет обращать внимание. И наоборот, если как следует подкрепиться, то можно спокойно улыбаться и радоваться жизни. Запомним, первый источник чувств – это потребность организма.

В дальнейшем ребенок проходит следующий этап взросления. Он начинает играть со своими сверстниками и понимает, что вместе интересно и весело, а одному одиноко и скучно. Если тебя любят, то тебе уделяют постоянное внимание, дарят красивые игрушки и вкусные конфетки. Если тебя считают плохим, то с тобой не играют, а могут и отлупить. Поэтому лучше всего быть милым, обаятельным и всем нравится. Таким образом, второй источник чувств – это социальный статус.

И, наконец, в подростковом возрасте человек начинает замечать, что есть нечто, что отделяет его от других, которое называется «Я», и это странное нечто и есть он сам. Причем отношения с этим нечто приводят к весьма странным последствиям. Достаточно про себя сказать «я мерзавец, я никуда негодный человек, я полное ничтожество», и сразу жизнь становится отвратительной, и сознание наполняется исключительно гадкими чувствами. Вот мы и узнали третий источник чувств – отношение к себе.

Поэтому лучший способ провести день – хорошо поесть, выступить перед восхищенной аудиторией (говорить с собакой, держа в руках сосиску), и сказать себе: «Ну какая же я прелесть, ну сил нет!».

Смешивание чувств

Жизнь человек всегда насыщена разнообразными чувствами. Ведь человек непрерывно дышит, непрерывно что-то переваривает, треплется со знакомыми и незнакомыми, ощущает себя самым умным и самым замечательным, и все это одновременно. Поэтому чувства, возникающие то тут, то там непрерывно смешиваются и борются между собой.

Вот тут необходимо запомнить важный принцип смешивания чувств – принцип **доминанты**: если смешиваются два чувства, то более сильное чувство усиливается за счет более слабого. Поясним.

Допустим, младенец лежит в кроватке и особых чувств не испытывает. Если теперь хлопнуть в ладоши, то он вздрогнет, то есть испугается. Если же теперь возьмем малыша, который деловито сосет материнскую грудь, и опять хлопнем в ладоши, то он не вздрогнет, как это следовало бы ожидать, а начнет сосать энергичнее. Его можно напугать и сейчас, но звук уже должен быть гораздо сильнее, чтобы чувство испуга пересилило аппетит.

Принцип доминанты всегда следует иметь в виду, так как он оказывает колоссальное влияние на взаимоотношения людей.

Самый простой пример. Мы видим прекрасную девушку, у которой на щеке маленькая родинка. По принципу доминанты родинка только подчеркнет красоту девушки.

Другой пример. Человек страшно раздражен. В этом случае попытки сказать ему что-либо приятное могут окончательно вывести его из себя.

Таким образом, при смешивании чувств более слабое чувство передает свою энергию более сильному.

Выражение чувств

Когда человек испытывает слабые и мелкие чувства, то они сменяют друг друга, и внешне на человеке это особенно не отражается. Но при переживании действительно серьезных и глубоких чувств, а любовные чувства обычно именно таковы, это оказывает влияние на весь организм человека.

Надпочечники выделяют гормоны, мышцы напрягаются, кровь бросается в лицо. Он краснеет или бледнеет, распрямляется или сгибается, расслабляется или суживается. Если чувства достаточно сильны, то, внимательно наблюдая за человеком, всегда можно определить, какие именно чувства и какой силы он испытывает.

Здесь есть одна опасность. Хотя и существуют основные проявления чувств, общие для всех людей, они мало что говорят о конкретном человеке, а источником наиболее полной информации являются именно оттенки чувств, которые у каждого человека индивидуальны. Поэтому для того, чтобы научиться определять чувства, необходимо быть внимательным именно к конкретному человеку.

Проще всего это сделать, наблюдая его в тех ситуациях, где вы отчетливо представляете себе его состояние и **знаете** его чувства. Тогда позже вы сможете опознать его чувства в любой ситуации.

Далее мы более подробно рассмотрим те признаки, на которые необходимо обращать внимание.

Если же вы впервые видите человека, то будьте осторожны и не выносите поспешных суждений о его чувствах.

Как это ни странно, но это же относится и к вам. Многие действия человек делает машинально, не замечая их. Вы можете считать про себя, что вы в гневе или страстно желаете вон ту незнакомку, но реально вы хотите продолжать сидеть в уютном кресле и, развалив живот на подлокотники, не спеша потягивать холодное пиво.

Поэтому, прежде чем вы начнете разбираться со своими любовными чувствами, сначала проверьте, а есть ли они у вас.

Сила чувства

Главное отличие человека, живущего яркой и наполненной жизнью, от серой невзрачной личности – это сила тех чувств, которые он испытывает. Здесь природа слегка подшутила над человеком. Казалось бы, если человеку ничего не надо, он сыт и лежит в мягкой постели, то он должен быть просто счастлив. Ничего подобного, он содохнет со скуки (если не уснет).

Сила чувства определяется высотой того барьера, который преодолел человек. Чем больше человек прошел, тем приятнее будет привал, чем голоднее человек, тем приятнее будет пища, чем труднее досталась победа, тем больше она принесет удовлетворения. Говоря другими словами, чувство рождается от противоречия между той ситуацией, в которой вы находитесь, и той, которую вы страстно желаете.

Чем большую трудность вы преодолеваете, тем большее чувство вы испытываете.

Поэтому ставьте перед собой трудные задачи, и вы получите чувства максимальной силы. Только знайте меру, ибо превышение ваших реальных возможностей приведет к отчаянию и провалу. Лучше всего ставить себе такие задачи, которые вы можете реально решить, но для этого вам предстоит потрудиться.

Поэтому самое глупое, что могут сделать мужчина и женщина, которые хотят страсти, это пойти и сразу заняться сексом. Сила страсти в этом случае будет минимальная. Наоборот, это должен быть жгучий флирт с непредсказуемым концом. Должна вестись игра на разжигании и сдерживании страсти до такой степени, когда оба уже не смогут сдерживать себя и дрожат от предвкушения слияния.

Возвышенность чувства

Другим свойством чувства является его возвышенность. Предположим, что у вас где-то что-то сильно зачесалось. Вы тут же начинаете остервенело скрести это место, ощущая при этом некоторое удовольствие, которое однако смешано с неприятным чувством зуда. В данном случае, хотя сила чувства может быть и велика, но удовольствие здесь смешано с неудовольствием. Вам и приятно, и неприятно в одно время.

Все физиологические ощущения в основном связаны со снятием напряжения. Вы чувствуете некоторое напряжение (голод, жажду или наоборот), и вам нужно это напряжение снять. При попытке усилить испытываемое напряжение (например, подольше не ходить в туалет) вы получите одновременно и некоторое повышение

удовольствия, и некоторое повышение неприятных чувств. Возникает рассогласование чувств. Такие чувства мы будем называть **низменными**.

В то же время во время прослушивания прекрасной музыки вы можете настолько слиться с ней, что полностью забудете об окружающем мире, и ваша душа оторвется от земли и полетит все выше и выше.

В этом чувстве уже участвует весь мозг. Если в этот момент снять энцефалограмму вашего мозга, то будет видно, что все отделы вашего мозга работают в едином ритме, в единой гармонии. Отделы вашего мозга согласованы. Именно на этом основаны магические свойства музыки.

Если ваш мозг целиком испытывает некоторое чувство, то это **возвышенное** чувство. Именно возвышенные чувства и составляют основу счастья.

Для выстраивания возвышенных чувств вы должны следить за тем, чтобы ни одна мелочь не вызывала у вас раздражения или злости. Например, если вы узнаете о какой-либо удаче человека и испытываете к нему зависть, то у вас одновременно запускаются мечты (приятные) о таком же успехе и осознание (неприятное) того, что у вас этого успеха нет. Налицо рассогласование, то есть низменность чувств. Далее к этому добавляется злоба на этого человека (черная зависть), а заодно и злоба на себя (чувство неполноценности). В этом случае вас можно только пожалеть. Низменные чувства делают счастье в вашей жизни невозможным. Поэтому лучше всего сразу вырывать с корнем малейшие ростки рассогласованных чувств.

Другим следствием частого переживания низменных чувств является появление множества болезней. Рассогласованный мозг посылает рассогласованные сигналы своему организму, иммунной системе, эндокринной системе. Пытаясь одновременно следовать двум противоположным командам, внутренние органы прекращают нормальное функционирование. В результате к вам подбираются настолько страшные болезни, что ваша жизнь может стать адом.

Чтобы проще запомнить эти определения, повторяйте про себя: «Возвышенное чувство – когда душа поет, низменное чувство – когда пятка чешется».

Счастливая любовь

Теперь вы можете не просто произнести такие приятные слова, как «счастливая любовь», но и понять, как именно ее достичь.

Счастливая любовь – это переживание сильных и возвышенных любовных чувств.

Чем чаще вы эти чувства испытываете, тем больше в вашей жизни счастья.

Для того, чтобы ваша любовь была счастливой, нужно постоянно хранить ее в себе и заботливо растить, как цветовод заботливо ухаживает за своими цветами. Но цветоводу нужны определенные знания, иначе его цветы засохнут и заболеют. Как ухаживать за своей любовью, вы и узнаете из этой книги.

Еще раз самое важное.

Повторим те моменты, которые следует запомнить:

1. Источниками чувств являются:

- потребности организма
- социальный статус
- отношение к себе

2. Чувства характеризуются силой и возвышенностью. Сила чувства рождается от величины трудностей, которые человеку приходится преодолевать. Возвышенность чувств рождается от согласованности работы отделов мозга.

3. Счастье - это переживание сильных и возвышенных чувств.

Попробуем применить эти знания на практике. В начале этой главы мы задали два вопроса. Почему на одном свидании все было как в тумане, а на другом не обрадовал даже поцелуй. Теперь мы уже можем ответить на эти вопросы.

На одном свидании – очевидно, первом – результат был непредсказуемым, и каждый шаг навстречу требовал определенного мужества, поэтому и чувства от удачи были весьма сильными.

Во втором случае, видимо, до начала свидания партнеры были чем-то озабочены, а их отношения стали рутиной, поэтому чувства и отсутствовали.

Глава 3. Чужая душа - потемки?

Девушка идет на день рождения к подруге и знакомится с молодым человеком. Он просто идеал во плоти и мечта ее девичьих грез. Они танцуют весь вечер, и он приглашает ее на свидание. Чего ждать от него и от этого свидания?

Эта ситуация достаточно типична. Как понять, что представляет собой человек, чем он живет, как себя с ним вести. В этой главе мы рассмотрим, как анализировать своего партнера и каких чувств ждать от него.

Понимание человека

Люди очень мало обращают внимания друг на друга. Поэтому все время сталкиваются с непониманием.

Мир же любовных переживаний является самой интимной стороной человеческой жизни, поэтому чаще всего люди испытывают разочарование оттого, что, столкнувшись с человеком поближе, не находят в нем того, что сами же ему и приписали.

Разочарование далеко не самое приятное чувство, поэтому лучше хорошо узнать партнера до того, как переходить к более интимному общению. Нас интересует самый общий анализ, касающийся того, как поведет себя человек в любовных отношениях.

Анализ состоит из двух этапов. Сначала мы должны научиться понимать, что из себя человек представляет в целом, а затем мы должны проанализировать, как он может себя повести в конкретной ситуации.

Начнем мы со второго, то есть с конкретной ситуации, так как первое знакомство всегда протекает в обстановке отсутствия информации. Затем, если человек понравился, уже можно знакомиться с ним детальнее, но это мы рассмотрим позже.

Если вы видите человека первый раз, и он вам нравится или вы ему понравились, и он начинает оказывать знаки внимания, то сначала определите, что за чувство вы к нему испытываете. Это очень важно, потому что если вы неправильно определите какое это чувство, то неправильно себя поведете, и неприятные переживания вам гарантированы.

Признаки страсти

Проще всего определить, что человек испытывает страсть. Природа устроила тело человека так, что каждый орган несет несколько функций, например, мышцы при сокращении не только выполняют физическую работу, но и помогают сердцу качать кровь. Почки не только выводят из организма вредные вещества, но и поддерживают требуемый солевой баланс в крови и так далее. Для управления целостными реакциями организма, существуют гормоны. Гормоны заведуют всей жизнью организма. Если человек испытывает злость и агрессию, то в кровь выбрасываются множество гормонов, которые повышают давление, увеличивают свертываемость крови, повышают силу мышц, увеличивают частоту дыхания.

Все эти процессы необходимы для того, чтобы повысить силы организма в предстоящей схватке.

Если же гормонов в крови мало, то человек испытывает вялость, сонливость, лень и полное нежелание напрягаться.

Так как для продолжения рода необходим секс, то наиболее сильный выброс гормонов происходит именно в момент сексуального возбуждения. Те животные, которые вяло реагировали на сексуальные стимулы, уже вымерли, а мы на каждый сексуальный стимул просто взрываем маленькую гормональную бомбочку. А большой сексуальный стимул мы так и называем: «секс-бомба».

В результате каждый человек при сильном сексуальном возбуждении одновременно получает возбуждение всех систем организма. У него напрягаются мышцы, учащается пульс, усиливается дыхание. Он оживляется, плечи расправляются, тело для него становится невесомым, он готов прыгать и визжать от радости.

Именно эти признаки и являются первыми признаками страсти.

Если женщина увидела, что мужчина при взгляде на нее развернул плечи, она может быть уверена, что этот мужчина оценил ее как женщину. Если он бешено завертелся вокруг нее, подхватил ее на руки или полез по лестнице на десятый этаж, то это оно – страстное чувство.

Женщина в порыве страсти становится стройнее и легче. Ей хочется танцевать, флиртовать, хохотать.

Однако главным отличием страсти от простого физического возбуждения, например, от игры в волейбол на свежем воздухе, является его направленность.

Страсть - это прикосновение.

Главной целью страсти является прикосновение к тому объекту, который страсть вызывает. Человека тянет к прикосновениям, поглаживаниям, ласкам, петтингу и, наконец, к фрикциям. Одежда партнера для него является только помехой, ему хочется сорвать его и прижаться к обнаженному телу.

Чем большую страсть человек испытывает, тем более он нежен и одновременно тем более настойчивы его ласки. Сначала он пытается просто приблизиться к тому человеку, который его сексуально привлекает, затем коснуться руки или даже кончика одежды, но его тянет все дальше и дальше, к объятиям, поцелуям, ласкам.

Целый ряд ритуалов в обществе связан с проявлениями страсти. Когда мужчина подает руку даме, помогает ей одеть пальто, целует руку, все эти маленькие эпизоды – проявления страсти, ибо дают возможность мужчине и женщине прикоснуться друг к другу. Возможно, кому-то покажется, что мужчина помогает одеться женщине, потому что она слабее, но мужчина вовсе не помогает одеваться другому мужчине, даже если тот тоже слабее.

Каждое прикосновение – это маленький секс, поэтому при зарождении отношений относитесь бережно к этим ласковым мгновениям и не торопитесь переходить к поцелуям. Ваши отношения развиваются правильно, если одно касание руки может принести вам бездну счастья!

Очень многие молодые люди, да и немолодые тоже, всячески пытаются сократить путь до постели. В результате они получают весьма мало удовольствия.

Пытаясь как-то исправить положение, они начинают менять партнеров, пробовать различные виды нестандартного секса, после чего они полностью разочаровываются и заявляют, что они познали в этой жизни все. На самом деле они о жизни узнали ровно столько, сколько узнал о ней обкакавшийся младенец. Они даже и не соприкоснулись с настоящей жизнью, ибо секс без страсти - это довольно низменное чувство, дающее удовольствие не большее, чем сходить в туалет. Снятие напряженности и не более того!

Поэтому ни в коем случае нельзя заниматься любыми сексуальными действиями, будь то поцелуи или петтинг, если вы не дрожите от страсти. Мало того, что вы не получаете удовольствия, вы еще лишаете себя шансов его получить, ибо в страсти главное - это новизна ощущений. А новизна не может заключаться в непосредственном половом акте, так как он достаточно стандартен. Новизна заключается в отношениях, обстановке, антураже, неувловимых движениях глаз, губ и рук.

Человек, слабо разбирающийся в оттенках сексуальных чувств, обычно использует стандартный набор приемов в сексе, который через некоторое время становится рутиной и практически не возбуждает.

Наиболее сильным ощущением является для него смена партнера. Если вы явились для вашего партнера таким новым ощущением, то вполне возможно, что вы можете внушить ему очень сильное желание, просто самим фактом, что вы являетесь чем-то новым. Однако через некоторое время вы точно так же ему наскучите. Поэтому в страсти торопиться к близости, а в результате часто менять партнеров – это то же самое, что есть недозрелые яблоки. Вместо сочного плода одна кислятина.

Чтобы наглядно представить себе правильное поведение человека, испытывающего страсть, вообразите спираль, в центре которой находится объект его желания. Человек будет ходить по спирали, но постепенно приближаться все ближе и ближе. И чем он ближе, тем более он будет волноваться, тем более он будет возбужден и оживлен. И главная цель в этом случае одна – прикоснуться к объекту своей страсти. Если его партнера это также заводит, то можно приступать к этой волнующей игре сближения, но ни в коем случае нельзя ускорять события. Страсть разгорается постепенно. Более подробно о действиях, усиливающих и ослабляющих страсть, мы поговорим позже, пока подведем итоги. Признаками страсти являются:

- физический подъем;
- желание оказаться рядом, прикоснуться;
- желание раздеть;
- сексуальное возбуждение.

Признаки влюбленности

Если страсть связана с телом человека, то влюбленность связана с его душой. Человек рождается с чувством прекрасного. Это чувство может быть совершенно не развито, но даже в этом случае человек чувствует, что прекрасные цветы – это нечто большее, чем просто сорняки, которые нельзя съесть.

Даже у животных есть тяга к прекрасному. Сорокам нравятся блестящие предметы, фазанам – разукрашенные хвосты, а оленям – ветвистые рога.

С самого детства ребенок тянется к блестящим и красивым игрушкам, затем он жадно читает сказки. Позже он знакомится с произведениями искусства, и, наконец, у него появляется некоторый идеал любовного партнера, красота которого станет именно его красотой. Человек подсознательно готовится к встрече с идеалом.

И когда он встречает человека, похожего на этот идеал, то его жизнь просто взрывается фонтаном переживаний, рождается любовь с первого взгляда.

Любовь с первого взгляда – это влюбленность.

В основе влюбленности лежит деятельность лимбической системы головного мозга, которая сопровождается выработкой эндорфинов – сложных химических соединений. Более простые варианты этих соединений известны под названием наркотиков. Очень важно понимать их разницу! Наркотики дают некоторые переживания, но они противоестественны и ведут к разрушению мозга. Эндорфины же дают значительно более сильные переживания и обладают кроме того лечебным эффектом. Эндорфины выделяются не только при влюбленности, они лежат в основе творчества человека, но влюбленность – это наиболее простой способ их получения.

Стать наркоманом гораздо проще тому, кто никогда не испытывал влюбленности, ибо даже жалкие подобию чувства влюбленности несравненно сильнее тех чувств, которые испытывает наркоман во время наркотического транса.

С другой стороны, отсюда следует, что при анализе чувств влюбленных необходимо принимать во внимание, что так же, как и у наркоманов, при утрате чувства влюбленности возникает чувство, близкое к ломке у наркоманов, которая настолько сильна, что может привести к самоубийству.

Все это говорит о том, что относится к влюбленности следует крайне серьезно, так как ее недооценка может здорово испортить вам жизнь.

Главный признак влюбленности состоит в том, вы замираете от восторга от вида человека, в которого влюблены. При влюбленности человек получает обостренное восприятие цветов, звуков, запахов. Так как влюбленность имеет ту же основу, что и творчество, то влюбленность обычно приводит к тому, что человек начинает писать стихи, сочинять музыку, рисовать картины. У него появляется романтическое настроение, при котором для него не существует проблем или препятствий, а жизнь представляется сплошным праздником.

Так как в основе влюбленности лежит некоторый идеал, то для ее наступления необходимо, чтобы у партнера был целый ряд необходимых признаков. Сюда входит и внешняя красота, и красота одежды, и красота движений, и соответствующий антураж.

Более всего этому идеалу соответствуют звезды кино и эстрады, поэтому отношение девушки к известному певцу или юноши к прекрасной кинозвезде – это скорее всего влюбленность.

Основным отличием эндорфинов от гормонов состоит в том, что если гормоны управляют всей жизнью организма, то эндорфины управляют только мозгом. В результате во время влюбленности организм совершенно спокоен, а поет только душа человека.

Признаками влюбленности являются:

- душевный подъем;
- желание выразить свои чувства творчески;

- романтическое настроение;
- обостренное восприятие цветов, звуков, запахов.

Признаки любви

Теперь мы рассмотрим настоящую любовь. Безусловно, страсть и влюбленность — очень сильные чувства, но жизнь идет вперед, и эти чувства постепенно уходят, и только настоящая любовь больше, чем жизнь, и сильнее, чем смерть!

В основе любви лежит деятельность передних отделов коры головного мозга. Она связана с самыми интимными сторонами человеческой души, с тончайшими оттенками его мыслей и переживаний. Все, что есть в человеке хорошего, все самые благородные движения души связаны с любовью.

Начинается настоящая любовь с общения. Общение — это не обмен информацией, общение — это обмен мыслями. Однако чтобы обмениваться мыслями, надо сначала их иметь. Любовь может прийти только к человеку зрелому и достаточно развитому, но его партнер также должен быть развитым, чтобы оценить те мысли, которые он получает. В любви присутствуют обязательно двое. И они оба должны поддерживать и развивать любовь.

Начинается любовь с простого общения, не очень эффектного, но такого, когда в разговоре начинает присутствовать нечто большее, чем просто обмен словами. Какая-то фраза собеседника вдруг вызывает целую гамму чувств, затем еще и еще, и вот уже весь мир исчезает, и остаются только двое. Любовь не возникает с первого взгляда, но если что-то в человеке вызывает отклик в глубине души, то стоит внимательнее приглядеться к нему и обязательно продолжить знакомство.

При длительном общении наступает момент, когда люди могут доверить друг другу самые тайные свои мысли и чувства. Однако чтобы это не стало достоянием чужих ушей, у любящих людей возникает свой собственный язык общения, свои слова, которые имеют второе значение, понятное лишь им обоим. И с помощью этого языка их души могут общаться напрямую. Их чувства становятся согласованными. И если один из них чем-то расстроен, то второй делает его счастливым, просто общаясь с ним и приводя его чувства в согласие со своими. Для счастья им достаточно просто общаться!

Любовь - это общение душ.

Именно потребность души высказаться, поделиться своими чувствами и является фундаментом любви.

Помните! Любовь не нуждается в подпорках страсти или влюбленности. Любящим людям совершенно не обязательно заниматься сексом или прихорашиваться перед свиданием. Они могут это делать, если им хочется, но это не вершина их взаимоотношений, а просто один из видов общения.

Признаками любви являются:

- взаимное стремление к общению;
- появление своего языка для общения;
- стремление обоих партнеров к сохранению любви;
- долгие устойчивые отношения, приятные для обоих.

Важно помнить следующее. Подавляющее число отношений между мужчинами и женщинами сводятся к страсти. Всегда в первую очередь следует подразумевать именно наличие страсти, а не другого любовного чувства.

Следующим по частоте встречаемости является влюбленность. Но в большинстве произведений искусства (стихах, песнях, фильмах) описывается только влюбленность, так как именно она и послужила причиной создания этих произведений.

Любовь же является редким чувством. Любовь настолько редка, что большинство людей просто не испытывали этого чувства и не представляют, что это такое.

К одному человеку вы можете испытывать все три чувства, но не одновременно.

Еще раз самое важное

Признаками страсти являются:

- физический подъем
- желание оказаться рядом, прикоснуться
- желание раздеть
- сексуальное возбуждение

Признаками влюбленности являются:

- душевный подъем
- желание выразить свои чувства творчески
- романтическое настроение
- обостренное восприятие цветов, звуков, запахов

Признаками любви являются:

- взаимное стремление к общению
- появление своего языка для общения
- стремление обоих партнеров к сохранению любви
- долгие устойчивые отношения, приятные для обоих

Теперь ответим на вопрос, заданный в начале главы. Что ждать девушке от этого свидания? Ответ прост.

1. Если он танцевал, нежно прижимая ее к себе, касался ее чудесных волос и не менее чудесных прочих мест. Если не отходил от нее весь вечер, касаясь невзначай ее руки или талии. Если был энергичен и легок на подъем, и неумоимо танцевал весь вечер, то он испытывает страсть.

Это значит, что в следующую их встречу он постарается развить отношения в этом направлении, и ей следует готовиться к нежным объятиям и страстным лобзаниям.

2. Если он не спускал с нее глаз, если нежно шептал ей стихи, если робок с ней был и краснел, то скорее всего, он влюблен.

Если он пел и играл на гитаре для нее и сказал ей целый букет комплиментов. Если он попросил ее фотографию или пообещал нарисовать ее, то все это признаки влюбленности. В следующую их встречу ей следует готовиться к восхищенным взглядам и дальнейшим признаниям ее красоты.

3. Что касается любви, то для ее появления требуется время, поэтому и думать о ней во время первых свиданий не стоит.

Глава 4. Ложные чувства

Теперь мы рассмотрим очень страшную вещь – ложные чувства. Это грибы-поганки, которые мигом отравят вашу жизнь, если вы вовремя не распознаете их.

Игра в любовь

Это ложное чувство любви состоит в том, что вы вообще не испытываете никаких чувств. Вы просто придумали себе некоторую игру, затем поверили в нее, а затем привыкли к ней. Такая игра.

В этом нет ничего плохого, как, впрочем, и хорошего, так как чувств здесь тоже нет. Просто нарисовали на бумажке цветы и повесили на стенку. А себе говорите: «Это мой сад! Он красив! Он благоухает!».

Это ложное чувство очень распространено у девочек-подростков. Все подружки уже имеют кавалеров, а у нее нет. Поэтому она тут же выдумывает себе любовь и начинает играть в нее по всем правилам, хотя никаких чувств при этом не испытывает. Но игра ведется на полную катушку: с разборками, сценами ревности, слезами в подушку и прочими атрибутами «настоящей любви», подсмотренными в фильмах.

Однако есть большая опасность в том, что вы можете прозевать настоящее чувство. Вы попадете в чудесный сад, но скажете себе: «Так у меня уже есть сад», - и спокойно пройдете мимо. Лучше все же сказать себе: «Сейчас у меня любви нет. Наблюдение продолжается».

С вашим же партнером нужно сохранить нормальные человеческие отношения.

Признаки игры в любовь:

- Вы говорите себе: «О боже, это Любовь!», - но при этом вы достаточно спокойны и элементарно можете переключиться на другие мысли.
- При общении со своим партнером вы временами испытываете скуку и ждете, когда кончится свидание.
- Наибольшее удовольствие в ваших отношениях вам доставляет обсуждение их с вашими друзьями или подругами.

Чувство страха

Как это ни странно, но за любовь очень многие принимают обычное чувство страха. Обычно это женщины, и они просто боятся того, что их бросят. В этом случае чувства развиваются по такому сценарию. Женщина одинока и не имеет постоянного партнера. Затем среди ее знакомых появляется кто-то, кто обращает на нее некоторое внимание. Через некоторое время женщина уже начинает дорожить этим вниманием и начинает бояться, что оно кончится. Если отношения длятся продолжительное время, то этот страх она испытывает после каждого расставания и начинает считать это чувство страха любовью.

Данное чувство является низменным, поэтому необходимо его избегать. Ни к одному из любовных чувств данное чувство отношения не имеет и может стать серьезным препятствием к их появлению.

Признаки чувства страха:

- Вы боитесь, что этот человек вас бросит.
- Вы боитесь, что на свидании вы скажете или сделаете что-то не то.
- Вы боитесь остаться одной на всю жизнь.

Чувство собственности

Чувство собственности – это желание сказать про что-нибудь: «Это мое!». Когда чувство собственности распространяется на вещи, то оно является нейтральным чувством и особых неприятностей как, впрочем, и особого удовольствия в жизни не доставляет.

Однако совсем другое дело, если речь идет о чувстве собственности на человека. В этом случае это чувство является низменным, так как сам человек очень не любит быть вещью. Поэтому в любом случае он будет сопротивляться (явно или неявно) попыткам унижить его.

Чувство собственности на человека очень опасно и для отношений, и для здоровья.

Для того, чтобы реализовать чувство собственности, нужно тем или иным способом сломить человека. Это можно сделать скандалами, унижениями, наконец, просто мордобоем. Возможно, что вы и не думаете, что придется прибегать к таким мерам, но при любых попытках навязать человеку свою волю, вы столкнетесь с тем, что это не так-то просто.

Обычно чувство собственности очень быстро разрушает все любовные чувства, поэтому внимательно следите за тем, чтобы подавить его при первых признаках появления. Запомните, как только у вас появились признаки чувства собственности, ваша любовь начала умирать.

Для некоторых людей чувство собственности является главным источником пусть и низменных, но положительных чувств. Они убивают время на добывание все большего количества денег, чтобы приобретать все большее количество тряпок и железок. Для них любовные чувства, как правило, недоступны.

Однако и для более здравомыслящих людей всегда есть опасность скатиться к обращению с партнером, как с вещью. Возникает желание перевоспитать его (то есть починить негодную вещь), направить на путь истинный. Все это практически моментально приводит к тяжелым конфликтам и убивает не только любовные чувства, но и обычные человеческие отношения.

Если у вас возникают мысли о перевоспитании вашего партнера, то попробуйте задуматься, почему, собственно, перевоспитываться должен он, а не вы?

Признаки чувства собственности:

- Желание сказать про партнера «Мой!» или «Моя!».
- Желание перевоспитать партнера.
- Раздражение, если партнер поступил не так, как вы от него ожидали.

- Раздражение, если партнер сделал что-то, не посоветовавшись с вами.

Ревность

Ревность – это чувство собственности, соединенное с чувством никчемности. Оно возникает в случае, если вы испытываете чувство собственности на партнера и считаете себя его полным хозяином, а он поступает так, как он того хочет.

Чувство крайне низменное, так как данная ситуация возникает всегда, если партнер более или менее себя уважает. Однако в данном случае недовольство еще связано с понижением самооценки («я плохой хозяин»), а это, как мы знаем, является источником сильнейших отрицательных эмоций. Развитие этого чувства приводит к постоянным проблемам, как с самим собой, так и с партнером, и чревато появлением психического расстройства.

Ревность настолько далека от каких-либо любовных чувств, что здесь упомянута только в связи с распространенностью выражения: «Ревнует, значит - любит». На самом деле уместно другое выражение: «Ревнует, значит - психически болен».

Признаки ревности:

- Желание полностью контролировать поведение партнера.
- Раздражение, если партнер имеет собственное мнение.
- Раздражение, если партнер пользуется успехом у других.
- Раздражение, если партнер общается с лицами противоположного пола.

Еще раз самое важное

Часто за любовь принимают ложные и поганые чувства. Следите, чтобы признаки этих чувств у вас не появлялись, иначе ваша жизнь превратится в ад. Наиболее опасны следующие ложные чувства:

- игра в любовь
- чувство страха
- чувство собственности
- ревность

Они имеют следующие признаки:

1. Игра в любовь:

- Вы говорите себе: «О боже, это Любовь!», - но при этом вы достаточно спокойны и элементарно можете переключиться на другие мысли.
- При общении со своим партнером вы временами испытываете скуку и ждете, когда кончится свидание.

- Наибольшее удовольствие в ваших отношениях вам доставляет обсуждение их с вашими друзьями или подругами.

2. Чувство страха:

- Вы боитесь, что этот человек вас бросит.
- Вы боитесь, что на свидании вы скажете или сделаете что-то не то.
- Вы боитесь остаться одной на всю жизнь.

3. Чувство собственности

- Желание сказать про партнера «Мой!» или «Моя!».
- Желание перевоспитать партнера.
- Раздражение, если партнер поступил не так, как вы от него ожидали.
- Раздражение, если партнер сделал что-то, не посоветовавшись с вами.

4. Ревность

- Желание полностью контролировать поведение партнера.
- Раздражение, если партнер имеет собственное мнение.
- Раздражение, если партнер пользуется успехом у других.
- Раздражение, если партнер общается с лицами противоположного пола.

Помните, если вы нашли у себя какой-либо из этих признаков, то ваша любовь или выдумана, или очень скоро пропадет. Также напомним, что измененные чувства – это дорога к опасным болезням.

Глава 5. Анализ вашего партнера

У вас прекрасно прошло первое свидание. Вы вне себя от радости, вы все время повторяете: «Это Она! Это Она!». Вам хочется узнать все о человеке, который занимает все ваши мысли. Как он думает о вас, что он делает? Самое время сейчас внимательно присмотреться к человеку и понять – кто он.

Сначала мы должны понять на основе какой информации мы можем строить свой анализ. Вся трудность здесь в том, что он не на приеме у врача, и поэтому нельзя ему в лоб задавать какие-либо вопросы. Поэтому делать выводы необходимо, исходя из косвенных признаков. Мы познакомимся с тем, как делать выводы о человеке на основании той информации, которую можно получить в повседневном общении.

Первое, что нужно понять при анализе других людей, это то, что каждый человек постоянно меняется. Он сталкивается с проблемами и, пытаясь справиться с ними, приобретает опыт. В результате он постоянно развивается.

Каждый человек в своем развитии проходит три этапа:

- физиологический (обслуживание только потребностей организма)
- социальный (добавляются потребности в социальном статусе)
- интеллектуальный (добавляются духовные потребности)

При идеальном варианте развития физиологический этап человек проходит от рождения до десяти лет, социальный в возрасте от десяти до шестнадцати лет, и личностный этап начинается после шестнадцати лет.

Реально большинство людей задерживается, как правило, на социальном этапе. Некоторые же люди перестают развиваться вообще. И тогда мы имеем великовозрастного детину с развитием души на уровне детского сада.

Общество не предъявляет особых требований к развитию души, поэтому в любой социальной среде, от дворников до академиков, присутствуют все возможные варианты духовного развития человека.

Но в любви все решает именно душевное развитие. Недоразвитая душа к любви не способна.

В первую очередь для анализа человека, нужно определить, на каком этапе развития он находится, так как от этого зависит, как он будет себя вести.

В каждом человеке присутствуют все эти три вида потребностей (физиологические, социальные, духовные), но их иерархия сугубо индивидуальна. По принципу доминанты какая-то из этих групп потребностей будет для человека затмевать остальные. Например, у человека с преобладанием физиологических потребностей тоже может произойти некоторое томление души, но в результате он скорее всего пойдет и как следует перекусит.

Для простоты дальнейшего изложения дадим представителям групп с различными доминантными потребностями следующие обозначения:

- дикарь (доминируют физиологические потребности)
- обыватель (доминируют социальные потребности)
- личность (доминируют духовные потребности).

Ключевое отличие этих уровней развития состоит в следующем.

Дикарь всегда дает эмоциональную реакцию на все, что происходит. Он поступает так, как взбредет ему в голову.

Обыватель на каждое событие реагирует так, как в принято в том обществе, членом которого он себя считает. Причем, если обыватель имеет некоторое мнение, то он его уже не меняет и считает себя всегда и во всем правым.

В отличие от дикаря и обывателя, личность обдумывает каждое событие и старается осуществить некоторый план достижения своей цели. Личность действует рассудительно и планомерно.

Большинство людей являются обывателями, а дикари и личности встречаются реже.

Теперь рассмотрим, как люди с разным уровнем развития добиваются любовных чувств.

Дикарь

Дикарь в первую очередь руководствуется исключительно потребностями организма, поэтому из любовных чувств может испытывать только страсть. На чувства и мнения других людей плюет, и в сексе будет стремиться только к своему собственному удовлетворению.

Обыватель

В первую очередь для него важно мнение окружающих людей. Он старается быть как все и поступать как все. Высоко ценит нормы морали и не приветствует отклоняющееся поведение. Способен испытывать как страсть, так и влюбленность.

В сексе будет стараться вести себя так, чтобы выглядеть хорошим любовником (любовницей).

Влюбленность испытывает к устоявшимся персонажам: Принцу на белом коне, Прекрасной принцессе, Рыцарю, Таинственной незнакомке, Кинозвезде и т.д.

Поведение, бросающее вызов обществу тоже возможно, но в пределах определенной группы (хиппи, панки, рокеры).

Личность

Если человек является личностью, то он руководствуется в первую очередь духовными потребностями. Способен испытывать все любовные чувства: страсть, влюбленность и истинную любовь.

В сексе он будет стараться вести себя так, чтобы принести наибольшее удовлетворение партнеру. Сексуально активен, предпочитает богатый и облагороженный секс.

Влюбленность испытывает к тем персонажам, которые создает сам. Отличается весьма высоким творческим потенциалом.

Чрезвычайно ценит истинную любовь и постоянно работает над ее развитием.

Развитие мужчин и женщин

В силу того, что интеллект не имеет половых признаков, уровень душевного развития зависит только от человека и не зависит от его пола.

На уровне дикарей мужчины и женщины ведут себя полностью одинаково. Так как дикари руководствуются случайными мотивами, то дикари капризны, подвержены частым сменам настроения, обидчивы, впадают в ярость при малейших попытках возражать им. Все их чувства низменны. На уровне дикарей часто задерживаются молодые красавчики и красавицы. На первых порах за их красоту им прощаются недостатки их поведения, и это может резко затормозить их развитие. Красота оказывает им в данном случае медвежью услугу. После того, как молодость проходит, они резко отторгаются обществом по причине их глупости и неразвитости. Поэтому, если вы красивы, то вы должны обратить особое внимание на свое душевное развитие.

На уровне обывателей мужчины и женщины представляют собой полностью противоположные миры, которые практически не пересекаются. Обыватели ведут себя так, как им диктуют социальные нормы. Поэтому мир женщины-обывателя - это тряпки, сплетни, сериалы. Мир мужчины-обывателя - это пиво, рыбалка, футбол. Из общих интересов у них только секс.

На уровне личностей мужчины и женщины опять сходятся. У личностей очень разнообразные интересы, поэтому мужчины и женщины всегда могут найти темы для общения, хоть сексуального, хоть романтического, хоть любовного.

Определение уровня духовного развития

Как определить, на какой ступени человек находится?

Для этого мы рассмотрим сначала те признаки, которые можно увидеть сразу с первых же минут знакомства с человеком. Они сразу помогут вам определить ваш стиль поведения. Но учтите, что выводы на основе двух-трех признаков делать не стоит. И если человек вас заинтересовал, то дальше необходимо разбираться более детально.

Признаки дикаря

Первым признаком дикаря является игнорирование элементарных правил поведения. Если человек грубит, сплевывает на пол, повышает голос, то скорее всего это дикарь. Иногда в присутствии других людей дикарь может вести очень прилично, но проявляет всю свою дикость в том случае, если он остается один: разрисовывает стены, бросает окурки и огрызки на пол, очень любит писать анонимки.

Себя дикарь не уважает. Может выглядеть, как придется, жить, где придется и с кем придется.

Работу дикарь воспринимает как крайне неприятную обязанность. Ничего не умеет и способен заниматься только неквалифицированным трудом.

Отношение к деньгам противоречивое. Дикарь их любит, но хочет получать их сразу и без особых усилий. Обожает лотереи, конкурсы с призами, готов и на мелкое воровство. Серьезно и продолжительно работать ради денег не будет.

Власть любит и сразу использует ее для своего возвышения. Обожает льстецов и подхалимов.

Полностью отсутствует чувство юмора, смеется только тогда, когда издевается над человеком. Обожает устраивать мелкие гадости окружающим.

Признаки обывателя

Первый и главный признак обывателя – это любовь к деньгам. Деньги для обывателя – это универсальный показатель достоинства человека. В некотором смысле обыватель – это бухгалтер, который все переводит в денежный эквивалент. Ради денег обыватель готов на очень большие жертвы, включая возможность потратить всю свою жизнь на неинтересную и нелюбимую работу, лишь бы за нее платили.

Культурным нормам обыватель следует очень строго, особенно если не имеет высокого социального статуса. Для обывателя очень большое значение имеет то, что о нем говорят знакомые, и он старается выглядеть очень прилично.

Отношение к себе у обывателя определяется социальным статусом. Если он занимает высокий пост, имеет много денег или является известным человеком, то обыватель себя уважает. Однако отсутствие всего этого резко уменьшает самоуважение.

Работает обыватель профессионально и много. Обыватель является серьезным специалистом в своей области и старается всячески упрочить свое положение, а поэтому прилежен и исполнитель.

Власть для обывателя – это признание его высокой ценности и значимости. Власть крайне необходима для самоуважения, поэтому любую самую незначительную властную должность обыватель старается сделать заметной и важной.

Чувство юмора у обывателя есть, но сам он не шутит, а любит рассказывать и слушать анекдоты и чужие шутки.

Косвенный признак обывателя – это проблемы со здоровьем. Болеют все люди, но время от времени. Обыватель обычно страдает хроническими недугами, причем их одновременно может быть несколько.

Признаки личности

Первый признак личности – это чувство юмора по отношению к себе. Фразу повторяю в силу ее большой важности для вашей любви.

Первый признак личности - это чувство юмора именно по отношению к себе.

Любой самодовольный тип к любви не способен органически, у него нет душевных мышц, чтобы нести в себе любовь. Как только человек начинает понимать, что кроме него есть другие люди, что он не пуп земли, то для него чрезмерное довольство собой становится смешным. Это и есть начало становления личности.

Человек, скорее всего, является личностью, если большую часть времени он спокоен и весел.

Личность всегда имеет цель и работает над ее достижением. Обладает большим самоуважением и богатым внутренним миром. Очень ценит общение и интересные идеи. Имеет свои взгляды на все, но меняет эти взгляды, если ему предоставляются веские аргументы.

Очень важной темой для личности является этика. Личность серьезно относится к тому, чтобы сохранять хорошие отношения с другими людьми, поэтому старается учитывать их интересы и искать точки соприкосновения. Различные издевательства, подлости, подшучивания полностью исключены. На личность всегда можно положиться в деликатных делах.

Определив, на каком уровне развития находится человек, вы можете определить, каких чувств можно ждать от него. Напомним, что дикарь может испытывать только страсть, обыватель – страсть и влюбленность, а личность – и любовь, и страсть, и влюбленность.

Теперь займемся страстью, влюбленностью и любовью вплотную.

Глава 6. Страсть

Страсть – это самая жгучая из человеческих чувств. Ты видишь девушку. Фигура – класс, формы – отпад. Она подходит к тебе. Ты замираешь. Она обдает тебя ароматом духов. У тебя начинает кружиться голова. Она наклоняется к тебе, и ты видишь ее декольте. И не можешь удержаться, чтобы не заглянуть туда. Там что-то колыхнется. Тебя обдает жаром, кровь вскипает, и откуда-то снизу начинает расти жуткое желание. Ты забываешь обо всем и готов броситься на нее.

Здесь мы остановимся, и спокойно будем анализировать ситуацию.

Уму непостижимо, сколько разных вещей наш организм делает сам. Он сам регулирует кислотность в желудке и давление в артериях, он сам поддерживает температуру тела и уровень лейкоцитов в крови, а также многое, многое другое. Денно и ночью он исправно выполняет эти функции, так как любая ошибка означает только одно – тяжелая болезнь, ведущая к смерти. И только три вещи организм не может делать сам, потому что эти вещи связаны с внешним миром. За выполнение этих трех функций отвечает мозг. Их всего три, но они являются базовыми для психики.

Эти базовые функции следующие:

- дыхание
- питание
- секс

Обязательно проведите следующий несложный эксперимент, и тогда все, что будет говориться дальше, для вас будет гораздо более понятным.

Возьмите часы с секундной стрелкой и задержите дыхание настолько, насколько сможете. В это время следите за секундной стрелкой, и внимательно наблюдайте за своими мыслями.

Первые 15 секунд вы будете продолжать думать точно так же, как и до этого. Следующие 15 секунд в ваши мысли проберется некоторое беспокойство, что вроде бы что-то не так, но мысли будут катиться по привычным рельсам. Следующие 15 секунд вы забудете обо всем, и будете думать только об этом дурацком эксперименте. И, наконец, в последние 15 секунд, у вас в голове останется только одна мысль – вдохнуть вдохнуть, вдохнуть!!! ап-ап, фу-уу.

Отложите книжку и проверьте это. И ваши глазки заодно отдохнут.

Итак, наш эксперимент показал, что если базовая функция удовлетворяется, то сознанием она не замечается, но нарушение ее функционирования сначала вызывает беспокойство, а через некоторое время все мысли подчинены только тому, как ее удовлетворить. Или, скажем сильнее, в голове остается только одна мысль, и поведение человека становится жестко заданным. Для него это становится вопросом жизни или смерти.

Задержка в выполнении базовой функции становится вопросом жизни или смерти.

Все базовые функции воздействуют на сознание одинаково, только период удовлетворения этих функций разный. Если не дышать человек может минуту, а не есть месяц, то не заниматься сексом он может в период где-то между первыми двумя. Хотя, в принципе, все эти периоды строго индивидуальны.

Если дыхание и питание снабжают организм горючим и окислителем, то секс нужен для управления гормональной системой организма, которая обеспечивает организм гормонами – катализаторами всех жизненных процессов. Как только гормональная система испытывает перебои, нарушается нормальное протекание жизненных процессов.

Поэтому первое, что стоит запомнить:

Удовлетворенный секс ничего не стоит, неудовлетворенный затмевает все остальное (кроме дыхания и питания).

Единственным отличием между сексом и остальными базовыми функциями является то, что для его удовлетворения необходим партнер.

И тут природа задумалась. С одной стороны без секса не будет продолжения вида, поэтому человека нужно как следует зарядить на секс. Зарядила. С другой стороны, а всегда ли он найдет партнера? Ну, животные – они всегда. Им тогда и половой инстинкт заложим. А вот приматы... У них голова большая, мозгов много, они в основном друг с другом ругаться будут. Поэтому им полового инстинкта не дадим. Пусть удовлетворяются, как в голову взбретет.

В результате прямого сексуального инстинкта у человека нет. Если самца шимпанзе вырастить изолированно, то когда во взрослом состоянии к нему подсаживают самок, он дерется с ними. Поэтому генетически заложено только формирование гормональной системы, но не автоматическое управление ею.

Хотя гормональная система и является целостной, но она не включается от каких-либо конкретных воздействий среды. Ее включение зависит от воспитания человека. И, хотя при нормальном воспитании и развитии человек в основном реагирует именно на сексуальные стимулы, но для каждого человека возникает множество предпочтений и нюансов полового возбуждения, от легких капризов до совершенно экзотических пристрастий.

Каждый человек во время сексуального становления одновременно имеет очень много разнообразных сексуальных стимулов, поэтому сексуальность каждого человека уникальна и имеет свои пристрастия и неприятия.

Здесь же надо сказать о различии мужчин и женщин. Хотя на уровне строения тела мужчины и женщины и различаются, то в строении мозга различий нет. Более того, на уровне мозга нет никаких различий даже в сексуальном возбуждении. Мозг и у мужчин, и у женщин дает совершенно одинаковые команды на сексуальное поведение. Просто конкретные половые органы реагируют на эти сигналы по-разному.

Здесь можно привести такое сравнение. На спортивных соревнованиях судья дает одну и ту же команду: «На старт! Внимание!». Однако по этой команде пловцы наклоняются, а бегуны приподнимаются. Поэтому мозг и сознание мужчин и женщин реагируют на сексуальные стимулы абсолютно одинаково, а различия возникают только на уровне половых органов.

Из этого следует, что люди бисексуальны по своей природе и реагируют на одни и те же сексуальные стимулы. Но так как общество обычно подавляет гомосексуализм, то человек старается бороться с ним и избирательно реагирует на сексуальные стимулы только от противоположного пола. Но это стоит запомнить.

Вы бисексуальны.

А это значит, что вы легко можете понять, как мужские чувства, так и женские. Поэтому найти общий язык с вашим партнером совсем не сложно.

Сублимация

Итак, что мы от природы получили? С одной стороны, секс – это базовая функция, а с другой – удовлетворяй его, как в голову взбредет.

В результате появился такой вариант сексуального удовлетворения, как сублимация. Она может здорово подпортить вам жизнь, поэтому читайте внимательно.

Сублимация – это включение гормональной системы неэротическими стимулами. Говоря проще, это означает, что человек возбуждается не от секса. Например, сублимация в агрессию. В этом случае человек возбуждается от применения насилия, становится садистом.

Противоположный вариант, сублимация в мазохизм. Жан Жак Руссо в своей «Исповеди» рассказывает, что в юности, когда у него только пробуждалось сексуальное чувство, он был выпорот женщиной. В результате у него образовалась связь между поркой и сексом. В дальнейшем он мог получить настоящее удовлетворения от секса только тогда, когда женщина его порола.

Понять механизм сублимации будет проще, если вспомнить принцип доминанты. При смешивании чувств энергия слабого чувства передается более сильному. Поэтому эротические стимулы возбуждают не подавленные сексуальные чувства, а те чувства, в которые секс сублимируется. Поэтому, если мужчина сублимирован в агрессию, то вид обнаженной женщины у него вызывает ярость и стремление к насилию. Кстати, насильников возбуждает не секс, а сама ситуация изнасилования, поэтому они и не идут к проституткам, а охотятся за своими жертвами.

Частым вариантом сублимации является сублимация в ханжество, в этом случае человек возбуждается от обличения сексуального поведения. В случае сильной сублимации человек уже не испытывает потребности в нормальном сексе, и главным сексуальным наслаждением для ханжи как раз и являются постоянные выслеживания и преследования других людей.

Наиболее часто третья базовая функция (секс) сублимируется во вторую (питание). В этом случае человек начинает относиться к еде совершенно по-другому. Еда становится главным источником наслаждения. Человек начинает есть гораздо больше, чем ему надо. Возникает обжорство, и человек просто расплывается в бесформенную массу. Любые попытки похудеть с помощью отказа от еды совершенно бессмысленны, потому что какое-то время человек может терпеть голод, но затем наступает фаза чрезмерной тяги к еде, пропадают все другие мысли, и человек ест, ест, ест...

Главная особенность сублимированного человека состоит в том, что поведение, вызываемое сублимацией, является явно чрезмерным, например, трудоголизм, когда человек только и может, что заниматься работой. Даже во время отдыха он должен себя чем-то занимать, а лучше вообще не отдыхать и работать, работать, работать...

Кстати, иногда встречается выражение, произносимое с гордостью: «Он настоящий трудоголик». Запомните, что все равно что сказать: «Он настоящий туберкулезник». Болезнью не хвастаются, ее лечат.

Все дело в том, что если в нормальном сексе половой акт полностью снимает сексуальный голод, и человек теряет интерес к сексу, то в случае сублимации такого момента снятия напряжения нет, и человек напряжен постоянно.

Сублимированным человеком очень легко управлять, поэтому сублимация широко применяется различными военизированными и религиозными организациями. Так как секс является базовой функцией, а задержки в выполнении базовой функции становятся вопросом жизни и смерти, то человек легко отдаст жизнь за интересы той организации, которая сублимирует его гормональные потребности.

Из этого следует важный вывод: если вам пытаются ограничить сексуальную жизнь, то, скорее всего, вами пытаются управлять. Поэтому, если вы не хотите стать игрушкой в чужих руках, то контролируйте свое сексуальное поведение самостоятельно. Лучше заниматься самоудовлетворением, чем иметь полную зависимость от чьих-то сомнительных целей.

Секс и здоровье

Так как секс является базовой функцией для психики, то разумный человек должен всегда держать под контролем свою сексуальную жизнь, в противном случае его мышление будет постоянно искажаться сексуальными желаниями, а его организм будет испытывать нехватку гормонов.

Основным признаком правильной сексуальной жизни является ощущение легкости во всем теле и высокий физический тонус.

Если же вы, напротив, физически разбиты, вам тяжело двигаться, чувствуете постоянную усталость, то это означает, что вы или недополучаете секса, или сексуально пресыщены.

Отсутствие сексуальной удовлетворенности свидетельствует о низкой стимуляции гормональной системы, и, как следствие, снижение активности иммунной системы. Это означает, что вы подвержены риску заболеть, причем заболеть тяжелым хроническим расстройством.

Мифы о сексе

В силу интимного характера секса практически каждая его сторона имеет некий мифический аспект. Так как нас интересует чувственная сторона секса, то мы рассмотрим наиболее вредные мифы, которые больше всего могут испортить чувства страстно желающих друг друга людей. К ним относятся:

- Цель секса состоит только в продолжении рода
- Секс заключается только в половом акте

- Целомудрие – это полный отказ от секса

Миф 1. Цель секса состоит только в продолжении рода

Высказывания подобного типа совершенно не учитывают очень сложный и взаимоувязанный характер процессов, протекающих в организме человека. Каждая орган выполняет множество функций, и все они связаны с другими органами.

Говорить, что цель секса только в продолжении рода, это все равно, что сказать, что цель руки – только держать предметы. Однако рукой можно защищаться, чесаться, обниматься, приветствовать и многое, многое другое.

Цель секса состоит в активизации гормональной системы, которая необходимо для достижения следующих целей:

- продолжения рода
- повышения энергетической активности
- активизации иммунной системы
- снятия стресса
- социальной коммуникации

и, наконец, самое важное для человека – секс является постоянным источником сильных и возвышенных чувств.

Любая из этих целей, кстати, может быть достигнута и не сексуальным путем. Например, продолжение рода можно обеспечить путем искусственного оплодотворения, а снять стресс можно занятиями спортом.

Поэтому заявлять, что секс нужен только для размножения, также умно, как заявлять, что рот нужен только для разговора.

Посмотрим, какой вред может принести подобный миф. Человек пытается исключить секс из своей жизни, но через некоторое время он начинает испытывать сексуальный голод. Пытаясь с ним справиться, он думает о нем фактически постоянно. Его жизнь становится непрерывной борьбой со своим телом. Пример такой жизни описан в повести Льва Николаевича Толстого «Дьявол». В ней молодой человек во время перерыва в супружеском сексе занимается внебрачным сексом и всячески терзает себя за это. В финале он кончает жизнь самоубийством. Этот финал достаточно предсказуем. Вспомним, что задержка в выполнении базовой функции является вопросом жизни и смерти. Любопытно, что у Толстого есть и другой вариант окончания этой повести, в котором молодой человек убивает свою любовницу.

Задумайтесь. Великий писатель и психолог Толстой не мог решить в этой ситуации, кого нужно убить. А может убивать и не нужно?

Возможно, внебрачное поведение молодого человека нарушало некоторые установленные нормы, но неужели убийство или самоубийство являются более предпочтительным вариантом?

Рассчитывать на счастье при игнорировании страстных чувств очень тяжело. Единственное решение в этом случае состоит в необходимости становиться сублимированной личностью и отдаваться суррогату страсти со всей возможной энергией.

Миф 2. Секс заключается только в половом акте

Это наиболее распространенный миф. На самом деле секс возникает всегда при любом общении сексуально голодных мужчин и женщин. Так как противоположный пол содержит массу сексуальных стимулов, то сексуально голодный человек возбуждается при простом нахождении рядом с другим полом. Он может заниматься совершенно посторонними делами, но его мысли будут постоянно заняты сексом.

Именно поэтому монахи и монахини стараются уйти в монастырь и полностью избежать контактов с противоположным полом.

На самом деле, секс состоит из двух фаз. В фазе возбуждения, в которой человек собственно и испытывает страсть, происходит массовый выброс гормонов и резкий подъем физической активности. В этой фазе наиболее важна новизна ситуации и свежесть впечатлений. Чем ее больше, тем страсть выше.

Во второй фазе – фазе разрядки, которая наступает во время полового акта, происходит утоление сексуального голода и резкий спад физической активности. Фаза разрядки более консервативна, и обычно у данного человека протекает всегда одинаково. Половой акт нужен именно для фазы разрядки. Но любой контакт с лицами противоположного пола означает сексуальную стимуляцию.

В результате, хотя человек может иметь только одного сексуального партнера во время полового акта, тем не менее, он перед собственно половым актом занимается сексом с целой кучей людей. Недаром во время полового акта человек мысленно представляет себе самых разных партнеров.

Миф 3. Целомудрие состоит в полном отказе от секса

Целомудрие – это мудрость сохранения себя в целости. Целомудрие означает, что человек очень серьезно обдумывает каждый свой шаг и старается заранее подготовиться к любой опасности, которая может произойти.

Естественно, целомудрие предполагает полный отказ от случайных связей, связей в состоянии алкогольного опьянения, посещения подозрительных компаний. Все, что может служить потенциальным источником опасности для жизни и здоровья, должно быть внимательно продумано заранее и запланирован выход из всех проблем.

Проблем в сексе только две: инфекционные болезни и незапланированная беременность. Зная методы предохранения эти проблемы легко решить.

Поэтому если вы общаетесь с человеком, в котором уверены, если вы предусмотрели все возможные последствия, если оговорили все нюансы, то секс с ним и будет самым целомудренным занятием.

Появление страсти

Начнем с ситуации, когда человек полностью сексуально удовлетворен. В этом случае секс его не интересует, и никакой страсти он испытывать не может. Однако проходит час, день, месяц, год (подставьте свой период), и человек опять начинает испытывать потребность в сексе – сексуальный голод.

Развитие сексуального голода приводит к тому, что человек становится особенно чувствительным к сексуальным стимулам. Вид стройной фигуры,

чувственных губ, полной груди напоминает о ласках, будоражит воображение, вызывает негу сладострастия. Приятным становится не только непосредственно половой акт, а мысли о нем, сладостное предвкушение ласк и объятий. Сознание наполняется сладкими грезами, и партнер становится желанным.

Мы уже знаем, что чувства рождаются при наличии противоречия.

Основным противоречием страсти является противоречие между сексуальным желанием и невозможностью его удовлетворить.

Поэтому наиболее страстным являются такие поступки, наряды, высказывания, прикосновения, которые являются совершенно обычными, обыденными, не предполагающими непосредственного удовлетворения страсти, но, тем не менее, содержащие сексуальные стимулы. Декольте, разрезы в интимных местах, страстные взгляды, томные намеки, тайные прикосновения являются детонатором взрыва страстных чувств.

Такое поведение называется флиртом. Флирт – это основной способ разжигания страсти. Именно он позволяет переживать самые острые и жгучие отношения. Флирт – это пряность в отношениях мужчины и женщины. Независимо от того, перерастут ли их отношения в близкие, уже при первом знакомстве они могут пережить самые сильные и незабываемые впечатления.

Для эффективного флирта необходимы сочетания следующих факторов:

- сексуальный голод или неудовлетворенность сексуального чувства
- невозможность непосредственного сексуального удовлетворения
- намеки на такую возможность

Умело сочетая эти признаки, человека можно буквально свести с ума. Именно флирт позволяет испытать самые жгучие и пряные чувства.

Коррекция страсти

Страсть является чрезвычайно сильным чувством. Поэтому по принципу доминанты она будет подчинять себе все прочие мелкие чувства. Основываясь на этом можно справиться с сублимацией (например, с желанием копаться в чужом белье). Для этого необходимо сначала получить возбуждение во время флирта, а затем представить себе, что вам нужно прекратить ваше приятное занятие и идти заниматься подглядыванием и подслушиванием. Если вы будете достаточно возбуждены, то сама мысль о том, что это нужно прекратить, сделает подглядывание настолько мерзким, что чувство отвращения к этим занятиям сохранится даже после того, как вы успокоитесь.

Вообще нужно запомнить, что во время возбуждения все, что способствует возбуждению, окрашивается в очень приятные тона, а все, что мешает, становится просто омерзительным. Поэтому старайтесь избегать двух ошибок.

Во-первых, контролируйте себя и не становитесь фетишистом, когда вещи вашего партнера становятся для вас сексуальными объектами. И уж тем более глупо делать сексуально привлекательными совершенно не относящиеся к сексу предметы (кнуты, высокие сапоги, уздечки и т.п.), все это может на короткое время внести разнообразие, но, в конце концов, приводит к резкому ослаблению страсти, что потребует дальнейшей экзотики (наручников, связывания) и в конце концов приведет к сублимации.

Во-вторых, не допускайте, чтобы ваши дела или знакомые становились помехой для вашего флирта. Иначе через некоторое время вы будете испытывать непреодолимое отвращение и к этим делам, и к этим знакомым.

Здесь часто происходит непонимание между людьми, придерживающимися разных моральных норм. Люди, принимающие секс, просто не представляют степень омерзения и отвращения к сексу у пуританских старых дев. С другой стороны и матроны, которые сублимировали свои потребности в нравоучения, совершенно не понимают, насколько противоестественными и лживыми кажутся их ханжеские рассуждения более раскрепощенным людям.

Поэтому, для того, чтобы ваша страсть была возвышенным чувством, не стоит спорить с теми, кто придерживается других моральных норм. Ищите единомышленников и проводите свое время с ними. Необходимо связывать свою страсть только с приятными и естественными сторонами секса. Это значительно усилит силу ваших чувств.

Развитие страсти

Появление страсти – это только начало. Для усиления страсти нужно подключать все более действующие сексуальные приемы.

Первый посланник страсти – это запах. Возбужденные мужчины и женщины начинают источать аромат страсти – особый запах, который вызывает возбуждение противоположного пола. Поэтому наиболее верный способ вызвать возбуждение у своего партнера – это возбудиться самому. Запах является сильнейшим стимулом возникновения страсти, так как непосредственно действует на лимбическую систему мозга и переключает все внимание исключительно на процесс сексуальной игры.

Единственный способ соблазнения другого – это соблазнение себя.

Страсть вызывает сильнейшее ответное чувство. Сладострастие одного захватывает и поглощает другого. Огненный вихрь проносится по телу и врывается в сознание, сжигая все мысли в вулкане чувства.

Именно захваченность происходящим и есть главное условие переживания настоящей страсти. Особенность страсти в том, что в самом начале очень легко сбить напряжение и отвлечься от этого чувства. Если это произойдет в момент интимной близости, то может свести на нет любое наслаждение, поэтому не стоит форсировать события до тех пор, пока вы не забудете обо всем на свете, кроме вашего партнера. С другой стороны, если страсть уже захватила вас, то по принципу доминанты любые препятствия только усиливают страсть. Помните, чем дольше вы занимаетесь флиртом, тем глубже погружаетесь в сладкий туман страсти. Лучшее время для перехода к сексу – это такое время, когда для вас больше ничего в жизни не существует!

После того, как вы начали пылать, вы можете переходить к главному. Главный источник сексуального наслаждения – это ПРИКОСНОВЕНИЕ! Ни в коем случае не торопитесь с ним. Каждое прикосновение к партнеру должно служить вызывать у вас фонтан переживаний. Если это так, то дальше бросайтесь в океан страсти и забудьте обо всем. Расстегните, уже, наконец, эту пуговицу, которая так мешает и...

Вот собственно и все. «А дальше, а позы, а техника?», - спросите вы возмущенно. Вопрос вроде правильный – действительно, техника имеет значение.

Однако представьте себе пляж, жаркое солнце, ласковое море, легкий ветерок, плеск волн. Вы готовитесь войти в теплую воду. Имеет ли значение, насколько хорошо вы плаваете? В принципе имеет, но, в крайнем случае, вы получите удовольствие и просто поплескавшись около берега. Если же промозглым осенним вечером вы свалитесь в одежде в грязную канаву, полную воды, то даже если вы прекрасный пловец, вы вряд ли получите большое удовольствие.

Поэтому изучайте технику секса, тренируйтесь в принятии различных поз, но помните, что главное состоит в том, насколько вы можете быть захвачены процессом, а не в том, каких акробатических результатов вы можете добиться.

Особенности женской страсти

Очень часто встречается миф о том, что женщины менее возбудимы и меньше стремятся к сексу. Здесь есть рациональное зерно, но оно состоит вовсе не в том, что женщина действительно меньше возбудима, а оно состоит в том, что для женщины в сексе существует постоянная помеха – незапланированная беременность.

В результате, так как в самом начале страсти ее очень легко сбить, то, постоянно отвлекаясь на эту помеху, женщина действительно никак не может возбудиться. Это проявляется тем сильнее, чем меньше она уверена в партнере. Поэтому женщина холодна только с тем мужчиной, которому она не доверяет, с которым она не может расслабиться до конца. Обычно в этом случае женщины говорят, что им нужно нечто большее, чем секс, а именно – уверенность в партнере.

Отсюда следует два вывода.

Вывод для мужчин. Если женщина холодна с вами, то дело не в ней, а в вас. Вам необходимо стать более надежным партнером, внушить уверенность в вашем уважении к ней. Постарайтесь заниматься сексом таким образом, чтобы вариант незапланированной беременности был бы полностью исключен. Не старайтесь торопить события. Дайте возможность женщине быть полной хозяйкой близости. Как только исчезнут помехи для ее чувств, ее чувственность будет настолько высока, что вы забудете обо всем на свете.

Вывод для женщин. Если вы не уверены в мужчине, не занимайтесь с ним сексом вообще. Сексуальный голод старайтесь удовлетворять такими способами, которые абсолютно исключают возможность беременности, например, взаимными ласками. Многие, так называемые холодные женщины моментально становились горячими и даже огненными, когда пропадали возможные побочные помехи сексу.

Особенности мужской страсти

Мужская страсть сильно зависит от вида женщины, поэтому простейшим средством управления мужской страстью являются эротическая одежда и соблазнительные позы. Женщины иногда допускают ошибку, надевая на свидание ультрамодный наряд, который отвлекает от тела и скрывает прекрасные женские формы. Мужчины тут же становятся менее возбудимым.

Впрочем, этот же принцип женщина может использовать и в своих интересах. Одно из лучших средств от изнасилования – это телогрейка.

Контроль над страстью

Страсть является чрезвычайно сильным чувством и вполне может приобрести полный контроль над вами. В результате ваши поступки начнут контролироваться случайными факторами и привести к самым ужасным последствиям. И если вы думаете, что всегда справитесь со своей страстью, то вспомните эксперимент с задержкой дыхания. А если вы его не сделали, то сделайте прямо сейчас, и вы сразу поймете, насколько «легко» справиться с базовыми функциями.

В действительности вы будете способны на все, только бы удовлетворить страсть. Ни в коем случае не следует допускать этого и все время помнить следующее правило:

Страсть – это огонь в зимнюю стужу. Без него замерзнешь, а бросишься в него – соришь.

Во время контроля над страстью всегда нужно помнить следующее. Ни в коем случае нельзя переступать через свои моральные нормы. Это не значит, что моральные нормы нельзя изменять. Жизнь учит нас, и мы постоянно меняем какие-то свои взгляды. Но менять их надо в спокойной обстановке, обдумав и взвесив все «за» и «против». Но нельзя делать этого в эмоциональном возбуждении, так как потом, когда вы успокоитесь, вы будете долго корить себя, а может и перестанете себя уважать.

Ни в коем случае нельзя шутить со страстью. Страсть действует на уровне нижних отделов головного мозга. В спокойном состоянии вы и представить себе не сможете, на что может толкнуть вас неудовлетворенная страсть.

Разумный человек всегда держит свою страсть под контролем и старается регулярно удовлетворять ее сам, а не становится слугой страсти. Для контроля страсти применяются следующие приемы:

- следите за своим сексуальным голодом и принимайте меры заранее;
- распознавайте всплеск страсти в самом начале;
- если страсть к конкретному человеку нежелательна, старайтесь до минимума сократить контакты с ним.

Возвышенность страсти

Для того, чтобы чувство было возвышенным, к нему не должны примешиваться разные грязные мысли. Существуют три основных проблемы сексуального поведения, о которых лучше подумать ПЕРЕД свиданием. То есть до того момента, как вас захватит страсть:

- соответствие моральным нормам
- незапланированная беременность
- болезни

Любая из этих проблем может здорово испортить вам жизнь, и несколько приятных минут могут принести массу страданий в будущем. Все эти проблемы легко решаются в спокойном состоянии и при хорошем взаимодействии с партнером, но становятся непреодолимыми в тот момент, когда вы захвачены страстью, и тогда вы будете способны на самые грязные и мерзкие поступки.

Соответствие моральным нормам

Как правило, флирт без перехода к интимной близости приемлем для всех нормальных людей в любой обстановке, а возможность перехода к сексу зависит от конкретного человека. Точно также у каждого партнера могут быть свои представления о пристойном сексуальном поведении. Поэтому, нужно строго придерживаться следующего правила.

В сексе приемлемо только то, что приемлемо для обоих.

Пусть ваш партнер придерживается самых пуританских взглядов. Это значит, что рядом с ним вы тоже должны быть пуританином.

С другой стороны, нельзя считать, что вы являетесь эталоном правильного поведения. Если ваш партнер вам предлагает нечто, по-вашему, неслыханное, то прежде чем его однозначно осуждать, попробуйте встать на его точку зрения или попробовать его вариант секса в некотором ограниченном виде.

Возможно, вы теряете массу удовольствия исключительно из-за случайной глупости, которую когда-либо услышали.

Незапланированная беременность

Незапланированная беременность является настолько отвлекающей помехой и чревата такими ужасными последствиями, что всякий разумный человек должен хорошо знать и обязательно применять средства контрацепции.

Беременность резко меняет всю жизнь сексуальных партнеров, поэтому ни в коем случае нельзя полагаться на случай. Это равносильно тому, что вы бросаете руль на полной скорости. Кого будете винить за аварию?

Болезни

Если вы человека хорошо знаете, то средства контрацепции и личная гигиена элементарно решают проблемы болезней. Поэтому для разумных людей страсть является полностью безопасным чувством.

Если человек для вас незнаком, то, флиртуя с ним, нужно постепенно узнавать его и только после этого заниматься с ним сексом.

Самоконтроль в страсти

Необходимо постоянно помнить о том, что все проблемы решаются элементарно только в спокойном состоянии. В случае возбуждения даже такие незначительные проблемы могут стать просто непреодолимыми.

Не думайте, что в решающий момент вы все сделаете, как надо. Ни в коем случае нельзя недооценивать силу базовых функций. Из вашей головы просто уйдут все прочие мысли, и останется только одно – **ЖЕЛАНИЕ**.

Лучше всего перед каждым свиданием решать, как далеко вы можете зайти. Определить рубеж, который вы переступить не хотите. И не переступайте его! Если это обдумано заранее, то даже в порыве страсти ранее принятое решение удержит вас от необдуманного шага.

Лучше время для контроля над страстью – это начало. Если по любой причине страсть к данному человеку для вас нежелательна, то прекращайте ее в самом зародыше. Ни в коем случае не раздувайте ее в надежде, что в любой момент вы

сможете остановиться. Помните, что это – то же самое, как разводить костер посреди комнаты. В какой-то момент вы просто потеряете власть над ситуацией и дальше можете потерять очень много.

Поведение, усиливающее страсть

Страсть развивается постепенно, по пути все большего и большего возбуждения. Попытки сразу перейти к близости ведут к тому, что страсть не достигает большого накала, и все сведется к низменным чувствам, что в случае страсти не только неприятно, но может привести и к различным нервным расстройствам. В частности, импотенция чаще всего вызывается абсолютно бессмысленной спешкой.

Чем больше времени занимает предварительный флирт, тем сильнее ваши чувства. Неопытные любовники скорость приближения к близости рассматривают как свой успех. Даже появилось такое явление как пикаперство, суть которого в ускорении близости. Это что-то сродни поеданию мороженого на время.

Все как раз наоборот. Даже в животном мире существует период ухаживания, а уж человек тем более должен уметь сдерживать свои порывы, чтобы достичь гораздо больших чувств в последующем.

Чтобы костер хорошо разгорелся, нужно начинать с маленьких щепочек, затем подкладывать ветки побольше, а уж потом использовать толстые поленья.

Так и в страсти. Нужно начинать с легких прикосновений, которые будут являться недостижимой вершиной свидания. Затем пределом мечтаний должен стать поцелуй и так далее. Ваше поведение должно постепенно устремляться к более высоким вершинам, но ни в коем случае не пропускать их.

Для усиления страсти нужно использовать следующие ключевые факторы:

- Флирт
- Запах
- Ласки
- Энергетика

Флирт

Флирт – это основа страсти и главный признак хорошего любовника. Ваше поведение, одежда, методы общения с людьми, которые вам нравятся и отвечают вам взаимностью, должны быть полностью подчинены флирту. Используйте случайную полуобнаженность, легкие прикосновения, намеки в разговоре, но одновременно оставайтесь спокойным и невозмутимым, как будто то, что вы сказали, к вам и не имеет никакого отношения. Создавайте вокруг себя ауру чувственности. Всегда помните о том, что вы прекрасны и желанны.

- Ой вы знаете, этот разрез так мешает мне садиться на низкие диваны. Я все время об этом забываю. Вы не обращайте внимания, хорошо?

(Можете быть уверены, что мужчина этим вечером уже действительно не будет обращать внимание... ни на что другое. А вы на диван и не садитесь. Разве что на минутку...)

Вы будете являться мастером флирта, если вы заставляете вашего партнера сомневаться в ваших чувствах. Вы должны быть чувственной тайной. В каждый

момент времени он должен чувствовать, что он вас сексуально привлекает и то, что вы для него недоступны. Тогда любое проявление страсти будет для него настоящий подарок, а для вас незабываемым ощущением.

Запах

Запах – это основа дальнейшего развития отношений. Помните, лучшие духи – это аромат чистого тела. Перед любой ситуацией, которая потенциально может стать источником незабываемых ощущений, вы должны принять душ, надеть чистое белье, почистить зубы и не использовать искусственных ароматизаторов.

Запах вашей страсти – это самое сильное приворотное зелье, придуманное самой природой. Не нужно его ничем забивать, и результаты не заставят себя долго ждать.

Ласки

Ласки – это радость тела. Правильные ласки начинаются с еле заметных прикосновений и усиливаются в той степени, в какой усиливается ваше возбуждение. Что и как вы будете ласкать, ограничено только вашим воображением и желанием партнера.

Энергетика

Энергетика – источник силы чувств. Чем более сильны ваши мышцы, чем более развито ваше тело, тем большую силу возбуждения вы получите. Секс – это серьезное физическое упражнение, и чем более вы физически развиты, тем более сильные ощущения вы получите. Правильный подход состоит в том, что вы полностью физически выкладываетесь, достигая максимума ощущений. Если после страстных объятий вы не сможете даже пошевелиться, значит, все было сделано правильно.

Поведение, ослабляющее страсть

Следующие факторы могут резко ослабить вашу страсть, поэтому следует держать их под контролем:

- внешние помехи
- рутина
- стремление достичь некоторого результата
- усталость

Внешние помехи

Внешние помехи легко уничтожают страсть в начале и могут сильно ослабить ее даже в самом разгаре. Если вы куда-то спешите или к вам могут войти, то постоянно держа это в мыслях, вы делаете низменными даже самые приятные чувства, поэтому в неудобных условиях лучше полностью отказаться от какого-либо флирта. Флирт возможен только в том случае, если вы полностью беззаботны и над вами ничего не висит.

Кстати, если над вами постоянно что-то висит, то вы невротик, и вам, прежде всего, нужно заняться своим душевным здоровьем.

Рутина

«Так, два раза по часовой стрелке, два раза против часовой, сжали, похлопали. С этой эрогенной зоной закончили, переходим к следующей. Где она тут у нас?».

Повторение одних и тех же действий быстро приедается и резко снижает чувство страсти. Необходимо постоянно быть в поиске новых форм удовлетворения страсти, только в этом случае сохранится высокий уровень ощущений.

Стремление достичь некоторого результата

Стремление достичь некоторого результата (десяти оргазмов, одновременного оргазма, сочетания позы зевающего льва с позой пьяной черепахи) является настолько отвлекающим фактором, что о страсти речи уже не идет. В данном случае секс становится не более чем акробатическим упражнением и приносит приблизительно те же чувства. Вся хитрость состоит в том, что чувство – это всегда результат достижения цели.

Если цель – сам поцелуй, то вы получите удовольствие от поцелуя. Если же цель состоит в том, чтобы показать себя хорошим любовником, то вы сначала бесстрастно проделаете весь комплекс эротических упражнений, а уже потом испытаете удовлетворение от хорошо выполненной работы, которое будет несравнимо более низким, чем наслаждение пламенным поцелуем.

Усталость

Если вы устали и еле двигаетесь, то секс будет для вас лишним раздражающим фактором, который доставит не удовольствие, а вялость и разбитость. Кроме того, если перед сексом вы не готовы просто летать от предвкушения близости, значит, страсти у вас нет, и вы испытаете только низменные чувства.

Поведение, убивающее страсть

Страсть – безусловно, весьма жгучее чувство, которое может испытать любой человек без исключения. Однако человек может убить даже такой, казалось, наиболее естественный для человека источник приятных чувств.

Страсть убивается развратом.

Разврат - это сексуальное поведение, преследующее несексуальные цели.

Наиболее часто распространены следующие виды разврата:

- секс от скуки
- секс как протест против запретов
- секс как средство давления на человека (а ты за это сделаешь мне...)
- секс по обязанности (супружеский долг)

Во всех этих случаях человек занимается сексом, не испытывая страсти, поэтому вместо источника приятных ощущений он получает крайне низменные чувства.

Иногда человек бравирует этим, подсчитывает свои сексуальные победы, но в действительности он совершает одну из самых больших ошибок в своей жизни. Он не получает самого наслаждения, а получает только справку о нем.

Разврат является наиболее глупым и бессмысленным поведением человека. Имея в руках источник чистых и сильных ощущений, взять и опоганить его ради мелких и низменных желаний – что может быть более идиотского в жизни человека!

Ошибки в страсти

Наиболее неприятные ошибки в страсти заключаются в непонимании кратковременности страсти. Большая ошибка состоит в том, что вы ждете от своих чувств или чувств партнера стабильности и верности. У страсти не может быть этих качеств! Страсть пропадает быстро. Очень быстро. Гораздо быстрее, чем вы думаете. Она пропадает сразу.

Все обещания, данные во время страстных ласк, не следует принимать во внимание.

Страсть – это легкий лепесток пламени, обжигающий, но моментально пропадающий. Это фейерверк переживаний, который сгорает мгновенно и без следа. Нельзя строить свои отношения на основе страсти. Они будут столь же непрочными и быстротекущими.

Самое глупая и самая распространенная ошибка в страсти – это замена угасающей страсти чувством собственности. Выглядит это приблизительно так. Женщине понравился определенный мужчина, она строила ему глазки, заигрывала с ним, и, наконец, он ею заинтересовался. Очень быстро они перешли к близости. В этот момент женщина была абсолютно искренней. Она беззаветно отдавалась своим чувствам и наслаждалась жизнью. И вот страсть немного поухлила.

Тогда женщина решает заменить страсть чувством собственности и начинает думать: «Он мой!». И начинает вести себя с ним, как со своей собственностью. Страсти это не прибавляет, но дает прекрасный повод свалить всю ответственность на снижение чувств на партнера.

Так как у него страсть тоже погасла, то он всячески сопротивляется этому. Они расходятся со скандалом, а женщина начинает думать: «Все мужики скоты! Им нужно только одно!». Хотя в данном случае это одно было нужно как раз обоим.

Еще глупее поведение мужчины, который, добившись внимания женщины, предъявляет права на владение ею на том основании, что он занимался с ней сексом. Он начинает преследовать ее и запрещать ей встречаться с другими мужчинами, не понимая, что тем самым он становится не просто безразличным, а отвратительным и постылым.

За мгновения страсти нужно благодарить другого человека, как за подаренные мгновения счастья, а не примешивать к этому поганые и мерзкие мыслишки о собственности на него. Человек всегда и во всех обстоятельствах является полным хозяином себя, и нужно уважать это право.

С другой стороны, нельзя и себя считать недостойным человеком, если вас физически тянет к явно неприятному типу. Это значит, что вы пустили управление страстью на самотек. И в результате вам придется на себе удостовериться в правильности пословицы: «Любовь зла, полюбишь и козла». В состоянии сильного сексуального голода вы начинаете болезненно реагировать на самые примитивные сексуальные стимулы.

А люди опустившиеся своим пошлым поведением как раз постоянно и искушают вас сексуальными стимулами. Здесь вас можно только пожалеть. Если дело зашло далеко, то ваша близость практически неизбежна. Просто потому, что в какой-то момент у вас откажут тормоза, каким бы вы пуританином не были.

Поэтому очень часто происходит такой парадокс, когда девочка-отличница, скромница, чистюля вдруг в переходном возрасте начинает заводить отношения с самым похабным парнем, который неделями не моется, курит и пьет, а к ней относится пренебрежительно.

Окружающие в ужасе: «Как же так?!» А удивительного ничего нет. Она уже чувствует очень сильный сексуальный голод, а ее порядочные сверстники сексуальных стимулов из-за порядочности не предъявляют. А такой сорванец постоянно щиплет ее, хватается за коленки. От такого поведения у нее просыпаются такие мощные чувства, что сметаю все ее попытки остаться хорошей девочкой.

И совершенно естественно, что свои чувства она принимает за любовь. Потому что чувств такой силы она никогда не испытывала. Единственное спасение в этой ситуации – это самоудовлетворение, которое быстро поможет осознать, что дело не в конкретном человеке, а в сексуальном голоде.

Если же все-таки она стала заниматься сексом с этим пошляком, то самое худшее в этой ситуации – это то, что она посчитает себя падшим, греховным и конченным человеком. В состоянии сильной жажды любой человек будет вынужден пить из лужи. Однако от этого он вовсе не станет недостойным человеком.

Самое важное о страсти

- 1. Страсть - это огонь в зимнюю стужу. Без него замерзнешь, а бросишься в него - сгоришь.**
- 2. Контролировать страсть надо в самом начале и заранее решать, как далеко вы можете зайти.**
- 3. Флирт - главный источник страсти.**

Рекомендую отложить книжку и отдохнуть. Наш маршрут резко меняется.

Глава 7. Влюбленность

Вы идете по улице и вдруг... Навстречу плывет самое восхитительное создание, которое вы когда-либо видели. Это ваш идеал. Вы замираете на месте от восторга и готовы бросить все и следовать за ним.

Я поздравляю вас. Вы влюбились!

Влюбленность является самым прекрасным из человеческих чувств. Именно она и вдохновляет поэтов, композиторов и художников на создание непревзойденных шедевров искусства.

Появление

Для появления влюбленности человек должен быть внутренне готов к этому. Всю жизнь до момента волшебной встречи у него формировался некоторый прекрасный облик совершенной красоты. Начало этому было положено сказками и мультфильмами, позже этот облик был отточен мелодрамами и любовными романами. Далее в своих мечтах этот облик был окружен сиянием и помещен в драгоценную оправу.

Каждый новый знакомый, прежде всего, сравнивается с этим эталоном. Это сравнение происходит бессознательно и независимо от воли человека. И если на жизненном пути появляется человек, который хотя бы отдаленно напоминает прекрасный образ, то происходит чудо. Конкретный человек пропадает, и вместо него возникает чудо-образ.

Давно ее воображенье,
Сгорая негой и тоской,
Алкало пищи роковой;
Давно сердечное томленье
Теснило ей младую грудь;
Душа ждала... кого-нибудь,
И дождалась... Открылись очи;
Она сказала: это он!

«Евгений Онегин»

Влюбленность – это взрыв прекрасных чувств, который происходит от совпадения некоторых черт реального человека и идеального образа.

Во время вспышки влюбленности человек чувствует головокружение, холодок вдоль спины, он не замечает вокруг ничего, кроме объекта влюбленности. У него вырастают крылья, и он взлетает над миром.

Образ возлюбленного человека становится ярким, будто бы озаренным внутренним светом. Среди прочих людей возлюбленный резко выделяется и видится необыкновенным. Прочие теряются на его фоне и становятся блеклыми и невзрачными.

С этой минуты жизнь и восприятие окружающих меняется радикальным образом. Влюбленный перемещается из реального мира в мир идеальный.

Важно понимать, что влюбленность никогда не направлена на живого, реального человека с его личностью, желаниями, хорошими или плохими сторонами. Она направлена только на чудо-образ, который это человек вызывает.

Главный источник чувства влюбленности состоит в противоречии между несовершенством реального мира и совершенством идеального образа.

В глазах влюбленного объект его влюбленности вырастает до совершенного, божественного существа, которому можно только поклоняться и только восхищаться. Влюбленность далека от какой-либо критики или скептицизма. Только прекрасный образ является ее путеводной звездой.

Это прекрасное свойство влюбленности дарит незабываемые минуты восторга и наслаждения жизнью.

Чудо влюбленности

Когда бы знала, что любимый мой
Придет ко мне,
Везде в саду моем,
Покрытым только жалкою травой,
Рассыпала бы жемчуг дорогой!

Японская поэзия танка

Во время влюбленности человек раскрывается самыми прекрасными своими сторонами. Он весь воплощение красоты жизни. Он видит партнера идеальным и сам становится идеалом. Он не видит никаких недостатков в партнере. Их просто не существует. Он уносится прочь от реального мира и переносится в страну грез и желаний. Ему хочется, чтобы все вокруг было прекрасным. Ему хочется музыки и танцев, цветов и стихов, прекрасных картин и величественных скульптур. Он переполнен прекрасными чувствами, и ему хочется выразить свои чувства столь же прекрасными инструментами. Он готов к тому, чтобы творить.

В этот момент он весь открыт навстречу прекрасному миру. Он начинает чувствовать глубину неба и яркость солнца, свежесть ветра и романтику дождя. Аккорды жизни звучат в его душе, и в центре величественной картины мира находится святой и прекрасный образ его возлюбленной.

Все, все несет поэзию. Шорох ее платья, звук шагов, мелодия речи. Хочется слышать это вновь и вновь. Вновь и вновь видеть прекрасное лицо, говорить комплименты, признаваться в любви.

Влюбленный человек очень тяжело переживает разлуку. Главное его желание – встретиться снова. И наслаждаться без конца.

Развитие влюбленности

Твой милый образ, незабвенный,
Он предо мной везде, всегда,
Недостижимый, неизменный, -
Как ночью на небе звезда...

Ф. Тютчев

Внутренняя красота восприятия образа влюбленности настолько сильна, что человеку хочется выразить ее в стихах, музыке, картинах. Человек начинает творить. Именно так рождаются непревзойденные шедевры искусства.

Сила чувств влюбленного человека настолько велика, что она передается читателям и слушателям. Она заставляет их пережить те же чувства, какие переживает художник.

У человека меняется и отношение к жизни. Жизнь становится красочной и волшебной. Окружающие недоумевают: «Что он в ней нашел?», - не понимая, что он такое чувство нашел не в ней, а в себе самом, ибо во влюбленности человек и проявляет все свои лучшие душевные качества.

Если вы ощутили это прекрасное чувство, то вы отнеситесь к нему как к святыне. Не стоит рассказывать о нем каждому встречному и поперечному. Ненароком они запросто могут плюнуть в ваш источник светлых чувств. Очень многие занимаются тем, что рассказывают всякую гадость о других людях.

Попытайтесь довести свое чувство до полностью совершенного образа. Образа настолько прекрасного, что вы будете просто благоговеть перед ним. И пусть этот образ кружит вам голову. Наслаждайтесь жизнью и своими чувствами. Без влюбленности жизнь пуста и обыденна.

Ценность влюбленности еще и в том, что прекрасный образ остается с вами на всю жизнь. Если увидели стройную фигуру девушки на обрыве в лучах заходящего солнца, то эта картина будет храниться в вашей душе вечно и согревать вас в минуты слабости и неудач.

Главная опасность влюбленности

Опасность у влюбленности только одна, но очень страшная. Так как влюбленность направлена не на реального человека, а на его прекрасный образ, то при близком соприкосновении с этим человеком может произойти РАЗОЧАРОВАНИЕ.

Разочарование в объекте своей влюбленности является тяжелым испытанием. Человек терпит ужасные муки. Он получает двойной удар. С одной стороны, его прекрасный образ рассыпался и осколками изрезало его душу, а с другой стороны, его жизнь, еще недавно наполненная смыслом и очарованием, потеряла всякое значение. Охваченный страданиям, он часто решается на самый страшный поступок – на самоубийство. Для него нет другого выхода. Он в отчаянии и не видит впереди ничего хорошего.

Разочарование – самый страшный бич влюбленности. Снова и снова молодые юноши и девушки режут себе вены, бросаются с балкона, глотают пачками снотворное по совершенно ужасной причине – непониманию того, что они влюблены в свой собственный образ, а не в реального человека, и что любое поведение прототипа образа никак не относится к действительно совершенному и идеальному образу.

Для того, чтобы избежать этой опасности, нужно запомнить:

Влюбленность - это прекрасный вид, открывающийся с края пропасти. Любуйся и наслаждайся им, но не пытайся приблизиться к нему.

Правильное поведение

Пусть не светит мне серп молодой луны.
Дом мой полон яркой луны - от тебя.

Абдуррахман Джами

Когда вы переживаете влюбленность, то помните о том, что вы испытываете чувства не от конкретного человека, а от того образа, который он вызывает, поэтому, если предмет вашей влюбленности сделал нечто неподобающее, то для вас это не должно иметь никакого значения. Ведь ваш идеальный чудо-образ к поступку своего прототипа отношения не имеет.

Для правильного поведения во время влюбленности нужно мысленно возвести того человека, в которого вы влюблены, на некоторый пьедестал. Поклоняйтесь ему издали и не стараться приблизиться к нему. Восхищайтесь и восторгайтесь им, но лезьте ему в душу, не пытайтесь знакомиться с ним.

Если вы общаетесь с ним по работе, то старайтесь оставаться с ним в ровных и дружеских отношениях. Вы можете говорить ему комплименты, но не старайтесь заигрывать с ним и разговаривать по душам. Все время сохраняйте душевное расстояние.

Тем более не стоит надоедать ему или требовать от него внимания! Вы можете получить разочарование гораздо быстрее, если у вас будет конфликт с вашим возлюбленным. Другое дело, если вы хотите сказать о том, что он вам приятен. Можно похвалить его или дать оценку его внешности. В этом случае вы сделаете приятное ему и сможете выразить свое чувство.

Идеальный вариант поведения во время влюбленности - это установление приятельских отношений. Это означает, что вы совершенно ничего не требуя от вашего возлюбленного, занимаетесь с ним некоторым приятным делом. Например, играете в шахматы или в волейбол. В этом случае вы можете вдоволь любоваться вашим возлюбленным, и в то же время ему тоже будет приятно проводить время рядом с вами.

Влюбленность можно сохранять и при наличии свиданий, но это гораздо сложнее. Для этого нужно, чтобы свидания были редкими и без особого общения. Это может совместное посещение кинотеатров, праздничных концертов, ресторанов с громкой музыкой.

Самое худшее, что можно придумать, - это вступить в брак со своим возлюбленным, так как созерцание вашего партнера в грязном халате, не выспавшимся или больным полностью убьет все остатки вашего чувства.

Помните, что влюбленность можно сохранить только на расстоянии, если же ваш партнер интересен вам разными сторонами, то попробуйте оценить, достоин ли он вашей любви. Если да, то только в этом случае можно начать сближаться с ним. Однако в этом случае нужно забыть про прекрасный образ и начать присматриваться к конкретному человеку.

И вот здесь большое значение имеет – идет ли он вам навстречу. Если не идет, то и не нужно давить на него. Любви у вас все равно не будет, а вот влюбленность вы можете потерять.

Помните, что влюбленность при сближении с человеком пропадет в любом случае. Если он окажется неинтересным и невзрачным существом, то наступит разочарование.

Когда Мэрилин Монро вышла замуж за Джо Ди Маджио, она заявила, что ничто в мире не делает ее более счастливой, чем приносить Джо пиво в то время, как он смотрит телевизор. Через десять месяцев она потребовала развода, заявив, что полностью разочарована в своем избраннике, так как все, что Ди Маджио хотел делать, – это смотреть телевизор и пить пиво. В этой истории самое важное то, что Ди Маджио ни в чем не виноват. Он что до свадьбы пил пиво, что после свадьбы пил пиво. Только вот Мэрилин считала, что чудо-образ должен делать совсем другое. Может быть. Но причем здесь реальный Ди Маджио?

Если же он окажется прекрасным человеком, и ваши чувства перерастут в любовь, то все равно это будут совсем другие чувства. Столь яркими и красочными они уже не будут. Они могут быть гораздо сильнее, но идти они уже будут от души, а не от восприятия.

Лучше защита от краха влюбленности – это влюбляться постоянно.

Для того, чтобы влюбленность не стала для вас смертельно опасной, то вы должны иметь в каждый момент жизни несколько влюбленностей.

Постоянно ищите, в кого бы вам еще влюбиться, и делайте это со всей страстью. Тогда в случае разочарования в одном образе у вас сохранится интерес и любовь к жизни.

Не думайте, что этот совет противоречит нормам морали. Влюбленность не связана с сексом, поэтому общество не ставит в этой области жестких норм поведения. Если вы заявите, что у вас есть несколько любимых киноактеров или у вас на работе есть несколько красавиц, то никакого удивления это не вызовет.

Для того, чтобы влюбиться, лучше всего выбрать человека, который вообще недостижим для вас, или вы встречаетесь с ним изредка. Затем нужно найти в нем хотя бы одну привлекательную черту, а затем к ней дорисовать привлекательный образ. Если у вас есть художественные способности, то через некоторое время вы сможете жить в окружении таинственных и прекрасных людей, а тем самым получать от жизни несравнимо больше удовольствия.

Если же вы еще и умеете выражать свои образы в музыке или на бумаге, то у вас есть шанс стать большим художником.

Влюбленность в звезд эстрады

Если вы влюблены в звезду эстрады, то это более безопасно. Здесь вы можете полностью дать волю своей фантазии и приписать ему любые качества, которые вам нравятся. Обклейте его фотографиями все стены, запишите его выступления на видеокассету, соберите все компакт-диски с его песнями, но ни в коем случае не пытайтесь встретиться с ним, познакомиться, не слушайте интервью с ним, не читайте журналистские статьи о нем. Не обсуждайте его с вашими друзьями. Помните, в каждой фразе, которую вы прочитаете или услышите о нем, может содержаться нечто такое, что полностью разрушит все ваши прекрасные чувства.

Влюбленность в киногероев

Самое безопасная влюбленность – это влюбленность в киногероев. Только учтите, что важно ни в коем случае не испытывать чувства к актеру или актрисе, а переносить ваши чувства на их роли. В этом случае вам ничего не угрожает. Если вы будете влюблены в Рэмбо или в Штирлица, то вам будет безразлично то, как поступит Сильвестр Сталлоне или Вячеслав Тихонов.

Прочие опасности влюбленности

Влюбленность настолько приятное чувство, что даже малейшие ошибки в ее переживания становятся для человека крайне неприятными. Типичные ошибки сводятся к следующим:

- недооценка влюбленности
- привыкание
- требование ответных чувств.

Недооценка влюбленности

Дикий гусь кричит
Жалобно в силках.
Бьюсь в плену любовном,
Словно в западне.

Египетская поэзия хайку

Иногда бывает так, что человек вырос и живет в одной среде, а его идеалы принадлежат другой, причем в той среде, в которой он живет, лица противоположного пола совершенно не соответствуют его ожиданиям.

Например, девочка обожает читать про благородных рыцарей и платоническую любовь, а все знакомые ребята норовят ее ущипнуть и отпускают сальные шуточки. Она выходит замуж за тихоню, который просто вел себя с ней робко и поэтому пристойно. Если она встретит галантного и деликатного, но при этом сильного и уверенного в себе человека, то жизнь ее может перемениться настолько сильно, что она просто бросит все и полетит как бабочка на такой яркий фонарь. Ослепленная влюбленностью она очень быстро может испортить жизнь не только себе и своей семье, но также и тому человеку, который навял ей столь привлекательный образ.

Привыкание

Если разочарование убивает влюбленность сразу, то привыкание сводит ее могилу постепенно. Привыкание развивается тогда, когда образ вашей влюбленности постоянно мельтешит перед вашими глазами.

Привыкание — это часть психологического механизма, называемого адаптацией. Когда вы выходите из темного помещения на освещенную улицу, то некоторое время глазам больно смотреть, однако глаза быстро адаптируются к свету.

Привыкание развивается очень быстро, если ваш чудесный образ находится постоянно перед глазами, например, объект вашей влюбленности работает с вами в одной комнате или его фотография постоянно стоит на столе.

Для сохранения влюбленности таких ситуаций следует избегать. Лучше всего, когда вы чувствуете влюбленность эпизодически, случайно встречаясь или пересматривая время от времени альбом с фотографиями. Тогда влюбленность продлится очень долго.

Требование ответных чувств

Самое глупое и бессмысленное поведение во время влюбленности состоит в том, что вы начинаете требовать от предмета вашей влюбленности ответных чувств или даже каких-либо поступков на том основании, что он вам нравится. Может, он вам и нравится, но вы-то ему нет!

В результате вы мало того, что портите жизнь себе и убиваете свое прекрасное чувство, но вы еще портите отношения с предметом вашей влюбленности.

Очень часто в таком состоянии влюбленные заявляют: «Будь моим или я покончу с собой!». Здесь сразу две нелепые ошибки. Во-первых, прекрасное чувство

влюбленности превращается в отвратительное чувство собственности, а во-вторых, такое поведение только приближает разочарование.

В крайнем случае, вы можете скатиться даже к ревности, то есть попросту сойти с ума.

Максимум, что вы можете попросить у предмета своей влюбленности – это фотографию. Если вы скажете прототипу своей влюбленности: «Вы настолько прекрасны, что я осмелюсь просить у вас вашу фотографию», то каждый человек будет польщен таким вниманием.

Очень часто письма от несчастных влюбленных начинаются словами: «У меня безответная любовь, я без ума от горя». В таком подходе сразу две ошибки.

Во-первых, безответная любовь – это не любовь, а влюбленность, влюбленность всегда безответна.

Во-вторых, если у вас есть влюбленность, то надо не переживать, а наслаждаться вашими чувствами. И помнить, что стремление к обладанию своим возлюбленным чревато быстрой потерей этого прекрасного чувства.

С другой стороны, если у вас нет влюбленности вообще, и никогда не было, то у вас очень большой шанс стать наркоманом. Наркотики дают всего лишь бледное подобие чувства влюбленности, но и этот суррогат настолько красочнее обыденной жизни, что человек полностью порывает с нормальной жизнью и становится наркоманом. **Самый простой и приятный путь защитить себя от наркотиков состоит в переживании влюбленности.**

Самое важное о влюбленности

1. Влюбленность направлена не на живого, реального человека, а на идеальный образ, который он вызывает.
2. Главный источник чувства влюбленности состоит в противоречии между несовершенством реального мира и совершенством идеального образа.
3. Влюбленность - это прекрасный вид, открывающийся с края пропасти. Любуйся и наслаждайся им, но не пытайся приблизиться к нему.

Глава 8. Любовь

Истинная любовь
никогда не может
причинить страдания
ни тому, кто любит,
ни тому, кого любят.

Вивекананда

Вы разговариваете с человеком и чувствуете, что уносите все выше и выше в необъятную бездну. Уже пропал мир вокруг вас, и только ваши чувства и переживания несут вас в совершенно иной мир, мир созданный вами и для вас. Имя этому миру – ЛЮБОВЬ.

Ценность любви

Главный недостаток страсти и влюбленности состоит в том, что эти чувства являются кратковременными. Страсть проходит сразу же после ее удовлетворения, а влюбленность быстро приедается при попытке сделать это чувство постоянным. Причина этого состоит в том, что сам человек в этих чувствах играет роль потребителя. Он просто пользуется тем, что предлагает ему жизнь.

В отличие от этих чувств, любовь является гораздо более сильным и продолжительным чувством. При правильном подходе к любви человек может любить всю жизнь, постоянно переживая прекрасные чувства.

Ошибки в страсти и влюбленности могут привести к очень неприятным переживаниям, но ошибки в любви никогда таких переживаний не доставят. Истинная любовь или дает высокое наслаждение, или просто растворяется легкой дымкой, если человек ведет себя неправильно, но страданий любовь не приносит.

Любовь требует от человека определенных душевных усилий, но позволяет пережить самые тонкие оттенки переживаний и дарит радость жизни в повседневном общении с любимым. Только она может превращать в золото и драгоценные камни все, к чему прикоснется. Поэтому любовь стоит того, чтобы вложить в нее всю душу!

Единственный способ пережить любовь состоит в душевном развитии. Однако даже многие развитые люди, не говоря уже о дикарях и обывателях, не хотят душевного труда, всячески избегают его. Главным самооправданием для такого поведения они считают свой сложившийся характер. «Такой уж я уродился, и менять себя не буду». Однако тем самым они лишают себя самых ярких и сильных чувств. Поэтому настоящая любовь так редка. И многие люди даже и не могут себе представить, что на свете существует такое приятное и глубокое чувство.

Если спортсмен хочет испытать радость победы над достойным противником, то он должен весьма серьезно потрудиться. Также и в любви. Сильные чувства вы получите только в том случае, если приложите значительные усилия.

Предчувствие любви

Каждый человек, становясь личностью, начинает ощущать, что он получает от жизни очень большое количество чувств и переживаний. Эти чувства – неотъемлемая часть его самого. Это – его видение жизни, его собственное мировосприятие. Все это складывается в картину его собственного мира, в котором он полный хозяин.

В его внутреннем душевном мире может целый год светить солнце, все радостны и веселы, и дружат друг с другом. Там могут быть прекрасные здания и величественные водопады, таинственные уголки и великолепные пейзажи. В своем внутреннем мире человек является полным хозяином. Однако насколько бы этот мир не был хорош, у него один недостаток – человек является в нем полностью одиноким. Что с того, что он полный хозяин в этом мире? Он один и поделиться своей радостью ему не с кем.

Для того чтобы поделиться своей радостью, ему нужен спутник, но спутник не в обыденной жизни, а именно в том, душевном мире. Ему нужен человек, с которым он может объединить два душевных мира в один и наслаждаться совершенством этого душевного мира.

Чувство любви возникает из противоречия между вашей слабостью в управлении внешним миром и вашей безграничной властью в том мире, который вы строите с любимым человеком.

Для того чтобы просто поддерживать приятельские отношения с человеком, не нужно прилагать никаких усилий. Но в результате эти отношения остаются поверхностными. Для того чтобы сделать эти отношения духовными и ощутить любовь, нужно время и душевные усилия. Любовь возникает медленно и постепенно.

Появление любви

Начало любви всегда состоит в обмене чувств с человеком. Вы разговариваете с человеком и замечаете, что его чувства становятся вашими. Вы вместе с ним радуетесь и огорчаетесь, переживаете те события, которые с ним случились. Вам становятся дороги его переживания. В то же время вы чувствуете, что когда вы делитесь своими переживаниями, то, как бы переживаете их заново и гораздо более ярко. Вы находите сочувствие. Однако все это пока еще не любовь, это только предчувствие любви.

Любовь может появиться в тот момент, когда при общении с дорогим для вас человеком в голову придут неприятные мысли или чувства.

В этот момент у вас появляется выбор: или поделиться и этими переживаниями тоже и тем самым усилить их, или сделать душевное усилие и убрать эти недостойные переживания.

Если вы сделаете душевное усилие и справитесь с недостойными мыслями, то тем самым вы станете любящим человеком, то есть человеком, который для своего любимого готов бороться с гадостью в свое душе и дарить только светлые чувства. Если тоже самое сделает ваш партнер, то ваша любовь стала взаимной.

Минимальный элемент любви состоит в изменении вашего плохого чувства на хорошее, и обмен этим хорошим чувством с любимым человеком.

Тем самым в ваших отношениях будет сохраняться только хорошее. Ваши отношения будут напоминать чудесный сад, в котором вы сажаете цветы прекрасных чувств.

Но что делать, если постоянным источником неприятных чувств является какая-либо черта вашего характера, например, раздражительность или жадность. Тогда для того, чтобы сохранить любовь, вы должны избавиться от этого недостатка, изменить себя. Напомним, что чувство любви возникает из противоречия между вашей слабостью в реальном мире и вашей безграничной властью во внутреннем душевном мире. Поэтому, **чем сильнее вы переделяете себя, тем сильнее ваша любовь и тем ярче ваши чувства.**

Тот же эффект происходит в случае, если вы попали в очень трудную ситуацию. Чем более трудна для вас внешняя ситуация, тем ярче вы чувствуете свою силу в вашей любви.

В обоих случаях любовь становится более сильной и доставляет вам приятные переживания. Несмотря на проблемы, вы остаетесь счастливым человеком, и чем более серьезны у вас проблемы, тем вы более счастливы. Такое ценное чувство стоит того, чтобы над ним поработать!

Главным качеством любящего человека является его готовность изменить себя ради более близких духовных отношений. Если два человека это поняли и готовы это сделать, то они нашли любовь – самое яркое и сильное человеческое чувство.

Стоит один раз по-настоящему испытать любовь, и это чувство останется с вами надолго. Сила любви гарантируется тем, что жизнь обеспечивает вам достаточно поводов для того, чтобы расстраиваться, однако для любящего человека каждый из этих поводов становится поводом почувствовать свою любовь.

Если во всех неудачах и житейских передрыгах вы знаете, что вы ценны сами по себе, независимо от того, какой пост вы занимаете или сколько денег вы имеете. Если вы знаете, что есть человек, который всегда верит вам и поддержит вас в любом начинании. Если вас несправедливо ругают и вам хочется выть от обиды, и у вас есть человек, который вас полностью понимает. Если в случае тяжелой болезни, раны или увечья вы знаете, что вас не бросят и любят несмотря ни на что, то в этом случае нет такой силы, которая бы справилась с вами в этом мире!

Если только одна ошибка, которая способна моментально убить любовь, и мы сейчас рассмотрим, как ее избежать.

Механизм любви

Любовь очень легко разрушить, если вы ясно не представляете себе, как любовь делает вас счастливым, или, другими словами, как работает механизм любви. Разберем этот механизм детально.

Ваше повседневное мышление можно представить в виде бесконечного потока машин. Каждая машина – это мысль. Некоторые машины выезжают из вашего собственного гаража – это ваши мысли. Некоторые приезжают извне – это то, что вы видите, слышите или читаете. Эти машины (как и мысли) могут быть очень грязными. Причем настолько грязными, что когда машина проехала, она оставила грязь на дороге. Даже если теперь проедет чистая машина, она только развезет грязь.

Если вам сказали какую-нибудь гадость, то у вас в душе остается очень неприятный осадок, и дальше, даже если все хорошо, вы все равно чувствуете себя неприятно.

В обычной жизни этот поток машин катится непрерывно. Вы не можете ни остановить его, ни сделать все машины чистыми. Вокруг масса людей с грязными мыслями и эмоциями, и они постоянно пачкают грязными мыслями и чувствами все вокруг себя.

Так вот, для решения этой проблемы нужно, чтобы после каждой грязной машины ехала не просто чистая машина, а должна ехать поливальная машина, которая своими мощными струями будет сразу же смывать всю грязь. Это означает, что у вас должен быть постоянный источник сильных положительных чувств, с помощью которого вы полностью смоете с вашей души любые грязные мысли.

А где взять такой источник? А это как раз мысли о вашем любимом человеке!

После любой мелкой и пакостной мыслишки вы должны сразу вспомнить о том, как вас любят, какие у вас чудесные отношения, какие прекрасные цветы растут в вашем саду. Если ваша любовь действительно сильна, то от таких мыслей вы испытаете мощный освежающий поток чистых чувств.

Теперь понятно, как просто разрушить любовь. Если вы хотя бы немного начнете критиковать вашего любимого или тем более срывать злость на нем, то вместо чистой и родниковой воды вы моментально получите зловонную жижу, которая zalъет всю вашу душу.

То есть те неприятные чувства, которые вы адресуете любимому, моментально вернутся к вам многократно усиленными. Несколько таких ссор, и ваши отношения будут полностью загаженными. Именно из этого следует, что любовь может быть только взаимной.

Если душу будет раскрывать только один человек, то второму гораздо проще в любой размолвке моментально залить первому всю душу грязью.

Чудо любви

Появление любви можно сравнить с тем чувством, когда в пасмурный день из-за туч неожиданно выглядывает солнце. Только что перед этим все было серо и уныло, и вдруг, хотя вокруг ничего не изменилось, но все заиграло яркими красками, и на душе стало светлее. Также и любовь. Ваш любимый – это солнце, которое наполняет самую обычную повседневную жизнь светом и радостью.

Чудо любви состоит в том, что даже самые незначительные мелочи начинают дарить радость. Причина этого состоит в том, что чувство, которое испытывают одновременно двое, усиливается по принципу резонанса.

Вернемся к нашим поливальным машинам. Вы сказали одну хорошую приятную вещь. Ваш любимый подхватил ее. Уже едут две поливальные машины. Вы говорите хорошее еще и еще раз. И вот уже в саду ваших отношений сплошные фонтаны.

И так же, как качели может раскачать даже маленький ребенок, так и любая мелочь в отношениях любящих может быть доведена до совершенного восторга. Главное только поддерживать чувство и делиться им с партнером, добавляя к нему

вашу любовь, и вам она вернется с еще большей порцией любви и так до тех пор, пока вы оба не будете в восторге от ваших чудесных отношений.

Правильное поведение

Надо помнить, что отныне вы вместе со своим любимым будете источником только хорошего. Вы изучите потребности друг друга, явные и тайные, включая те, о которых вы никогда и не догадывались и удовлетворите их.

Вы постройте мир, в котором все будет совершенно, в котором все будет создано только для вас двоих, и служить вашим желаниям. Вы сами исчезнете, растворитесь в этом мире. Этот мир ваш, этот мир построен для вашей любви. Здесь есть все, что вы любите, и нет ничего, что вам не нравится.

Здесь растут прекрасные цветы и бьют чудесные фонтаны.

Вы даже не можете помыслить о том, чтобы что-то здесь опоганить плохим словом или плохим чувством. Наоборот, каждое ваше плохое чувство здесь пропадает, и вы можете жить в этом мире так, как вам нравится.

Для того чтобы вы легко могли обмениваться чувствами, вы должны создавать для себя особый язык общения. Язык, слова которого обозначают определенные чувства, которые вы пережили вместе с ним. Свой язык общения позволит любой разговор сделать приятным и душевным, даже если он будет касаться только того, кому сейчас мыть посуду.

Сходные чувства

Следует отличать любовь от сходных, но более слабых чувств. Эти чувства тоже замечательные, но их сила гораздо меньше, чем сила любви.

Эти сходные чувства следующие:

- жалость
- нежность
- заботливость

Люди, которые не испытывали настоящей любви часто путают эти чувства. Более того, в психологической литературе часто прямо заявляется, что вот именно это и есть любовь. Даже повторяется выражение: «Жалост, значит – любит». Жалость, нежность и заботливость никакого отношения к любви не имеет, и иметь не может.

Главное отличие этих чувств от любви состоит в их односторонности. Это значит, что когда вы их испытываете к партнеру, то это не предполагает ответного чувства. В результате не происходит взаимного общения и обогащения чувствами.

Жалость

Жалость – это чувство, возникающее от противоречия между слабостью человека и жестокостью того мира, в котором он живет. Обычно возникает, если объект жалости попадает в тяжелую ситуацию. Чувство жалости вызывает желание защитить и успокоить.

Нежность

Нежность – это желание подарить ласку, погладить. Возникает, если объект нежности симпатичен и пушист.

Заботливость

Заботливость – это желание помочь, доставить приятные чувства. Возникает, если объект заботливости неухожен, голоден, устал.

Все эти чувства, безусловно, замечательны, однако надо помнить, что их можно испытывать и к котенку, и к попугайчику и к любой козявке. Эти чувства односторонни.

Любовь же, напротив, предполагает взаимное проникновение чувств и взаимное их усиление. Ваши души входят в резонанс. Мелодия ваших чувств в этом случае исполняется на два голоса и приносит самые удивительные и тонкие переживания.

Также важно отличать любовь от партнерских, но не любовных отношений таких как:

- взаимопомощь
- взаимовыручка
- дружба

Взаимопомощь

Взаимопомощь предполагает, что партнеры готовы помочь даже в ситуации, когда не обязаны это делать. Но, в отличие от любви, взаимопомощь основана не на чувствах, а на логических умозаключениях: «Вместе выполнить работу проще. Если я помогу сегодня, то мне помогут завтра».

Взаимовыручка

Взаимовыручка предполагает ценность вашего партнера. Без него ваше положение станет гораздо более тяжелым. Поэтому «сам погибай, а товарища выручай». Но, в отличие от любви, взаимовыручка диктуется обстоятельствами. Если трудная ситуация прошла, то и взаимовыручка не имеет большой ценности.

Дружба

Дружба близка любви тем, что друзья получают удовольствие от встреч и общения, но имеет очень важное отличие. Дружба всегда направлена на внешние объекты. Друзья вместе играют в футбол, в куклы, ходят в кино, на рыбалку. Обсуждают погоду, политику, цены и здоровье. Все это делается гораздо веселее, когда выполняется в дружной компании. Но...

Но если убрать все внешние факторы, то друзьям будет скучно. А любящим нет. Они наслаждаются внутренним миром любимого, поэтому их радость и счастье всегда с ними, независимо от наличия футбола, пива, новой шляпки и хорошей сплетни.

Опасности любви

Опасность в любви только одна – вы можете потерять ее. Наиболее простой способ потерять любовь состоит в том, чтобы настаивать на своем в каком-либо конфликте. Пытаясь отстоять свою точку зрения, вы легко можете склониться к мысли, что стремление настоять на своем гораздо важнее ваших отношений.

Любовь – это сад, который растят двое. Если оба в нем сажают цветы, то скоро у них будет место, где они будут счастливы. Если хотя бы один цветы топчет, то сада не будет для обоих.

Дело в том, что вы можете быть правы, а ваш партнер полностью заблуждаться, но утверждение вашей правоты – это совершенно ничтожная вещь по сравнению с вашими чувствами. Поэтому вы должны в первую очередь заботиться о ваших отношениях, а потом уже о второстепенных деталях.

Хорошая новость в том, что кроме этого любовь нельзя убить ничем. Ни от каких внешних факторов любовь не зависит и только вы решаете, будет у вас любовь или нет.

Самое важное о любви

1. **Любовь – это общение душ.**
2. **Чувство любви возникает из противоречия между вашей слабостью в управлении внешним миром и вашей безграничной властью в том мире, который вы строите с любимым человеком.**
3. **Любовь – это сад, который растят двое. Если оба в нем сажают цветы, то скоро у них будет место, где они будут счастливы. Если хотя бы один цветы топчет, то сада не будет для обоих.**

Глава 9. Отношение к себе

Теперь, когда вы знаете, как возникают и пропадают любовные чувства, рассмотрим как правильно достигать их.

Разумный человек должен стремиться заполнять свою жизнь не просто красивыми и приятными чувствами, а такими чувствами, которые не будут пропадать из-за малейших житейских неурядиц.

Чтобы приятное чувство было долговременным и стойким, оно должно иметь надежный фундамент.

В основе всех серьезных положительных чувств лежит самоуважение.

Как это ни странно, большинство любовных проблем возникает не из-за отношений с партнером, а из-за элементарного неуважения к себе. Как только человек забывает о себе – его жизнь становится непрерывным потоком все возрастающих проблем.

Например, девушка считает себя непривлекательной, а за ней начал ухаживать парень, испытывающий к ней страсть. Что произойдет дальше, если у нее мало самоуважения?

Через некоторое время она привыкнет к знакам внимания, и будет испытывать чувство страха это внимание потерять. Еще через некоторое время это чувство она истолкует как любовь. В результате она будет поддаваться уговорам парня на близость, хотя ей этого совсем не хочется. И, наконец, даст уговорить себя из опасения, что он ее бросит. Мало того, что она получит очень мало удовольствия от близости, но после этого парень потеряет к ней всякий интерес (так как он испытывал страсть и удовлетворил ее), то есть случится именно то, чего она так боялась!

В итоге она попадет в следующую ситуацию:

- Она получит подтверждение своей непривлекательности.
- Она будет считать себя непристойной женщиной.
- Она будет считать себя брошенной.

То есть низкое самоуважение приведет ее к роковым ошибкам в отношениях с людьми и к сильнейшим душевным страданиям.

Вы - это вы, и это замечательно!

Поэтому, если вы твердо решили испытать счастье, то, прежде всего, вы должны сесть и подумать над следующим.

До вас существовали миллиарды людей, и после вас тоже будут существовать миллиарды, но такого, как ВЫ, не было и НИКОГДА НЕ БУДЕТ! Судьбе было угодно, чтобы появились именно вы. Именно с вашим телом, с вашими способностями, с вашими желаниями.

ВЫ УНИКАЛЬНЫ!

Ваши чувства – это самое главное в вашей жизни. Если вы будет испытывать приятные чувства, то вы станете маленьким источником счастья для окружающих вас

людей. Если вы будете несчастны, то ваши черные мысли будут портить жизнь всем окружающим.

Поэтому, когда вы просыпаетесь, то первое, о чем вы должны подумать, это о том, что наступил один из прекраснейших и уникальнейших дней в вашей жизни и в жизни целой вселенной. Наслаждайтесь своими чувствами!

Вы больше всего доставите счастья окружающим, если сами будете переполнены счастьем, и будете дарить свои чувства другим людям.

Ни в коем случае нельзя ломать себя в угоду кому бы то ни было!

Главное чувство человека – это **ЧУВСТВО СОБСТВЕННОГО ДОСТОИНСТВА**. Оно лежит в основе всех приятных чувств. В том числе и любви.

Один из очень странных и опасных любовных мифов состоит в том, что нужно забыть о себе и расстелиться перед любимым человеком. Ни в коем случае не делайте этого! Если вы становитесь подстилкой, то тем самым вы делаете себя человеком, недостойным любви. Уважать и любить можно только того человека, который сам уважает и любит себя.

Для того чтобы постоянно сохранять самоуважение, необходимо все события, происходящие с вами, оценивать в первую очередь по тому, приносят ли они вам радость и счастье или нет. Если нет, то боритесь с ними! Добивайтесь того, чтобы вас уважали и с вами считались.

Если какой-либо человек вас не уважает, то спросите себя, прав ли он. Если прав, то меняйтесь, если нет, то решительно прерывайте отношения с ним.

Помните, не каждый человек достоин общения с вами!

Как стать личностью

Безусловно, вы хотите стать личностью, чтобы пережить любовь. Для этого вам нужно развивать свою душу. Как это делать?

Главный источник развития души – это наличие проблем. Каждая проблема дает вам шанс немного вырасти, и стать лучше. Однако для этого необходимо иметь постоянный источник серьезных проблем, который был бы для вас приятен и желанен. Наиболее удобным источником проблем является достойная цель. Достойная и возвышенная цель всегда даст вам возможность расти и развиваться. Перед вами всегда будут непокоренные вершины, и вы каждый день будете на пути к вашему восхождению.

Ваше чувство собственного достоинства должно быть полностью в ваших руках. Никакие обстоятельства и критика не должны влиять на вашу самооценку. Это признак сильной личности, и данное качество вы можете приобрести только в том случае, если сами прекрасно знаете себя. Поэтому вы должны каждый день изучать себя, проникать в ваш собственный духовный мир, искать причины ваших чувств и духовных движений. Вы должны абсолютно точно знать, чего вы хотите и для чего вам это нужно. Если вы видите, что какая-либо черта вашего характера вам совершенно не подходит и нарушает гармонию вашей души, то избавьтесь от этой черты. Вы должны постоянно менять себя и становиться все более гармоничной личностью.

Дело, которое вы делаете, должно быть именно ВАШИМ делом. Окружающие вас обстоятельства должны быть такими, которые ВЫ выбрали. И вот только тогда у вас будет ВАША любовь, а не некоторый суррогат.

Духовный рост

Для того чтобы поменять себя, вы должны в первую очередь себя полюбить. Если вы себя любите, то вам гораздо легче найти и исправить в себе те недостатки, которые портят вас.

Главное во время душевной работы относится к себе с полным уважением. Вы не должны ругать себя за то, что у вас есть какие-либо недостатки. Вы растете, и это нормально. Все ваши недостатки – это болезни роста. Вы должны уважать себя за то, что вы эти недостатки постепенно убираете.

Например, вы любите спорить и противоречить по любому поводу. Появление этой черты, безусловно, было серьезным шагом вперед. Вы развивались, и в какой-то момент вы стали иметь собственное мнение. Вы перестали быть пассивным потребителем всего, что вам вбивают в голову. Это прекрасно! Однако, как только вы осознали себя, необходимо сделать следующий шаг вперед. А следующим шагом нужно сделать так, чтобы с вашим мнением считались, чтобы вас уважали. Спорами и возражениями вы только раздражаете окружающих.

Гораздо более эффективной стратегией поведения будет спокойно выслушать человека, даже если вы с ним не согласны. А затем также спокойно сказать, с чем вы согласны, а с чем нет. Если при этом вы прибавите, что это ваше личное мнение, то можете быть уверены, что к вашим словам теперь отнесутся гораздо с большим вниманием, чем если бы вы перебивали и оскорбляли собеседника.

Следующим шагом вперед будет, если вы не будете высказывать свое мнение в любых обстоятельствах, а только в тех, когда вы видите, что можете помочь человеку справиться с каким-либо затруднением. Посоветовать ему в тот момент, когда он в этом нуждается. В этом случае ваш авторитет значительно вырастет. Люди будут не просто прислушиваться к вам, а ловить каждое ваше слово, так как они убедятся в том, что ваши слова несут им реальную помощь.

Кроме того, что вы меняете свое поведение, вам необходимо менять еще ваши понятия. Дело в том, что во время вашего развития вы получали многие идеи и принципы случайным образом. Пока вы были совсем молодым, то впитывали эти идеи, как губка, не разбирая, какие из них справедливы, а какие нет.

Те идеи или принципы, которые не соответствуют реальности, могут здорово испортить вам жизнь. Поэтому, если вы попадаете в затруднительную ситуацию, то при анализе того, как из нее выбираться, вы должны заодно проанализировать, не ваши ли взгляды привели к возникновению этой ситуации. Если же затруднительная ситуация повторяется, то доля вашей вины уже безусловно есть. Вы должны провести ревизию ваших взглядов. Каждая идея должна быть подвергнута сомнению и отброшена, если вы осознали ее глупость.

Отношение к неудачам

Любая неудача является вашим главным помощником и советником. Она говорит вам, что вы вышли за пределы вашего призвания. Вам нужно остановиться и

вспомнить те области, где вы достигаете победы, и попытаться использовать их для решения проблемы.

Например, у вас не очень хорошая физическая форма. Попытки показать себя атлетом приведут вас к поражению. Однако в тоже время вы можете прекрасно играть на гитаре или читать стихи.

С другой стороны, вы можете иметь и хорошие физические качества, но в данный момент малоподвижный образ жизни вас расслабил. Тогда надо вспомнить те годы, когда вы держали форму, ежедневно тренировались и, повторив это поведение, быстро восстановиться.

Неудача – это огонек маяка, который предупреждает об опасных рифах и советует подкорректировать курс.

Любите и будьте любимыми

Если вы чувствуете, что вы человек значительный и интересный, если понимаете, что у вас есть чувства, которыми вы можете поделиться, то отбросьте всякие сомнения по поводу своей внешности, привлекательности и социального положения.

Помните, любому человеку, который общается с вами, безусловно, приятно, если вы обладаете приятной внешностью. Но ему будет еще более приятно, если у вас есть другая привлекательная способность. Если вы веселы, энергичны, умеете играть на музыкальных инструментах, хорошо танцевать, рассказывать анекдоты, поддерживать разговор, с интересом слушать, то у вас всегда будет много поклонников. Выберите наиболее приятное свое качество и доведите его до совершенства.

Главный секрет популярности человека состоит в умении вызывать приятные чувства.

Секрет Казановы не в том, что он был красив или обладал атлетической фигурой, а в том, что он умел доводить женщин до вершин блаженства своими ласками.

Самое важное об отношении к себе

В основе всех положительных чувств лежит самоуважение.

Для того чтобы стать личностью, надо изучать самого себя и изменять в себе те качества, которые недостойны вас.

Главный секрет популярности человека состоит в умении вызывать приятные чувства.

Глава 10. Как строить свои отношения

Теперь мы рассмотрим, как следует выстраивать свое поведение, чтобы избежать появления неприятных ситуаций в отношениях с людьми.

Сначала рассмотрим общие правила, пригодные для всех случаев, а потом перейдем к любовным чувствам.

Пойми другого человека

Взаимное поведение двух людей похоже на игру в шахматы. Сначала делаете ход вы, затем ваш партнер, затем снова вы и так далее. При этом вы должны помнить, что ваших мыслей партнер не знает. Он знает только те ходы, которые вы сделали.

Повторим еще раз. Ваш партнер не знает, что вы **думаете**, но прекрасно знает, что вы **делаете**. Поэтому для того, чтобы чего-либо добиться от человека, нужно сначала сделать маленький шаг навстречу ему и ждать, что он ответит.

Например, девушка хочет, чтобы ее пригласил на танец именно тот молодой человек. Она сидит и мечтает о том, чтобы он ее пригласил. Но это бессмысленно! Он ведь не может прочесть ее мысли. Но если она несколько раз пристально посмотрит в его сторону, а ему она тоже понравилась, то долго приглашения ждать не придется.

Маленький шаг к цели приносит больше успеха, чем горы надежд.

При выстраивании поведения существуют две основные ошибки. Первая ошибка – это не сделать хода. Представьте себе, что вы играете в шахматы, и вдруг ваш партнер не делает хода, конечно, игра сразу прервется.

Девушка пришла на день рождения в надежде познакомиться, но при этом сидит в стороне, глазами ни с кем не встречается, отвечает на вопросы кратко и на собеседника не смотрит, а затем удивляется, что с ней никто не знакомится. А все очень просто, она не делает свои ходы. Речь вовсе не идет о том, чтобы бросаться на шею. Более пристальный взгляд, касание руки, кивок головой – этого вполне достаточно.

Вторая ошибка в поведении, это сделать два хода подряд. Например, молодой человек приглашает незнакомую девушку на танец и начинает шептать ей на ушко слова любви. Но это ошибка! Он не дождался ответного хода. Он не знает, как она к нему относится. А это можно выяснить, сначала поговорив на отвлеченные темы и посмотреть, как она отвечает. Если человек делает два хода подряд, то обычно это приводит к конфликтам. Если парень перейдет к более решительным действиям, то заработает пощечину. И поделом, не делай два хода подряд! Естественно, что в этом случае ни о каких любовных чувствах речи быть не может.

Правильное поведение состоит в следующем. Сделать шаг навстречу, затем дождаться ответного шага и проанализировать его. Если ответ благоприятный, то сделать еще шаг. Здесь хорошо подходит образ качелей. Качели можно раскачать только когда два человека прилагают усилия по очереди. Давайте человеку право следующего хода.

Именно в этом случае, у вас будет взаимопонимание с этим человеком. А при наличии взаимопонимания ваши отношения останутся хорошими и спокойными, даже если вы преследовали полностью различные цели. Например, если парень танцует с девушкой и испытывает к ней страсть, а она просто хочет потанцевать, то он может слегка коснуться ее руки выше кисти или слегка прижать ее к себе и посмотреть реакцию. Если она оказывает легкое сопротивление, то следует прекратить это поведение и просто танцевать. Хотя при этом внимательно следить за ее движениями, ведь она может и передумать!

Основные ходы перед знакомством:

- задержать взгляд
- встретиться глазами
- повернуться корпусом к человеку
- улыбнуться

Подобные знаки внимания ни к чему не обязывают, но сильно облегчают возможность начать разговор с человеком.

Надо помнить, что много хороших людей страдают застенчивостью, поэтому им очень тяжело сделать шаг навстречу. Особенно если у вас привлекательная внешность. Если вы видите, что кто-то поглядывает на вас украдкой, то сделайте шаг навстречу сами.

Партия от начала до конца

Каждый ход – это посылка некоторого сообщения своему партнеру. Это сообщение он должен правильно понять и послать в ответ свое сообщение. Каждое ваше сообщение несет в себе не только собственно некоторые слова или жесты, но и то, **как** вы их произносите или выполняете.

Когда вы говорите любую фразу, то кроме собственно этой фразы, вы сообщаете вашему партнеру следующее:

- ваше отношение к себе
- ваше отношение к партнеру
- ваше отношение к тому, что вы говорите

Ваш партнер воспринимает всю эту информацию на бессознательном уровне. Поэтому, если вы говорите о том, что он вам нравится, а он чувствует, что это говорится только из вежливости, то у него остается неприятный осадок от общения с вами.

Полностью противоположная картина будет, если вы себя уважаете и любите, вам очень нравится ваш партнер, и вам доставляет удовольствие с ним общаться, тогда, что бы вы ни говорили, даже просто ерунду, между вами на подсознательном уровне начинает устанавливаться душевный контакт. Вы прекрасно проведете время. **Собеседник начинает относиться к вам лучше, если подсознательно чувствует ваш интерес к нему.**

Если вы хотите продолжить знакомство и хотите иметь приятные отношения с человеком, наблюдайте за ним. Выясняйте, что он любит, какие у него интересы, чего он хочет добиться в жизни. Говорите с ним на те темы, какие ему нравятся, в которых он чувствует себя уверенно. Ищите в нем то, что вас объединяет.

Наиболее приятная тема для человека – это его чувства.

Попросите его рассказать о своих победах и достижениях, когда он смог чего-то добиться или взять какой-либо барьер. Например, если ваш собеседник занимался спортом, то спросите о том, какое соревнование было наиболее трудным, и как он вел себя в этом соревновании.

Вопросы следует задавать так, чтобы человек рассказывал не просто о событиях, а о своих чувствах по отношению к этому событию. Например, следующие вопросы не дают возможности понять человека:

- Какой у тебя спортивный разряд? На каком инструменте ты играешь?

Лучше спросить:

- А почему ты выбрал этот вид спорта? Что тебя в нем привлекает? Что ты почувствовал, когда преодолел этот рубеж? Почему тебе нравится этот инструмент? Какие произведения тебе нравится играть и почему?

Кстати, волшебное слово: «**Почему?**» следует запомнить. Это слово – самый простой и эффективный ключик к душе любого человека. Это слово позволяет дать понять собеседнику, что им интересуются и в то же время не предполагает односложного ответа «да» или «нет».

Во время разговора вы должны добиться того, чтобы разговор был приятен для вас обоих. У вас должно установиться некоторое взаимное влечение. После этого вы можете переходить к переживанию любовных чувств. Легкие или легчайшие намеки, комплименты, обсуждение любовных тем.

Главная ваша задача состоит в том, чтобы вы постоянно находились в приподнятом настроении, вам должно быть легко и интересно с этим человеком. Если вы испытываете скуку, то не стоит переходить к более тесным отношениям. Удовольствие будет очень маленьким, а чувства низменными.

Выстраивание любовных отношений

Любовные отношения отличаются от прочих тем, что вы **всегда** должны получать какие-то чувства от общения. Для этого необходимо соблюдать следующие условия:

- партнер должен быть вам интересен
- вы **явно** показываете ему, что он вам нравится
- вы концентрируетесь на ваших чувствах, а не ходите вокруг да около

Очень много людей считают, что у них любовные проблемы. Однако в реальности у них проблемы не в любви, а в общении. Они хотят, чтобы их любили, но их пассия об этом даже не догадывается.

Люди не будут интересоваться вами до тех пор, пока вы сами не начнете интересоваться ими.

Самым тяжелым барьером для налаживания отношений является страх быть отвергнутым. Человек мысленно весь замирает от мысли, что ему укажут на дверь. Ошибка здесь в том, что он заранее пытается прыгнуть через несколько ступенек. Надо начинать с контакта взглядом. Если он установлен, то начать разговор можно с самой обычной банальности (например, замечанием о погоде). Двигаясь маленькими шажками, можно продвинуться гораздо дальше, чем пытаясь постоянно перескакивать через пропасть.

Другая опасность состоит в том, что вы сосредоточены на производимом впечатлении. При этом вы сразу зажимаетесь и начинаете выглядеть неестественно. Поймите, вы не должны быть в роли человека, нанимающегося в лакеи. Вы точно также должны оценивать своего собеседника, как и он оценивает вас. Ваши отношения должны быть полностью равноправными. Если он отказывает вам, то это не говорит о вашей негодности. Это говорит только о том, что вы не подходите для данного человека в данный момент.

Даже если ваши отношения продолжались достаточно долго, а потом человек неожиданно охладевает к вам, то и в этом случае не следует негодовать на этого человека. Ваши чувства тоже могут пройти в любой момент.

Его чувства не являются вашей собственностью.

Нужно быть благодарным ему за те мгновения счастья, которые он вам подарил.

Завершение отношений

Окончание чувств вовсе не должно приводить к разрыву отношений. Нельзя рвать с человеком. Вы просто должны потихоньку отдаляться от него чувственно, но сохранять превосходные приятельские отношения. Любовные отношения нужно не рвать, а переводить в приятельские.

Помните, что страсть проходит очень быстро, а приятельские отношения могут сохраняться всю жизнь. Чем больше у вас приятелей, тем приятнее ваша жизнь.

Самое важное о взаимоотношениях

Ваш партнер не знает, что вы думаете, а знает только то, что вы делаете.

Сделав ход, дождитесь ответа партнера.

Наиболее приятная тема для человека - это его чувства.

Глава 11. Брак и семья

Брак – это союз двух людей для
совместного преодоления проблем,
которых бы у них не было,
не будь этого союза.

Безусловно, говоря о любви нельзя не сказать о браке, ибо столь многими считается, что брак – это чуть ли не цель любви.

На самом деле главное, что стоит помнить о браке, - это то, что он не гарантирует никаких любовных чувств. А гарантирует только то, что человек, которого вы знаете довольно плохо, будет с утра до вечера указывать вам, что вам следует делать. Если это будет совпадать с вашими желаниями, то прекрасно. А если нет?

Брак связан не с любовными чувствами и даже не с голым сексом, как иногда кажется молодым людям. **Брак - это понятие экономическое.** Люди вступают в брак для того, чтобы вместе вести хозяйство, воспитывать детей и поддерживать друг друга. Даже суд присуждает алименты не по факту регистрации брака или наличия интимной жизни, а при наличии ведения совместного хозяйства.

Более того, если вы вступаете в брак только под влиянием чувств, то такой брак не имеет шансов на долгое существование. Чувства переменчивы и эфемерны. Они улечиваются очень быстро. Через некоторое время вы оказываетесь наедине с человеком, к которому не испытываете никаких любовных чувств. А, следовательно, все будет решать только то, испытываете ли вы к нему какие-либо другие положительные чувства.

Для того, чтобы определить, будет ли ваш брак устойчивым, необходимо понять, какой набор чувств лежит в его основе. Рассмотрим основные виды устойчивых и неустойчивых браков. Начнем с неустойчивых, чтобы понять основную причину распада браков.

Неустойчивые браки

Виды неустойчивых браков

- Брак по страсти
- Брак по влюбленности
- Брак по внешним обстоятельствам

Брак по страсти

Брак по страсти очень часто называют «браком по любви», хотя в основе его лежит только страсть. Особенностью такого брака является то, что жених и невеста не имеют отдельной сексуальной жизни, и брак для них является мечтой, которая занимает все их мысли. На окружающих они производят впечатление просто безумной любви, ибо они думают друг о друге непрерывно. Они беспрестанно целуются и обнимаются, постоянно ходят, взявшись за руки или обнявшись.

Их поведение полностью подчинено законам флирта, а, следовательно, является очень приятным. Они не доводят свои отношения до прямого секса, но

постоянно склоняются к нему. Это приводит к очень высокому накалу чувств. Очень тяжело переживают разлуку, и их главная цель состоит в том, чтобы быть вместе и ласкать друг друга. Свадьба для них является желанным мигом, который хочется приблизить как можно быстрее. И, если особых причин для откладывания нет, то они идут в загс через месяц, неделю, день после знакомства. Быстрее, быстрее еще быстрее... И вот, вот он, блаженный миг! Начинается медовый месяц. Всепоглощающая страсть сметает все.

Но как только медовый месяц кончается, их страсть не просто утихает, а полностью проходит, так как они ее удовлетворили всеми возможными способами и пресытились. Через какое-то время она снова появится, но пока ее нет, и молодожены начинают смотреть друг на друга трезвым взглядом. Тут и начинаются, собственно, их отношения, только теперь они начинают знакомиться. И тут, как говорит пословица: «Первый месяц медовый, а второй полынный».

С удивлением они замечают, что рядом оказался совершенно чужой человек, который по-другому смотрит на вещи, по-другому живет, ест, спит. Начинаются недоразумения, выяснения отношений. Правда, через некоторое время опять наступает сексуальный голод и решает все проблемы. «Милые бранятся – только тешатся», – это означает, что страсть все равно бросит их в объятия друг друга.

Но после каждых таких объятий опять наступает череда недоразумений. Их отношения строятся по синусоиде. Во время сексуального голода улучшаются, после удовлетворения ухудшаются. Своеобразный сексуальный маятник. Но с каждым разом свежесть чувств уменьшается, и сила страсти начинает понемногу затихать. Сексуальный маятник начинает качаться еле-еле.

Постепенно супруги начинают чувствовать, что они полностью чужие друг другу люди. Внешне это проявляется в том, что они возвращаются к добрачным развлечениям. Муж начинает часто ходить на рыбалку, а жена дольше сидеть с подругами. Через некоторое время их брак просто превращается в совместную жизнь без особых взаимных чувств. Собственно, с этого момента брак обречен, так как страсть прошла, а больше их ничего не связывает.

Пример такого брака описывает Вересаев в своих воспоминаниях.

«У меня был товарищ, студент. На втором курсе он вдруг решил жениться. Мы все изумились. Он перебивался грошовыми уроками, она тоже еще училась, не выдавалась не умом не одаренностью, ни характером, ни красотой, – ничем, что объясняло бы это сумасшедшее решение. Мы пытались отговорить товарища. Он приходил в ярость, заявляя, что прервет знакомство со всяким, кто будет пытаться мешать его женитьбе.

И женился.

Через месяц он пришел к нам и в отчаянии сказал:

- Как же вы не помешали сделать эту глупость?

- Да вспомни, что ты нам отвечал, когда мы тебя отговаривали.

- Все равно! Должны были меня связать, должны были отправить в сумасшедший дом. Ведь я был в состоянии невменяемости.

И с ужасом смотрел перед собою глазами проспавшегося пьяного».

Обратите внимание на то, что сексуальный голод заставлял этого молодого человека торопиться заключить брак, хотя материальных условий для брака не было никаких. Вспомните, что невыполнение базовой функции отключает интеллект.

Распадаются браки по страсти медленно. Хотя супруги все больше и больше отдаляются друг от друга, но периодически страсть соединяет их и дает иллюзию устойчивости семьи. Для развода требуется какое-либо внешнее событие. Обычно разрыв отношений происходит после того, как один из супругов находит нового партнера. В этом случае рвется последняя тонкая ниточка, связывающая их, и развод происходит сам собой. После развода они обычно сохраняют хорошие отношения. В качестве причины развода указывают стандартное: «Не сошлись характерами», хотя более правильно написать: «Обнаружили, что у супруга есть характер». По исследованиям социологов пик разводимости приходится на 2-3 год супружеской жизни. Это именно тот срок, когда страсть практически перестает влиять на супружеские отношения.

Иногда, после развода они могут снова встретиться и даже ощутить взаимную страсть, особенно, если в новом браке также наступило охлаждение отношений, однако эти чувства проходят очень быстро.

Брак по влюбленности

Свадьба – это как мираж в пустыне:
караваны, пальмы, верблюды.
А потом это все исчезает
и остается один верблюд.

Брак по влюбленности – это наиболее неприятный и опасный брак. В этом случае происходит самое ужасное, что можно представить – превращение возлюбленного в отвратительного монстра.

В условиях семейного быта супруг сразу теряет все свое очарование. Вместо выдуманной картинки проявляется реальный человек, который полностью разрушает все приятные чувства.

Ведь человек думает, что женится на чудо-образе, а реально ведет под венец прототипа этого образа, то есть реального человека.

Если первоначальные чувства были очень сильны, то молодожены идут на крайние меры, даже пытаются покончить жизнь самоубийством. Но и в тех случаях, когда чувства не достигают такого накала, жизнь является ужасной, ибо они должны вместе жить с памятником крушения всех идеалов. Супруги, потеряв все свои иллюзии, автоматически винят в этом своего партнера.

Супруг из возлюбленного превращается в символ зла. Каждое общение с ним начинает раздражать все больше и больше. Очень серьезную проблему начинает представлять внебрачный секс. Так как влюбленность не способствует выработке гормонов, то через какое-то время тот супруг, который имеет меньший период сексуального удовлетворения, начинает постепенно испытывать сексуальную неудовлетворенность.

Через некоторое время возможен внебрачный секс, который воспринимается как полный крах и развал отношений.

Скандалы и разлад в семье достигают такой точки, когда супруги начинают ненавидеть друг друга. В этот момент они готовы даже на убийство, ибо их партнер внушает полное отвращение.

Идеальный вариант для них обоих состоит в быстром разводе, но сам развод протекает в этом случае очень бурно. В качестве причины развода приводится целый ряд обвинений супруга.

Расходятся со скандалом и супруга ненавидят. Настраивают против него своих детей. И всю жизнь после этого считают своего партнера последней сволочью, не понимая той простой вещи, что виноваты во всем они сами, и что их не партнер не лучше и не хуже любого другого. Вся его вина только в том, что он не совпал с вымышленным образом!

Брак Пушкина

Тебя мне ниспослал, тебя, моя Мадонна,
Чистейшей прелести чистейший образец.

А.С. Пушкин

Наиболее известным примером брака по влюбленности является женитьба Пушкина на Наталье Гончаровой.

По свидетельству современников Наталья Гончарова была одной из наиболее ярких красавиц своего времени. Ее называли «первой красавицей среди красавиц». Павлищев написал о ней так: «Наталья Николаевна Гончарова принадлежала к тому созвездию красоты, которое в это время обращало внимание и удивление общества». Отклики других современников совпадают: «первая красавица царственной Невы», «совершенство красоты», «не может женщина быть прелестней», «изумительно хороша», «самые прелестные женщины меркли при ее появлении».

Наконец, можно привести слова графа Сологуба, который, увидев ее, сумел только сказать: «Хороша, хороша, хороша!»

Тонко чувствующий Пушкин, увидев юную красавицу в белоснежном платье с золотым обручем на голове, не мог оторвать от нее глаз. Он влюбился с первого взгляда

Чувство влюбленности было настолько сильным, что во время ухаживания за Натали, когда Пушкин был застигнут карантином в деревне, он испытал период совершенно фантастического вдохновения, вошедший в историю искусства под названием «болдинской осени». За три месяца он написал: "Моцарта и Сальери", «Пир во время чумы», две последние главы "Онегина", "Домик в Коломне", «Повести Белкина» и около тридцати мелких стихотворений!

Обычно, влюбившись в одну прелестницу, Пушкин наслаждался влюбленностью, переживал вдохновение и переходил к следующей. Поступи он так и на этот раз, и жизнь его оставалась бы столь же веселой и радостной. Но он допустил роковую ошибку. В случае с Натали он решил, что должен жениться. Сам Пушкин свое решение в письме Натали объясняет так: «Я должен был на тебе жениться, потому что всю жизнь был бы без тебя несчастлив». Но получилось как раз наоборот.

Во время знакомства с Пушкиным Наталье Гончаровой было всего шестнадцать лет. Она была фактически ребенком и не имела особых душевных достоинств. Стихи Пушкина она не любила. Как-то после свадьбы во время чтения Пушкиным своих стихов она воскликнула: «Господи, до чего ты мне надоел со своими стихами, Пушкин!» Пушкин был вынужден замолчать.

В свою очередь во время знакомства Пушкину было тридцать лет, и это был поэтический гений в самом расцвете своего таланта. По характеру весельчак и балагур Пушкин в то же время любил копаться в тайнах истории и разбираться экономических учениях. Широта знаний Пушкина была поистине энциклопедической.

Женившись на совсем еще юной девушке, не имеющих особых достоинств, кроме внешности, он быстро столкнулся с тем, что ему с ней не о чем говорить. Наталья жаловалась Смирновой: «Вот какая ты счастливая, - я тебе завидую. Когда ты приходишь к моему мужу, он весел и смеется, а при мне зевает».

Очень быстро Пушкин пришел к краху своей влюбленности. Фактически этим крахом оказалась первая же брачная ночь. Влюбленность не страсть, но Пушкин совсем не ожидал, что получив в жены такую красавицу он не получит в придачу пламенной страсти. Все его чувства к невесте полностью пропали. Наталья сама рассказала княгине Вяземской, что на следующее утро после брака Пушкин забыл про жену и ушел к приятелям.

Но уже поздно! Теперь Пушкин вынужден жить с человеком, который ничего общего не имел с тем идеалом, который виделся Пушкину. Вдохновение исчезло. В первые годы после брака Пушкин написал очень мало. Жизнь стала разваливаться.

Смирнов писал, что после свадьбы Пушкин, ранее такой веселый, теперь ходил печально по комнате, надув губы и опустив руки в карманы широких панталон, и уныло повторял: "Грустно! Тоска!"

Дальнейшая жизнь стала настолько ненавистной, что Пушкин постоянно вызывает на дуэль всех, с кем возникает хоть малейший повод. Пока один из вызовов не кончается трагически...

Брак по внешним обстоятельствам

Браки по внешним обстоятельствам обычно заключаются обывателями, которые не имеют особого душевного развития и смотрят на брак, как на средство решения текущих проблем. Типичными вариантами браков по обстоятельствам являются:

- желание вырваться из дома
- фиктивный брак
- брак по неожиданной беременности

и так далее.

Этот брак распадается практически сразу же, как только изменяются внешние обстоятельства. Главная причина таких браков состоит в том, что люди не хотят ответственно подходить к своим поступкам и любят решать свои проблемы наиболее простым способом. Они еще не знают того, что простые решения приводят к сложным последствиям.

В любом случае браки подобного типа – это очень грязные браки. Встретились совершенно разные люди, которые даже и не пытаются подстроиться или найти компромисс. Супруги узнают друг о друге всю подноготную и пользуются этим во время ссор, используя самые больные места.

Устойчивые браки

Теперь рассмотрим устойчивые браки. Их главная особенность состоит в наличии общих интересов.

Виды устойчивых браков

- Брак купли-продажи
- Брак взаимного перевоспитания
- Партнерский брак

Брак купли-продажи

Ты же все-таки не козу получаешь, а жену.
И какую! Студентка, комсомолка,
спортсменка, красавица!

«Кавказская пленница»

Этот вид брака является отголоском тех времен, когда женщина не могла сама зарабатывать достаточно, чтобы содержать себя и своих детей. В этом случае муж был основным источником денег. Следовательно, мужчина мог просто купить понравившуюся ему женщину. Самым логичным продолжением такого брака является наличие гарема.

Главная причина устойчивости этого брака состоит в том, что женщине просто некуда деваться. Нравится ей ее муж или нравится, ничего сделать она не может (хотя точнее, не хочет).

В настоящее время брак купли-продажи не является вынужденным, поэтому он потерял массовый характер. Как мужчина, так и женщина могут заработать достаточно денег, чтобы содержать себя и своих детей. Однако и в наше время возникает соблазн просто продать себя за очень большие деньги и материальное благополучие, причем этот соблазн распространяется и на мужчин. Мужчина может жениться на дочери богатого или властного человека с целью быстрого обогащения или продвижения по службе.

Другой вариант такого брака состоит в объединении капиталов или в родственном соединении различных кланов или политических групп. Очевидно, что говорить в этом случае о каких-либо любовных чувствах просто глупо.

Если у вас есть желание вступить в такой брак – это ваше право, однако следует понимать, что если вас покупают как вещь, то и относиться будут как к вещи.

Однако в жизни происходят разные перемены, и иногда может случиться так, что более бедный супруг может начать зарабатывать больше своего партнера. В этом случае брак практически сразу же распадается, так как униженный супруг начинает чувствовать себя человеком, а не вещью, а другому супругу очень тяжело воспринять такое изменение, и он по-прежнему пытается относиться к партнеру, как к вещи.

Если вы заключаете брак купли-продажи, то должны себя вести точно также как и при совершении любой важной сделки. Прежде всего, выяснить, насколько

платежеспособен ваш партнер, какие у него перспективы. Необходимо заключить брачный контракт и оговорить, какие экономические условия вы от него ждете.

Придумывать любовные чувства в таком браке бессмысленно, так как это приведет только к постоянному разочарованию и напряженным отношениям.

Брак взаимного перевоспитания

...перетолковывает всякое твое слово,
придавая ему ложное значение;
каждое же ее слово пропитано ядом;
где только она знает, что мне
больнее всего, туда-то она и колет.

«Крейцера соната»

Этот вид брака можно назвать еще боевым браком. Такой брак заключают два самостоятельных человека, которые имеют свой взгляд на то, каким должен быть их партнер и стараются реального человека подстроить под свои ожидания. В этом случае их жизнь – это постоянная череда упреков, обвинений, скандалов и критики.

В настоящее время – это самый распространенный вид брака. Сейчас и мужчины, и женщины получают сходное образование и могут получать приблизительно равную зарплату. В результате в браке они равны и каждый настаивает на своей точке зрения.

Этот брак устойчив именно потому, что люди постоянно критикуют действия партнера, пытаясь перевоспитать друг друга. Они находятся в состоянии непрерывной войны, и все время надеются на победу. Любой компромисс укрепляет их в мысли, что они близки к своей цели. Такое состояние может продолжаться неопределенно долго.

Самое глупое в таких отношениях то, что все эти скандалы и выяснения отношений абсолютно бессмысленны. В их основе лежит миф о том, что человека можно переделать, а для этого необходимо достаточно долго критиковать и перевоспитывать его.

Рассмотрим, что на самом деле происходит, когда вы «перевоспитываете» партнера. Вы делаете ему какое-либо замечание. В этот момент человек испытывает неприятные чувства оттого, что ему что-то приказывают, однако так как отношения с вами для него в этот момент дороже, то он соглашается с вами.

На первый взгляд, он действительно перевоспитался, а в действительности, в момент «перевоспитания» он просто старается найти способ избежать текущей неприятности. Но, хотя он и подчиняется, но, тем не менее, запоминает, что с вами было связано что-то неприятное. Внутри его сознания сжимается как бы маленькая пружинка. Сама по себе эта неприятная пружинка ничего не значит, однако если вы сделаете еще одно замечание, а потом еще одно и так далее, то этих пружин будет все больше и больше. С внешней стороны все будет выглядеть просто прекрасно, человек будет вести себя так, как вы от него хотите, и вы уже будете считать, что вы сумели его перевоспитать. Но, в конце концов, последняя капля приведет к тому, что произойдет массовое выпрямление всех пружин. То, что ему приходится терпеть от вас, пересилит угасающее чувство привязанности к вам. Человек просто сорвется, и вы получите полноценный скандал. А человек будет себя вести так, как он вел себя

до вашего «перевоспитания». Поэтому результатом постоянной критики является накопление злости и последующее срывание ее на партнере во время скандала.

Поэтому вы должны твердо запомнить следующее.

Сам себя человек может перевоспитать в любой момент, если захочет этого, а другого человека перевоспитать невозможно.

После угасания страсти супруги обычно возвращаются к той жизни, которую они до свадьбы. Поэтому если супруг до свадьбы любил пьяные компании, а жена треп и сплетни, то они вернуться к этим занятиям, пусть даже это и будет порождать постоянные скандалы. Скандалы могут сделать это поведение более нервным, но изменить не в состоянии.

Если вы чувствуете, что скатываетесь в боевой брак, то лучше разводитесь сразу, ибо в какой-то момент (иногда это происходит через два-три десятка лет) наступает душевный надлом. Человек внезапно осознает, что все было напрасно. Все усилия ни к чему не привели, и рядом тот самый человек с теми же самыми недостатками. В этом случае человек понимает, что вся его жизнь фактически пропала зря. И дальше отношения просто обрываются, и люди доживают свои дни в полном душевном одиночестве с чувством озлобленности на жизнь.

Брак Толстого

Примером боевого брака является женитьба Толстого на Софье Берс. Лев Николаевич Толстой в отношениях с женщинами вел себя в рамках традиционных представлений о помещичьей жизни. Барин потому и барин, что он полный хозяин над крестьянами, а особенно над крестьянками. Недостатка в женщинах у него не было и особого желания жениться тоже.

Все же к тридцати годам Толстой решает, что он должен жениться. Просто потому, что это нужно. Никаких чувств он ни к кому не испытывал. Как он сам писал: «Я никогда не был влюблен в женщин». И тогда он решает найти такую женщину, которую он перевоспитает в соответствии со своими представлениями об идеальной супруге.

В качестве объекта для перевоспитания была выбрана соседка по имени Валерия Арсеньева. Не дожидаясь венчания Толстой сразу начал с перевоспитания. Он пишет своей избраннице любовные письма, в которых детально описывается ее будущая жизнь с ним. В этих письмах разбирается ее распорядок дня и обязанности по дому. «Я вас выучу думать» - пишет своей избраннице Толстой. По поводу своих чувств он сообщает ей откровенно: «Я спрашиваю себя беспрестанно: влюблен ли я в вас или нет, и я отвечаю: нет».

Наконец, была назначена свадьба. В какой-то момент Толстой сообразил, что его идеал супружества может рассыпаться на следующий же день после женитьбы, и он сбежал за границу.

Прошло четыре года. Толстой решил, что ему просто необходимо жениться, потому что пора. Он быстро осмотрел всех знакомых барышень на предмет готовности к браку по его требованиям. Ни одна не подошла. И тут ему в голову приходит «удачная» мысль, что нужно жениться на юной девушке, что позволит

слепить из нее все, что ему захочется. Такой вариант есть, у знакомых ему Берсов есть три молоденьких девицы на выданье. Толстой сразу приступает к делу.

Каждый день он ездит к Берсам и ухаживает за старшей дочерью Лизой. В какой-то момент она ему наскучила, и он начинает ухаживать за средней дочерью – Софьей. Ему показалась, что именно она ему и нужна. И хотя у нее уже была два молодых ухажера, он решает жениться на ней. Только действовать нужно очень быстро, потому что никаких чувств к невесте Толстой не испытывает и боится, что снова сбежит. Самой Софье Толстой совсем не нравится, но то, что такой знаменитый писатель за ней ухаживает, ей лестно. Толстой убеждает ее, что они идеальная пара. Свадьба назначена через неделю после помолвки.

Очевидно, что опять никаких любовных чувств у Толстого нет. Он решил, что нужно жениться и убеждает себя и невесту в том, что между ними есть какие-то чувства.

Хотя ему удалось убедить невесту, себя он все-таки убедил не очень. В день свадьбы Толстой записывает в дневнике свои реальные чувства к невесте: «Страх, недоверие и желание бежать». Он опаздывает к венцу. Венчание прошло при мрачных лицах жениха и невесты. Когда молодожены сели в карету Софья зарыдала и лила слезы всю дорогу до своего нового дома.

На следующее утро Толстой записал в дневнике всего два слова о своей молодой жене: «Не она». На этот раз он оказался прав. Уже на пятый день(!) совместной жизни, то есть в самом начале медового месяца, он записывает в дневнике: «Нынче была сцена».

Толстой решает, что он должен объяснить своей юной невесте свои взгляды на общественную жизнь, и вытекающие из них требования самоотверженного труда на благо народа. На что Софья записала в своем дневнике: «Он мне гадок со своим народом». К этому времени доброжелатели уже просветили ее о многочисленных связях Толстого с дворовыми девками, и ее чувства к Толстому окончательно угасли.

Началась долгая многолетняя история взаимного перевоспитания. Толстой пытался убедить жену в том, что нужно помогать крестьянам, много работать, отдавать деньги неимущим, не есть мяса и жить простой жизнью. Софья Андреевна пыталась вернуть мужа к нормальной жизни, торговалась с издателями о выгодной продаже его произведений и тайком готовила ему суп на мясном бульоне.

Практически каждая попытка перевоспитания заканчивалась скандалом и слезами. Толстой прятал от жены свои дневники и некоторые рукописи. Софья Андреевна устраивала тайные обыски его вещей.

Толстой договаривался с издателями. Софья Андреевна пыталась взять дело в свои руки. С каждым годом их отношения все больше принимали характер боевых действий.

К концу жизни Софья Андреевна нашла наилучший способ воздействия на Льва Николаевича. При малейшей размолвке она бежала к пруду, угрожая утопиться. Толстой не мог допустить, чтобы из-за него погиб человек и соглашался с ее требованиями.

К концу жизни Толстой получил мировую известность как писатель мирового уровня и великий нравственный учитель, но для Софьи Андреевны он оставался сумасшедшим помещиком и разрушителем семейных устоев. Толстой уже понял, что

перевоспитать жену невозможно, но его нравственные принципы не позволяли ему развестись с женой.

Скандалы и ссоры тянулись десятилетиями. Развязка наступила неожиданно для обоих. Толстой просто сломался. Он понял, что не может больше выдерживать ежедневный семейный ад. Глубокой ночью он покинул дом. Узнав об этом, Софья Андреевна решила, что пора и на самом деле утопиться и действительно кинулась в пруд, но холодная вода мгновенно отрезвила ее и она вернулась в дом. И тут же организовала поиск убежавшего мужа.

А Толстой удалялся от дома все дальше и дальше, но душа его уже была сломлена. На безвестной железнодорожной станции он скончался...

Партнерский брак

Партнерский брак – это брак, в котором люди принимают друг друга такими, какие они есть, и не пытаются критиковать или переделывать супруга. В этом случае муж и жена выступают как опора друг для друга и в горе, и в радости.

Если они при этом еще и любят друг друга, то им можно только позавидовать, однако если любви и нет, то все равно – их жизнь гораздо более спокойна и безмятежна, так как вдвоем гораздо проще противостоять жизненным невзгодам.

В партнерском браке оба супруга понимают, что жизнь содержит достаточно проблем для того, чтобы создавать новые еще и в семье. Поэтому, если жизнь можно представить в виде бурного моря, то семья – это тихая гавань, в которую корабли возвращаются, чтобы отдохнуть и набраться сил.

Очень важной составляющей партнерского брака является уважение к работе и карьере супруга. Исследования социологов показывают, что если человек вынужден жертвовать ради брака своими профессиональными интересами, то свой брак он оценивает как неудачный. Особенно неудачно, если любимая работа приносится в жертву интересам брака. Это можно делать в качестве вынужденной меры, но если это требование одного из супругов, то брак чаще всего распадается.

И уж ни в коем случае нельзя превращать брак в непрерывный трудовой подвиг. На работе супругов ждут проблемы и трудности, а дома ждет семейный очаг, дети и кошка, спящая на кушетке. Дома нужно отдыхать, а не создавать какие-либо проблемы.

Первое условие партнерского брака – это наличие общих интересов. В этом случае любые вопросы решаются исходя из некоторого общего понимания ситуации. Каждый супруг понимает, что есть его интересы, но есть и интересы супруга, и их нужно постоянно согласовывать. Это очень трудно в самом начале брака, но если супруги приобрели привычку учитывать интересы партнера, то в дальнейшем они делают это автоматически.

Очень важно в партнерском браке вести себя уважительно по отношению к супругу не только в общении с ним, но и в общении с другими людьми. Следует решительно пресекать любые попытки его оскорбления или унижения. Когда Цезарю сообщили, что его жена изменяет ему, он ответил: «Жена Цезаря вне подозрений!».

При таком поведении вы не только поднимаете авторитет вашего партнера, но и свой собственный.

Все основные отношения в партнерском браке строятся на явном договоре между супругами. Это значит, что если вы что-то хотите от вашего партнера, то вы должны совершенно **явно договориться с ним об этом**. Это очень важно! Не стоит ожидать от него какого-либо поведения и внутренне ругать его. У него совершенно другой взгляд на мир и то, что очевидно для вас, совершенно не очевидно для него.

Ваша совместная задача состоит в создании надежного тыла. Вы знаете, что если вы будете соблюдать определенные условия, то ваш партнер будет полностью поддерживать вас.

Важной частью устойчивого брака является отношение к внебрачному сексу. Дело в том, что если один из супругов сублимирован, то внебрачный секс неизбежен. Если оба супруга относятся к этому с пониманием и с уважением чувств друг друга, то их брак будет исключительно прочным. В противном случае сексуальный голод может с легкостью разнести в пух и прах самые прекрасные отношения.

Два взрослых и разумных человека всегда могут договориться о том, чего они хотят друг от друга и жить в гораздо более спокойных и приятных отношениях, чем живет большинство людей. Брак, в котором супруги стоят друг за друга горой, сможет пережить любые жизненные потрясения.

И, конечно, вам очень повезло в жизни, если у вас брак по любви.

Брак Достоевского

Примером партнерского брака, который перешел в брак по любви является женитьба Достоевского на Анне Сниткиной.

Их знакомство произошло в трудный период жизни Достоевского. Хитрый издатель, тайно скупив долги писателя, подстроил ему ловушку. По условиям договора Достоевский должен был написать полноценный роман в течение двух месяцев! Или он потерял бы все права на свои произведения. Издатель понимал, что в такой короткий срок роман написать невозможно и фактически хотел отобрать у Достоевского все права, ничем при этом не рискуя.

Достоевский был вынужден согласиться на такие условия, но как выйти из создавшегося положения он не знал. Написать роман в два месяца было практически невозможно.

Его друзья посоветовали ему не писать роман вручную, а диктовать его стенографистке и предложили ему кандидатуру Анны Сниткиной, которой в тот момент исполнилось двадцать лет. Достоевскому в это время было сорок четыре. Он уже прожил долгую насыщенную взлетами и падениями жизнь.

Анна же была очень молода, но уже имела хорошее образование и сильный характер. Она прекрасно знала и любила произведения Достоевского. Но главной причиной ее согласия на работу было не это, а то, что для нее это был первый самостоятельный заработок. После смерти отца положение ее семьи было очень тяжелым. Анна поступила на стенографические курсы и показала себя лучшей ученицей, поэтому ее и рекомендовали Достоевскому.

Их первая встреча произвела не очень хорошее впечатление на обоих. «С первого взгляда Достоевский показался мне довольно старым» – записала Анна в

своем дневнике. Достоевский был занят своими мыслями и разговаривал со своей стенографисткой довольно резко. Несколько раз переспрашивал ее имя. «Я вышла от Достоевского в очень печальном настроении. Он мне не понравился и оставил тяжелое впечатление» – писала Анна.

Достоевский же отозвался об Анне так: «Не красавица, конечно, но довольно пригожая». Но он решил, что она молода и может подвести его с этой работой.

Но Анна, напротив, отнеслась к делу очень ответственно. Хотя было много работы, но она и не подумала отказаться. Она оставила все прочие дела. Днем она стенографировала, а вечером и утром расшифровывала свои записи. Выполняла свою работу она чрезвычайно тщательно, чем сразу понравилась Достоевскому.

Он очень переживал по поводу того, что он может опоздать и потерять все права на свои произведения. Фактически, станет литературным рабом хитрого издателя.

Диктовать роман оказалось значительно быстрее, чем писать, поэтому Достоевский немного успокоился. Во время перерывов в работе он рассказывал Анне о своей жизни и своих мыслях. Ее отношение к Достоевскому стало меняться. Ей открылась совершенно удивительная душа великого человека, много страдавшего и много думавшего. Она полностью изменила свое отношение к жизни, «Все мои прежние интересы отошли на второй план... Уходя от него под впечатлением новых для меня идей, я скучала дома и жила ожиданием завтрашней встречи с Федором Михайловичем».

Достоевскому же с каждой встречей она стала нравиться все больше и больше. Он находил в ней все новые прекрасные качества: «Она кротка, умна, добра, жизнерадостна и обладает большим тактом в сношениях с людьми».

Работа над рукописью подходила к концу, и они с удовлетворением видели, что успевают к назначенному сроку.

За день условленной даты роман «Игрок» был полностью готов. Но хитрый издатель подстроил новую ловушку. В день, который был назначен писателю для сдачи рукописи, он уехал из города, запретив своему управляющему принимать какие-либо рукописи. Предполагая что-то подобное, Анна упростила свою мать посоветоваться со знакомым адвокатом. Адвокат дал совет сдать в таком случае рукопись приставу под расписку, что Достоевский благополучно и сделал. Их совместная напряженная работа увенчалась полным успехом.

Но была в этом успехе и горькая нотка. Им предстояло расстаться.

Анна почувствовала, что ее чувство к Достоевскому приобрело совершенно другой смысл. Общение с ним стало потребностью, а все прежние ее занятия показались скучными и ненужными.

Неожиданно для нее Достоевский предложил с ней встретиться еще. От растерянности она сказала, что занята и назначила встречу через несколько дней. Достоевский был огорчен, но согласился. Прошло несколько дней в разлуке. И здесь Анна поняла, что она думает только о Федоре Михайловиче и больше ничего в жизни ее не волнует, и не интересует.

Их встреча была поворотным пунктом в их судьбе. Федор Михайлович волнуясь, начал разговор, который Анна не совсем понимала, но закончил его простым и ясным вопросом:

- Представьте, что я признался вам в любви и просил быть моей женой. Скажите, что вы бы мне ответили?

На что Анна также просто и ясно сказала:

- Я бы вам ответила, что вас люблю, и буду любить всю жизнь!

Их решение соединить свои судьбы не понравилось ни родственникам Федора Михайловича, ни родственникам Анны. Но для двух любящих людей это не стало препятствием. Они поженились, и начался период совместного узнавания и сближения душ.

Они оба понимали, что их отношения являются духовными, а не являются порождениями страсти. Анна ходила на работу в черном суконном платье и очень неприязненно относилась ко всем проявлениям чувственности: поцелуям руки, прикосновениям. Один раз Федор Михайлович хотел поддержать ее, но она резко отстранилась. «Моя любовь была чисто головная, идейная. Это было скорее обожание, преклонение перед человеком, столь талантливым и обладающим такими высокими душевными качествами» – писала Анна.

Их отношения не были и влюбленностью, при первой встрече они друг другу не понравились. Но постепенно они оба почувствовали, что стоят на пороге наиболее возвышенных и тонких чувств. Они стояли на пороге любви.

К этому времени Достоевский был сильной и душевно развитой личностью. Он прошел через самые страшные испытания, которые могут выпасть на долю человеку. Он был приговорен к смертной казни и помилован непосредственно перед казнью. Он прошел через каторгу. У него умерла первая жена и любимая сестра. Он был болен неизлечимой болезнью – эпилепсией. Он постоянно испытывал финансовые трудности. Но, несмотря на все удары судьбы, он оставался негибаемым человеком и великим писателем.

Анна была молода, но уже обладала всеми задатками личности. И дальнейшая жизнь это подтвердила. Первые годы жизни с Достоевским были очень тяжелыми. Постоянные долги, смерть первого ребенка, эпилептические припадки мужа – все это обрушилось на молодую женщину. Но она прошла через все это и своим трудом помогла Достоевскому выстоять и приобрести материальное благополучие. Врач Ковригина, которая лечила ее, написала: «Она вообще поражала исключительностью духовных своих качеств... Натура редкая по своей цельности». Достоевский писал Майкову: «Она у меня самолюбива и горда». Хотя Анна и была значительно моложе, но она не стала подлаживаться под своего мужа. «Мы всегда оставались собою, нимало не вторя и не подделываясь друг к другу» – писала Анна Григорьевна.

Отношения между ними постепенно переросли в любовь. Началась «полная безграничного счастья жизнь» – писала впоследствии Анна Григорьевна.

Достоевский писал, что не может переносить даже короткой разлуки. Каждое расставание он мог переносить, только если писал письма своей любимой. Его письма к жене полны любви, уважения и нежности. Анна Григорьевна писала: «эти письма были и есть моя величайшая гордость, ... я читала и перечитывала их сотни раз». Сама она полностью погрузилась в любовь к Федору Михайловичу.

Льву Николаевичу Толстому она сказала: «Мой муж представлял собой идеал человека! Все высшие нравственные и духовные качества, которые украшают

человека, проявлялись в нем в самой высокой степени. Он был добр, великодушен, милосерд, справедлив, бескорыстен, сострадателен – как никто!»

Начиная с этого времени Достоевский пишет шедевр мировой литературы – роман «Братья Карамазовы», который он посвятил Анне Григорьевне. Их безоблачные отношения длились четырнадцать лет, до смерти Достоевского. После его смерти Анна Григорьевна дала обет посвятить всю свою жизнь популяризации его произведений.

Лев Николаевич Толстой сказал о ней: «Многие русские писатели чувствовали себя лучше, если бы у них были такие жены, как у Достоевского».

Глава 12. Мифы брака

Институт брака сопровождает очень много мифов, но среди них есть особо вредные, ибо они могут испортить всю жизнь человека. Это следующие мифы:

- Стерпится-слюбится.
- Все было бы хорошо, если бы не теща (свекровь, золовка, кузен, внучатый племянник...).
- При плохих отношениях рождение ребенка укрепит семью.
- Главное в семье – дети .

Миф 1. Стерпится-слюбится

Этот миф имеет под собой следующую основу. Действительно, если человек долго живет в какой-либо квартире или обстановке, то он привыкает к ней. Если новое кресло поначалу казалось не очень удобным, то через несколько лет оно будет полностью устраивать. Но устраивать не потому, что кресло поменялось, а потому, что человек перестал замечать его неудобства, адаптировался к ним.

Точно так же человек, с которым долго живешь вместе и нечасто скандалишь, становится привычным. Слово «стерпится» здесь полностью подходит. А вот «слюбится» не подходит никоим образом. Все любовные чувства и не подумают просыпаться. Страсть к тому времени полностью утихнет и снизится практически до нуля, влюбленность возникает с первого взгляда или не возникает совсем, а любовь возможна только при взаимной душевной работе, которая полностью исключена словом «стерпится».

Поэтому правильное сказать так: «Стерпится – свыкнется».

Миф 2. Все было бы хорошо, если бы не теща

Если в браке муж жалуется на тещу или жена на свекровь, то можно сказать совершенно определенно: ни теща, ни свекровь к проблемам этого брака не имеют никакого отношения.

Рассмотрим простой пример. Теща высказывает зятю некоторое замечание. Возможно, оно ему не нравится. Однако точно так же любой человек может высказать любое замечание. В каком случае это замечание будет совершенно нетерпимым? А в том случае, если жена поддерживает тещу. Это значит, что отношения между мужем и женой хуже, чем между матерью и дочерью. В этом случае жена и теща выступают единым фронтом. Тогда мужу действительно

начинает казаться, что все дело в теще. С другой стороны, представим, что муж с женой являются партнерами, тогда, наоборот, на любое замечание тещи они будут реагировать вместе, и это замечание не будет иметь никакого значения.

Поэтому, **если хотите иметь хорошую тещу, имейте хорошие отношения с женой.**

Те же самые рассуждения применимы к любому родственнику. Если муж и жена поддерживают друг друга, то в ответ на любые попытки вмешаться в их жизнь они дают достойный отпор. Это их жизнь, и они решают внутренние проблемы сами. В этом случае брак будет очень устойчив к внешним воздействиям.

Миф 3. При плохих отношениях рождение ребенка укрепит семью

В случае брака по страсти в тот момент, когда страсть утихает и начинаются постоянные препирательства и ссоры иногда находятся советчики, которые говорят: «Детей у вас нет, от того и маетесь. Родите ребенка и сразу все наладится».

Этот совет очень опасен. Что же произойдет на самом деле?

Рождение ребенка кроме, собственно, ухода за ребенком, стирки пеленок и прочих хозяйственных забот содержит очень важные психологические моменты:

- уход за малышом должен постоянным (без привычного отдыха по выходным)
- отсутствие нормального сна
- отсутствие привычных развлечений (поездки за город или на концерт)
- беспокойство во время недомоганий малыша (он не может сказать, что у него болит)

То есть вместо режима нормальной жизни: напряжение – расслабление, у молодых родителей наступает режим постоянной психологической нагрузки. В результате возникает эмоциональный фон усталости и напряжения в течение нескольких месяцев, который они никак не могут разрядить. Это очень серьезная нагрузка на психику, которая чревата нервными срывами.

Если супруги являются партнерами, легко разделяют обязанности, обеспечивают друг другу моральную поддержку, и вместе радуются успехам малыша, то они как раз и могут восстанавливать свои силы в тот момент, когда ребенком занимается другой супруг. Они становятся более необходимы друг другу. Ребенок действительно скрепляет семью.

Но что произойдет, если людей не связывает ничего, кроме секса, которого сейчас как раз становится гораздо меньше, а оба находятся в состоянии постоянной взвинченности (для тех кому эта ситуация непонятна, нужно попробовать с помощью будильника разбудить себя несколько раз на протяжении ночи и каждый раз укачивать звонящий будильник). В этом случае семья не только не будет скреплена, но оба родителя будут испытывать сильнейшую ненависть и друг к другу, и, что самое страшное, к малышу.

Миф 4. Главное в семье – дети

Иногда при супружеских ссорах приходят к идее, что хорошие отношения с супругом не так уж и важны. Главное в семье – это вырастить и воспитать детей.

В этом рассуждении сразу две ошибки, и обе ведут к неприятным последствиям.

Первая ошибка состоит в том, что человек приходит к выводу – дети важнее супруга. Для того, чтобы разобраться в этой ошибке, вспомним этапы душевного развития. До десяти лет ребенок является дикарем, а до 16-18 обывателем. После этого срока он обычно начинает стремиться к созданию своей семьи и уходит от родителей. Это означает, что душевной близости между родителями и детьми нет и быть не может. Родитель всегда выше ребенка по своему развитию, а выравниваются они к тому моменту, когда ребенок уже выпархивает из родительского гнезда.

Поэтому для человека гораздо ближе духовно даже его друзья, не говоря уже о супруге. Дети для человека – это его продолжение. Он может вкладывать в них душу, но ждать ответных душевных порывов бессмысленно. Их душевные порывы будут уже направлены на собственных детей.

Поэтому, если человек не хочет быть в одиночестве, то в первую очередь он должен выстраивать свою личную жизнь, а не принуждать детей к душевной близости, к чему они совершенно не готовы.

Вторая ошибка состоит в том, что счастье детей можно построить на несчастье родителей. Эта ошибка еще страшнее. Все дело в том, что каждый родитель желает счастья своему ребенку и поэтому учит его жизненным принципам и отношению к жизни. Но если родитель сам при этом несчастлив, то ребенок очень скоро приходит к выводу, что все родительские поучения бессмысленны, так как не позволяют жить счастливо. В этом случае он, становясь взрослым, полностью отвергает все, чему его учили родители. При этом он считает себя гораздо более умным, а родителей презирает.

Поэтому, если вы хотите, чтобы дети действительно умели в жизни становится счастливыми людьми, то станьте счастливыми сами. Тогда дети будут подражать вам, и уважать ваши жизненные ценности.

Приоритеты в семье

Подводя итог, можно сказать следующее. Если вы собираетесь вступать в брак, то никакие любовные чувства не должны приниматься в расчет. Страсть и влюбленность пройдут очень быстро, а для любви необходимы годы развития.

Вы должны или подождать, когда будет ясно, что ваши отношения начинают становиться духовными, или искать другие положительные чувства, которые вы питаете к будущему супругу. Главное, не позволяйте страсти управлять вами. Помните, что сексуальный голод искажает ваше мышление. Выяснить ваше реальное отношение к человеку вы можете только в том случае, когда вы не испытываете возбуждения. Поэтому ни в коем случае не принимайте решения о браке, если вас физически тянет к этому человеку. Помните, эта тяга пройдет мгновенно, как только вы удовлетворите свою страсть. Ваше реальное отношение к потенциальному супругу вы можете знать только в тот момент, когда полностью сексуально удовлетворены.

Точно также нельзя принимать и решение об уходе из семьи по страсти. Хотя страсть может вас захватить целиком, но она моментально пройдет, и тогда может

оказаться, что налаженная и спокойная жизнь, которую вы оставили ради страсти, покажется вам просто раем.

В первую очередь вы должны найти в вашем будущем супруге **способность делать с вами некоторое общее дело и умение договариваться с вами**. Главными приоритетами в семье должны быть не финансовые или бытовые вопросы, а прежде всего хорошие отношения между супругами. Надо помнить, что при различных экономических проблемах или трудных ситуациях действовать вместе можно гораздо успешнее, чем в одиночку.

Плохие отношения в семье могут даже самые незначительные проблемы превратить в непреодолимые препятствия.

А самое главное, если в семье человек не может отдохнуть, то резко снижается его ценность как работника, и это в свою очередь приводит к денежным проблемам. А брак, как мы помним, - понятие экономическое. Денежные проблемы подрывают устои брака.

А самое главное, при любых неприятностях в душевном состоянии семьи общий эмоциональный фон человека постоянно оказывается рассогласованным. А это значит, что человек может испытывать только низменные чувства. Другими словами, если плохо в семье, то плохо везде. Если ваш семейный разлад становится хроническим, то нужно немедленно разводиться, иначе счастья в жизни вам уже не испытать!

Выбор партнера

Выбор партнера для брака имеет очень важное отличие от выбора просто любовного партнера. Если любовный партнер вам не очень подходит, то вы можете на некоторое время сделать над собой усилие и вести себя по-другому.

В совместной жизни у вас это уже не получится. Нельзя долго стоять на цыпочках. В браке вы очень скоро расслабитесь, и тогда ваша несовместимость будет отравлять вам жизнь **ежедневно**.

Главное (хотя и не единственное) условие долгих отношений - приблизительно равный уровень душевного развития. Проверить равенство уровней очень просто.

Человек находится на равном с вами уровне душевного развития, если смеется над вашими шутками.

Брак людей с разным уровнем развития всегда несчастлив. Причина состоит в том, что оба супруга не уважают друг друга. Более развитый считает своего партнера умственно отсталым, а менее развитый считает, что его партнер слегка со сдвигом.

Если вы можете **весело** проводить время, то ваш партнер может являться потенциальным супругом. Если это не так, то вступать в брак не стоит ни в коем случае. Любое несовпадение интересов, которое может быть элементарно снято шуткой, у вас будет перерасти в ссору. А так как совместная жизнь полна мелких нестыковок, то и ссориться вы будете постоянно. В браке вы будете испытывать исключительно низменные и грязные чувства. В обстановке душевной грязи будут расти и ваши дети.

После выполнения этого условия можно начать подумывать и о браке, но главным для брака является выяснение ваших мнений по вопросу «работа – деньги –

карьера». И выяснить нужно не то, каких вершин вы хотите достичь, а какой минимальный уровень для вас приемлем, и что вы будете делать, если находитесь ниже этого уровня.

Если этот вопрос решен, то прежде чем вступать в брак, нужно обязательно согласовать ваши позиции по следующим потенциально опасным вопросам:

- количество детей и принципы их воспитания
- религиозные взгляды
- политические взгляды
- отношение к курению, выпивке и наркотикам
- разделение домашних обязанностей
- допустимость вмешательства родственников в дела семьи
- границы допустимого внебрачного флирта

Причем самое важное в этих обсуждениях даже не взгляды вашего партнера (взгляды любых людей, даже самых принципиальных, постоянно меняются с течением времени), главное – это умение разговаривать спокойно, серьезно и откровенно, без обид и категорических утверждений. Если человек начинает наклеивать на вас ярлыки, оскорбляет вас или высмеивает, то вступление с ним в брак окажется для вас сущим адом.

Особенность всех перечисленных вопросов в том, что от них невозможно уйти в семье или сделать вид, что их нет. Следовательно, каждая несогласованность приведет к тому, что ваш партнер будет ежедневно и непрерывно обращать вас в свою веру и учить жить.

Проверка возможного партнера

Вы с вашим партнером можете превосходно проводить время и весело развлекаться. Для вас он может быть в высшей степени приятным и умным собеседником. У вас могут совпадать взгляды практически на все. Но если вы подумываете о браке, то вы должны в первую очередь проверить, есть ли шансы на то, что ваш брак будет долгим и устойчивым.

Если вы хотите узнать, будет ли ваш будущий супруг хорошим партнером, нужно в первую очередь заняться с ним любым совместным делом. Это может быть и совместное приготовление пищи, и организация похода, и выполнение домашних заданий, и все, что угодно. Главное, что вы с ним не совместно развлекаетесь, а пытаетесь добиться общей цели. Результат должен зависеть от вас обоих, то есть не должно быть так, что один является просто помощником. Дело должно быть серьезным, и в результате должно получиться что-либо действительно нужное и полезное. В идеальном случае у вас должны быть разные взгляды на то, как это сделать. Именно в процессе нахождения компромисса у вас появится полная возможность оценить успешность вашего брака.

Наиболее ценную информацию о вашем партнере вы получите в тот момент, когда он **категорически не согласен** с вашим предложением. Вы должны обратить свое внимание на то, как он вам возражает. **Если в процессе возражения этот человек деликатен и хранит ваше самолюбие, то можете смело вступать в брак.** Если же он заявляет свое мнение безапелляционным тоном, всячески подчеркивает

свой опыт и знания, поучает вас, то знайте – в браке у вас будет очень много проблем.

Кстати, такой опыт совместной деятельности может дать косвенную информацию о том, насколько будет приятен секс с ним. Если ваше мнение для него ничего не значит, то точно также для него ничего не будет значить и ваше сексуальное удовлетворение, а, следовательно, вполне возможно, что вы просто не будете сексуально удовлетворены. А в этом случае ваш брак превратиться в постоянную пытку.

Самое важное о браке

Брак не гарантирует никаких любовных чувств. Брак - это понятие экономическое.

Неустойчивы браки по страсти и по влюбленности, очень устойчивы браки по любви.

Если любви нет, то ищите партнера, с которым получается совместное дело.

Часть 2. Применяем знания на практике

В этой части книги рассмотрены конкретные ситуации и пути сохранения и развития любовных чувств. Если некоторые советы вам будут непонятны, или вашего случая здесь нет, то вернитесь к первой части и разберитесь со своими чувствами более детально.

Глава 1. Порядок решения любовных проблем

Как только вы замечаете, что у вас появился человек, о котором вы постоянно думаете, и ваше сердце просто замирает, когда вы мысленно произносите его имя, то пора выделить время и тщательно обдумать ваше поведение по отношению к нему. В противном случае, вас могут ждать очень тяжелые последствия. Помните, с этого момента ваше душевное здоровье, честь, уважение людей и даже сама жизнь висит на волоске. Впрочем, если вы запомните нескольких простых правил поведения в любви, то весь этот кошмар вам не страшен. Напротив, вы стоите на пороге самых восхитительных дней в вашей жизни!

Это любовь! Что же теперь делать?

Для того чтобы испытать счастье, в первую очередь вы должны найти ответ на следующие три вопроса:

- Что я хочу от этого человека?
- Что он хочет от меня?
- Как мне себя вести, чтобы достичь гармонии в наших отношениях?

Рассмотрим эти вопросы по порядку.

Что я хочу от этого человека?

Анализ себя состоит в понимании того, какой результат отношений вас больше всего устроит. Очень важно этот результат выразить четкой фразой. Помните, что мечты, к сожалению, осуществляются! Если вы хотите, чтобы этот человек вас обеспечивал, то вполне возможно, что, выйдя за него замуж, вы получите полное материальное благополучие, однако при этом вы не испытаете любви. Если у вас не появится других интересов, то ваша жизнь будет тоскливой и беспросветной. С одной стороны, вы получили то, что хотели, а, с другой стороны, лишились самого важного – ваших чувств.

Если вы хотите только интимной близости, то не надо обманывать себя и строить далеко идущие планы. Страсть погаснет сразу после ее удовлетворения, и через некоторое время вы с ужасом осознаете, что с вами совершенно чужой человек, абсолютно не подходящий вам духу. Однако, обманывая себя, вы тем самым обманываете и его. В результате вместо приятных минут вы получите месяцы скандалов и выяснения отношений.

Строя отношения с человеком, ясно представляйте себе свою цель.

Цель, которую вы себе ставите, не должна быть мелкой и мелочной. Вы должны желать просто колоссальных чувств. Романтических свиданий, испепеляющей страсти, духовного слияния. Вы должны пить свои чувства полной чашей, купаться в ваших отношениях. К черту убогое, серое и безликое существование! Пусть жизнь бурлит и цветет всеми красками!

Поставив цель, разработайте план действий. И затем приступайте к его выполнению и наслаждайтесь жизнью. Помните, что любовные чувства могут подарить вам мириады приятных, прекрасных, восхитительных переживаний. Не откладывайте их. Не позволяйте жизни пройти мимо вас!

Но избегайте ложных целей. Если вы поставите бессмысленную и нелепую цель, то ваша жизнь будет длинной вереницей страданий, в которой виновны только вы. Рассмотрим, например, наиболее нелепый миф о лебединой верности.

Мифы о лебединой верности...

Мифы рождаются в разных головах. Некоторые специально выдумывают их и используют для соблазнения наивных девушек, некоторые искренне верят в них, не зная реальной жизни. Но, один раз родившись, мифы начинают свой длинный путь по душам доверчивых людей и снова и снова портят им жизнь.

Самым нелепым мифом является тот, что любовь – это врожденный инстинкт и если вы нашли физиологически совместимого партнера, то вы будете жить долго в любви и согласии, как другие представители животного мира, например, лебеди.

Лебединая верность вошла в поговорку. Действительно, у многих птиц существуют пожизненные браки. Но, как писал известный биолог Конрад Лоренц: «По опыту известно, что любителям очеловечивать животных бывает удивительно и неприятно слышать, что у очень многих птиц, в том числе и у живущих в пожизненном "браке", самцы и самки совершенно не нуждаются друг в друге, они в самом буквальном смысле "не обращают внимания" друг на друга, если только им не приходится совместно заботиться о гнезде и птенцах.»

Символом домашнего очага традиционно считается семья аистов. Однако, на самом деле, самец и самка аистов никогда не летают вместе, не узнают друг друга вдали от гнезда и даже в большой перелет на юг они отправляются порознь.

Орнитолог Эрнст Шюц наблюдал как аист, вернувшись после зимовки раньше, встречал хлопаньем клюва появившуюся самку и оказывал ей привычные знаки внимания. Удивленный Шюц заметил, что эта самка не имеет кольца, то есть была чужой. Но аисту это было все равно, и он вместе с новой самкой занялся ремонтом гнезда. Через несколько дней прилетела настоящая хозяйка гнезда и прогнала самозванку. Аист равнодушно наблюдал за скандалом, а когда в гнезде воцарилась прежняя самка, то он спокойно продолжил ремонт гнезда уже с ней.

Как мы видим, в животном мире нет никаких признаков душевных отношений, поэтому глупо ориентироваться на красивые легенды и пытаться строить свою жизнь по нежизненным схемам.

Действительно, можно поставить себе целью любой ценой сохранить семью, потому что это ваш избранник, и вы должны быть с ним до конца, но это можно сделать только полностью отказавшись от счастья в вашей жизни. Вы будете только

непрерывно портить жизнь себе и партнеру, своей жизнью проверяя истинность мифа.

Поэтому в жизни нужно ставить реальные цели, тогда, добившись этих целей, вы испытаете самые яркие и красивые чувства. Итак, рассмотрим цели, вызывающие наиболее сильные чувства:

- приятельские отношения
- флирт
- интимная близость
- вступление в брак
- общение
- любовь

Приятельские отношения

Если человек вам понравился, а вы еще не определились с вашими чувствами, то первая цель – это установление приятельских отношений. Приятельские отношения – это такие отношения, когда вам обоим **приятно** быть вместе.

Приятельские отношения – это не дружба. Дружба предполагает помощь и взаимовыручку. Приятельские отношения – это просто совместное развлечение. И если настоящих друзей у человека должно быть мало, то приятелями, в принципе, могут быть все люди, с которыми он общается.

Для достижения приятельских отношений нужно понять, что просто быть хорошим человеком еще недостаточно. Каким бы замечательным человеком вы не были, желание общаться с вами может возникнуть только в том случае, когда от вас будут исходить какие-либо приятные чувства.

Каждый человек, встречаясь с вами, думает: «А чего хорошего от него ждать?» Если ответ на этот вопрос для него очевиден, то вы являетесь хорошим приятелем.

Поэтому для достижения приятельских отношений определите ваши наиболее привлекательные черты и сконцентрируйтесь на них с тем, чтобы доставить приятные чувства человеку.

Иногда женщины настолько озабочены своей внешностью, что считают для себя невозможным общаться с противоположным полом в силу несоответствия своей фигуры или внешности некоторым стандартам. На самом деле внешность действует очень короткое время, после чего человек к ней адаптируется и перестает замечать. Первые десять минут в обществе «мисс Вселенной» могут показаться раем, но если она глупа и недалека, то веселая толстушка с легкостью заткнет ее за пояс.

Приятно проводить время нужно **уметь**. Нельзя ждать, что простое совместное молчание приведет к хорошему настроению. Основными умениями для установления приятельских отношений являются:

- умение шутить
- умение слушать
- умение петь
- умение играть на музыкальных инструментах
- умение играть в спортивные игры
- умение танцевать

- умение готовить
- умение сочувствовать
- умение организовывать развлечения
- умение рассказывать интересные истории
- умение говорить комплименты

Совершенно не обязательно уметь все. Если у вас есть любое из этих умений, то именно его и развивайте. Тогда у вас не будет проблем с установлениями дружеских контактов. Вы будете желанным гостем в любом обществе. Помните, даже если вы замечательный во всех отношениях человек, но вместе с вами скучно, то вы обречены остаться в одиночестве.

Сидеть с кислым лицом можно только перед телевизором, он будет весело вещать и без вашего участия. Берите на себя инициативу в развлечениях, не заставляйте себя упрашивать, будьте снисходительны к людям, и вы станете душой компании (и в том случае, если компания состоит из вас двоих).

Иногда про одиноких людей, у которых проблемы с общением, говорят: «Как такой замечательный человек до сих пор один?» А все просто, он не умеет вести себя приятельски. Он ждет, что с ним будут знакомиться, его будут развлекать, перед ним будут устраивать представление. Ошибочность такого подхода легко понять, если представить, что на вечеринке собрались только такие люди. Насколько весело им там будет?

Приятельские отношения устанавливаются одинаково, независимо от того, мужчина перед вами или женщина. Главная задача в том, чтобы было не скучно вместе, а для этого нужно заниматься некоторым приятным делом. Не сидите с видом обиженного хомяка, а предложите решить кроссворд, сыграть в карты, потанцевать.

Иногда возникает вопрос: могут ли мужчина и женщина быть просто друзьями? Ответ прост. Могут, если только оба имеют отдельное сексуальное удовлетворение. В противном случае их отношения с наступлением сексуального голода неумолимо перейдут в близкие. Если же сексуального голода нет, то они могут превосходно находиться в приятельских отношениях.

Если вы выяснили, что у вас влюбленность, то так и оставайтесь в приятельских отношениях. Не нужно сближаться с человеком, просто наслаждайтесь жизнью.

Если же вы поняли, что у вас страсть, то переходите к флирту.

Флирт

Папаша-кот собрался уходить из дома.

Котенок его спрашивает:

- Папа, ты куда?

- Я пойду флиртовать.

- А можно мне с тобой?

- Пошли.

Вылезли они на крышу.

Папаша-кот и говорит сынку:

- Ты сиди здесь, а я скоро приду...

Сидит котенок, сидит... Дождик пошел, ветер подул

Отца нет. Котенок промок, замерз и думает:

- Еще немного пофлиртую и домой пойду...

Флирт часто понимается неправильно. Смысл флирта в том, что если вы мужчина, то ведите себя именно как мужчина. Если же вы женщина, то чувствуйте себя женщиной. Не нужно изображать из себя офисного робота или робота-домохозяйку.

Во-первых, не нужно себя обманывать. Был поставлен простой эксперимент. В комнату, где сидели несколько мужчин и решали какую-то тупую задачу, заходила женщина, чтобы собрать решения. Цель эксперимента была в том, что все мужчины были увешаны датчиками. Так вот, на простое появление женщины в комнате организм мужчин бурно реагировал. Но женщина была также увешана датчиками, и чем больше мужчин было в комнате, тем сильнее реагировало ее тело.

Тело не обманешь. Даже простой разговор с лицом противоположного пола – это уже флирт. Хотя со стороны все это выглядит, как скучный деловой разговор. А раз все так удачно, так пользуйтесь этим. Будьте мужчиной или будьте женщиной, и наслаждайтесь этим!

Ваша цель состоит в том, чтобы получить от общения незабываемые впечатления, но при этом не добиваться близости. Этого и не нужно. Вы просто заряжаетесь от общения, а собственно разрядку можете получить с вашим постоянным партнером.

Так как флирт без физической близости обществом не осуждается, то флиртовать вы можете где угодно и с кем угодно.

Каждый новый знакомый подарит вам совершенно новые оттенки страсти. Представьте, что перед вами новое захватывающее дух приключение и бросайтесь навстречу новым переживаниям.

Если человек другого пола вам нравится, то самым переживанием чувств вы уже флиртуете с ним. Вам приятно смотреть на него, вы задерживаете взгляд на нем, на лице у вас легкая улыбка, чаще всего уже на такие безобидные знаки внимания вы будете получать ответные чувства. Убедившись, что вашему партнеру приятно играть с вами в обжигающую игру флирта, приступайте к действиям. Цели флирта:

- показать, что человек сексуально вас привлекает
- намекнуть, что вам приятно быть с ним вместе
- испытать сексуальное возбуждение

Но если флирт заходит слишком далеко, то интимная близость становится неизбежной, иначе человек просто взорвется от охватившего его желания. Поэтому границы флирта нужно продумывать заранее и всегда держать себя в этих границах.

Интимная близость

Если у человека нет постоянного партнера, то близость – это его главная цель в силу неудовлетворенности базовой функции. В этом случае надо помнить, что секс без предварительного флирта имеет очень слабую силу чувств.

Если вы хотите вступить в интимную близость с незнакомым человеком, то главным лозунгом для вас должна быть: постепенность, постепенность и еще раз постепенность. В этом случае вы можете получить такой накал страстей, что запомните ваши отношения надолго.

С другой стороны, не следует сразу ставить своей целью близость несмотря ни на что. Помните, секс с вами – это большая честь. С таким отношением вы сделаете для вашего партнера гораздо более ценным близость с вами. Он не должен считать, что вы в любой момент готовы с ним лечь в постель. Он должен сомневаться в этом, это сделает ваши отношения очень волнующими.

Вступление в брак

Если ваша цель – это вступление в брак, то, кроме любовных чувств, у вас должны быть и другие чувства к этому человеку. У вас должны быть уважительные и доверительные отношения и желание вместе заниматься некоторой деятельностью.

Иногда брак воспринимается чуть ли не как вершина взаимоотношений. Это крайне опасное заблуждение, чреватое большими разочарованиями.

Брак – это катализатор отношений. Если у вас любовь, то брак многократно ее усилит. Если отношения неустойчивые, то брак полностью развалит их. Несогласие превратит во вражду, а неприязнь в ненависть.

Поэтому стремитесь к тому, чтобы до брака у вас были поводы проверить свои чувства. Лучше всего для этого подходят конфликтные ситуации. Как только у вас несогласие, то сразу легко оценить будущее вашего брака.

Если вы с честью выходили из этих ситуаций, искали компромисс, уступали друг другу, то можно вступить в брак. Если же конфликт постоянно разрастается, то с браком лучше повременить. Вы явно не созданы друг для друга.

Еще один миф состоит в том, что брак является гарантией каких-то чувств. Напомним, что брак – понятие экономическое. Только финансовая основа брака может сохранить брак при плохих отношениях. Если ее нет, то ситуацию не спасет и три штампа в паспорте.

Общение

Общение – это более высокий уровень потребностей, достигаемый только у личностей. Общение – это потребность высказаться и потребность ощутить ценность чужого мнения. Если у вас есть партнер, с которым вы можете общаться, то дорожите им.

Старайтесь всегда подчеркнуть, что он вам дорог, выделите для него время. Подготовьтесь к общению, продумайте, какие темы вы обсудите. Подробнее об этом мы поговорим дальше.

Любовь

Потребность в любви может быть только у человека цельного и душевно развитого. В вашем партнере ищите, прежде всего, личность. Выясняйте, насколько широки его интересы, каков уровень его чувства собственного достоинства и приступайте к общению.

Помните о том, что личности встречаются достаточно редко, поэтому, скорее всего ваш партнер хочет или физической близости или вступления в брак. Не стоит приписывать ему более возвышенных желаний, если только у вас не будет четких доказательств наличия таких желаний.

Если ваше общение в какой-то момент перерастет в душевное, то вы узнаете, что такое настоящая любовь!

Что он хочет от меня?

Лучше всего прямо спросить его об этом. Но в начале отношений люди склонны к смущению и не могут прямо говорить о своих чувствах. Тем более что общество накладывает строгий запрет на свободное проявление сексуальных желаний. Поэтому необходимо определять отношение к вам по косвенным признакам. Но помните, что в любом случае прямой разговор с человеком на интересующую вас тему является наиболее этичным способом выстраивания отношений.

Не стоит думать, что перед вами совершенно уникальный субъект, который хочет чего-то необыкновенного. Все люди одинаковы, и их желания выбираются из очень небольшого общего списка:

- физиологические потребности (дыхание, питание, секс)
- социальные (социальная значимость, уважение окружающих)
- духовные (потребность к творчеству и самовыражению)

Следовательно, если вы обеспечите человеку прогулку на свежем воздухе, восхитительный ужин и нежные ласки, то это понравится любому от дикаря до личности.

Если вы скажете, что человек достиг успеха в жизни, его работа имеет очень важное значение, что вам приятно быть с ним, что он обаятелен, и все вокруг в восторге от него (говорить только факты, в противном случае вы станете примитивным льстецом) – и вы завоевали расположение обывателя и личности.

И, наконец, если вы предоставите ему возможность проявиться во всем блеске своего таланта, то и личность будет у ваших ног.

Иногда кажется, что человек хочет и других целей, например, иметь красивое платье или спортивный автомобиль. Однако для проверки ошибочности такого взгляда достаточно предложить женщине самое роскошное платье, но при условии, что она никогда не наденет его в обществе, а мужчине предложить шикарный автомобиль при условии, что ни одна женщина не должна узнать, что он у него есть. Они сразу откажутся от таких предложений.

Очевидно, что ценность этих вещей сразу пропадает, если с помощью них нельзя вызвать восхищение других людей. То есть все эти тряпки и железки нужны только достижения тех же самых целей: любви и уважения других людей.

Поэтому лучше не отвлекаться на тряпки и железки, а основное внимание уделять именно вашим отношениям с другими людьми и тем чувствам, которые вы испытываете.

При этом надо помнить, что наиболее впечатляет новизна переживаний, поэтому нужно стараться не повторяться и не действовать по шаблону, корректируя ваше поведение от текущего состояния партнера. Ну, конечно, не забывать и о ваших чувствах! Нужно всегда искать пути согласования ваших чувств.

Самое важное при выяснении чувств вашего партнера состоит в том, что если даже люди хотят различных вещей, то они всегда могут сделать жизнь друг для друга более счастливой.

Вся колоссальная нелепость скандалов и ссор между мужчинами и женщинами состоит в том, что оба человека могут элементарно стать счастливыми. Для этого надо только выяснить, что они хотят друг от друга и подарить это. Конфликты в бытовых или деловых вопросах могут происходить из-за противоположных целей конфликтующих сторон, но в любовных чувствах цель у обоих одна – испытать сильные чувства.

Поэтому постоянно обращайтесь внимание на своего партнера, выясняйте, что он хочет и ищите то общее, что устраивает обоих.

Внимание к человеку - это основное условие хороших отношений.

Теперь детально рассмотрим, как узнать отношение человека к вам.

Признаки интереса к вам

При определении чувств человека к вам нужно двигаться снизу вверх. Человек меньше всего контролирует поведение своих ног, а лучше всего контролирует лицо. Соответственно, чем ниже часть тела, тем она искренней.

При осмотре человека обращайте внимание на ступни, колени, корпус, руки, положение головы, губы и глаза.

По одному признаку делать вывод нельзя, но если есть два-три совпадающих признака, то о чувствах человека можно судить достаточно уверенно.

Вы вызываете интерес у человека если:

- носки ног повернуты в вашу сторону.
- колени в естественном положении
- корпус развернут к вам.
- руки спокойно лежат
- человек поворачивает к вам голову, когда вы в общей беседе хотите что-то сказать.
- губы расслаблены или на них легкая улыбка
- человек задерживает на вас взгляд

Если вы уже общаетесь с ним, то самый главный критерий интереса – это время, которое человек вам уделяет. Если вы видите, что ваша беседа затягивается, но поддерживает ее ваш собеседник, то можете быть уверены – вы его интересуете!

По выражению его глаз вы моментально можете оценить, насколько вы приятны человеку и имеет ли смысл продолжать знакомство. Если вы приятны человеку, то его зрачки расширятся.

Признаки неприязни к вам

Признаки неприязни определить проще, так как они достаточно выразительны:

- ступни и корпус повернуты от вас
- тело напряжено
- колени сжаты
- руки скрещены на груди или барабанят по столу
- голова откинута назад
- губы поджаты
- взгляд направлен в сторону

Признаки страсти

Общие признаки страсти для мужчин и женщин:

- человек уменьшает физическую дистанцию
- понижает голос при разговоре
- старается прикоснуться

Если мужчина переживает страсть, то выброс гормонов в первую очередь воздействует на его мышцы. Поэтому, если женщина его сексуально интересуется, то у него автоматически расправляются плечи, поднимается подбородок, напрягаются мышцы.

Мужчина питает к вам страсть, если:

- расправляет плечи
- поднимает голову
- напрягает мышцы
- подтягивает живот

Определить чувства женщины во время страсти проще, чем чувства мужчины. Это связано с тем, что этикет предписывает женщине гораздо более строгое поведение, поэтому, если она проявляет любое нестандартное поведение, то это говорит о весьма сильных чувствах. Однако для того, чтобы определить, что это поведение действительно нестандартно для нее, то лучше понаблюдать, как эта женщина ведет себя с другими мужчинами.

Если она вас увидела в первый раз, то признак того, что вы ее сексуально заинтересовали, состоит в том, что она поправит прическу. Это связано с тем, что женщина очень существенное внимание уделяет своей внешности. Поэтому, если она видит по-настоящему интересного мужчину, то ее мысли машинально переключаются на то, как она выглядит. Не стоит только путать это со случаем, когда она действительно поправляет прическу. Разница в том, что в первом случае она не поправляет, а как бы поправляет, слегка притрагиваясь к волосам.

Из этого следует самый простой способ проверки того, насколько реально для вас пользоваться большим успехом у женщин. Если большинство идущих вам навстречу женщин машинально вскидывают руку к голове, то вы можете считать себя героем-любовником.

Женщина питает к вам страсть, если:

- пристально смотрит на вас
- говорит общие фразы о мужчинах
- сидит полностью расслабленно
- учащенно дышит
- приподнимает грудь

Определение влюбленности

Возникновение влюбленности определить не так просто. Главным признаком того, что вы произвели сильное впечатление на человека, является легкое приподнимание бровей. Это движение бровями является кратковременным, оно

длиться не более полсекунды и его можно заметить, только если пристально наблюдать за человеком.

Научиться обнаруживать это движение бровей легче, если потренироваться заранее. Для этого нужно обратить внимание на то, какое впечатление производит яркая красавица на человека, который впервые ее видит.

Определить сильную влюбленность легче легкого. Человек просто впадает в ступор и не может оторвать взгляд от вас, речь становится прерывистой, выражение глаз восторженное.

Человек буквально не отстает от вас. Говорит, что не может жить без вас. Относится к вам восторженно, рад каждому вашему слову.

Определение любви

Для определения любви косвенные признаки не требуются. Если вы каждый день вместе уже несколько лет и при этом не ссоритесь, а получаете наслаждение от общения. Если вы с вашим любимым человеком полностью расслаблены и являетесь самим собой. Если вам приятно провести время именно с ним, то у вас любовь.

Как мне себя вести, чтобы достичь гармонии в наших отношениях?

В первую очередь вы должны согласовать ваши цели и найти то общее, которое интересует вас обоих. Для достижения гармонии вы должны иметь:

- точное представление о цели
- готовность к планомерным действиям
- готовность к самоизменению
- уважение к чувствам партнера

Точное представление о цели

Вы не должны себя обманывать. Если вы хотите купить кофе, но будете всячески скрывать это от продавца, то в итоге сможете купить все, что угодно, но только не кофе.

В любовных отношениях человек часто забывает об этом. Он говорит себе – я хочу завязать хорошие отношения со скромной девушкой, но на самом деле хочет только секса.

Хуже всего дела обстоят у женщин. Постоянное стремление выглядеть хранительницей домашнего очага приводит к тому, что все свои желания женщина искажает в сторону некоторой абстракции и в результате постоянно ощущает неудовлетворенность. Психологам известны случаи, когда многие внешне добропорядочные домохозяйки признавались, что их тянет к самым грубым мужикам. Конечно, на самом деле их интересовал более страстный секс, но они не могли себе в этом признаться, а объясняли различными посторонними мотивами.

Поэтому, какой бы аморальной по вашим представлениям не была ваша цель, вы должны признаться себе в том, что именно она и есть ваша настоящая цель. О ней не стоит трубить направо и налево, но в глубине души вы ее должны осознавать и не стыдиться.

Например, вы хотите нестандартного секса. В вашем окружении такое желание может безоговорочно осуждаться, но мире существует несколько миллиардов человек. Поэтому даже если вы хотите чего-то экзотического, то как минимум миллион человек хочет того же самого. Все, что вам надо сделать, - это найти единомышленников.

С другой стороны, вы можете хотеть иметь возможность поделиться своими мыслями и чувствами. Открыть душу. Иногда мужчины по вызову сталкиваются с тем, что женщина, которая их заказала, хочет не секса, а простого общения. Если вы будете искать душевных отношений через секс, то вас ждет большое разочарование.

Готовность к планомерным действиям

Вы выяснили, что ваш партнер хочет совсем другого, чем вы. Не переживайте, это не катастрофа! Это наиболее естественный вариант. Почему, собственно, он должен хотеть того же самого? Если вы ничего не делаете, то совпасть ваши чувства могут только случайно.

Именно с того, что вы хотите разных вещей, и начинаются любые отношения. Вопрос не в том, что у вас разные желания, а в том, что вы готовы сделать для другого, чтобы он сделал что-нибудь для вас.

Если вам предстоит построить дом, то вы прекрасно представляете, что это долгая и серьезная работа. Необходимо все тщательно распланировать и затем приступить к строительству, этап за этапом.

Но может быть поступить проще? Свалить с грузовика кирпичи, авось они сами как-нибудь сложатся в дом?

Вам кажется это глупым? А теперь вспомните любой эпизод, когда какой-то человек вам очень понравился. Что вы стали делать? Вы подошли к нему, постарались заговорить с ним, выяснили, что он хочет, или, наоборот, сидели и мечтали, что вот сейчас он подойдет сам, сам заговорит, и ваши отношения сложатся как-то сами по себе?

Иногда кажется, что нужно сделать какие большие, эффектные шаги. Устроить грандиозный скандал или театрально признаться в любви. Действительно, фанерные декорации помогут за несколько минут возвести целый дворец. Но, к сожалению, эти декорации рассыпаются еще быстрее, чем строятся.

Настоящее прочное здание возводится каждый день, кирпич за кирпичом. **Только планомерные и ежедневные усилия позволят вам гарантировано достичь любой цели.**

Если вы слышите, как пианист играет прекрасную мелодию, то вы прекрасно представляете, что до этого он очень долго играл простые гаммы. Поэтому, если вы хотите переживать прекрасные чувства, то перед этим вы должны долго учиться общаться с людьми.

Очень часто люди совершенно не задумываются о силе планомерных действий в отношениях между людьми. Иногда они удивляются: «Как такой невыразительный парень сумел покорить такую красавицу?». Хотя, если каждый день кирпич за кирпичом строить ваши отношения, то можно достичь совершенно поразительных результатов.

Какой кирпич вы положили сегодня?

Готовность к самоизменению

Иногда кажется, что вы не сможете понравиться человеку, потому что он не любит таких, как вы. «Не мой тип». На самом деле «его тип» сложился из-за того, что был кто-то в этом типе, кто ему понравился. Если вы ему понравитесь, то через некоторое время вы также станете «его типом».

Для этого нужно только, чтобы от вас были приятные чувства. Если он чего-то хочет от вас, то просто подарите ему это. Подарите от всей души и безо всяких условий!

Не следует самоизменение путать с подбострастием и угодливостью. Различие в том, что при естественном поведении самому человеку приятно общаться и подстраиваться под своего партнера. Если же он делает это с внутренней неохотой, ломает себя, то это низменные чувства и ничего более.

Уважение к чувствам партнера

Иногда появляется соблазн к насильственному удержанию партнера. В настоящее время масса объявлений о том, что вам помогут вернуть любимого, и советов, как расставить сети, чтобы завладеть человеком.

Вы должны для себя решить четко и определенно, что вы действуете только прямо, открыто и от всей души. Иначе все ваши чувства станут низменными и вы прежде всего отравите жизнь самому себе. Не говоря уже о том, что все эти способы содержат в себе внутренний обман.

Хитро расставленная ловушка может вам вернуть человека, но не вернет чувства!

Использование различных уловок, заговоров и любовных напитков есть не что иное, как проявление чувства собственности, то есть крайне низменное занятие.

Самое важное о порядке решения любовных проблем

Строя отношения с человеком, ясно представляйте себе свою цель.

Внимание к человеку – это основное условие хороших отношений.

Только планомерные и ежедневные усилия позволят вам гарантированно достичь любой цели.

Глава 2. Нормы морали

Для того, чтобы добиваться своих целей в любовных отношениях необходимо выяснить моральные нормы вашего партнера. Это важно по двум причинам.

Во-первых, хотя вы имеете свои взгляды на любовные чувства, однако у вас среди совершенно правильных взглядов могут встретиться полностью нелепые и здорово испортить вам жизнь.

Во-вторых, особенностью любовных чувств является общение с партнером, а у него могут быть совершенно другие взгляды. В результате вы должны или расстаться с ним, или понять, почему он так думает, и найти точки соприкосновения.

Помните, что если ваш партнер является обывателем, то чрезвычайно ценит установленные правила. Иногда из-за простейшей мелочи типа допустимости орального секса он может счесть вас развратным и негодным человеком.

Возможно, что вы считаете себя абсолютно правым и являетесь эталоном морали. Возможно, наоборот, вы достаточно озадачены тем колоссальным различием во взглядах на мораль у разных людей и не понимаете, кто же прав. И в том, и в другом случае нужно понять, что любые умственные конструкции и теории проверяются только силой чувств того человека, который их придерживается.

Тот более прав, кто более счастлив!

Не стоит держаться за те взгляды, которые противоречат природе человека и делают его жизнь непрерывной чередой страданий. Не стоит ради сомнительных принципов коверкать свою жизнь. Нужно продумать каждый моральный принцип и понять, насколько он верен и к чему ведет.

Чтобы вы не растерялись во всем многообразии сексуальных моральных норм, рассмотрим наиболее распространенные:

Нормы страсти

На заре человеческого общества, когда поголовно все были дикарями, секс считался совершенно естественным процессом и признавался во всех его видах. Точно также же, как современный человек может удовлетворить голод тысячьою способов и выберет тот, который более удобен в данный момент, так и дикарь выбирал любой вариант удовлетворения сексуального голода.

Появление государственного устройства и необходимость подчинения огромных людских масс вызвало потребность в наиболее эффективных способах давления на человека. Одним из самых мощных средств давления оказалась сублимация. Достоинство сублимации в том, что сублимированный человек проявляет сверхчеловеческие возможности для достижения поставленных ему целей. Правящие круги получают не просто управляемый народ, но народ, который готов отдать свою жизнь за своих хозяев. Чем более мощным является государство, тем более мощным была сублимация. Сами хозяева сублимацией не занимались и всегда имели полную свободу в сексе.

Во время революционных потрясений в первую очередь происходило сексуальное освобождение, которое затем постепенно опять заключалось в русло главенствующей идеологии.

Поэтому нормы морали делятся на сублимированные нормы для народа, в которых страсть порицается, и на свободные нормы для власти, в которых страсть признается высшей ценностью.

Существуют следующие нормы сублимированной морали:

- репрессивная
- пуританская
- ханжеская

Репрессивная мораль

Репрессивная мораль предполагает полный отказ от секса и полную сублимацию в служение некоторой религиозной или идеологической организации. Запрещается не только близость, но любые упоминания, разговоры и малейшие намеки на секс. Полностью запрещено даже медицинское обсуждение проблем с половыми органами.

Репрессивная мораль господствовала в католической церкви в средние века.

На заре христианства секты проповедовали любовь к ближнему, поэтому во многих сектах были достаточно свободные половые отношения. После того, как римская католическая церковь стала мощным государственным образованием, она быстро поняла, что наиболее верный способ сделать прихожан преданными церкви состоит в сублимации их сексуальных потребностей.

Основные положения репрессивной морали:

- секс – это зло
- сексуальное возбуждение противостоит естеству
- идеал – полное воздержание
- секс допустим только для зачатия
- полный запрет противозачаточных средств
- полный запрет аборт
- полный запрет на сексуальное просвещение

Репрессивная мораль существенно подавляет сознание человека. Люди постоянно вынуждены сублимировать свои потребности в служение хозяевам – это идеальные рабы. Общества, построенные на репрессивной морали, не дали миру известных и талантливых людей. Это болезненные и очень агрессивные создания.

Самым ярким проявлением сублимации в агрессию являются так называемые процессы против ведьм. Тысячи женщины были подвергнуты чудовищным пыткам и сожжены. То, что данные процессы имели под собой сексуальную неудовлетворенность, легко подтвердить многочисленными примерами. Инструкция для пыток – средневековый трактат «Молот ведьм» - требовал перед проверкой на сатанизм раздеть ведьму догола. Как видите, это чистейшая сублимация секса в насилие.

Обратная сторона репрессивной морали состоит в отождествлении секса и насилия. Стремление к сексуальному удовлетворению в мистике и сатанизме.

Очевидно, что в репрессивной морали никакой страсти быть не может. Любые проявления сексуальной активности воспринимаются как проделки дьявола.

Пуританская мораль

Во время эпохи Возрождения потребовались не просто послушные рабы, но люди, которые могли бы сами действовать и активно строить предприятия и заводы. А для этого нужны не агрессивные и слабые, а энергичные и волевые работники. Началась реформация церкви, и секс был выпущен на свободу. Появилась пуританская мораль. Пуританская мораль дает следующее послабление. Секс существует, но его нужно держать в клетке. Был изобретен даже пояс целомудрия, который позволял буквально в смысле запирает на замок женскую сексуальность.

Пуританская мораль принята в протестантской и православной церкви.

Основные положения пуританской морали:

- секс допустим не только для деторождения
- контрацепция разрешена
- священнослужители могут вступать в брак
- полный запрет доброго и внебрачного секса
- полный запрет на обсуждение секса

Однако, если секс выпущен на свободу, то его очень тяжело удержать в этих рамках. Для того, чтобы эти рамки соблюдались, в пуританской морали вводятся жесткие меры для поддержания моральных норм:

- за внебрачный секс уголовное преследование
- за добрый секс изгнание из общества
- за мастурбацию кастрация
- за гомосексуализм смертная казнь

Впрочем, даже такие зверские законы не могли полностью поместить сексуальную жизнь в смиренную рубашку. Разрешение и одновременный запрет делали страсть чрезвычайно сильной. Для снятия сексуальной напряженности появились карнавалы, которые полностью отменяли все сексуальные запреты.

Ханжеская мораль

Светское общество, купечество, мелкие лавочники находились в промежуточном положении. Верховная власть не слишком давила и принуждала их. Поэтому, хотя от них и требовалась сублимация, но сильного контроля за поведением не было. В результате появился особый вид морали – ханжеская мораль.

Ханжеская мораль появилась в светском обществе, а потом распространилась в качестве государственной морали в светских государствах.

Ее особенность в том, что она признает наличие, притягательность и силу секса самого по себе, безотносительно к зачатию. Поэтому секс в ханжеской морали является безусловной ценностью. Но ценностью, пользование которой должно быть всячески ограничено.

С точки зрения ханжеской морали секс морален только:

- в браке
- вдвоем
- с лицом противоположного пола
- между лицами приблизительно одного возраста
- в темноте

- в одной позе
- исключительно генитальный
- и без чрезмерного наслаждения

Любые отклонения от этих ограничений должны постоянно контролироваться и немедленно искореняться. Но эти отклонения искореняются не уголовным путем, а путем общественного осуждения.

Человек может выйти за эти границы, но ни в коем случае не должен попадаться, в противном случае он считается опустившимся и недостойным человеком. Правда, в этом случае человек все же не уничтожается и не калечится, а просто изгоняется из общества. Если же человек не попался, а только заподозрен в нарушении моральных норм, то его социальный статус может даже повыситься.

В ханжестве появляется двойная мораль. В других моральных системах различия между мужчинами и женщинами в запрете секса не существует. Но в ханжестве очень важен именно факт обнаружения аморального поведения. И здесь большую и совершенно неестественную роль начинает играть девственность. Поэтому женщины в ханжеской морали попадают в более тяжелые условия. Добрачная потеря девственности покрывает женщину страшным позором. Таким же позором является внебрачная беременность или беременность в браке, но при длительном отсутствии мужа.

К мужчинам ханжеская мораль относится более благосклонно, так как мужчину тяжелее уличить в аморальном поведении.

В ханжеской морали человек постоянно вынужден свои сексуальные порывы сублимировать в скандалы, сплетни, подглядывания, подслушивания.

На этой основе построены бесконечные сериалы, весь сюжет построен на том, вышел ли сеньор Хулио за пределы установленных ограничений или **еще** не вышел. А если вышел, то как, с кем и сколько раз. А если мог выйти и не вышел, то почему он такой дурак?

Нормы свободной морали

Теперь рассмотрим нормы свободной морали:

- прагматическая
- оргиастическая
- гуманистическая

Прагматическая мораль

Прагматическая мораль исходит из следующего принципа. Раз секс — это неотъемлемая потребность человека, то чем более человек богат, славен и могущественен, тем больше секса он может иметь.

Прагматическая мораль принята в исламе, даосизме и в кругу богачей, ценящих роскошную жизнь.

Прагматическая мораль в сексе ничего не запрещает, но каждой сексуальной потребности ставит в соответствие ее цену. Если человек богат, то он имеет гарем и полную сексуальную свободу. Если человек беден, то он должен продавать свое тело

и свои ласки. Если же он совсем беден, то его кастрируют и превращают в евнуха, который должен обслуживать господ.

На прагматической морали построена многомиллиардная секс-индустрия, которая занята тем, чтобы удовлетворить все мыслимые и немыслимые сексуальные потребности.

Впрочем, в прагматической морали страсти практически нет, так как для одного партнера секс – это покупка, а для другого секс – это работа.

Работники коммерческого секса могут выполнять работу очень хорошо, но у них нет внутренней потребности заниматься сексом, поэтому они ведут себя чисто механически. Это просто машины для секса.

Оргиастическая мораль

Оргиастическая мораль – это полное признание секса во всех видах как наиболее приятного занятия и развлечения в жизни.

Оргиастическая мораль всегда принималась на уровне хозяев жизни. Императорские дворцы и королевские замки всегда были главным оплотом оргиастической морали. Однако, как только народ совершал революцию, то оргиастическая мораль тут же охватывала революционные массы.

Основные признаки оргиастической морали:

- высокая сексуальная активность
- стремление любые отношения заканчивать сексом
- стремление к бисексуализму и гомосексуализму
- частая смена партнеров
- групповой секс
- сексуальная изоэтрность

Примерами оргиастической морали являются императорский Рим в период расцвета Римской империи, французский двор при Людовиках, английский двор при Карле II. Оргиастическая мораль обычно появляется во всех обществах и сектах, которые выходят из повиновения. Примером такого общества может служить движение хиппи.

В оргиастической морали страсть весьма слаба, так как сексуальный голод утоляется сразу, как только он появляется.

Гуманистическая мораль

В тех странах, где человек является свободным, и личность не подавляется государством, принята гуманистическая мораль. Гуманистическая мораль на первое место всегда ставит душевное и физическое здоровье человека. В гуманистической морали секс признается высшей и святой ценностью в жизни.

Гуманистическая мораль была принята в Древней Греции и странах Юго-Восточной Азии, а также во многих племенах Африки и Америки. В этих обществах существовали фаллические культы и сексуальные обряды.

Наибольшего расцвета гуманистическая мораль достигла в индуизме. В индуизме секс признается божественным ритуалом. Считается, что через секс в человека проникают силы космоса. Сексуальные отношения являются святыми, и им строят храмы.

Одно из направлений йоги – тантризм – использует секс как средство исцеления болезней и физического совершенствования человека.

Основные признаки гуманистической морали:

- признание секса как неотъемлемой части духовной жизни
- высокая сексуальная культура
- наличие эротического искусства
- гармония секса и личности

Страсть в гуманистической морали также является святой ценностью, и именно ее проявлениям и посвящено все эротическое искусство.

Современные нормы морали

Современные нормы морали характеризуются в первую очередь смешением этих норм. Хотя в странах, где развито христианство, репрессивная и пуританская мораль наложила серьезный отпечаток, но они уже не имеют той безграничной силы, которую имели в прошлом.

Главный принцип развития моральных норм состоит в том, что **нормы, навязанные человеку извне, заменяются на нормы, которые человек выбирает сам для более счастливой и радостной жизни.** Однако, нормы морали меняются гораздо медленнее, чем условия жизни. Например, в связи с высоким уровнем детской смертности во многих странах в прошлом запрещалась контрацепция. Но и сейчас, когда детская смертность во много раз ниже, постоянно ведутся споры о соответствии контрацепции нормам морали.

В результате сочетания быстрого развития цивилизации и медленного изменения социальных догм изменение моральных норм проходит крайне противоречиво.

С одной стороны, с возрастанием цивилизованности государств на уровне государственной идеологии идет постепенный переход от пуританской морали к ханжеской. Отменяются статьи уголовного кодекса, преследующие сексуальные вариации (внебрачный секс, гомосексуализм). Появляются общества, защищающие права сексменьшинств. Допускаются различные формы брака (гомосексуальные браки, шведская семья).

С другой стороны, развитие мировых средств обмена информацией (радио, телевидение, Интернет) дало гражданам этих государств возможность критического сравнения самых разных вариантов поведения. Поэтому человек, получивший воспитание в рамках сублимированной модели, видит возможность других видов отношений и начинает искать свой путь. Чаще всего – это смесь самых разнородных представлений, которая может привести к серьезным проблемам в жизни и неврозам, если только человек не отнесется к своим моральным нормам серьезно.

Если вы ничего не знаете о человеке, то лучше всего предположить, что он придерживается ханжеской морали. И только по мере знакомства с ним выясните, каких норм морали он придерживается на самом деле.

Какой же набор моральных норм наиболее правильный? Ответ, возможно, вас удивит. Никакой! Дело в том, что если человек уже имеет некоторое представление о

правилах приличного и недостойного, то нельзя грубо ломать эти представления или высмеивать их.

Человека нужно уважать и уважать его взгляды. Если вы сталкиваетесь с сублимированным человеком, то секс для него является постыдным и грязным занятием. Все, что с ним связано, омерзительно для него. В том числе и ваши попытки изменить его отношение к сексу на противоположное.

У каждого человека есть понятия, которые для него святы. Издеваться над ними – это значит подвергать человека страшному унижению.

Если же сам человек видит, что он страдает из-за своих взглядов, то лучше дать ему возможность сравнить различные варианты поведения и выбрать тот, который более всего соответствует его физиологии.

Главное в отношениях норм морали – нельзя навязывать свои представления другим.

При любых разногласиях может быть только один аргумент. Тебе этого хочется, а мне нет! И все!

В нормах морали нет единственной, исключительно правильной точки зрения. Слишком много взаимосвязанных факторов, чтобы делать категоричные и примитивные умозаключения.

Если вы видите, что ваши взгляды коренным образом отличаются от взглядов окружающих вас людей, то не спорьте с ними и не пытайтесь их переделать. Лучше всего найти знакомых, которые придерживаются тех же взглядов, и заниматься сексом с ними.

Нормы влюбленности

Влюбленность имеет слабое значение для государства, поэтому нормы идеологии практически никогда не вмешивались в регулирование влюбленности. Как правило, нормы влюбленности воспитывались произведениями искусства.

В некоторых обществах считалось, что влюбленность – это вариант некоторой болезни, психического отклонения. Действительно, очень трудно понять поведение человека, который ради, на первый взгляд, обычной женщины готов полностью переменить свою жизнь, а если она отказывается ему во взаимности, то кончает жизнь самоубийством.

В некоторых обществах считалось, что влюбленность – это действие некоторых мифических сил. Иногда так и говорят: «Она его приворожила».

Появление кино и телевидения сделала влюбленность массовым явлением. Поклонники и поклонницы кинозвезд и эстрадных исполнителей постоянно дают примеры самого неистового поведения. Они просто осаждают своих кумиров, дежурят целыми сутками у подъездов, стремятся оторвать кусочек одежды на память.

В свою очередь меняется и отношение к влюбленности в общественной морали. Успехи косметики и макияжа позволяют приблизить свою внешность к звездным стандартам. Стремление вызывать влюбленность становится одним из самых существенных желаний. Далее мы рассмотрим, как правильно действовать в этом направлении.

Нормы любви

Любовь ценится очень высоко в большинстве религий и идеологий. Ценность любви настолько высока, что иногда некоторые проповедники, чтобы обратить людей к вере, заявляют: «Бог есть любовь». Хотя это означает, что если любовь служит для привлечения к богу, то любовь выше бога.

Любое движение к любви, даже самое маленькое, всегда приветствуется обществом, поэтому любящий человек – это всегда и уважаемый человек. Завоевав любовь одного человека, вы завоеуете уважение многих людей.

Выстраивание своих моральных норм

Существенным свойством личности является постоянный контроль за своими моральными нормами.

Все, что человек имеет – это следствие его предыдущих поступков.

Если он сам себя не уважает, у него плохая, скучная и безрадостная жизнь, то виноват он сам. Его жизненные принципы являются ошибочными и противоречивыми. Поэтому, попав в очень тяжелую ситуацию, он должен, прежде всего, обратить свое внимание на свои моральные нормы и выяснить, в чем именно у него ошибка, насколько они соответствуют реальной жизни.

Самое важное о моральных нормах

Главное в отношениях норм морали - нельзя навязывать свои представления другим.

Тот более прав, кто более счастлив!

Все, что человек имеет – это следствие его предыдущих поступков.

Глава 3. Как себя вести в любовных отношениях

Ваше поведение должно зависеть от того, какое чувство является определяющим. Чаще всего это страсть, поэтому сначала объясняйте любое ваше влечение к человеку страстью. И только если близость с человеком вас не привлекает, тогда анализируйте ваши чувства на предмет влюбленности или любви.

Определив свое чувство, приступайте к действию. Никакие охи и вздохи в углу за печкой не приведут вас к успеху! Своим бездействием вы будете причинять страдания не только себе, но, возможно, и вашему партнеру, так как он также может хотеть сближение с вами.

Если вы получаете чувства от определенных жизненных ситуаций, то планируйте, подготавливайте и организуйте эти ситуации. Не надо ничего ждать! Никто ни придет, и не будет делать это для вас. Не надо ни от кого зависеть.

Мастерство общения

Смысл любого разумного и целенаправленного поведения состоит в использовании инструментов. Каждый инструмент – это волшебная палочка, которая помогает сделать жизнь такой, какая вам хочется. Без инструментов вы ничто. Если вы хотите сделать табуретку, то вам нужны рубанок, пила и молоток. Никакой шаман или экстрасенс не превратит пару досок в табуретку своими плясками или заклинаниями. В любом деле нужно сначала научиться работать с инструментами, а уже потом можно добиваться реальных результатов.

В любовных отношениях инструментами являются:

- взгляд
- слово
- художественный образ
- прикосновение

Каждый из этих инструментов при правильном поведении обладает потрясающим воздействием на человека. Чем лучше вы владеете каждым из этих инструментов, тем легче вы будете налаживать отношения с людьми. Применение этих инструментов называется **общением**. Хорошо владеющий этими инструментами человек называется мастером общения.

Взгляд

Категорически нельзя не смотреть на собеседника вообще или непрерывно на него пялиться. Правильное использование взгляда состоит в том, что вы время от времени поглядываете на человека и слегка задерживаете на нем взгляд. Чем более вы его задерживаете, тем больше даете понять человеку, что вы его интересуете.

Слово

Слово – это универсальный инструмент в любых отношениях между людьми. Наибольшей силой обладают слова, которые правдивы, но показывают человека в

неожиданном ракурсе. Создают новый образ человека. Ни в коем случае нельзя использовать лесть. Лесть – это грубая манипуляция, которая быстро распознается и приводит к ухудшению отношений.

Художественный образ

Художественный образ обладает очень быстрым воздействием, поэтому постарайтесь выразить ваши чувства стихами или песней. Напишите картинку или хотя бы сделайте фотографию человека, который вам нравится. Это наиболее эффективный способ привлечь его внимание. Если обладаете художественными способностями, то попробуйте научиться быстро рисовать портрет человека, который бы выражал определенные чувства.

Прикосновение

Главное в прикосновении – это умение найти тонкую грань между простым тычком и навязчивым поглаживанием. Лучше всего это сделать, если человек будет ожидать вашего прикосновения. Тогда по изменению его позы, напряжению мышц вы можете понять, насколько нежным будет ваше прикосновение. Важно учитывать, что прикосновение обладает сильным подсознательным действием. Психологи установили, что если незнакомый человек при встрече слегка прикасался к испытуемым, то они оценивали его качества гораздо выше.

Становление мастера

Если вы боитесь, смущаетесь или стесняетесь, то поймите, что **любое мастерство появляется от повторения**. Маленькому ребенку очень тяжело начать ходить. Он постоянно падает и вынужден держаться за разные предметы. Но каждый день он вновь и вновь повторяет свои попытки, пока ходьба не станет делом, которое он делает автоматически.

Также и любовные отношения. Общайтесь, не придавая значения тому, что вы сказали или сделали что-то неудачно. Делайте маленькие шажки, но каждый день, и скоро вы станете мастером общения.

Сначала рассмотрим такую важную вещь, как различие между деловым и любовным поведением. Деловое поведение – это вежливое и корректное поведение, в котором сочетаются:

- спокойный голос
- определенная дистанция
- разговор только по существу дела

В свою очередь любовное поведение включает

- прикосновения
- долгие разговоры
- интимные признания
- вопросы на личные темы

Принципиальное различие между этими видами поведения состоит в том, что в деловом поведении главным является само дело, а все остальное – только помехи.

В любовном поведении главное – это именно чувства. В любой момент вы можете менять эти типы поведения, приближаясь к человеку – если он вызывает приятные чувства, или отдаляясь – если неприятные.

Всегда начинайте общение с людьми с делового поведения.

Это полностью обезопасит вас и даст возможность узнать человека и приглядеться к нему. И затем постепенно переходите к любовному поведению, если чувствуете, что человек симпатизирует вам. Главное преимущество делового поведения в том, что у вас не могут возникнуть никаких недоразумений. Вы только что познакомились и имеете совершенно разные взгляды на жизнь. Поэтому любая ваша сомнительная фраза или поступок может быть истолкована совершенно превратно.

Если вы женщина и считаете, что вам не удобно проявлять инициативу, то тем более начинайте общение с делового поведения. Попросите мужчину помочь вам и дайте возможность ему обратить на вас внимание. Деловое поведение абсолютно ничего не означает и ни к чему не обязывает. Но, с другой стороны, оно позволяет с легкостью перейти к любовному поведению.

Очень плохо выносить суждение о человеке по первому взгляду. Здесь всегда срабатывает тот же принцип, что и при возникновении влюбленности.

При первом взгляде на человека ваше отношение к нему определяет образ, который этот человек вам напомнил.

Этот образ не имеет отношения к этому человеку, но очень сильно влияет на ваше к нему отношение. Поэтому не торопитесь выносить суждения по первому впечатлению.

Боязнь отказа

Наиболее неприятным барьером, который встает на пути к успешному установлению отношений, является боязнь отказа. Чем больше вас человек привлекает, тем более неприятен будет отказ.

Существуют следующие пути решения этой проблемы:

- изменить отношение к отказу
- повысить общую коммуникабельность
- сделать отказ маловероятным

Изменить отношение к отказу

Боязнь отказа имеет своим источником мысль о том, что отказ понижает ваш социальный статус. Вы становитесь изгоем, человеком второго сорта.

На самом деле отказ не имеет к вам никакого отношения, а определяется ситуацией. Ваш собеседник просто не в том настроении, чтобы реагировать на вас.

Не следует сразу считать себя отвергнутым. Найдите точки соприкосновения. Выясните, что с вами ему было бы приятно сделать. Подождите другого момента, когда человек будет в более подходящем расположении духа. Но в другой раз свое предложение делайте в гораздо более легкой форме, чтобы не быть навязчивым. А вот если и во второй раз вам отказали, значит вы не сумели заинтересовать человека. Но с другой стороны, он и не захотел интересоваться вами. Тогда зачем он вам?

Если этот человек для вас очень привлекателен, то представьте, что вы просто рискнули. Посмотрите на свое предложение, как на ставку в казино. Хотя вы не выиграли, но зато испытали азарт игры.

И еще раз вспомните.

Неудача – это огонек маяка, который предупреждает об опасных рифах и советует подкорректировать курс.

Повысить общую коммуникабельность

Психологам давно известен тот факт, что когда человек успешно решил простую задачу, то шансы решить сложную у него увеличиваются. Прочитайте предыдущую фразу еще раз, так как она – ключ к успешному знакомству. Не пытайтесь сразу познакомиться с девушкой вашей мечты, если вы боитесь этого. Сначала познакомьтесь с девушкой не вашей мечты. Если боитесь знакомиться с девушками вообще, научитесь сначала знакомиться с вообще не девушками.

Прежде чем завязывать любовные отношения, необходимо научиться просто общаться с людьми.

В каждом обществе сначала наблюдайте за другими людьми. Как они общаются, что говорят, как себя ведут. И старайтесь действовать в том же ключе, не придавая большого значения ошибкам или своим неудачным высказываниям. Если у вас не получается хорошо танцевать, то пробуйте еще и еще, но не считайте себя человеком второго сорта. Да, вы плохо танцуете или говорите тосты, но зато вы умеете рассказать анекдот или с интересом слушать.

Если вы относитесь к людям с симпатией, общаетесь с ними в положительном ключе, то и люди начинают общаться с вами более охотно. Вы набираете опыт общения, и вам гораздо проще действовать в любовных отношениях.

Сделать отказ маловероятным

Так как отказ зависит от ситуации, то лучше всего начинать общение с маленького шага. Лучше всего спросить какую-либо незначительную информацию, например, который час или как проехать к некоторому месту.

Наиболее маловероятен отказ, если вы вместе работаете или занимаетесь совместным делом, тогда всегда есть тема для делового разговора.

Как не попасть в ловушку

Любовные чувства – это очень сильные чувства. Вы можете столкнуться с непорядочным человеком, который будет манипулировать вами. Как избежать этого?

Прежде всего, надо понять, что такое манипуляция и как ее отличить от порядочных взаимоотношений.

Манипуляция – это воздействие на человека со скрытыми от него целями.

Порядочный человек всегда говорит прямо, чего он хочет, а манипулятор пытается добиться цели, скрывая ее. У манипулятора в любовных отношениях две основных цели. Он или пытается добиться любой ценой секса с вами, либо ваши чувства хочет использовать для того, чтобы добиться ваших денег или склонить к поступку, который вы бы в здравом уме не сделали.

Для этого используются следующие уловки:

- обман
- обращение к чувству долга
- использование ваших слабостей

Обман

Он хочет секса, а говорит, что хочет вступить в брак. Конечно, самый простой способ, открыть этот обман – это заняться с ним сексом. Но такой секс будет развратом, так как преследует несексуальные цели. Более умный способ состоит в том, чтобы начать относиться к нему как супругу, но без малейших намеков на секс. Просить его помочь в каких-нибудь делах, познакомить со своей семьей и т.д. Сексуально голодный человек долго не сможет скрывать своих намерений и быстро даст понять, что ваши дела его не интересуют, а интересуется ваше тело.

Если вы почувствовали, что вас обманывают, то не стоит продолжать отношения с этим человеком, так как обман в таком важном деле говорит о том, что во всех прочих случаях он вас будет обманывать не задумываясь.

Обращение к чувству долга

Обращение к чувству долга – это наиболее распространенный способ манипуляций. Причем его хитрость в том, что он имеет множество вариаций и его трудно распознать как манипуляцию.

Например, молодой человек приглашает девушку в ресторан, делает различные подарки, а затем ведет себя так, что она обязана отдаться ему. Тем более «Ты же принимала подарки, значит ты сексуально обязана». И в какой-то момент девушка сама начинает верить в то, что она чем-то обязана.

Следует сразу пресекать подобные попытки давления. Слова «ты должна», «ты должен» - это не что иное, как гнусная манипуляция.

Человек должен только то, о чем договорился.

Вместе с тем избежать этой ловушки достаточно легко. Ловушка построена на том, что одним из важных моментов межличностных отношений является благодарность. Неблагодарный человек обычно пользуется очень дурной славой. В силу этого люди порядочные (обыватели и личности) действительно считают своим долгом обязательно отблагодарить человека, который оказал им любезность. Этим и пользуются непорядочные манипуляторы. Даря мелкие подарки, приглашая в ресторан или оказывая мелкие услуги, они постепенно начинают вести себя таким образом, как будто вы им что-то должны, что они вас купили.

Для того, чтобы избежать этой ловушки необходимо соблюдать простое правило. Если кто-то оказал вам любезность или пригласил в ресторан, то сразу же после этого необходимо поблагодарить его за сувенир или чудесное проведенное время и тем самым снять внутреннюю зависимость.

После этого вы полностью свободны от сексуальных обязательств. Поймите, что ценность чувств гораздо выше любых тряпок и железок, поэтому **ваше внимание к этому человеку гораздо дороже, чем его сувениры.**

На любые попытки давления с его стороны вы можете спокойно отвечать: «Я в ответ подарила тебе свое внимание, а большего твои сувениры не стоят».

Использование ваших слабостей

Проще всего использовать в своих целях сексуальный голод. Он является базовой функцией и настолько смещает ваши мысли, что вас можно склонить к любому поступку.

К любому!

Поэтому, если вы чувствуете, что вас нарочно возбуждают, а потом пытаются склонить к выполнению какой-либо просьбы, то постарайтесь либо сразу же прекратить отношения, либо найти сексуальное удовлетворение с другим человеком. Помните, что невыполнение базовой функции отключает интеллект, поэтому вы можете очень быстро очутиться либо на крючке у не очень хороших людей, либо на скамье подсудимых.

Общий принцип борьбы со своими слабостями состоит в том, чтобы удовлетворять их самому. Помните, что любой, кто знает о ваших слабостях, может превратить вас в своего слугу.

Самое важное о любовном поведении

Определив свое чувство, приступайте к действию.

Любое мастерство появляется от повторения.

Всегда начинайте общение с людьми с делового поведения.

Глава 4. Как вызывать страсть

Главная основа страсти – это постоянная аура флирта. Это постоянный намек на эротику, но не откровенный вызов. Именно в полунамеке, полуобнаженности кроется главный секрет развития страсти. Идеальное поведение заключается в том, чтобы вести себя совершенно обычно, но вдруг, неожиданно, дать понять партнеру, что он интересует тебя в сексуальном плане. Но в ту же секунду сделать вид, что ничего не произошло. Если он подхватывает эту игру, то намеки становятся все прозрачнее, переходя в прикосновения и опять назад, опять в полное безразличие.

Страсть вызывается с помощью следующих приемов:

- одежда
- комплименты
- намеки

Одежда

Очень важное значение во флирте имеет одежда. Главное требование к одежде – она не должна отвлекать внимания от тела, а наоборот, привлекать к нему, приоткрывать, намекать, звать.

Одежда для страсти должна давать возможность дорисовать закрытые части тела и намекать на то, как до них добраться.

Одежда должна прикрывать, но не скрывать тело.

Большая крупная пуговица, молния на интимных местах привлекает внимание и будоражит воображение. В одежде должна быть изюминка. Чем пуговица крупнее, а самих пуговиц меньше, тем больше желание расстегнуть ее.

Предметы одежды должны быстро сниматься, задирааться, расстегиваться. Сама эта возможность возбуждает и вызывает в голове пленительные образы.

Одежда не должна иметь никаких отвлекающих не относящихся к телу предметов. Никаких рюшечек, заколок, булавок.

Женщина, одетая подобным образом, всегда будет иметь успех у мужчин.

Ткань должна быть очень приятна на ощупь, ее должно быть приятно гладить.

Бижутерия и косметика

Бижутерия и косметика сильно снижают вызываемую страсть, так как мало какому мужчине захочется целовать жирное от крема и напудренное лицо. Наибольшую страсть вызывает полная естественность.

На теле не должно быть никаких колец, браслетов, часов, серег и прочих железок. Каждая часть тела должна быть доступна ласкам. Никаких длинных ногтей, которые могут поцарапать нежные части тела.

Не должно быть духов и прочих инородных запахов. Естественный запах чистого тела – это лучший аромат чувственности.

Комплименты

Очень важное значение во флирте имеет вовремя сделанный комплимент. Ценность хорошего комплимента состоит в том, что вы одновременно достигаете

двух целей: вы даете понять человеку, что он вам нравится, и в то же время доставляете ему удовольствие. Если комплимент имеет некоторый подтекст, то взволнует куда больше долгих и скучных признаний в своей страсти.

Хороший комплимент может заменить часы ухаживаний.

Секрет хорошего комплимента состоит в том, что вы говорите абсолютную правду, ни в коем случае не лесть, но подаете ее в очень красивой форме. Для этого вы должны соединять какое-либо качество человека с красивым предметом или явлением. Например, «твои зеленые глаза сияют изумрудным блеском», «твой тихий голос напоминает журчание ручья».

Особенно эффективными являются комплименты, направленные на внутренние качества человека. Если вы точно угадаете черту его характера, то комплимент произведет неизгладимое впечатление.

Нельзя заменять комплименты низкопробной лестью. Если вы будете всем женщинам подряд говорить, что у них стройная фигура, то через некоторое время вы будете выглядеть в их глазах обычным пошляком. Комплимент должен быть всегда искренним, тогда он идет от души, а следовательно, несет с собой чувства.

Намеки

Всем своим поведением вы должны показывать, что человек вас привлекает. Улыбаться ему, касаться его руки, говорить комплименты.

Легкие и легчайшие прикосновения приносят совершенно уникальные ощущения. Особенно если вы не уверены в том, сделаны они случайно или намеренно.

Особую ценность имеют двусмысленные фразы. При французском королевском дворе особенно ценились женщины, которые умели в разговоре делать намеки, которые нельзя было однозначно истолковать.

Толкование намека в свою пользу доставляет человеку наиболее волнующие чувства.

В рамках всякой культуры существуют ритуальные намеки на призыв к сексу. Например, у индейцев яномами в брачных песнях используются специальная игра слов, чтобы прямое приглашение к сексу заменить на условные намеки.

Самое важное о вызывании страсти

Одежда должна прикрывать, но не скрывать тело.

Хороший комплимент может заменить часы ухаживаний.

Толкование намека в свою пользу доставляет человеку наиболее волнующие чувства.

Глава 5. Как вызывать влюбленность

Внешняя привлекательность для женщины ценится очень высоко. Подавляющее большинство девушек хочет быть не просто привлекательной особой, а прямо сногшибательной красавицей. Масса усилий и времени тратится на создание притягательного образа. Однако здесь есть одна очень серьезная ловушка. С одной стороны, быть привлекательной – это очень хорошо. Постоянное внимание, куча поклонников, завистливые взгляды.

Но с другой стороны, на которую практически никто не обращает внимание, – какой смысл привлекательности для самой женщины? Ведь самое главное в жизни – это чувства. Другие действительно испытывают чувства, а она сама? В этом и состоит ловушка.

Способность вызвать влюбленность не дает ничего хорошего обладателю этой способности.

Недаром говорят: «Не родись красивой, а родись счастливой!» Самая обаятельная женщина через некоторое время начинает чувствовать себя просто красивой игрушкой, так как ее чувствами никто не интересуется.

Вызывать влюбленность стоит только для создания общей красоты жизни.

Не стоит придавать этому занятию большего значения, чем вытиранию пыли. Если при этом вы будете соответствовать чьему-то идеалу – очень хорошо, вы сделали приятное этому человеку. А если у него другой идеал, то вот пусть он и переживает!

Не стоит становиться привлекательной и в том случае, если у вас проблемы со знакомством. Дело в том, что здесь заключен большой парадокс. Чрезмерно привлекательные особы в глазах окружающих видятся окруженными толпами поклонников. Поэтому большинство считает, что не стоит становиться в конец очереди. Застенчивых же людей яркая красота вообще заставляет держаться на расстоянии. Человек просто боится приблизиться к столь прекрасной особе.

Внешняя привлекательность мужчины не столь ценна, но имеет смысл в некоторых профессиях (актера, политика, певца).

Красивая внешность оказывает очень большое впечатление, но на очень короткое время.

Именно поэтому красотки в журналах так привлекательны. Вы открыли журнал, увидели очаровательное лицо и восхищаетесь. Но если вы будете очень долго и очень внимательно рассматривать любую красивую фотографию, то скоро наступит адаптация, и вы почувствуете, что больше особых чувств она не вызывает. Привлекательность очень хороша в тех случаях, когда вам нужно произвести эффект на очень короткое время. Например, выступить с короткой речью или музыкальным номером.

Итак, вы решили стать привлекательной особой, но не просто привлекательной, а такой, чтобы лица противоположного пола буквально столбенели. Задача трудная, но для разумного человека нет ничего невозможного.

Во-первых. Вызвать влюбленность не удастся, если вы будете следовать за модой. Дело в том, что мода предполагает всеобщую унификацию. Но если вы будете как все, то на вас никто не обратит внимания. Как можно вас выделить, если вы похожи на всех остальных? Вас заметят именно тогда, когда вы будете отличаться. Тогда, когда вы резко выделяетесь на фоне безликой модной массы.

Во-вторых. Чувство прекрасного сильно зависит от уровня развития человека. Поэтому для дикаря, обывателя и личности нужно действовать по-разному. Поэтому рассмотрим эти действия по порядку.

Вызываем влюбленность у дикаря

У дикаря совершенно не развито чувство прекрасного. Поэтому для произведения эффекта можно опираться только на врожденные инстинкты.

Врожденным инстинктом для человека является ориентировочный рефлекс. По-простому, это интерес ко всему новому, яркому и блестящему. Вспомните о том, как выглядят игрушки для детей.

Дикари ценят яркую одежду и различные блестящие побрякушки. Для того, чтобы произвести впечатление на дикаря, нужно выглядеть, как детский калейдоскоп. Платье с блестками, куча бижутерии, драгоценностей, серьги в уши, перстни на пальцы, браслеты на запястья, колье на шею и заколку в темя.

Выбор цветов для одежды должен быть ограничен только яркими и сочными цветами, никаких полутонов и переходов цветов. На одежду следует наносить яркие и контрастные изображения, броские надписи.

Еще лучше надписи и изображения делать прямо на теле. Можно использовать татуировки, только обязательно цветные, можно обрить голову и нарисовать лицо на затылке. Ваше тело, одежда, волосы – это инструменты художника. Рисуйте, лепите, конструируйте. Из волос можно создать на голове целое архитектурное сооружение.

В Древнем Китае девушкам нарочно уродовали ноги плохой обувью. Считалось, что если девушка не может ходить, то это признак утонченной красавицы в отличие от обычной женщины.

В Африке для этой цели специально вытягивали шею стальными кольцами.

В настоящее время наиболее распространено голодание, чтобы девушка была похожа на скелет обтянутый кожей.

Но если вам лень заниматься такими сложными украшениями, то наиболее простой и легкий путь состоит в использовании бижутерии.

Чем необычнее украшения, тем лучше. Кольцо в носу вызовет больший эффект, чем кольцо на пальце, а булава в языке лучше, чем в воротнике. Проткните уши, нос, губы, щеки и везде что-нибудь засуньте.

Очень важно и количество побрякушек. Если вы решили выбрать заклепки, то их должно быть несколько сотен, если значки, то вся одежда должна быть усеяна значками. Если драгоценности, то вы должны с головы до ног быть просто усеяны драгоценностями.

Если все сделано правильно, то вы удостоитесь не только успеха у дикарей, но и журналистов. Особенность профессии журналистов притягивает в нее много дикарей, поэтому в случае правильного подхода к вызыванию влюбленности вас

будут осаждать журналисты, фотографировать, брать интервью. Вас ждет шумный успех. Только для поддержания успеха не забывайте, что наряды нужно менять как можно чаще, лучше всего несколько раз в день. Вспомните шутку: «Жена подходила к гробу мужа три раза, и каждый раз - в новом наряде».

Учтите также, что дикарям свойственна подражательность. На этом свойстве основана мода. Следовательно, удачно найденное украшение сразу становится всеобщей модой и уже не вызывает никаких чувств. Постоянно ищите что-либо более экзотичное.

Кстати, если ваше окружение не считает вас красивым человеком, то это вполне может быть оттого, что вы окружены дикарями. Вспомните сказку о гадком утенке. Его считали гадким именно потому, что вокруг были только индюки и курицы.

Вызываем влюбленность у обывателя

Отличительным свойством обывателя является то, что обыватель воспитан на истинно прекрасных произведениях искусства, поэтому для него очень важен не просто отдельный красивый элемент внешности, например, глаза или фигура, а важен общий стиль. Восприятие обывателя отличается целостностью. Поэтому, если у вас очень красивые глаза, или лебединая шея или стройная фигура, то этого недостаточно. Хотя обыватель и отметит вашу фигуру, но влюбленность столь простым способом вызвать вам не удастся.

Основной принцип вызывания влюбленности у обывателя состоит в том, что вы создаете некоторый целостный образ.

А для этого ваша внешность и одежда должна быть выдержана в едином стиле. В этом деле нельзя полагаться на свой вкус. Дело в том, что вкус обывателя формировали творения гениальных художников, фотографов и кинорежиссеров. Поэтому не стоит заниматься самодеятельностью. Нужно опираться на классические стили красоты. Они различны для мужчин и женщин, поэтому рассмотрим их по отдельности.

Классические стили женской красоты

Существуют три классических стиля женской красоты. С течением времени в моду входит то один, то другой, но в каждый момент времени женщина любого стиля найдет массу поклонников. Вы должны выбрать тот стиль, которому больше всего соответствует ваша фигура и мироощущение, и дальше подстроиться под этот образ. Не стоит стараться выбирать явно не подходящий вам стиль. Это приведет к тому же эффекту как нажатие на пианино случайных клавиш вместо аккорда. Любой человек с музыкальным слухом просто зажмет уши, чтобы не слышать диссонанса. Так и здесь, ваш вид просто будет резать взгляд.

Итак, классические стили женской красоты:

- стиль ренессанс
- романтический стиль
- изящный стиль

Стиль ренессанс

Стиль ренессанс - это стиль, который воспели Рафаэль, Рубенс, Ленардо да Винчи и другие художники Возрождения.

Основные черты стиля ренессанс:

- пышная фигура
- полная грудь
- широкие бедра
- объемные ягодицы

Фигуру с такими достоинствами обычно и считают классической женской фигурой. В качестве примера этого стиля можно привести Мэрилин Монро.

Главное требование к одежде в стиле Ренессанс состоит в том, что она не должна отвлекать взгляд от тела, а только подчеркивать его достоинства. Лучшая одежда для такого стиля – это облегающие и открытые платья.

Женщина в этом стиле является энергичной, женственной и подчеркнуто сексуальной. Она – высший приз для мужчины. Мужчины должны добиваться ее и считать верхом блаженства поцеловать у нее край платья.

Главная причина привлекательности этого стиля состоит в том, что женщина олицетворяет собой символ здоровья и энергии. Пышность фигуры говорит о том, что женщина будет прекрасной любовницей, энергичной домохозяйкой, искусной поварихой и хорошей матерью.

Романтический стиль

Основные черты романтического стиля:

- маленький рост
- хрупкое телосложение
- наивное выражение лица

В этом стиле обычно рисуют принцесс в мультфильмах. Основа стиля – это подчеркнутая слабость, воздушность. Здесь нет ничего сексуального. Мужчина рядом с дамой в романтическом стиле чувствует себя рыцарем. У многих народов такой стиль вызывает особые чувства. Не случайно Золушка имела столь маленькую ножку.

В этом стиле написана «Девочка на шаре».

Для романтического стиля очень важное значение имеет одежда. Одежды должно быть много и она должна упаковывать тело как подарок.

В поведении женщина романтического стиля должна постоянно подчеркивать свою слабость, опираться на мужчину, просить помощь в незначительных делах. Очень большие и широко раскрытые глаза – это основной признак детей и романтических девушек.

Главная причина привлекательности романтического стиля состоит в олицетворении молодости и свежести.

Стиль предполагает исключительно наивное и невинное поведение девушки, поэтому с этим стилем не совместимы курение, выпивка, использование крепких выражений.

Изящный стиль

Основные черты изящного стиля:

- стройная фигура
- высокий рост
- длинные ноги
- узкая талия

Изящный стиль является наиболее модным в настоящее время. Изящный стиль создает область деловой и самостоятельной женщины. Примером изящного стиля являются манекенщицы и топ-модели. Для конкурсов красоты также подбираются девушки изящного стиля.

Одежда и макияж в изящном стиле имеет исключительное значение. В некотором смысле в изящном стиле женщина без макияжа – это полуфабрикат. По этой причине этот стиль главенствует в рекламе производителей одежды, косметики и парфюмерии.

Женщину в этом стиле мужчина должен удостоиться. Поэтому этот стиль подразумевает отстраненное поведение, держащее мужчину на расстоянии.

Женщина изящного стиля сама решает свои проблемы и является человеком бизнеса. Она окружена массой изящных безделушек. Ее сумочка, зажигалка, машина, квартира выстроены в том же стиле, что и она сама.

Классические стили мужской красоты

У мужчин два классических стиля: стиль принца и героический стиль.

Стиль принца

Стиль принца – это такое легкое эфемерное существо с внешностью девушки.

Основные черты стиля принца:

- стройная фигура
- бледное лицо
- девическая внешность

В качестве примера такого стиля можно привести Ди Каприо.

Героический стиль

Героический стиль – это атлетически сложенный мужчина с грубыми чертами лица.

Основные черты героического стиля:

- высокий рост
- мощный торс
- мощные, рельефные мышцы
- волевое лицо

Примером такого стиля являются Арнольд Шварценнегер и Сильвестр Сталлоне.

Вызываем влюбленность у личности

Основной принцип вызывания влюбленности у личности состоит в том, что вы должны иметь свой внешний стиль зависящим от вашего внутреннего стиля – стиля вашей души.

Вам ближе неторопливая и величавая речь. Это значит, что и ваша одежда должна ниспадать складками. Если меняется ваше внутреннее самочувствие, то меняется и внешнее.

Вы должны обдумать ваше поведение, гардероб, макияж и все привести к единому стилю. Ваш стиль должен иметь свой, присущий только вам шарм. Для этого у вас должны быть художественные способности и стремление к самовыражению.

В этом случае на человека эстетически развитого вы можете произвести совершенно грандиозное впечатление, он может пережить просто эмоциональный шок и станет вашим преданным поклонником.

Если внешность не соответствует стандартам

Если хочешь быть красивым, поступи в гусары.
Козьма Прутков

Если ваша внешность не соответствует стандартам красоты, то ничего страшного нет. Вы все равно можете вызывать влюбленность. Для этого нужно заниматься любым видом искусства: петь, танцевать, рисовать и т.д.

Обладатель прекрасного голоса будет покорять окружающих независимо от своей внешности. Гармонист на деревне всегда был окружен красивыми девушками. Позже место гармошки заняла гитара. Сейчас – музыкальный центр. Сейчас Козьма Прутков сказал бы: «Хочешь быть красивым – поступи в диджеи».

Очень хорошее воздействие оказывает форменная одежда. Тельняшка и бескозырка сами по себе безотносительно к их обладателю, могут вызывать романтические образы.

Влюбленность и общение

Если вы успешно решили задачу вызывания влюбленности и постоянно ловите на себе восхищенные взгляды, то вы должны иметь в виду то обстоятельство, что общение у вас может затрудниться по двум причинам.

Во-первых, вашему собеседнику очень тяжело с вами общаться, так как он находится в эмоциональном ступоре и может только мычать от смущения.

Во-вторых, красивая внешность создает впечатление о не менее прекрасной духовной натуре. Поэтому если это не так, то следует быстрое разочарование, и ваш партнер начнет о вас думать гораздо хуже, чем вы есть на самом деле. Поэтому вы должны в срочном порядке подтягивать вашу внутреннюю красоту к внешней.

Самое важное о вызывании влюбленности:

Вызывать влюбленность стоит только для создания общей красоты жизни.

Главным условием для вызывания влюбленности является наличие целостного образа.

Сила влюбленности зависит от уровня эстетического развития человека.

Глава 6. Как начинать знакомство

Наибольшей ошибкой одиноких людей является странное мнение, что знакомство должно происходить как-то само собой. Без их участия. Как-то перед глазами материализуется из воздуха ваш идеал и познакомиться с вами.

На самом деле, найти человека, подходящего вам по духу, без постоянного заведения новых и новых знакомых так же реально, как зарабатывать деньги путем собирания потерянных кошельков.

Действительно, в силу очень большой случайности вы можете найти что-то подходящее, но если вы одиноки, то вы должны сам процесс знакомства поставить на поток и подойти к нему так же, как к поиску работы.

Знакомство – это работа, которая требует серьезного подхода.

Для того, чтобы найти человека, с которым вы можете пережить глубокие и сильные чувства, вам надо будет знакомиться с сотнями людей. Отнеситесь к этому занятию, как одному из важных составляющих вашей жизни. И первое, что вы должны сделать – это выделить время каждый день именно на знакомства. В этот день вы или реально с кем-нибудь знакомитесь или занимаетесь поиском объявлений о знакомствах, посещаете сайты знакомств, клубы знакомств и т.д.

Вы должны настроиться на то, что вы будете знакомиться практически каждый день, завязывать отношения, проникать в душу человека и узнавать, насколько ему нравитесь вы и расставаться, если он вам не подходит.

Если вы ждете, что в один прекрасный момент сам постучится необыкновенный человек и скажет: «Вот я!», то в жизни вас ждут большие разочарования. Любая хорошая вещь получается только в результате значительных усилий. Хотите встретить хорошего человека, значит вставайте с дивана, и идите на встречу с ним.

Где знакомиться

Ответ на этот вопрос зависит от того, с какой целью вы желаете познакомиться. Разные места привлекают людей с разным уровнем душевного развития и с разными ожиданиями относительно встречаемых там людей. Поэтому в некоторых случаях обстановка помогает чувству, а в некоторых мешает ему.

Места знакомства для страсти

Лучшие места для знакомства для удовлетворения страсти – это места развлечения: вечеринки, танцы, пикники. В этих местах наибольшие возможности для флирта и телесного контакта.

Первое условие для знакомства – это контакт взглядом. Если с вами охотно встречаются взглядом, значит вы человека интересуете и, во всяком случае, вас не отвергнут с порога.

Наибольший барьер представляет первые слова. Главная проблема в том, что незнакомый человек вызывает некоторую настороженность и недоверие. Поэтому, вам могут и не ответить. Для того, чтобы преодолеть этот барьер, нужно помнить,

что наибольшее доверие вызывают люди похожие на нас. Поэтому лучше быть одетым так, как принято в этой компании и вести себя сходно с другими участниками. Перед контактом нужно понаблюдать за этим человеком и попытаться повторить его позу, жест, манеры, стиль разговора. Чем более схожи вы будете с этим человеком, тем выше вероятность успеха.

Начинать знакомство лучше с комплиментов. «У вас прекрасные глаза, прекрасная улыбка, вы чудесно танцуете...». Главное – это следить за реакцией партнера, чтобы не переборщить.

В любом случае, если человек пришел развлечься, то он и предполагает провести хорошо время и лучше всего в приятном обществе. Поэтому старайтесь его развлечь. Здесь как раз и пригодятся те навыки, о которых мы говорили при обсуждении приятельских отношений. Ваша первоочередная цель заключается в том, чтобы расстаться приятелями. Тогда вам легко назначить следующее свидание.

Знакомиться на улице, в общественном транспорте хуже, так как обстановка совершенно не располагает к флирту, а в начале развития страсти любые побочные обстоятельства полностью уничтожают ростки страсти. Тем более и сам человек находится в озабоченном и устремленном состоянии. Только если видно, что человек явно проявляет интерес к вам, имеет смысл знакомиться на улице. Но помните, что в условиях мельтешащей толпы и толкотни человек обычно чувственно зажат. Вас могут отвергнуть не потому, что вы не понравились, а потому что ваш собеседник будет находиться в раздраженном состоянии.

Знакомства по влюбленности

В случае влюбленности лучше не знакомиться вообще, так как есть возможность разочарования. Вы увидели божественную фигуру, ну так насладитесь ею и оставьте в своей памяти. Если же все-таки вы хотите познакомиться, то лучше создать ситуацию «художник и модель». Предложите сфотографировать ее или нарисовать, или посвятите ей стихи. Худший вариант, если вы будете вести дело к постели. Влюбленность не страсть, она почти не вызывает выброса гормонов, поэтому в лучшем случае удовлетворение будет весьма слабым, а в худшем у вас ничего не выйдет, и вы приобретете импотенцию на почве вашей мнимой мужской слабости. Женщина окажется в еще худшем положении, так как, не возбуждившись сами, вы тем более не сможете возбудить и ее. Она будет чувствовать, что ее просто использовали.

В случае, если влюбленность испытывает женщина к красавчику мужчине, о знакомстве не стоит и думать. Красавчик настолько избалован всеобщим вниманием, что ему даже в голову не приходит, что у женщины могут быть какие-либо свои желания. Он будет вести себя с женщиной, как со своей служанкой. А это большое испытание для ее чувства собственного самоуважения. Вспомним, что разочарования во влюбленности ведут к сильнейшим страданиям, а колебания в чувстве самоуважения могут привести к самоубийству. Поэтому близкое знакомство с красавчиком может быть просто смертельно опасно! Однако никто не мешает вам издали наслаждаться его красотой и иметь еще один источник приятных чувств в вашей жизни.

Места знакомства для душевного общения

Если вы хотите познакомиться с целью испытать любовь, то варианты дискотек, баров, улицы или транспорта следует сразу исключить. В суетной обстановке вы не сможете оценить человека, а тем более не сможете начать духовное общение.

Первое условие для знакомства состоит в возможности оценки душевного развития человека. Для этого вы должны иметь возможности оценить его в некотором деле. Поэтому лучше всего знакомиться во время совместной работы или учебы.

Если в вашем окружении нет подходящих вам по духу людей, то наилучшим способом знакомства является знакомство на различных курсах. Курсы удобны тем, что вы можете сразу познакомиться с большим количеством людей, причем явно не дикарями, так как дикарей курсы мало интересуют. На курсах вы можете оценить человека в деле и заранее решить подходит ли он вам. И, наконец, на курсах всегда есть масса поводов заговорить без опасения, что вы пытаетесь завязать знакомство.

Идеальными курсами являются психологические тренинги по развитию навыков общения, так как там вас просто вынуждают знакомиться со множеством людей.

Несколько менее удобны, но тоже подходящие места для знакомства с целью общения:

- спортивные клубы
- тренажерные залы
- выставки и общества любителей живописи
- общественные организации
- собрания различных партий
- литературные клубы
- клубы собаководства

Начинать знакомство для общения необходимо исключительно с делового общения.

Идеальный вариант, если вы попросите помощь в незначительном вопросе. Например: «Не подскажете, что было на прошлом занятии?», «Не дадите ли переписать лекцию?». Важно, чтобы ваша просьба была не обременительна для человека. Каждому приятно оказать мелкую услугу. Этим вы добиваетесь того, что человек испытывает от вас приятные чувства.

Развивать отношения лучше в некотором совместном занятии, например, в решении какой-либо задачи. Здесь важно, чтобы опять-таки это было краткая и успешная деятельность. В этом случае у людей возникает чувство общности и взаимной привязанности.

Другим преимуществом делового общения состоит в том, что вы можете в любой момент прекратить сближение с этим человеком без малейших проблем.

Учтите, **пока вы человеком не поговорите, вы о нем ничего не знаете.** Испытать страсть или влюбленность можно не знакомясь человеком, но любовь без общения невозможна.

Для того чтобы почувствовать человека, беседа с ним должна быть долгой. У индейцев Северной Америки существовал обычай. Если в деревню приходит

незнакомый человек, то сначала с ним несколько часов беседует старожил этой деревни, и только после этого с ним могут общаться остальные. Только во время беседы можно по-настоящему оценить человека.

Если вы видите, что человек вам интересен, что при общении с ним у вас возникают приятные чувства, то можете сделать следующий шаг и от делового общения перейти к более эмоциональному. В этом случае вы должны спросить его об отношении к чему-либо? Например: «Нравится ли вам эти курсы, этот преподаватель, эта лекция и т.д.?». Во время разговора попробуйте немного уменьшить расстояние между вами.

Ни в коем случае не попадите под власть стереотипов. Например, «все бухгалтеры скучные люди». При общении с человеком имеет значение только данный конкретный живой человек, который всегда неповторим и уникален. Помните, что душевное развитие очень тяжело определять во время первых встреч. Люди обычно держатся настороженно, смущаются и стараются говорить на банальные темы. Поэтому очень легко при первом разговоре ошибиться в человеке и не почувствовать его глубины.

Лучше всего после нескольких банальных разговоров перевести разговор на самого человека и дать понять ему, что он вам интересен. Смотрите прямо в глаза, когда говорите человеку что-то важное. Разговор в глаза предполагает установление душевного контакта. Если ваш собеседник не отводит взгляд, то он тоже стремится к душевному общению с вами.

После такого разговора вы уже можете делать выводы о том, стоит ли вам продолжать знакомство с ним.

Самое важное о знакомстве:

Знакомство – это работа, которая требует серьезного и планомерного подхода.

Выбор места знакомства зависит от цели.

Начинать знакомство для общения необходимо исключительно с делового общения.

Глава 7. Как готовиться к браку

Если вы чувствуете, что человек вам интересен настолько, что вы хотите вступить с ним в брак, то дайте себе ясный отчет в том, какая основная причина для брака:

- брак как продолжение любви или
- брак как избавление от одиночества.

Если вы хотите вступить в брак с любимым человеком и жить с ним в любви и согласии, то лучше с браком не торопиться. Любовь вызревает долго, как минимум год-два и через это время любые сомнения в ценности для вас этого брака отпадут сами собой.

Если же вы хотите вырваться из дома родителей или вам скучно жить одному, то можете вступать брак хоть на следующий день после знакомства, но не обманывайте себя. Ни в коем случае не пытайтесь нарисовать себе картонную любовь. Ни кольца, ни регистрация, ни свадебный банкет не превратят хорошего знакомого в любимого. Уже на следующее утро вы будете с удивлением обнаруживать, что далеко не все привычки вашего супругу приводят вас в восторг, а напротив, раздражают. И это раздражение усиливается с каждым днем.

Перед тем как вы решите, что хотите вступить в брак с этим человеком, вы должны абсолютно точно убедиться в том, что вам нужно именно брак. Самая большая расплата за ошибку в этом желании состоит даже не в разводе, который, наоборот исправит эту ошибку, а в том, что вы получите источник постоянных страданий, которые не нужны ни вам, ни вашему партнеру.

Не путайте брак и любовь. Как мы уже говорили, может быть стабильный и устойчивый брак без всякой любви. Главная суть брака - это совместное ведение хозяйственной жизни, но именно совместное, а не по принципу: «раз ты муж (жена), то в твои обязанности входит...». Помните о том, что слова «ты должна» или «ты должен» - это начало гнусной манипуляции над человеком.

Некоторые женщины прямо говорят «люблю того, кто меня обеспечит». Очевидно, что здесь любви никакой нет, а есть желание получить деньги за свое внимание. То есть продажа себя. Но если человек продает себя как вещь, то и обращаться с ним будут как с вещью. В лучшем случае это будет постоянное унижение, в худшем случае побои. Хотя, с другой стороны, продажный человек большего и не заслуживает.

Сила брака

Почему вы должны приносить свои интересы в жертву своему партнеру? Потому что в этом ваша сила. Брак дает психологический выигрыш в силе, что проявляется даже у животных.

Серые крысы – это очень агрессивные и жестокие животные. Зоолог Штайнигер помещал серых крыс, пойманных в разных местах в один вольер. Между

крысами начинались драки за территорию. Одновременно стихийно возникали брачные пары. Та пара, которая организовывалась первой, становилась хозяйкой вольера. Она не давала другим образовывать пары и преследовала всех обитателей вольера. В течение двух-трех недель семейная пара могла расправиться с десятком взрослых и сильных крыс. Обратите внимание, что один самец, а тем более самка никогда не могла бы противостоять десяти крысам. Брак удесятерит силы супругов.

У человека брак дает еще больший выигрыш в силе. По статистике подавляющее число миллионеров, из тех, кто заработали миллион сами, а не получил в наследство – это люди, состоящие в браке. Более того, вступали в брак они только один раз.

Поэтому нужно помнить, что вступая в брак вы должны искать своего союзника, а не напарника для развлечений.

Во всех случаях вы выступаете вместе. В обществе вы пресекаете любые попытки осуждения супруга. Нельзя инициировать любые разговоры о недостатках супруга. Даже если у вас есть разногласия, вы ни в коем случае не должны выносить эти разногласия на всеобщее обсуждение. Все, что вы можете говорить окружающим: «Нам пока не удастся договориться по этому вопросу».

Поэтому, главный принцип подготовки к браку состоит в том, что вы ищете партнера, на которого вы можете опереться, и которому вы готовы подставить плечо. При подготовке к браку любовные чувства должны отойти на второй план, если только вы не проверили свои чувства годами безоблачных отношений.

Если вы готовы принести в жертву браку свои амбиции, если готовы ради партнера отказаться от мелких желаний и стремления быть главным в семье, то вы готовы к браку. В противном случае брак станет для вас просто сложным способом испортить себе жизнь.

Самое важное о подготовке к браку:

Вы должны ясно сознавать, что вам нужен именно брак.

Брак даст вам силу, если вы готовы постоять за партнера.

Вы должны быть готовы всегда выступать на стороне супруга.

Глава 8. Как выращивать любовь

Если у вас есть человек, с которым вы можете душевно общаться, то поздравьте себя! Далеко не каждому выпадает в жизни такая удача. Но вы должны отнестись к своей удаче крайне бережно. Удача – это вещь непостоянная. Неловкое движение – и вот она уже выпорхнула из рук.

Начало общения

Итак, вы встретились. Весь мир исчез, и вас только двое. Как сделать ваше общение сладостным и прекрасным, как перейти к общению душ?

Общение душ начинается всегда с простого общения.

Поэтому вам нужно встретиться и поговорить. Разговор может быть только наедине и только в ситуации, где вас не могут подслушать. Душа в повседневной жизни должна быть наглухо закрыта, чтобы дикари не могли плевать в нее для животного развлечения. Поэтому интимные разговоры по телефону и в компании исключаются!

Также исключается общение в тех случаях, когда вы опаздываете или поглощены каким-нибудь «важным» делом. Помните, Ваши чувства являются главным в Вашей жизни, а крысиными гонками пусть занимаются душевно убогие.

Поэтому с того момента, как вы увидели вашего собеседника, для вас все остальное перестало существовать. Вы приступаете к общению!

Начало разговора

Когда вы начинаете разговор, то помните следующее. До момента встречи с вами ваш партнер занимался совсем другими делами, и поэтому ваши эмоциональные состояния различны. Все, что будет сказано в начале разговора, будет воспринято вашим партнером полностью неадекватно, и может послужить причиной размолвки, в каком бы прекрасном настроении вы оба не находились.

Пример. Парень наконец-то спаял схему, теперь встречается с удивительной девушкой, находится в эмоциональном подъеме и начинает разговор с особенностей поведения транзистора в операционном усилителе. А у девушки романтическое настроение, в ее душе звучат стихи, и она хотела бы поделиться ими со своим спутником. Сначала она просто ждет, когда парень закончит свои транзисторные излияния, но, заметив, что он только распаляется, она скучнеет и потом резко высказывает свое недовольство. Кто неправильно поступил? Неправильно поступили оба. Оба не проявили уважения к чувствам собеседника и не попытались сделать свое общение более приятным для обоих.

В начале разговора вы должны согласовать ваши эмоциональные состояния!

Это делается по трехэтапной схеме.

1. Некоторое время дайте ему выговориться. Пусть даже тема его разговора вас совершенно не интересует. Должна интересоваться! Ведь эта тема – часть его самого.

2. Затем привлечите внимание партнера. Для этого лучше всего рассказать какой-нибудь яркий эпизод, анекдот, интересный случай из газеты. При этом должны быть исключены политические, уголовные и трагические новости, а также любые неприятные известия.

3. Далее заговорите о том, что может заинтересовать партнера, но при этом касается вас обоих. Например, высказать какие-нибудь новые мысли по поводу того, о чем вы говорили раньше. Если он поддержит разговор, то это значит, что ваше эмоциональное состояние выровнялось.

Теперь можете смело разговаривать с ним, о чем хотите. Он будет понимать вас правильно.

Например.

- ... А начальник считает, что во всем виновата я!
- А знаешь какое объявление я вычитал в газете?
- Какое?
- Меняю электропроигрыватель на электровыигрыватель?
- (смеется)
- А ты знаешь, когда **я о тебе** думаю, мне кажется, что я выиграл в лотерею.
- И на что я похожа? На утюг или пылесос?
- Ты похожа на взъерошенного цыпленка.

...

Продолжаем разговор...

Когда люди только недавно познакомились, возникает проблема разговора. Они очень часто молчат. Разговор затягивается, возникают ненужные паузы, чувствуется неловкость. В результате начинается обсасывание банальностей.

Учтите, что в такой ситуации есть опасность.

Поверхностный разговор тяжело перевести в душевный.

В результате вам будет скучно, и вы расстанетесь в уверенности, что ваш партнер является скучным и неинтересным человеком. Поэтому никогда не давайте возникнуть разговору стихийно. Слишком большая опасность, что тема будет неудачная, а свернуть с нее вы не сможете. Если эта тема будет связана с политикой или религией, то вполне возможно, что это для вас будет последний разговор с этим человеком.

Для того чтобы избежать этой опасности и приятно провести время, вы должны заранее подумать, с чего вы начнете разговор. И если разговор прерывается, то сразу переходить на следующую нейтральную тему. Менять тему лучше с помощью вопроса. Почаще используйте волшебное слово **почему**. По ответу партнера вы сразу увидите, интересуется ли его эта тема. Если нет, то сразу подыскиваете новую. Для облегчения этой задачи нужно запомнить несложное мнемоническое правило поиска темы для разговора.

Для поиска темы разговора начинайте с ног и заканчивайте головой.

Это значит, что как только разговор остановился, задайте вопрос на тему «ноги»:

- где он побывал

- где он любит отдыхать
- какие у него любимые места для прогулок
- какие города он посетил

После этого можете рассказать свои переживания и впечатления. Эти вопросы хороши тем, что они совершенно не затрагивают собственно собеседника, поэтому он совершенно свободен в высказывании своих чувств.

Это место разговора очень удачно для обсуждения места вашей следующей встречи. Очень хорошо, если это будет историческое или культурное место. Тогда вы сможете лучше подготовиться к беседе.

После очередной заминки в разговоре вы можете задать вопрос на тему «тело»:

- любимый вид спорта
- любимые развлечения
- любимые аттракционы

Это место разговора удачно для выяснения его предпочтений в активном отдыхе, для того, чтобы в будущем более успешно спланировать отдых в парке или на природе.

Следующие вопросы относятся к теме «руки»:

- хобби
- любимые занятия
- что он любит мастерить

И в последнюю очередь следует задавать вопросы на тему «голова»:

- любимые фильмы
- любимые книги
- любимые писатели
- любимые стихи
- любимые актеры

Такие вопросы следует задавать тогда, когда у вас уже достаточно хорошие отношения. В этом случае беседа будет искренней, а, следовательно, очень чувственной. Если вы дошли до этого этапа ваших отношений, и чувствуете себя естественно, то это значит, что вы можете переходить к настоящему общению.

Приступаем к общению

Настоящее общение начинается с того момента, когда вы заговорили о вас двоих. С этого момента вы должны быть очень осторожными. С ваших уст не должно сорваться ни одного грубого и грязного слова. Вы должны быть далеки от малейшего оскорбления вашего партнера или издевательства над ним. Ни в коем случае не обманывайте его. Если вам хочется скрыть какие-то факты, то честно скажите, что вам неприятно говорить об этом с таким милым собеседником.

Главное, что вы должны помнить во время разговора. Перед вами находится самый важный для вас человек, и вы должны общаться с ним с максимальной деликатностью, на которую только вы способны. Особенно это должно проявляться в тех случаях, когда вы вынуждены ему отказать.

Например, девушка испытывает влюбленность к юноше, а он испытывает к ней страсть. Однако она понимает, что в его чувствах есть нечто большее, чем юношеская гиперсексуальность. Он приглашает ее в кино, но она не хочет провоцировать его и говорит ему следующее:

- Милый, мне очень приятно общаться с тобой! Давай лучше погуляем, поговорим.

Цель разговора

Целью разговора во всех случаях является обмен чувствами. Учтите, чувства очень тяжело передавать словами. Чувства можно передать только ситуацией. Поэтому вы не должны словами описывать ваши чувства, вы должны описать ситуацию, которая вызвала ваши чувства. Чем более сильные чувства вы хотите передать, тем более подробно и ярко вы должны описать ситуацию.

Для обмена чувствами вы должны заново пережить чувство, а это получится только в том случае, если ваши переживания произвели на вас глубокое впечатление. Поэтому вы должны погружаться в ваши впечатления, как вы бросаетесь в воду. Вы должны полностью и без остатка погружаться в ситуацию, в которую вы попали. Например, у вас сейчас заканчивается проект, над которым вы долго работали. Во время перерыва в работе, езде в транспорте, автомобильной пробке вы должны ярко представить себе, насколько важен для вас этот проект, насколько он был труден и как вы преодолели все трудности.

Ощутите себя победителем, сказочным богатырем, который победил всех своих врагов. Тогда и слушать вас будет интересно. Если же сказать: «Я закончил проект номер пять, а сейчас занимаюсь проектом номер шесть», то собеседник может вывихнуть челюсть, зевая от скуки.

Во время разговора вы не должны к чему-либо стремиться или переубеждать собеседника, вы должны чувствовать себя свободно и отдаваться своим чувствам.

Во время общения необходимо строго соблюдать следующие правила:

- не перебивать
- не возражать
- не спорить

Не перебивать

Когда вы перебиваете, то тем самым заявляете собеседнику «Ты несешь чушь, которая мне неинтересна, а вот я сейчас скажу что-то умное». Вы унижаете его своим поведением. С таким подходом к человеку не удивляйтесь, если он перестанет с вами общаться. И правильно делает!

Не возражать

Человек высказал свое мнение, выразил свои чувства. Другими словами, он преподнес вам букет роз. А вы бросаете букет в лужу со словами «Нет, у меня другое мнение, я люблю тюльпаны». Смысла возражать никакого нет. Если вам говорят свое мнение, то и вы скажите свое мнение. Но не как возражение, а просто как продолжение разговора. Если вы не согласны с тем, что вам говорят, то лучше всего найти то, с чем вы согласны, и согласиться с этим.

Не спорить

Предположим, что ваш собеседник сказал нечто такое, с чем вы категорически не согласны. Вы тут же вскипели и бросаетесь в бой: «Да разве можно так говорить!»

И вот вы выплеснули все, что знаете по этому вопросу, показав собеседнику, что он полный идиот. И что? Улучшились ли от этого ваши отношения?

Гораздо лучше в такой ситуации спросить: «А почему ты так считаешь? Что ты об этом знаешь?»

Любой спор нужно переводить в перечень вопросов. На каждое общее высказывание собеседника просить привести пример.

Спор – это бессмысленное препирательство людей, имеющих разную информацию о предмете спора. Если они просто обмениваются этой информацией, то причины для спора не будет.

Если возникает размолвка, то нужно повторить слова партнера в виде вопроса: «То есть ты считаешь, что...?» Это сразу снизит вероятность спора. Ваш собеседник видит, что вы заинтересованы в разговоре и пытаетесь понять его точку зрения. То есть делаете шаг навстречу. Тогда он в свою очередь попытается обосновать свое мнение более убедительно, и прийти к согласию будет проще.

Самое важное о выращивании любви:

Общение душ начинается всегда с простого общения.

В начале разговора вы должны согласовать ваши эмоциональные состояния!

Целью разговора во всех случаях является обмен чувствами.

Глава 9. Как сделать свое счастье безмерным

Счастье без ума - дырявая сума.

В первую очередь надо заметить, что ни страсть, ни влюбленность не дадут постоянных и богатых чувств. **Страсть и влюбленность делают вашу жизнь счастливой на короткое время.** Относитесь к ним, как к праздникам, которые приходят изредка, взрываются фейерверком переживаний и исчезают, оставляя после себя лишь тлеющие угольки.

Конечно, это ни в коем случае не повод, чтобы отказываться от них, также как и отказываться от всех праздников на том основании, что они редко происходят. Именно от этого праздники и являются столь ценными.

Напомним, что счастье – это переживание сильных и возвышенных чувств. Это значит, во время праздников вы можете быть счастливыми. А как же быть счастливым постоянно?

Постоянное счастье вам может подарить только любовь.

Ваше счастье будет безмерным, если вы постоянно будете переживать поток прекрасных чувств. Любовь – это не праздник, который появляется изредка.

Любовь – это ежедневный праздник.

Источником приятных чувств являются противоречия, поэтому вам нужен постоянный источник противоречий. Главное противоречие любви – это противоречие между несовершенством реального мира и совершенством того мира, который вы строите со своим любимым.

Наиболее надежным и постоянным источником сильных противоречий такого рода является наличие большой и возвышенной цели, которую вы хотите достичь.

Секрет безмерного счастья состоит в наличии возвышенной цели.

Возвышенная цель дает вам следующие преимущества:

- постоянный источник противоречий
- возможность личностного роста
- возможность получение общественного уважения
- возможность творческой деятельности

Другими словами, только прикоснувшись к огромному потенциалу ваших скрытых возможностей вы можете испытать колоссальное богатство чувств и переживаний. Вы должны все глубже погружаться в себя и открывать бесконечные сокровища внутри вас.

Как мы видим, в вашей жизни появляется целая россыпь прекрасных возможностей, каждая из которых несет в себе прекрасные чувства.

Для того чтобы правильно выбрать цель, выбирайте то, что доставляет вам наибольшее удовольствие...

Каждый день продвигайтесь к своей цели и поднимайтесь на одну ступеньку. Это значит, что каждый день у вас будет возможность пережить любовь и счастье.

Вы живете правильно, если каждый день ощущаете приятные чувства и глубокие переживания. Каждое дело в вашей жизни вы должны выполнять,

полностью погружаясь в него, считая ваше дело нужным и значительным. Цените себя и минуты своей жизни. А теми минутами радости победы, когда вы преодолеваете очередное препятствие, делитесь с вашим любимым, многократно усиливая это чувство.

Большая ошибка будет состоять в том, если вы замкнетесь только на своей любви. Через некоторое время у вас исчезнут все переживания, и вам будет нечем делиться. Напротив, вы должны жить чрезвычайно насыщенной и наполненной жизнью. Тогда у вас не будет недостатка впечатлений и вам всегда будет о чем поговорить с любимым человеком.

Если же у вас нет постоянной цели, постоянного продвижения вперед, то у вас возникнут проблемы с общением. Постоянное повторение одного и того же рассказа наскучит кому угодно. Кроме того, если у вас нет повода радоваться, то автоматически вы будете все время получать повод, чтобы переживать.

И только жизнь, которая заполнена каждый день движением к возвышенной цели и переживанием успеха и любовного наслаждения, даст вам бескрайнее, безграничное и безмерное счастье!

Самое важное о достижении счастья:

Страсть и влюбленность делают вашу жизнь счастливой на короткое время.

Постоянное счастье вам может подарить только любовь.

Секрет безмерного счастья состоит в наличии возвышенной цели.

Заключение

Спасибо за то, что Вы прочитали эту книгу! Вас, как внимательного читателя, ждёт бонус – дополнительные материалы к книге «100 секретов счастливой любви». Они находятся в закрытом разделе на моём сайте. Чтобы их получить, пройдите по этой ссылке:

<http://www.sheremetev.info/content/blogcategory/42/89/>

На моём сайте не забудьте подписаться на рассылку – в ней будет сообщаться обо всех обновлениях закрытого раздела и выходе новых книг.

С уважением,
Константин Шереметьев

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Шереметьев' (Sheremetev).