



Я так его любила....Или была влюблена? Как разобраться в своем чувстве?

[Аудио](#)

Стенограмма передачи "Любовь или влюбленность" или Любовь нечаянно нагрянет...

Так часто мы произносим слово «любовь». Однако, что же на самом деле оно означает, мы не всегда можем точно определить. Большинство людей за свою жизнь признаются в любви неоднократно, причем в любви к разным людям. Я не говорю о любви к родителям, к детям, к животным и т.д., речь идет о чувстве между мужчиной и женщиной.

Давайте разберемся, почему же то чувство, которое как нам порой кажется, будет длиться бесконечно, со временем затухает, и человек, который был объектом вожделения уже не вызывает радостных переживаний, учащенного биения сердца, замирания дыхания и всего того, что обычно сопровождает бурную страсть, но зато похожее чувство и та же самая реакция могут вспыхнуть к совершенно другому человеку?

Все дело в том, что зачастую мы принимаем за любовь совершенно другое чувство – «влюбленность». Эта разница огромна. Например, если чувство возникло быстро и основано оно лишь на внешней привлекательности девушки или парня, то это, скорее всего влюбленность, потому что любовь приходит постепенно и основана на привлекательности самой личности. Сексапильность при этом имеет лишь вторичное значение, а порой не имеет никакого. Чтобы полюбить человека иногда требуются месяцы и годы, потому что, чтобы полюбить нужно узнать самого человека, проникнуть в его внутренний мир, разделить этот мир с ним, а на это требуется время. Для того, чтобы влюбиться порой достаточно лишь одного взгляда.

Если человек не может определиться с выбором, говоря, я люблю одновременно двух человек и сделать выбор выше моих сил, то это влюбленность, потому что в центре любви всегда только один человек.

Если в жизнь человека входит некий разрушительный беспорядок, снижается его работоспособность и это даже становится очевидным для друзей или родственников, которые справедливо замечают «Что с тобой случилось? Тебя ничего не интересует. Ты запустил учебу. Ты витаешь в облаках. Ты не болен, случайно?», то это скорее всего влюбленность. Любовь напротив, благотворно сказывается на личности, раскрывая все самое лучшее в ней, побуждая к творчеству, к добрым делам и личному росту, она возрождает чувство долга и ответственности, подвигает к успеху и в учебе, и в работе, наполняет жизнь смыслом и дает ей достойную цель.

Если человек склонен идеализировать образ избранника, приукрашивать его достоинства до неузнаваемости и не замечать недостатки, находясь во власти иллюзий, то это влюбленность. Порой люди восхищаются одним-двумя качествами возлюбленного и впадают в глупость, полагая, что они перевесят все его недостатки и проблемы. Любовь же способна видеть все в реальном свете и точно оценивать того, с кем имеет дело. Она также видит в человеке его достоинства, но она не слепнет перед несовершенствами.

Если чувство умирает, стоит только другому человеку исчезнуть из поля, как говорится «с глаз долой - из сердца вон», то это влюбленность, потому что она жива лишь за счет физического влечения и еще одного-двух качеств. Другими словами, влюбленность уходит также быстро, как и пришла. Влюбленность, завязанная на сексуальной близости, длится чуть дольше, но и она имеет свой весьма ограниченный период жизни.

А вот любовь в разлуке может даже окрепнуть. Когда он или она вдали, то человек испытывает такое чувство, словно лишился какой-то части себя. Любовь способна преодолеть расставания, она никуда не девается, не перестает и не проходит. Разлука помогает понять, как много значат эти отношения.

Если люди строят свои отношения на эксплуатации физических контактов, то это влюбленность, потому что физическое влечение – это опора влюбленности, которая в основном поддерживается возбуждением, переживаемым от близости. Часто тот, кто испытал это впервые, приходит к ложному заключению, что это точно что-то особенное, ведь раньше он никогда этого не испытывал. А истинно любящая пара сдерживает физическое влечение на протяжении всего времени добрых отношений, хотя истинной любви также свойственно стремление к близости, но все же этому предшествует множество иных реалий. Для них близость означает нечто большее, чем просто половое удовольствие, они находят массу способов по иному выразить свои чувства.

Если человек думает о том, что он получит от своих отношений с кем-то, а не о том, что он сам мог бы сделать для другого, то это влюбленность. Она эгоистична, она ожидает любви и внимания от другого, не заботясь о его нуждах. Любовь же бескорытна, она способна откликаться на нужды и интересы другого, она настроена на волну понимания. Хотите тест на истинность любви? В состоянии ли человек продолжать любить, если другой постоянно обманывает, не замечает его нужд, вечно забывает сделать то, что обещал или о чем его просили? Если да, тест пройден успешно.

Если человек игнорирует возрастные, социальные, образовательные и религиозные различия, это влюбленность. Бывает, что это чувство настигает уже вступившего в брак человека, который находится в ситуации невозможности встречаться с другим. Влюбленность игнорирует реальные обстоятельства и толкает к измене. А любовь не создает проблем остальным, не причиняет боли, любовь бывает открытой, чистой, законной. Рабы же собственной страсти не обращают внимания на других, затушевывают имеющиеся между ними несоответствия, и не стараются предвидеть то, что вскоре неминуемо случится.

Как видно разница между двумя чувствами действительно существенная, и влюбленность здесь окончательно проигрывает, поскольку она нежизнеспособна. Я желаю всем настоящей большой любви.

