

То, что люди называют любовью, чаще всего является любовной зависимостью

Не успев толком узнать друг друга, люди впадают в эмоциональную и сексуальную зависимость, искренне полагая, что вот и нагрянуло то самое светлое и долгожданное чувство – любовь

В молодости большинство девушек думают, что любовь – это такая естественная штука, которая в жизни случается почти с каждым. А если с кем-то не случилась по сей день, то обязательно произойдет в будущем. Просто надо встретить того самого человека и вот она – любовь.

После многих лет наблюдений, анализа собственного опыта и опыта других становится очевидным, что любовь – редкое, крайне редкое чувство. В том самом настоящем смысле этого слова, где есть взаимоуважение, признание ценности друг друга, взаимное развитие, осознанная верность. То, что люди обычно называют любовью, чаще всего является любовной зависимостью.

Она начинается восторженно, романтично, маняще-притягательно с буйства гормонов и флюидов. Не успев толком узнать друг друга, люди впадают в эмоциональную и сексуальную зависимость, искренне полагая, что вот и нагрянуло то самое светлое и долгожданное чувство – любовь. Влюбленность может начаться с химии, любовь всегда базируется **на знании и принятии другого человека**.

В эйфории влюбленные перестают жить отдельными друг от друга жизнями: забрасывают свои увлечения, забывают родственников, спустя рукава выполняют работу, заботятся о детях, если они есть, по необходимости. Все мысли и желания связаны с объектом страсти. С ним очень хорошо, без него очень плохо. **Если в это время у пары не появляются общие дела, интересы, если они никак не продвигаются в узнавании друг друга, если не вспоминают о собственной жизни, а довольствуются только ощущениями рядом с возлюбленным или возлюбленной, то пара становится на тяжкий путь любовной зависимости.** Периоды, когда вместе хорошо, будут сокращаться, а в периоды обособленности будет все так же плохо. В конце концов люди дойдут до того, что плохо будет вместе и плохо – врозь. Свет, радость и легкость навсегда уйдут из этих отношений.

Станут привычными ситуации, когда один унижает и оскорбляет другого, но «у нас же любовь» – по-прежнему идеальное оправдание, поэтому все прощается. Кто-то не дает другому учиться, но ничего, «интересы семьи важнее». Кто-то устраивает скандалы и выяснения на тему: «Где ты был (или была)?», если другой задержался на пятнадцать минут, и требует регулярного отчета о местонахождении. Или, например, женщина обижается и перестает разговаривать с мужчиной, если тот уехал в субботу на рыбалку, на футбол, на встречу с однокурсниками, но без нее. Или мужчина запрещает женщине заниматься танцами, йогой и прочими увлечениями, потому что «у тебя же семья». Проверки телефонных звонков и смс, социальных сетей, даже деловой переписки становятся нормой жизни, а подозрения, ревность, недоверие, обиды и конфликты – неизменными атрибутами совместной жизни.

За всем этим стоит ожидание, что тот другой, который рядом, заполнит душевную пустоту и займет время жизни. В таких отношениях постоянно всплывает молчаливая или высказанная претензия: «Ты должен сделать меня счастливой (или счастливым), и ты плохо справляешься с этим». «Будь со мной», «не оставляй меня», «как ты можешь жить без меня?», «как может быть тебе хорошо без меня?» – люди цепями сковывают друг друга.

Это происходит не потому, что кто-то плохой, а кто-то хороший, в созависимые отношения попадают оба партнера с комплексами и психотравмами. Например, один боится душевной близости, другому любви всегда не хватает. Тот, кто боится, будет убегать и дистанцироваться, тот, кто истово хочет быть любимым, будет вырывать или пытаться заслужить эту любовь всеми доступными средствами. Они могут и поменяться ролями, потому что это две крайности одной игры.

На самом деле любовь мало зависит от того, кто ее вызывает. Любовь начинается с любви к себе и с принятия себя. В душе целостного человека любовь живет всегда. Это умение радоваться жизни, любить все ее проявления, находить в этом удовольствие и реализацию, быть наполненным и завершенным. Только тогда человек способен любить. И эта способность есть далеко не у всех. Часто максимум того, что человек может построить в отношениях, – это зависимость. Он не видит, не понимает, не чувствует по-другому.

Любовь – это свободный выбор. Не ради квартиры, не ради детей, не из-за боязни одиночества. “Я с тобой, потому что ты для меня лучший (или лучшая). Я не умру без тебя, но с тобой моя жизнь ярче, насыщенней и теплее”.