

Лилия Тухбатуллина

---

# *Любовный иммунитет*

---

Чтобы никто не плакал из-за любви

---



Лилия Тухбатуллина

**Любовный иммунитет. Чтобы  
никто не плакал из-за любви**

«Издательские решения»

**Тухбатуллина Л.**

Любовный иммунитет. Чтобы никто не плакал из-за любви /  
Л. Тухбатуллина — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-744042-8

Всех привлекает загадочный мир любви, потому что каждый хочет любить и быть любимым. Но этот мир включает в себя не только радость и счастье, но и таит в себе много опасностей в виде болезней, нежелательной беременности, обманов и страданий. «Любовный иммунитет» — ваш друг в мире любовных джунглей. В книге любовь рассмотрена с философской точки зрения, медицинской, религиозной и социальных факторов. Рассмотрена сексуальная сторона любви, также такие темы как любовь и бесплодие, любовь и болезни.

ISBN 978-5-44-744042-8

© Тухбатуллина Л.  
© Издательские решения

## Содержание

Введение	6
Глава 1. Гуманитарный аспект	8
1.1. Модульная теория любви	8
1.2. Социологическое исследование	14
1.3. Психоаналитическая теория не взаимной любви	26
Глава 2. Медицинский аспект	29
2.1. Любовь с точки зрения работы подкорковых центров	29
Конец ознакомительного фрагмента.	30

# **Любовный иммунитет Чтобы никто не плакал из-за любви**

**Лилия Тухбатуллина**

*For my love*

*Фотограф* Дмитрий Айчуваков

*Корректор* Вера Марышева

© Лилия Тухбатуллина, 2019

© Дмитрий Айчуваков, фотографии, 2019

ISBN 978-5-4474-4042-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Введение

*«Учись, мой сын: наука сокращает  
Нам опыты быстротекущей жизни».*  
А. С. Пушкин («Борис Годунов»)

На первый взгляд может показаться странным: зачем врачу писать книгу о любви? Но именно мы, врачи, оказываемся рядом с человеком, когда ему нужна медицинская помощь. И такое бывает, что вред своему здоровью человек наносит сам из-за проблем в личной жизни. Мы, врачи, видим болезни, аборт, слезы и моральные страдания людей. С желанием помочь людям, испытывающим душевные переживания, и была написана эта книга.

О любви написано немало книг. Но эта тема так и осталась загадкой. Что такое любовь? Что это за состояние? Это болезнь или признак здоровья? К сожалению, нет обоснованных рекомендаций, следуя которым можно было бы избежать моральных страданий в личной жизни. Конечно, есть много литературы на эту тему, но это просто эмпирические правила, а ситуации могут быть самыми различными, поэтому необходимо знание общих принципов, закономерностей, которые можно применять в любой ситуации, а не только в определенном случае.

Данная тема изучалась автором в течение длительного времени. Полученные результаты представили гармоничную картину мира. Хочется верить, что данный труд и потраченные на него время и усилия принесут пользу всем, кто интересуется данной тематикой.

Результаты работы докладывались и обсуждались на республиканских итоговых научно-практических конференциях студентов и молодых ученых Республики Башкортостан с международным участием «Вопросы теоретической и практической медицины» (Уфа, 2002 г., 2003 г., 2004 г., 2006 г., 2007 г., 2009 г., 2010 г.), на XII, XIII, XV Всероссийской научно-практической конференции «Молодые ученые в медицине» (Казань, 2007 г., 2008 г., 2010 г.).

Каждый человек в своей жизни сталкивается с таким прекрасным чувством, как любовь. Но это чувство в равной мере может осчастливить и заставить сильно страдать. Каждому нужно понимание формирования этого чувства для того, чтобы это состояние приносило радость; чтобы избежать моральных страданий, которые могут возникнуть; чтобы это чувство вело к пониманию, а не к преступлениям на почве личных отношений.

Проблемы в личной жизни, увы, могут стать причиной самоубийств.

В настоящее время перед Россией остро стоит демографическая проблема, и изучение данной темы имеет очень большое социальное значение. Ежегодно умирает россиян на один миллион больше, чем рождается. По количеству аборт, которые впоследствии могут привести к бесплодию, мы прочно удерживаем мировое первенство.

В науке ценится объективность. Любовь же – это субъективное состояние. Но когда в вашей жизни появляется любовь, вы становитесь объективно счастливыми, об этом говорят ваша улыбка на лице, хорошее и даже приподнятое настроение, повышение работоспособности, улучшение самочувствия, возникает ощущение, что за спиной выросли крылья счастья, и вам начинает казаться, что вы не ходите по земле, а летите над ней. Но когда из вашей жизни пропадает объект любви, вы объективно становитесь несчастными, о чем свидетельствуют ваше депрессивное состояние, апатия, отсутствие желания что-либо делать, слезы, текущие по вашим щекам. А каждый человек хочет объективно быть счастливым.

Несмотря на множество теорий о любви, ни одна из них не объясняет до конца многогранный феномен любви. Нет объяснения, почему «от любви до ненависти один шаг»? Почему парадоксальное чувство любви могут вызывать не только положительные действия, но и отрицательные?

От невзаимной любви, которая причиняет тяжелые моральные страдания, никто не застрахован. Она может случиться в жизни каждого. И вне зависимости от возраста расставание с любимым человеком тяжело переносится.

Эта книга – попытка объяснить феномен любви. Мы хотели понять, что такое любовь. Мы пытались понять причину любовных страданий, но смогли объяснить страдания в целом.

Мы хотели рассмотреть любовь с материальной точки зрения, но ответы на главные вопросы мы нашли в религии.

## Глава 1. Гуманитарный аспект

### 1.1. Модульная теория любви

Что такое любовь? Почему она возникает? Почему она бывает иногда взаимной, а иногда – нет? Почему она иногда делает счастливым, а иногда глубоко несчастным? Как сделать так, чтобы это чувство приносило только радость?

В жизни каждого человека бывают такие моменты, когда он задает себе эти вопросы. Конечно, это касается каждого. Ведь любовь бывает ко всему, что окружает человека, и она сопровождает нас всю жизнь: от зачатия и до смерти. Сколько времени существовал, существует и будет существовать человек, его всегда волновала, волнует и будет волновать и интересовать любовь.

Каждый человек становится ученым-исследователем, когда сталкивается с таким прекрасным чувством, как любовь, и проводит свое независимое исследование. Вам предоставляется возможность ознакомиться с результатами нашего исследования, которое дополнит ваши знания и ваш опыт, поможет избежать ошибок и облегчит страдания, если у вас сейчас не все так гладко на личном фронте.

Изучение этой темы началось с вопроса: почему бывает невзаимная любовь? На первый взгляд это кажется абсурдом: один человек любит другого, готов подарить ему все что у него есть, а тот, вместо того чтобы с радостью принимать подарки и внимание, в лучшем случае просто не хочет общаться с ним, а в худшем – резко отвергает.

Для объяснения этого феномена и выбора тактики поведения с целью предупреждения невзаимной любви была создана абстрактная теория, которая называется «Модульная теория любви» [21—29, 37].

Это философская теория. Она очень хороша тем, что это теория рациональная и логичная. Ее очень легко понять, и положения этой теории удобны при применении на практике.

Введем условные обозначения. Примем всю силу любви, которую способен испытать человек по отношению к себе и другому человеку, за условную единицу – модуль. Будем считать, что модули у всех равны. Модуль составляют две силы: сила любви к себе и сила любви к партнеру.

У гармоничной личности сила любви к себе и к другому равны. Одним цветом обозначена любовь к одному человеку, а другим – к другому (рис 1):

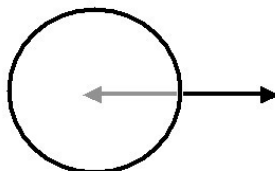


Рис. 1. Модуль гармоничной личности

Эти силы-стрелки возникают при взаимодействии, в общении. По отношению к тем людям, которых мы любим больше себя, внешняя стрелка будет больше внутренней, например, к матери, отцу, ребенку, к тому, кого мы безгранично любим, а по отношению к тем, которых

любим меньше себя, внутренняя стрелка больше внешней, например к человеку, который вас подвел пару раз.

Сначала рассмотрим взаимодействие двух гармоничных личностей. Человек, отдавая половину любви, на которую он способен, и получая столько же от партнера, полностью восстанавливает свой модуль (рис 2).

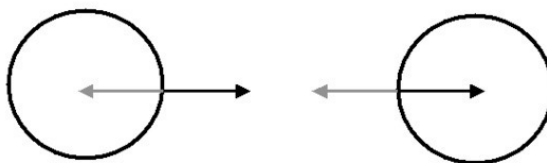


Рис. 2. Модули двух гармоничных личностей.

То же самое, только в другой схематической интерпретации (рис 3).

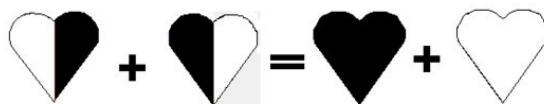


Рис. 3. Гармоничные личности

При взаимодействии двух похожих негармоничных личностей возможна гармоничная любовь. При этом человек, много отдавая и получая столько же, полностью восстанавливает свой модуль, либо мало отдавая и мало получая, происходит восстановление модуля.

Это будет только в том случае, если у членов пары одинаковая «дисгармония» (рис 4, 5):

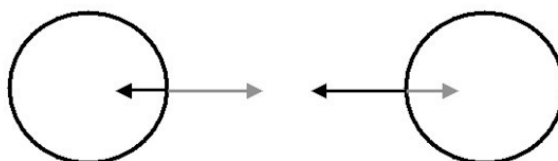


Рис. 4. Личности с одинаковой «дисгармонией»

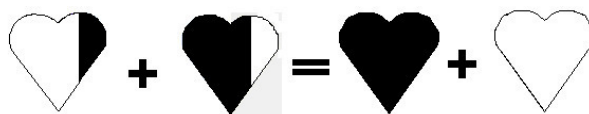


Рис. 5. Одинаковая «дисгармония».

Но на практике такой вариант встречается редко, потому что к личности относятся так же, как она сама относится к себе, то есть, много отдавая внимания, человек получать будет столько же, сколько оставляет себе, следовательно, мало. Восстановление модуля не происходит. Это типичный вариант, когда у влюбленного человека не восстанавливается модуль полностью, а у того, кого он любит, модуль восстанавливается с избытком (рис 6, 7).

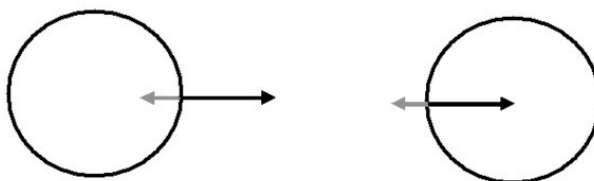


Рис. 6. Модули при взаимной любви.



Рис. 7. Невзаимная любовь.

У одного из партнеров модуль не восстанавливается. Для гармонии он будет стараться дать больше любви, чтобы получить столько же, но не получает ее. В этом и заключается механизм возникновения не взаимной любви с точки зрения данной философской теории.

Для восстановления баланса в этих дисгармоничных отношениях нужно отдавать столько же любви, сколько получаешь. Тем самым у двух партнеров будут полные модули. Нужно, чтобы у влюбленных совпадали соотношения модулей, то есть внешние и внутренние силы были у них равны соответственно. Внутреннюю стрелку можно еще понимать и как самооценку. Маленькая внутренняя стрелка соответствует низкой самооценке. И повышение самооценки, приобретение уверенности в себе является одним из рецептов от не взаимной любви. При высокой и завышенной самооценке для покорения сердца этого человека не следует уделять ему много внимания, потому что ему для восстановления модуля не надо «много любви».

Понятие «повышенная» и «пониженная самооценка» – это относительные величины даже для одной и той же личности. Они абсолютны только в сравнении. Конечно, есть некоторая доля предрасположенности одной из них, но это вовсе необязательно. Один и тот же человек с разными людьми чувствует себя по-разному. Например, рядом с известным человеком, многого добившегося в жизни, мы будем трепетать от волнения.

<b>Таблица 1. По какой причине не отвечали взаимностью мужчины</b>	
<b>Названные причины</b>	<b>Количество (от общего числа ответов на этот вопрос)</b>
Нет причин	54,286 %
Внешность	9,143 %
Любил другую	6,857 %
Характер	6,86 %
Разные взгляды	5,143 %
Не хотел	4,0 %
Не знал хорошо человека	2,86 %
Не соответствовала требованиям	2,29 %
Поведение	1,71 %
Не интересовала	1,14 %
Доступность	1,14 %
Раздражала	0,57 %
Назойливость	0,57 %
Не проявляла симпатии	0,57 %
Высокое мнение о себе	0,57 %
Интеллект	0,57 %
Был не готов	0,57 %
Дружба	0,57 %
Возраст	0,57 %
Не было времени	0,57 %
Не было необходимости	0,57 %

<b>Таблица 2. По какой причине не отвечали взаимностью женщины</b>	
<b>Названные причины</b>	<b>Количество</b>
Не нравился	45,0 %
Характер	12,6 %
Любила другого	7,0 %
Внешность	6,4 %
Не достоин	4,1 %
Друг	3,6 %
Настойчивость	3,4 %
Не интересовал	3,2 %
Разные интересы	3,2 %
Возраст	1,7 %
Интеллект	1,5 %
Отсутствие авторитета	0,85 %
Не знала о чувствах	0,85 %
Не удовлетворял в сексе	0,6 %
Выбираю сама	0,6 %
Неопытность	0,6 %
Матерился	0,6 %
Не внушал доверия	0,6 %
Не было чувств	0,6 %
Отсутствие настойчивости	0,4 %
Эгоист	0,4 %
Страх	0,4 %
Поведение	0,4 %
Не было времени	0,4 %
Был женат	0,2 %
Мало знала	0,2 %
Не нравилось, как ухаживал	0,2 %

Примерно 54% ответов юношей и 45% ответов девушек показывают, что они сами не могут назвать конкретную причину своей нелюбви ( $p > 0,005$ ). По результатам нашего исследования, как у юношей, так и у девушек при невзаимной любви бессознательные и сознательные причины встречаются примерно в равном количестве случаев. Главный принцип поведения, который следует из модульной теории – незаметное подражание, «отзеркаливание», целью которого является адекватное заполнение модуля объекта любви, то есть уделять человеку столько внимания, сколько он вам.

В данной аналитической теории за модуль мы приняли позитивное отношение к себе и к другому человеку и обозначили гармоничную личность кругом с двумя стрелочками, равными по значению. Но ведь внутренняя часть модуля заполнена только наполовину. Следовательно, вторую внутреннюю часть модуля заполняет негативное отношение к самому себе, и должна существовать другая внешняя уравновешивающая сила негативного отношения к другому человеку. Теперь гармоничную личность мы можем представить в другом более полном виде (рис 8):

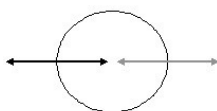


Рис. 8. Модуль гармоничной личности.

Таким образом, гармоничная личность умеет одинаково любить и не любить себя и своего партнера. Все должно быть уравновешено.

Это все соответствует норме. Человек не очень любит себя, когда он совершает ошибки, когда у него есть какие-либо проблемы. То же самое отношение у человека и к другим. Нам не нравятся люди, которые обладают теми недостатками, которые мы у себя искореняем. Если нам что-то не нравится в другом человеке, то это же нам не нравится и в себе.

Следовательно, нелюбовь к себе – это своего рода предохранительный механизм, который защищает нас от совершения действий, после которых возможно угрызения совести.

Отношение человека к окружающим является проявлением отношения человека к самому себе. Если человек кого-либо не любит, то это говорит о том, что если бы он сам находился на месте того человека, то он сам бы себя не любил.

Данная теория интересна, выводы, вытекающие из нее, легко применимы в жизни, помогают выстраивать в каждом отдельно взятом случае индивидуальную линию поведения. Но эта теория философская. А есть ли у нее материальное обоснование? Подтверждается ли она жизнью? Для ответа на эти вопросы было продолжено более глубокое изучение этой темы и было проведено социологическое исследование.

## 1.2. Социологическое исследование

Анкетирование проводилось в апреле 2003 года. Количество респондентов статистически значимо ( $n=595$ ). Соотношение представителей мужского и женского полов среди респондентов 27,2% и 72,8% соответственно. Анкетируемые были в возрасте от 17 до 22 лет.

Им были представлены следующие вопросы:

Ваш возраст.

Пол.

Случалось ли с Вами так, что в Вас влюблялись, а Вы в этого человека – нет?

Как Вы думаете, почему Вы не отвечали взаимностью?

В чем надо было измениться этому человеку, чтобы понравиться Вам?

Вы когда-нибудь сами любили без взаимности?

Если да, то в чем были Ваши ошибки, на Ваш взгляд?

У Вас получалось невзаимную любовь превращать во взаимную? Возможно ли это вообще, с Вашей точки зрения?

Если да, то каким способом?

Полученные ответы были статистически обработаны с применением анализа таблицы сопряженности.

У 71,6% мужчин и 63% женщин была хотя бы раз невзаимная любовь ( $p > 0,005$ ). В данном случае нет достоверной разницы между юношами и девушками. Невзаимная любовь может встречаться с одинаковой вероятностью у мужчин и женщин.

86,4% мужчин и 93,8% женщин сами хотя бы раз не отвечали взаимностью, когда в них влюблялись ( $p > 0,005$ ). Как мужчины, так и женщины, независимо от пола, могут отвергать любовь другого человека.

У 45,7% молодых людей и 46,9% девушек получалось превращать невзаимную любовь во взаимную ( $p > 0,005$ ).

77,8% мужчин и 75,3% женщин считают, что возможно невзаимную любовь превратить во взаимную.

3,7% молодых людей и 8,8% девушек даже не пытались добиться взаимности при невзаимной любви.

Анкетируемые были распределены в три группы в зависимости от возраста и пола. 1-я группа – 17 – 18 лет, 2-я – 19 – 20 лет, 3-я – 21 – 22 года.

В первой группе молодых людей было 38 человек, во второй – 95 человек, в третьей – 29 человек.

В первой группе девушек было 157, во второй – 227, в третьей – 49.

У мужчин в первой группе невзаимная любовь была в 73,7% случаев, во второй – 71,6%, в третьей – в 69% случаев.

У женщин в первой группе невзаимная любовь была в 63,7% случаев, во второй – в 61,7%, в третьей – 67,3% случаев.

Достоверной статистической разницы между этими значениями не было выявлено.

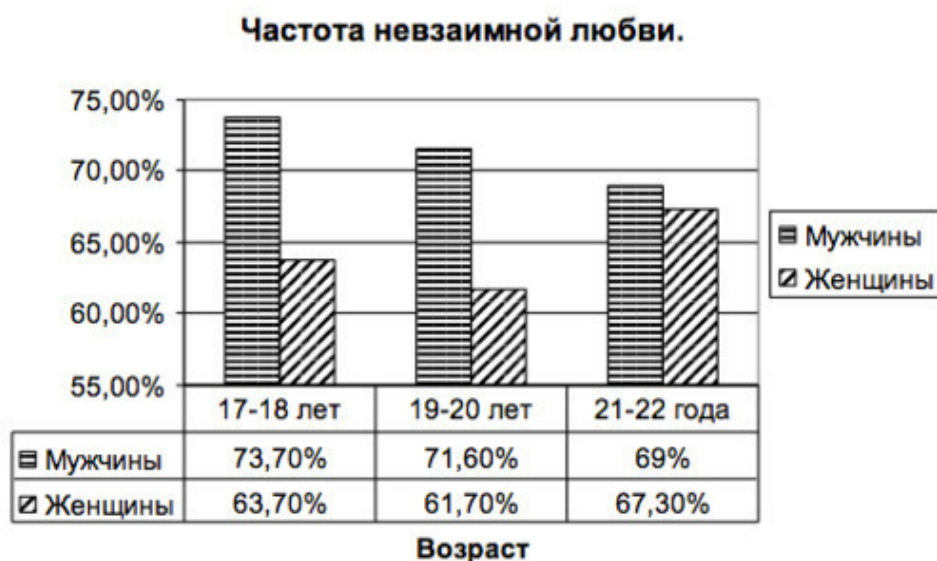


Диаграмма 1

Мужчины первой группы смогли добиться взаимности в 36,8% случаев, второй группы – в 52,6% случаев, третьей – в 34,5% случаев. Но достоверное влияние возраста у мужчин на умение превращать не взаимную любовь во взаимную не было выявлено ( $p > 0,005$ ).

Девушки первой группы сумели добиться взаимности в 52,9% случаев, второй – в 26% случаев, третьей – в 40,8% случаев. Достоверных различий не выявлено ( $p > 0,005$ ).



Диаграмма 2

В нашем исследовании разница в возрасте у анкетирруемых была небольшой (максимальная разница – 6 лет). Вследствие этого, возможно, не было выявлено достоверного влияния возраста на способность превращать не взаимную любовь во взаимную.

Ответы молодых людей и девушек на открытые вопросы анализировались отдельно. Были получены следующие результаты [28—33].

<b>Таблица 1. По какой причине не отвечали взаимностью мужчины</b>	
<b>Названные причины</b>	<b>Количество (от общего числа ответов на этот вопрос)</b>
Нет причин	54,286 %
Внешность	9,143 %
Любил другую	6,857 %
Характер	6,86 %
Разные взгляды	5,143 %
Не хотел	4,0 %
Не знал хорошо человека	2,86 %
Не соответствовала требованиям	2,29 %
Поведение	1,71 %
Не интересовала	1,14 %
Доступность	1,14 %
Раздражала	0,57 %
Назойливость	0,57 %
Не проявляла симпатии	0,57 %
Высокое мнение о себе	0,57 %
Интеллект	0,57 %
Был не готов	0,57 %
Дружба	0,57 %
Возраст	0,57 %
Не было времени	0,57 %
Не было необходимости	0,57 %

<b>Таблица 2. По какой причине не отвечали взаимностью женщины</b>	
<b>Названные причины</b>	<b>Количество</b>
Не нравился	45,0 %
Характер	12,6 %
Любила другого	7,0 %
Внешность	6,4 %
Не достоин	4,1 %
Друг	3,6 %
Настойчивость	3,4 %
Не интересовал	3,2 %
Разные интересы	3,2 %
Возраст	1,7 %
Интеллект	1,5 %
Отсутствие авторитета	0,85 %
Не знала о чувствах	0,85 %
Не удовлетворял в сексе	0,6 %
Выбираю сама	0,6 %
Неопытность	0,6 %
Матерился	0,6 %
Не внушал доверия	0,6 %
Не было чувств	0,6 %
Отсутствие настойчивости	0,4 %
Эгоист	0,4 %
Страх	0,4 %
Поведение	0,4 %
Не было времени	0,4 %
Был женат	0,2 %
Мало знала	0,2 %
Не нравилось, как ухаживал	0,2 %

Примерно 54% ответов юношей и 45% ответов девушек показывают, что они сами не могут назвать конкретную причину своей нелюбви ( $p > 0,005$ ). По результатам нашего исследования, как у юношей, так и у девушек при невзаимной любви бессознательные и сознательные причины встречаются примерно в равном количестве случаев.

Почему бывает невзаимная любовь? Это достаточно сложный вопрос. Можно привести такой пример. Девушка отвергла молодого человека, аргументируя это тем, что у него нет своей квартиры. Проходит некоторое время, и эта девушка влюбилась в другого молодого человека. «А у него есть квартира?» – спросите вы. «Нет, – отвечает она, – зато квартира есть у меня, а его я люблю». Человеку может казаться, что он отвергает человека по каким-либо причинам (возраст, социальный статус, образование, профессия, материальное положение, национальность и другое). Но когда он влюбится, ему будут уже безразличны все эти условности.

Если случилась невзаимность, то каких-либо конкретных причин здесь нет. За вас примет решение ваше подсознание, а уже ваше сознание найдет, как объяснить причину вашей любви или нелюбви.

Человек – биосоциальное создание. Некоторые биологические факторы могут компенсировать низкое социальное положение, например, внешняя привлекательность. Также хорошее материальное положение может компенсировать до определенной степени физические недостатки. И еще один из важных факторов – это моральные качества.

Существует много самых различных факторов, действующих на человеческие отношения – физические, социальные, материальные, психологические, религиозные, этические, интеллектуальные и даже сексуальные. Все так сложно и в то же время просто.

<b>Таблица 3. Способы молодых людей, которые помогли невозвратную любовь сделать взаимной</b>	
<b>Названные причины</b>	<b>Количество</b>
Упорство	29,0 %
Индивидуальный подход	17,9 %
Ухаживание	8,8 %
Самосовершенствование	7,0 %
Не показывать чувства	6,0 %
Хотеть	4,4 %
Общение	4,4 %
Практика	3,0 %
Искренность	3,0 %
Старание	3,0 %
Секс	1,5 %
Привлечь внимание	1,5 %
Само по себе получилось	1,5 %
Быть собой	1,5%
Верить в свои силы	1,5%
Больше быть вместе	1,5%
Принять такой, как есть	1,5%
Дать привыкнуть	1,5%
Максимум усилий	1,5%

<b>Таблица 4. Способы, которые помогли девушкам добиться взаимности</b>	
<b>Названные способы</b>	<b>Количество</b>
Индивидуальный подход	16,7 %
Общение	13,1 %
Быть собой	8,0 %
Настойчивость	7,0 %
Само собой получилось	6,0 %
Не замечать	5,4 %
Хотеть	4,2 %
Больше времени проводить вместе	4,2 %
Самосовершенствование	3,6 %
Привлечь внимание	3,6 %
Любить	2,4 %
Общие интересы	2,4 %
Ухаживание	2,4 %
Быть уверенной	1,8 %
Действовать	1,8 %
Всеми	1,8 %
Искренность	1,8 %
Заинтересовать	1,2 %
Терпение	1,2 %
Быть красивой, интересной	1,2 %
Верить в свою любовь	1,2 %
Без способов	1,2 %
Стать другом	1,2 %
Быть попроще	0,6 %
Быть наглее	0,6 %
Стать нужной	0,6 %
Не навязываться	0,6 %
Не торопиться	0,6 %
Независимость	0,6 %
Привыкнуть	0,6 %
Большим старанием	0,6 %
Сказать о любви	0,6 %
Опыт	0,6 %
Еда	0,6 %

<b>Таблица 5. В чем нужно было измениться девушкам, чтобы понравиться молодым людям, с точки зрения мужчин</b>	
<b>Названные параметры</b>	<b>Количество</b>
Внешность	18,1 %
Ни в чем	18,1 %
Не знаю	14,5 %
Характер	12,0 %
Во многом	5,5 %
Невозможно	4,8 %
Родиться заново	3,6 %
Стать умной	2,4 %
Стать искренней	1,8 %
Поведение	1,8 %
Измениться самому	1,2 %
Смотреть за собой, самосовершенствование	1,2 %
Повзреть	1,2 %
Образ жизни	1,2 %
Стать более раскованной, веселой	1,2 %
Стать скромнее	1,2 %
Полюбить рок	0,6 %
Дать знать о чувствах	0,6 %
Заняться спортом	0,6 %
Сделать так, чтобы я обратил внимание	0,6 %
Изучить «Камасутру»	0,6 %
Быть интересной	0,6 %
Понравиться мне	0,6 %
Ответить мне	0,6 %
Стать сексуальной	0,6 %
Понять меня	0,6 %
Отношение ко мне	0,6 %
Стать такой же, как я	0,6 %
Стать честной	0,6 %
Спуститься с небес на землю	0,6 %
Не быть навязчивой	0,6 %
Найти общие интересы	0,6 %
Побольше общаться	0,6 %

<b>Таблица 6. В чем надо было измениться молодым людям, чтобы понравиться девушкам, с точки зрения девушек</b>	
<b>Названные параметры</b>	<b>Количество</b>
Ни в чем	12,55 %
Характер	10,46 %
Во всем	9,0 %
Бесполезно	8,58 %
Внешность	8,37 %
Не знаю	5,37 %
Быть уверенней, настойчивей	4,0 %
Не быть настойчивым	4,0 %
Быть серьезнее, интересней	3,8 %
Поведение	3,6 %
Не смог бы измениться	2,7 %
Избавиться от вредных привычек	2,5 %
Не быть нахальным, ценить людей, не ставить себя выше других	2,3 %
Уделять внимание	2,3 %
Быть сильней, мужественней	1,9 %
Заслужить уважение	1,26 %
Быть самостоятельнее, независимее	1,05 %
Социальный статус	1,05 %
Заработать много денег	1,05 %
Стать добрее	0,84 %
Измениться мне	0,84 %
Общаться	0,84%
Близость по духу, понимать	0,84 %
Заново родиться	0,84 %
Удовлетворять во всем	0,84 %
Не обращать внимания	0,84 %
Повзрослеть	0,84 %
Изменить отношение к жизни	0,63 %
Чувство юмора	0,63 %
Быть самим собой	0,63 %
Сочетаться со мной	0,63 %
Сменить веру	0,42 %
Стать воспитаннее	0,42 %
Быть преданным до конца	0,42 %

Поступить в вуз	0,42 %
Не торопить события	0,42 %
Быть терпеливее	0,42 %
Взять второй женой	0,2 %
Изменить отношение ко мне	0,2 %
Научиться мне отказывать	0,2 %
Не врать	0,2 %
Стать другом сначала	0,2 %
Быть проще	0,2 %
Отбросить мат	0,2 %
Что-то представлять собой	0,2 %
Нравиться другим девушкам	0,2 %
Сам догадался бы	0,2 %
Устранить недостатки	0,2 %
Имидж	0,2 %

<b>Таблица 7. Ошибки парней в отношениях с девушками с точки зрения их самих</b>	
<b>Названные ошибки</b>	<b>Количество</b>
Не проявлял чувства, был нерешительным, ненастойчивым	22,7 %
Ни в чем	18,0 %
Не знаю	12,7 %
Сильно волновался, был надоедлив, излишняя открытость, был наивен	10,9 %
Мало опыта	9,0 %
Не подходил в качестве парня	4,5 %
Был маленьким для нее	3,6 %
Скверный характер	2,7 %
Не в ту влюбился	1,9 %
Не вовремя появился в ее жизни	1,9 %
Неверность	1,9 %
Любил рок	0,9 %
Не был серьезным	0,9 %
В общении	0,9 %
От меня не зависело	0,9 %
Долго не бегаю	0,9 %
Вредные привычки	0,9 %
Не могу идти добиваться ее	0,9 %
Не понимал, что со мной происходило	0,9 %
Привлекала невзаимная любовь	0,9 %
Грубый	0,9 %
Много уделял внимания	0,9 %

<b>Таблица 8. Ошибки девушек с их точки зрения</b>	
<b>Названные ошибки</b>	<b>Количество</b>
Робость, мало уделяла внимания, избегала его, не показывала своего чувства	25,5 %
Нет ошибок	16,7 %
Не знаю	12,6 %
Стала жертвенной, навязчивость, откровенность	7,8 %
Мало опыта	7,0 %
Не тот человек, хотела любить тайно, заведомо выбирала недоступный объект	5,5 %
Не подходила по его меркам	4,0 %
Наивность	1,85 %
Возраст	1,85 %
Характер, упрямство	1,5 %
Хорошо относилась, все прощала	1,5 %
Торопилась	1,1 %
Несерьезно относилась	1,1 %
Редко виделись, большое расстояние	1,1 %
Успокоилась на достигнутом	0,7 %
Разные характеры	0,7 %
Придумала его таким, каким хотела видеть	0,7 %
Не понимала его	0,7 %
Внешность	0,7 %
Нерешительность	0,7 %
Многого хотела	0,7 %
Чувство собственности	0,4 %
Влюбилась в женатого	0,4 %
Плохое поведение	0,4 %
Была белой вороной	0,4 %
Давала поводы для ревности, задела его гордость	0,4 %
Не хватало нежности	0,4 %
Во всем	0,4 %
Желание изменить человека	0,4 %
Вредные привычки	0,4 %
Не привлекла внимание	0,4 %
Перепады настроения	0,4 %
Не была собой	0,4 %
Не признавалась, любовь без взаимности имеет свои плюсы	0,4 %

Ненависть, месть	0,4 %
Нет вредных привычек	0,4 %

На данные вопросы получены противоречивые ответы. Один и тот же метод может привести к взаимности и к невзаимности, в одном случае нужно «уделять внимание», чтобы понравиться, а в другом – «не обращать внимания» для достижения той же цели.

Ошибки в любви – сложный вопрос. Если вы любите человека, то чтобы он ни делал, вам он будет все равно нравиться. Даже если любимый человек совершает не очень красивые поступки, то влюбленный человек не замечает этого или находит оправдание его действиям. А если человек совсем не нравится, то, как бы он красиво ни ухаживал, вас все его действия могут только раздражать. Здесь главное в том, нравится ли сам человек.

Вы можете придумывать разные сюрпризы для объекта своей любви, но этот человек может оставаться совершенно равнодушным к вашим знакам внимания. А в общении с другим человеком вы можете абсолютно ничего не делать, только общаться с ним в пределах вежливости, соблюдая формальный этикет, а человек влюбится в вас, будет признаваться вам в любви, читать вам стихи, делать милые подарки, будет говорить, что ваше материальное положение не имеет никакого значения, что ни разу не встречал такого человека, как вы, на работе достанет ваших коллег в поисках вас, а придя домой, вы обнаружите на ручке дверей много надутых воздушных шаров, на одном из которых будет написано: «Я тебя люблю!» И с грустью подумаете, что у этого человека столько же шансов, как и у вас с другим человеком, для которого делали сюрпризы вы.

### 1.3. Психоаналитическая теория невзаимной любви

Невзаимная любовь может быть подсознательным выбором, когда кто-то не хочет создавать семью или начинать серьезные отношения по какой-либо причине (хочется сначала завершить учебу, сделать карьеру, защитить диссертацию, улучшить материальное положение и другое) [34, 35].

Например, у одного человека была невзаимная любовь. Он добился взаимности, но бывает, что потом теряет интерес к тому избраннику и ищет для покорения новый недоступный объект любви.

По результатам нашего исследования у 71,6% мужчин и 63% женщин была хотя бы раз невзаимная любовь.

Мы поинтересовались у молодых людей: почему у них была невзаимная любовь? Здесь приведены те ответы, которые можно применить для подтверждения данной гипотезы. Ошибки парней с точки зрения их самих: не проявлял чувства, был нерешительным, не настойчивым – 22,7%, не знаю – 12,7%, не подходил в качестве парня – 4,5%, был маленьким для нее – 3,6%, не вовремя появился в ее жизни – 1,9%, неверность – 1,9%, не в ту влюбился – 1,9%, привлекала невзаимная любовь – 0,9%, не был серьезным – 0,9%, что составляет в сумме 51%.

Ошибки девушек с их точки зрения: робость, мало уделяла внимания, избегала его, не показывала своего чувства – 25,5%, не знаю – 12,6%, не тот человек, хотела любить тайно, заведомо выбирала недоступный объект – 5,5%, не подходила по его меркам – 4%, несерьезно относилась – 1,1%, влюбилась в женатого – 0,4%, не признавалась, любовь без взаимности имеет свои плюсы – 0,4%, давала поводы для ревности, задела его гордость – 0,4%, что составляет в сумме 49,9%.

То есть примерно в 50% случаев человек сам выбирает для себя подсознательно недоступный объект любви, который не может ответить ему взаимностью по объективным причинам или ведет себя так, заведомо подталкивая человека на невзаимность.

Приведем следующий пример – классический «любовный треугольник» – муж, жена и любовница. Образование «любовного треугольника» может происходить по разным причинам. Приведем пример, подтверждающий данную теорию. Жена случайно обнаружила существование любовницы у своего мужа и поступила оригинальным образом: она предложила любовнице помочь ей быть с ее мужем. Но любовница сразу потеряла интерес к данному женатому мужчине, когда появилась реальная возможность узаконить с ним отношения. Если бы у этой любовницы было желание выйти замуж, то она не была бы в личных отношениях с женатым мужчиной.

Ходит, допустим, рядом с вами некто, никаких особых чувств не вызывает. А когда он вас отвергает, то может возникнуть ощущение, что очень сильно любишь этого человека, что бывает при невзаимной любви. Почему отвергнутый при невзаимной любви «цепляется» к тому, кто его отвергает? Потому что именно этот человек наиболее соответствует подсознательному желанию не заводить серьезных личных отношений.

В окружении каждого есть люди, которые его любят и которые его не любят. Человек сам делает свой выбор, о ком ему думать: кто к нему тянется или кто его отвергает.

Если есть искреннее желание создать семью, начать серьезные отношения, то его будут интересоваться и волновать те люди, которые его любят и хотят с ним личные отношения.

Личные отношения, брак не всегда бывают счастливыми. Когда человек больше видел неудачные семейные отношения и их несчастливый исход, например, измены, разводы, когда оставляют одну женщину с грудным ребенком на произвол судьбы, когда один из супругов выгоняет другого из дома, нежелательные беременности, аборт, случаи заражения венериче-

скими заболеваниями, материальные проблемы молодых семей, отсутствие жилплощади для совместного проживания, невозможность продолжения учебы из-за ребенка (не с кем оставить, нужны средства на содержание ребенка), то подсознательно невзаимная любовь более привлекательна, потому что не приводит к таким проблемам.

При невзаимной любви можно порекомендовать составить шкалу приоритетов в данный момент. Что сейчас стоит на первом месте, на втором и так далее. Если «первым делом самолеты», то, следовательно, человек сам не хочет в настоящее время личных отношений и поэтому обращает внимание на тех, кому сам не нравится. Когда появится не только сознательное, но и искреннее подсознательное желание создать семью, то нравиться будет тот, кому он нравится сам.

Можно посоветовать еще общение со счастливыми супружескими парами, чтобы убедиться в том, что брак, семья – это счастье.

Сексуальный стимул – это самый мощный стимул, поэтому иногда человек подсознательно может выбирать невзаимную любовь и использовать это чувство для повышения собственной активности как источник вдохновения.

Данную теорию подтверждает и часть способов наших респондентов, которые помогли им сделать невзаимную любовь взаимной, а именно – не показывать чувства – 6% (парни), не замечать – 5,4%, не навязываться – 0,6%, не торопиться – 0,6%, независимость – 0,6% (девушки).

Подтверждают эту гипотезу и ответы девушек на вопрос «В чем надо было измениться парням, чтобы они ответили им взаимностью?», а именно: не быть настойчивым – 4%, не обращать внимания – 0,84%, не торопить события – 0,42%, научиться мне отказывать – 0,2%.

Следовательно, если невзаимная любовь – подсознательное желание, то она в чистом виде, когда не было личных отношений, не представляет опасности, если он сам ее желает. Но почему же тогда бывают моральные страдания из-за любви? Исходя из этой теории, можно сделать вывод, что моральные страдания вызывает не невзаимная любовь (если она является подсознательным выбором, что бывает в 50% случаев), а синдром любовной отмены. То есть человеку становится плохо тогда, когда у него были с кем-либо личные отношения, которые вызывали у него чувство радости, счастья, а потом они по какой-либо причине завершились (смерть, развод, другой человек и так далее). Общение с любимым человеком вызывает положительные эмоции, а если он исчезает, то нет прежнего источника эндорфинов, поэтому-то человеку и плохо.

Образуется пустота, которая заполняется слезами и, в крайнем случае, может заполниться даже кровью. Влюбленный человек постоянно думает об объекте своей любви. Он просыпается, думая о нем, и засыпает, думая о нем. А если его вдруг резко не стало, то о ком же он будет думать? Все равно об этом же человеке, поэтому желательно отношения завершать постепенно, чтобы появились другие источники положительных эмоций, или оставаться друзьями.

В состоянии синдрома любовной отмены возможны случайные половые связи, секс в день знакомства, так как человек испытывает огромный дефицит любви и подобным образом пытается его уменьшить. Позже он, когда уже успокоится, может страдать уже не от синдрома любовной отмены, а от последствий своих действий, которые совершил в этом состоянии. Например, парень в состоянии алкогольного опьянения разбил свою машину, которую не успел застраховать – чинить же ее придется за свои деньги. Или была попытка самоубийства, потом реанимация, может быть, операция. Возможен ущерб здоровью, и неизвестно, восстановится ли оно полностью. Человек в спокойном состоянии понимает: выпил – не садись за руль. Но если его только что отвергла любимая девушка, резко и неожиданно, то у него будет состояние аффекта. Через некоторое время парень морально, конечно же, восстановится. Но стра-

дать в данном случае будет уже не из-за девушки, а из-за свалившихся на него материальных проблем.

Здесь имеет значение даже не сама ситуация, а то, как человек воспринимает, что с ним произошло. Состояние шока у всех одинаковое, только кто-то умеет видеть положительные стороны в неприятной ситуации, а кто-то нет. И надо понимать, что проблемы надо решать, а не убегать от них. От себя все равно не убежишь. И свои проблемы надо любить, как и свои успехи. Ведь они же только ваши и составляют часть вашей жизни. А проблемы помогают вам становиться сильнее. Следует считать, что любая проблема – это закалка, это испытание, которое надо достойно пройти и при этом не сломаться, и постараться выйти победителем даже из очень сложной ситуации.

Таким образом, невзаимная любовь – это подсознательный выбор человека, в чистом виде не приводит к летальному исходу, который может возникнуть в случае синдрома любовной отмены, когда между людьми уже были близкие отношения.

Данное исследование не исчерпывает полностью тему любви и не объясняет этого феномена, несмотря на интересные полученные данные. С целью более глубокого изучения этой темы было продолжено исследование, и данный вопрос был рассмотрен нами с медицинской точки зрения.

## Глава 2. Медицинский аспект

### 2.1. Любовь с точки зрения работы подкорковых центров

Любовь – это прежде всего эмоциональное состояние человека. А за эмоции у человека отвечают подкорковые образования головного мозга, раздражение которых в процессе оперативных вмешательств вызывает появление чувства радости, успокоения, огромного удовлетворения или, наоборот, чувства тревоги, страха, подавленности, беспокойства.

Современную точку зрения о механизмах эмоциональных переживаний высказал выдающийся советский физиолог Анохин П. К. (1968). Он считал, что биологическая сущность эмоций сводится к удовлетворению какой-либо потребности. Если обратная информация о результатах предпринятого человеком действия говорит о полном достижении цели, возникает положительное эмоциональное состояние. Несовпадение же полученного результата и желаемого ведет к неудовлетворенности, беспокойству, к поиску новых решений [4, 11, с. 50—51].

Теория дифференциальных эмоций (Сильван Томкинс, Кэрролл Изард и другие) подчеркивает, что первичные, фундаментальные эмоции, как и влечения, обладают определенной психофизиологической автономией от сознательных процессов, в которых они осознаются; недаром ими можно манипулировать с помощью гормональных препаратов. Из того, что человек объясняет свои эмоциональные состояния в рациональных терминах, вовсе не вытекает, что эти состояния всегда контролируются и определяются мыслью. Эмоциональные предпочтения не нуждаются в логическом выведении, а аффективные суждения могут предшествовать сознательным и часто оказываются важнее последних [47].

Для выяснения роли лимбических структур головного мозга в обеспечении таких сексуальных феноменов, как эрекция, эякуляция и произвольное возбуждение половых органов, Р. McLean раздражал у обезьян – белых саймири (*Saimiris sciurea*) – различные участки подкорковой области погружными электродами, изменяя глубину погружения и электрические параметры (частота, амплитуда) раздражения. Эякуляция как таковая в экспериментах Р. McLean связана с точками, расположенными в зрительных буграх (главным образом в центрально-латеральном и медиодорсальном ядрах) и по ходу спиноталамического тракта.

Оказались сближены как в поведенческом, так и в морфофизиологическом плане сексуальность, страх и агрессия. У низших млекопитающих борьба включается в стереотипы поведения, предшествующие как пицедобывательным, так и сексуальным формам поведения. Даже у слепых щенков можно наблюдать проявления ярости в единоборстве со своими собратьями за обладание материнским соском, тесно связанные с возникновением у них в этой ситуации спонтанных эрекций. В опытах с погружными электродами на расстоянии, измеряемом долями миллиметра, можно получить резкий переход от сексуальной установки с выраженной эрекцией к стереотипам страха и ярости [McLean P., 1956] [20, с. 209—210].

Современные данные о субстрате гедонистических проявлений сексуальности у человека также свидетельствуют о его подкорковой локализации. Эту закономерность перехода от одной реакции к другой мы можем перенести и на человека, так как принцип работы головного мозга одинаков для человека и животных.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.