



# Ашот Эдуардович Амамчян

## Медиаторы любви

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=48453343](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48453343)*

*SelfPub; 2021*

### Аннотация

В книге обобщены имеющиеся данные мировой литературы о любви между полами, в том числе результаты научных исследований о физиологических механизмах и нейрохимических процессах, лежащих в основе любовного влечения, участвующих в реализации этого чувства. В отдельной главе книги автором рассматривается гипотеза любовного влечения, основанная на теории функциональной системы П. К. Анохина. Поэтому книгу можно считать попыткой объяснить то, что чаще кажется необъяснимым. Для оформления обложки и рисунка в тексте использованы иллюстрации с сайта Needpix, авторы Геральт и pixabay.

# Содержание

К читателю	4
Введение	7
Глава первая. Что такое любовь?	19
Конец ознакомительного фрагмента.	36

# Ашот Амамчян

## Медиаторы любви

### К читателю

В этой книге я дерзнул проанализировать чувство, по определению не поддающееся логическому объяснению, – любовь. Я прошу у читателя снисхождения к необычной форме этой «Физиологии любви», поскольку понимаю, что полностью объяснить механизмы любви фактически невозможно, тем более ее различные стадии – от сомнения до ревности, от счастья до пресыщения, предпосылки для возникновения любви...ее начало...Особенности ее развития для мужчин и женщин разных возрастов.

О любви написано немало книг. Однако они в большинстве своем относятся к беллетристике. Отношение же ученых к феномену любви, весьма прохладное. Как принято считать: «Любовь – это тема поэтов и философов». Кроме того, многим кажется, что научный подход к любви, приведет к утере аромата от самого этого слова, превратит романтику отношений в серые повседневные будни. Но вместе с тем было бы странно не познавать эту важнейшую сторону жизни. Это нужно, прежде всего, чтобы любовь давала сча-

стве человеку, а не приводила к разочарованиям и тем более к трагедиям.

Отдавая себе отчет в том, что любовь весьма многогранна и многозначна (любовь родителей к детям, детей к родителям, любовь к родине и т.д.), в этой книге мною собраны и обобщены имеющиеся данные отечественной и зарубежной литературы о любви между полами, в том числе результаты научных исследований о физиологических механизмах, лежащих в основе любовного влечения, структурах мозга, участвующих в реализации этого чувства, ну и естественно нейрохимических процессах, то есть воздействиях гормонов и медиаторов. Ведь не зря же гормон (ὄρμαῶν) в переводе с древнегреческого языка означает «двигаю, побуждаю», а медиатор (mediator) с латинского языка переводится как «посредник».

В этой книге приведена моя гипотеза любовного влечения, основанная на теории функциональной системы выдающегося ученого, нейрофизиолога П.К. Анохина. Поэтому книгу можно считать попыткой объяснить то, что чаще кажется необъяснимым. В конечном итоге Вам решать, достигнута поставленная цель или нет. По крайней мере, прочитав эту книгу, Вы будете намного больше знать о любви, о том, почему ее следует считать вовсе не безумием, а заложенным в нас механизмом действия. Кроме того, в приложении книги внесены тесты и опросники, касающиеся различных аспектов любви и взаимоотношений. Одни из них помо-

гут вам разобраться в себе в начале строящегося взаимоотношения, в частности, определить насколько вы любите себя, ваше отношение к любви, насколько страстны и ревнивы ли вы, насколько влюбчивы и нуждаетесь в любви, разбираетесь ли в сигналах флирта. Другие тесты помогут прогнозировать ваши уже имеющиеся взаимоотношения (например, надолго ли вас хватит), оценить психосексуальную совместимость, понять, любовь ли это или зависимость, действительно ли у вас с ним (с ней) все кончено?..

Надеюсь, чтение этой книги принесет вам знание о любовном влечении и поможет не ошибиться в формировании взаимоотношений, к которому толкает загадочная сила любви.

Впрочем допускаю, что это знание вряд ли вас утешит, когда однажды январским утром вы в стремлении увидеть любимого человека, проснетесь в незнакомом заснеженном городе.

*к.м.н, доцент А.Э. Амамчян*

# Введение

Женщина знает смысл любви,  
а мужчина – ее цену».

*Мартин Ларни*

Любовь – одна из фундаментальных и общих тем в мировой культуре и искусстве. Любовь интернациональна, она не имеет границ, но на разных языках это слово звучит и пишется неодинаково. И даже происхождение славянского слова «любовь» интерпретируется не однозначно. Одни лингвисты пришли к выводу, что слог «лю» означает люди, «бо» – Бог, «вь» – ведать. То есть в совокупности получается «люди ведают Бога». Другая этимология этого слова – от старославянского «шлюб», что означает «союз, соединение, согласие». Также рассматривается теория о происхождении первой буквы слова на основе символических обозначений мужчины «/» и женщины «\», и если они соединялись на верхнем уровне, получался рисунок «^», похожий на букву «Л». Кроме того, рассматривается происхождение слова «любовь», исходя из индоевропейской природы (в английском – «love», в немецком – «liebe»). В свою очередь, это слово пришло в английский язык из санскрита и происходит от слова «libh», означающего «вожделение, желание».

Тем самым, даже на этапе анализа самого слова «любовь» возникает разнообразность суждений.

Упоминания о любви появились уже сорок три столетия тому назад. Рассуждения о любви и её анализ как явления восходят к древнейшим философским системам и литературным памятникам, известным человечеству. У древних греков уже происходит разделение «зон ответственности»: за душевную любовь и красоту отвечает богиня Афродита, а за страстность и телесность – божество Эрос. Согласно мифологии, когда царил хаос, когда все находилось в потенциале, и ничто еще не было проявлено, – тогда появилась сила, способная все упорядочить, все объединить, всему дать форму и жизнь. Эта сила и есть Эрос. И когда Эрос упорядочил всю Вселенную, он стал распространять это на разные ее уровни, словно спускаясь по ступеням от самого высокого Неба до Земли. Эрос, как мифологичный персонаж, выражает себя в разных формах, превращаясь в Амура со стрелами, спутника Афродиты, пользующегося малейшей оплошностью людей, чтобы воспламенить сердца.

Научные представления о любви в эпоху Античности разрабатывались философами и отличались от мифологических.

В Древней Греции была разработана типология любви: «эрос» – стихийная и страстная самоотдача, восторженная влюбленность; «филия» – любовь-дружба, приязнь одного человека к другому; «сторге» – привязанность, особенно семейная; «агапе» – жертвенная любовь, любовь к ближнему. Древнегреческий философ Платон истолковывал любовь в

двух аспектах. С одной стороны, под любовью он понимал чувственную влюбленность и эстетический восторг перед прекрасным телом (отсюда – платоническая любовь). Это низшая ступень лестницы духовного восхождения. С другой стороны, Платон рассматривал любовь как абсолютное благо и абсолютную красоту. Это высшая ступень лестницы духовного восхождения человека. В свою очередь у ученика Платона, Аристотеля, понятие любви скорее плотское, он относил любовь к одной из первичных энергий человеческого тела. Одно из основательных рассмотрений любви можно найти у голландского философа-материалиста XVII века Бенедикта Спинозы. Согласно его представлениям, любовь к кому-либо возникает вследствие того, что человек, совершивший добрый поступок, доставляет другому удовольствие. При этом любовь порождает желание иметь и сохранять предмет своей любви, доставлять ему всякого рода удовольствие и отрицать все то, что причиняет ему неудовольствие. В Средневековье трудами Марсилио Фичино, Франческо Каттани и других начинает развиваться течение неоплатонизма. В основе этой любовной философии находится положение, что природа любви есть стремление к красоте.

Один из основоположников психологического романа, французский писатель Фредерик де Стендаль (Мари-Анри Бейль), в своем трактате «О любви» описывает ее зарождение. Он пишет: «Вот, что происходит в душе:

### *1. Восхищение.*

2. *Человек думает:* «Какое наслаждение целовать ее, получать от нее поцелуй!» и т. д.

3. *Надежда.* Начинается изучение совершенства, – чтобы получить, возможно, большее физическое наслаждение, женщине следовало бы отдаваться именно в этот момент. Даже у самых сдержанных женщин глаза краснеют в миг надежды; страсть так сильна, наслаждение настолько живо, что оно проявляется в разительных признаках.

4. *Любовь зародилась.* Любить – значит, испытывать наслаждение, когда ты видишь, осязаешь, ощущаешь всеми органами чувств и на как можно более близком расстоянии существо, которое ты любишь и которое любит тебя.

5. *Начинается первая кристаллизация.* Нам доставляет удовольствие украшать тысячью совершенств женщину, в любви которой мы уверены; мы с бесконечной радостью перебираем подробности нашего блаженства. Это сводится к тому, что мы преувеличиваем великолепное достояние, которое упало нам с неба, которого мы еще не знаем и в обладании которым мы уверены. То, что я называю кристаллизацией, есть особая деятельность ума, который из всего, с чем он сталкивается, извлекает открытие, что любимый предмет обладает новыми совершенствами. Это явление исходит от природы, повелевающей нам наслаждаться и заставляющей кровь приливать к мозгу от чувства, что наслаждения усиливаются вместе с увеличением достоинств предмета нашей любви, о котором мы думаем. На вершине цивилиза-

ции, женщины с нежной душой доходят до того, что испытывают физическое удовольствие только с мужчинами, которых они любят. Это полная противоположность дикарю. Но у цивилизованных народов женщины пользуются досугом, а дикари так поглощены своими делами, что им приходится обращаться со своими самками, как с вьючными животными. Если самки многих животных более счастливы, то лишь потому, что самцы их более обеспечены всем необходимым....

Страстный человек видит в любимом существе все совершенства; однако внимание его еще может рассеяться, ибо душа пресыщается всем, что однообразно, даже полным счастьем.

Тогда для фиксации внимания происходит следующее: после любого другого ряда действий, которые могут продолжаться либо один миг, либо несколько дней, – действий, сперва вселивших, а потом и укрепивших надежду, влюбленный, опомнившись после первой минуты удивления и привыкнув к своему счастью или следуя теории, всегда основывающейся на наиболее распространенных случаях и потому касающейся лишь доступных женщин, влюбленный, требует более реальных доказательств и жаждет ускорить свое счастье. Если он выказывает чрезмерную самоуверенность, ему противопоставляют равнодушие, холодность или даже гнев; как бы легкая ирония, которая как будто говорит: «Вам кажется, что вы достигли большего, чем это есть на самом де-

ле». Женщина ведет себя так либо потому, что она пробуждается от мгновенного опьянения и повинуется стыдливости, либо потому, что боится насилия, либо просто из осторожности или кокетства. Влюбленный начинает сомневаться в счастье, казавшемся ему близким; он строго пересматривает основания для надежды, которые ему чудились. Он хочет вознаградить себя другими радостями жизни и обнаруживает их исчезновение. Боязнь ужасного несчастья овладевает им, а вместе с этой боязнью появляется и глубокое внимание.

*7. Вторая кристаллизация.* Вторая кристаллизация, образующая в качестве алмазов подтверждение мысли: «Она меня любит». И кристаллизация работает над открытием новых очарований; потом сомнение с блуждающим взором овладевает им и резко останавливает его. Грудь его забывает дышать; он спрашивает себя: «Но любит ли она меня?» Во время всех этих мучительных и сладостных колебаний бедный влюбленный живо чувствует: «Она дала бы мне наслаждение, которое может дать только она одна во всем мире». Именно очевидность этой истины, эта прогулка по самому краю ужасной бездны и в то же время соприкосновение с полным счастьем, дает такое преимущество второй кристаллизации над первой. Влюбленный непрерывно блуждает между тремя мыслями: в ней все совершенства; она меня любит; как добиться от нее доказательства любви? Самый мучительный миг еще молодой любви тот, когда влюблен-

ный замечает, что им сделано неправильное умозаключение и приходится разрушать целую гроздь кристаллов. Он начинает сомневаться в самой кристаллизации».

Такова классическая схема зарождения любви...

В середине XIX в. великий русский физиолог И. М. Сеченов изложил свои взгляды на проблему любви. Он выделил три фазы в ее развитии:

1) создание абстрактного идеала;

2) встреча с объектом, похожим на идеал, и ассоциация объекта с идеалом – «Когда же мальчику случилось встретить женщину, похожую по его мысли на этот идеал, то он, как говорится, переносит свою мечту на эту женщину и начинает ее любить в ней», – после того как установились крепкие отношения и началась половая жизнь, симпатия и платоническая любовь, имевшие место до этого, переходят в фазу страстной любви;

3) угасание страсти, становление любви-дружбы; это происходит «на основании закона, по которому яркость страсти поддерживается лишь изменчивостью страстного образа. В год, в два, при жизни, очень близкой друг к другу, сумма возможных перемен и с той и с другой стороны давным-давно исчерпалась и яркость страсти исчезла».

И.М. Сеченов считал, что «человек, переживший все фазы любви, едва ли может страстно любить во второй раз. С его точки зрения, повторные страсти – признак неудовлетворенности предшествовавшими».

Вопросу любви уделил внимание и нобелевский лауреат, открывший миру явление клеточного иммунитета, И. И. Мечников. Он писал, что совокупность чувств и переживаний, которую люди называют любовью, есть не что иное, как психологическая надстройка над биологическим по своей природе половым влечением. Однако, утверждал И. И. Мечников, не подлежит сомнению, что половое чувство, хотя и общее у человека с животным, есть тем не менее источник самых высших духовных проявлений. Любовь между мужчиной и женщиной облагораживает человека, делает его способным на самоотверженные поступки.

Пессимистическая философия XIX века, ярким представителем которой является А. Шопенгауэр, стремилась разоблачить любовь. Так Шопенгауэр утверждал, что любовь между полами есть обман, иллюзия, при помощи которой иррациональная мировая воля заставляет обманутых индивидов быть слепыми орудиями продолжения рода.

В основе работ Зигмунда Фрейда лежит связь между любовью и сексуальностью. Любовь, по Фрейду, – иррациональное понятие, из которого исключено духовное начало. Любовь в теории сублимации, разработанной Фрейдом, низводится к первобытной сексуальности, являющейся одним из основных стимулов развития человека. При этом ссылаясь на примеры из животного мира, любовь рассматривалась как избирательный поиск брачного партнера. Впоследствии неофрейдистами были предприняты попытки развития тео-

рии Фрейда и перехода от чистого биологического описания к социальной и культурной составляющей любви. Одним из основоположников такого рассмотрения любви был немецкий психоаналитик Эрих Фромм. «Люди чувствуют себя любящими, если они “увлечены” кем-то», – писал он. «Они также называют любовью свою зависимость и свое собственничество. Они в самом деле считают, что нет ничего легче, чем любить, трудность лишь в том, чтоб найти достойный предмет, а неудачу в обретении счастья и любви они приписывают своему невезению в выборе достойного партнера. Но вопреки всей этой путанице и принятию желаемого за должное любовь представляет собой весьма специфическое чувство; и хотя каждое человеческое существо обладает способностью любить, осуществление ее – одна из труднейших задач. Подлинная любовь коренится в плодотворности и поэтому, собственно, может быть названа “плодотворной любовью”. Кроме того, Э. Фромм подчеркивает, что любовь всегда связана с заботой и ответственностью: «Забота и ответственность означают, что любовь – это деятельность, а не страсть, кого-то обуявшая, и не аффект, кого-то «захвативший». Под неплодотворной любовью Э. Фромм понимал субъективное переживание человеком таких чувств, которые он ошибочно называет любовью. На самом деле речь идет о чувствах собственничества, эгоизме, жажде обладания объектом любви как вещью, стремлению к ограничению свободы объекта любви, жадности и т.п. Таким образом,

употребляя термин «неплодотворная любовь», Э. Фромм исключает любовь как таковую из смысла данного понятия.

Поведение, порожденное любовным чувством, включающее различные символы и ритуалы, кажется нам тайной, поскольку мы почти не имеем над ним власти. При этом мы предпочитаем думать, что глубинные инстинкты не управляют нами и статус «царя природы» ограждает нас от страстей. В конце концов, есть же у человека лобные доли – большие, сложно устроенные участки коры головного мозга. Обладание этим высокоинтеллектуальным инструментом успокаивает нас, и мы тешим себя мнимой уверенностью, что в процессе длительных эволюционных изменений возвысились над нашими дальними родственниками – не особенно умными животными, которые подчинялись инстинктам. Врач и нейробиолог из Стэнфордского университета Джозеф Парвизи называет это человеческое убеждение «кортикоцентрической предвзятостью». Мозг состоит из ряда структур, которые реагируют на множество нейрохимических веществ. Вопреки распространенному мнению ни одна из областей мозга не «выше» и не «ниже» любой другой. Поведение не всегда формируется в результате поочередной, «ступенчатой» работы соподчиненных мозговых структур. Оно скорее продукт взаимодействия разных отделов мозга. Это не значит, что люди сдаются на милость своих иррациональных влечений. Разум действительно помогает человеку усмирить свои желания, однако мы обязаны учитывать и

мощность природного двигателя. Мозговые цепи желания и любви оказывают такое мощное воздействие, что легко подавляют рациональное начало, делая наше поведение игрушкой движущих сил эволюции. А значит животные способны «рассказать» о человеческой любви и сексуальном поведении.

Кто-то возразит, что секс и любовь у человека слишком сложны и слишком загадочны, чтобы объяснять наше половое романтическое поведение, полагаясь на результаты опытов на животных. Да, животные не люди. Однако у животных, – например, у степной полевки, – поведение поразительно похоже на человеческое. Полевки образуют моногамные связи. Они «влюбляются». Тоскуют, потеряв партнера. Спешат вернуться домой. Занимаются сексом, реагируя на химические сигналы. Они обманывают своих «супругов». Самцы демонстрируют поведение, характерное для мужчин, а самки – характерное для женщин, потому что с момента оплодотворения яйцеклетки до момента, когда зверьки станут взрослыми, их мозг развивается строго заданным образом, как это происходит и с человеческим мозгом. Оказывается, гены, которые отвечают за поведение полевок, имеются и у человека.

Когда дело доходит до ухаживания и размножения, животные – даже те из них, кого считают примитивными, – испытывают на себе влияние тех же веществ, что и мы. Эти вещества запускают определенное поведение и у животных,

и у людей. У человека сохранились элементы поведения, аналогичные тем, что есть в поведении животных, потому что у него в организме присутствуют такие же, как у животных, химические вещества, а также потому, что в его мозге сохранились нервные клетки, восприимчивые к этим веществам. Работа нейронов как раз и обеспечивает соответствующее поведение. Конечно, у человека вся эта сложная система несколько иная, чем у животных, она подстроена под его особенности, но тем не менее, она есть, и она побуждает его к действиям.

# Глава первая. Что такое любовь?

«Истинная любовь похожа на привидение:  
все о ней говорят, но мало кто ее видел».

*Франсуа Ларошфуко*

Само представление о любви характеризуется неоднородным пониманием среди людей. Об этом свидетельствует определение «любви», которые дали студенты из медицинского университета. Ответы были самые разнообразные: «потребность в другом человеке» и «наслаждение», «душевный комфорт» и «чувство восторга», «смысл жизни» и «безумие», «понимание другого человека» и «потеря власти над собой», «отсутствие эгоизма» и «эгоизм», «наслаждение» и даже «привычка». Немного однозначным был ответ на вопрос анкеты «Сильная любовь – это награда или наказание?» большинство студентов (62 %) ответили «награда», 23 % – «наказание», 15 % – «и то и другое». Таким образом, в основном опрошенные считают, что любовь приносит людям большей частью положительные эмоции, и тем не менее, почти четверть признает за этим чувством способность приносить несчастье, а одна шестая часть студентов оценивает любовь как «коктейль» из положительных и отрицательных эмоций.

Возрастные и половые различия были выявлены в отве-

тах на предложение дополнить фразу: «Любовь – это...» Было замечено, что подростки 13–14 лет, как правило, затруднялись дать какой-либо ответ. Наиболее часто встречающиеся ответы в группе 15–16 лет были следующие: «Любовь – это сложное чувство, не поддающееся описанию», «...радость для двоих и необходимость быть вместе». При этом 40 % девушек данной возрастной категории ответили, что любовь – это боль, самопожертвование. По-видимому, такая оценка любви связана с безответным чувством, которое характерно вообще для данного возраста, а для девушек особенно. Большинство же юношей отвечало, что любовь это взаимопонимание, нежность, «встреча двух сердец и слияние двух тел». В возрастной группе 18–20 лет любовь понимается как доверие, взаимопонимание, уважение. Причем в ответах юношей данного возраста довольно часто отмечается, что любовь это еще и влечение, стихия и близость. Среди девушек распространена такая характеристика, как самоотдача. Подобная картина наблюдается и в возрастной группе от 21 до 23 лет.

Выявлено, что люди молодого возраста чаще манипулируют следующими понятиями о любви:

*счастливая любовь* – ориентирована на чувство «Мы» в отношениях, в ней девушки хотят получать нежность и поддержку от мужчины, и сами стремятся делать его счастливым, уважать и заботиться о нем. Они чувствуют себя нужными, а свою жизнь считают полной смысла. Счастли-

вая любовь рассматривается как основа создания семьи и рождения детей. Такие отношения не предполагают ревности, измен, легкого разрыва отношений, игры в любовь, власти над партнером или любви от скуки. В подобных отношениях слишком мало свободы для творчества и самореализации. Для девушек именно счастливая любовь максимально соответствует смыслу любви. Однако юноши уже в школьные годы ощущают недостижимость этого идеала: по их представлениям, мужчина в таких отношениях не только «любит, чтобы быть счастливым», но и «страдает, любя эту женщину». Для девушек эта модель отношений остается значимой и в студенческие годы; сохраняется идеализация любви и близких отношений. У юношей в период студенчества происходит резкая смена представлений о любви, при этом разрушается прежняя модель счастливой любви;

*любовь как у всех* – в такие отношения, по мнению девушек, женщины вступают от страха быть одинокой;

*любовь ради секса* – позволяет иметь власть над партнером, может быть средством улучшения материального положения и социального статуса, не предполагает сильных переживаний и страданий от любви.

Последние два вида любви выделяются на основе анализа социального опыта и не входят для девушек в смысл любви. Поскольку смыслообразующей моделью любви является только счастливая любовь, то для девушек как в школьные годы, так и в период студенчества представления о люб-

ви практически не меняется. У юношей, напротив, если в школьном возрасте для них более характерна модель счастливой любви, то в студенческом – это любовь-власть, любовь как у всех. В то же время юноши в школьные годы выделяют сексуальные отношения как отдельный значимый вид отношений между полами, не связывая их ни с какими смыслами любви. В период студенчества у них происходит интеграция сексуальных отношений и понимания любви, но через отрицание: критерием любви для молодых людей становится готовность отказаться от быстрых сексуальных отношений и в первую очередь «делать девушку счастливой, уважать и заботиться о ней». Девушки в школьные и студенческие годы соединяют сексуальные отношения и любовь лишь в модели поведения роковой женщины, любящей ради секса, которая имеет власть над партнером, для того чтобы улучшить материальное положение и социальный статус, играющей в любовь, при этом не испытывая никаких страданий от любви.

Люди молодого и среднего возраста воспринимают любовь и ведут себя в отношении любви по-разному. Молодые считают любовь более важной стороной жизни, чем люди среднего возраста, и склонны полностью погружаться в любовь (влюбленность); у людей среднего возраста любовь более зрелая, основана на дружбе и предполагает гармоничные отношения. Для них ощущение любви со стороны партнера важнее, чем для молодых. С возрастом потребность быть любимым уступает место желанию испытывать любовь само-

му. Люди среднего возраста (обычно старше 50 лет), чаще стремятся дарить любовь, чем быть объектом чьей-то любви. «Не бойся, если вдруг тебя разлюбят. Куда страшней, когда разлюбишь ты», – цитируют песню Марка Бернеса представители старшего поколения. Однако молодые отмечают, что готовы жертвовать собой ради любви, тогда как представители среднего возраста отрицают такую жертвенность. Для молодых в большей степени характерна неуверенная позиция в романтических отношениях, чем для людей среднего возраста.

И у великих отношение к любви разное. Для одних любовь – бесценный дар для человека: «Только любовь делает человека самим собой», – писал Платон, а И. Гете полагал, что «счастлив лишь тот, кем владеет любовь». Для других же, любовь – отрицательное явление: «Любовь – заболевание, вроде наваждения, похожа на меланхолию» (Авиценна), «Любовь часто отнимает разум у того, кто его имеет» (Д. Дидро), «Когда мы любим, мы теряем зреньё» (Лопе де Вега).

В трактате «О любви» Стендаль рассматривает четыре разновидности любви:

- 1) любовь-страсть, заставляет нас жертвовать всеми нашими интересами, кроме объекта любви;
- 2) любовь-влечение. В ней нет ничего страстного и непредвиденного, и она часто бывает изящнее настоящей любви, ибо ума в ней много, это холодная и красивая мини-

аюра. В то время как любовь-страсть заставляет нас жертвовать всеми нашими интересами, любовь-влечение всегда умеет приноравливаться к ним. Правда, если отнять у этой бедной любви тщеславие, от нее почти ничего не останется; лишенная тщеславия, она похожа на выздоравливающего, который настолько ослабел, что едва может ходить.

3) любовь-тщеславие. Это желание обладать индивидуумом противоположного пола, как необходимым предметом роскоши, который в моде, имеет успех или власть. Тщеславие рождает порывы восторга. Иной раз, но далеко не всегда, тут есть физическая любовь; часто нет даже физического удовольствия. Наиболее счастливо складываются эти отношения тогда, когда физическое удовольствие усиливается благодаря привычке. Воспоминания придают ей тогда некоторое сходство с любовью; покинутый испытывает укол самолюбия и грусть. Несомненно то, что какому бы роду любви мы ни были обязаны наслаждением, оно становится острым, как только к нему примешивается экзальтация, и тогда воспоминание о нем бывает увлекательно; а в этой страсти, в противоположность большинству других страстей, воспоминание об утраченном всегда кажется выше того, чего мы можем ждать от будущего. Иногда привычка или отсутствие надежд на лучшее превращает любовь-тщеславие в наименее привлекательный вид дружбы;

4) физическая любовь. Физическое удовольствие, свойственное природе человека, знакомо всем, но нежные и

страстные души отводят ему лишь второстепенное место. Некоторые добродетельные женщины не имеют почти никакого понятия о физических наслаждениях; они, если можно так выразиться, редко достаются им, и даже, когда это случается, восторги любви-страсти заставляют их почти забывать о телесном наслаждении.

Многие психологи указывают, что ведущим фактором в формировании любовных отношений и оценки этих отношений является опыт первой любви, поскольку это первое личностное испытание для человека. От того, как человек переживает период своей первой любви, зависит окончательное формирование его личности. В первой любви не имеют значения статус, материальное положение и наличие недвижимости у любимого. Это никого не волнует. Первая любовь – чувство романтическое, светлое и самое чистое. Его особенность в том, что именно переживания, ощущения, эмоции часто являются самой главной его целью.

Юные влюбленные еще не способны по-настоящему принимать и понимать другого, что характерно для зрелой любви, они пока любят не кого-то, а саму любовь, свои новые эмоции, переживания, впечатления.

Смысл первого чувства именно в том и состоит – научиться выражать чувства, а наряду с этим получить уроки общения с противоположным полом, научиться заботиться о ком-то, проявлять нежность, внимание.

Отношение к первой любви разное. Для одних это легкое

приключение. Для других это серьезный этап в жизни молодого человека, при котором переживается истинная, настоящая любовь, а не половое влечение.

Если обратиться к мнениям взрослых, то и здесь можно встретить разные точки зрения на юношескую любовь: «высшее проявление чувства», «только она и есть настоящая любовь», «такой любви нет», «школьникам любить еще рано».

Различают четыре возрастных периода проявления первой любви.

В первом периоде (в дошкольном возрасте) мальчику или девочке начинает очень нравиться (строго по признаку определенного пола) другой ребенок одного с ним или более старшего (что больше свойственно девочкам) возраста. Мальчики в силу возникшего влечения дергают девочек за косички, а те, в свою очередь, – дразнятся. Такое выражение детской влюбленности происходит из-за боязни насмешек со стороны других или из-за непонимания того, что с ними вообще происходит. Писатель Стефан Цвейг отмечал, что особенно сильной бывает первая любовь у детей с интравертированным складом личности, духовная жизнь которых обращена не вовне, а внутрь себя. У таких детей, не проявляясь внешне, первая любовь оставляет в их психике глубокий след на всю оставшуюся жизнь.

Второй период – возраст 7–8 лет, когда полудетская влюбленность проявляется во взаимной нежности и жалости.

Третий период – подростковый возраст (12–13 лет), ко-

гда чувство к человеку противоположного пола выражается в возрастающей тяге к общению, большом интересе к объекту любви и своеобразном фетишизме (когда особо привлекает какой-то один компонент внешности: волосы, ноги и т. п.). Конечно, у детей еще отсутствует страстность, присущая юношеской влюбленности.

Четвертый период – юношеский возраст (15–17 лет), когда влюбленность носит почти «взрослый» характер, так как основывается на тяге к глубокой личной интимности, стремлении познать личность объекта влюбленности. У девочек-подростков это происходит на 2–3 года раньше.

Ожидание любви может оказаться болезненным и драматичным переживанием: по ночам слезы в подушку, зависть к подругам, которые уже с кем-то встречаются, мучительные фантазии и грезы, а быть может, обида и злость на всех окружающих. У кого-то даже появляются комплексы в связи с отсутствием необходимого внимания и невозможностью установить желаемые отношения. Кто-то ищет причину этого в своей внешности (некрасивая, толстая, слишком высокая и др.), кто-то – в недостаточно модной и дорогой одежде.

Если «тихони» и «скромники» не выносят свои проблемы на всеобщее обсуждение и предпочитают вообще об этом поменьше говорить, это не значит, что у них все нормально. Они тоже живут в ожидании чувств. Поэтому многие подростки начинают встречаться с кем-то только потому, что боятся остаться в одиночестве. Однако это не лучший вариант.

Некоторые подростки, особенно девушки, находясь в состоянии ожидания любви и не найдя рядом достойного объекта, влюбляются в теле- или киногероя.

Как правило, юношеская любовь – это либо изначально безответные чувства, либо недолговечные отношения, приводящие к страданиям. Конечно, трудно объяснить подростку, что чувство, которое в настоящий момент является для него «любовью на всю жизнь», на самом деле всего лишь первая юношеская влюбленность, проходящее увлечение. Хотя подростковая влюбленность это еще не взрослая любовь, но страдания, страхи, слезы по своей глубине и драматизму ничем не уступают взрослым.

Психологи считают, что первая любовь должна быть завершенной. После о ней можно вспоминать и нужно вспоминать – либо с улыбкой, либо со светлой грустью, кому как нравится, но тосковать, а тем более возвращаться к прежним отношениям – это значит обречь себя на мучительные переживания.

Что способствует «застреванию» на первой любви?

Первый и важный фактор состоит в том, что существует особая категория людей, для которых психологически нет времени – ни настоящего, ни будущего, ни прошлого, кроме времени «всегда». Эти люди воспринимают все, что происходило, как часть своей жизни «здесь и сейчас», несмотря на то, что прошло много времени, что обстоятельства изменились, что вернуть ничего нельзя.

Второй фактор – нарциссические наклонности. Самоупоеение, восхищение собой не позволяют забыть о том времени, когда столько приятных и нежных слов, столько восхищения было высказано со стороны любимого.

Третий фактор – неудачный брак. Возникает сожаление об упущенных возможностях получения в полной мере того, в чем человек нуждается сейчас в своей жизни. При этом включается воображение и человек рисует себе картину, в которой он со своей первой любовью живет долго и счастливо.

Четвертый фактор – структура личности, которая склонна к раздвоению чувств. С одной стороны, есть любовь к нынешнему супругу, а с другой – воспоминания о первой любви не дают человеку покоя.

Американский семейный психолог П. Попеное описывал, что большинство людей думает о романтической любви: «Любовь – это непостижимое наваждение, что приходит ниоткуда и сразу полностью овладевает тобой, как корь. Ты узнаешь ее интуитивно. Если это настоящее чувство, тебе не придется долго гадать. Ты разглядишь ее, без сомнений. Любовь настолько важна, что ты должен отказаться от всего ради нее. Мужчине простительно бросить жену ради любви, женщине простительно оставить дом и детей, королю – трон. Она приходит совершенно неожиданно, и ты ничего не можешь поделать. Она не подвластна человеку». Другой психолог и философ Л. Каслер говорил, что любовь – это

свидетельство слабости и несовершенства человека. Он отмечает три причины, заставляющие одного человека полюбить другого. Во-первых, это потребность в подтверждении своих установок и знаний о мире. Любимый человек служит источником их валидизации. Во-вторых, любовь дает возможность удовлетворять сексуальную потребность, не испытывая при этом стыда. В-третьих, является конформной реакцией по отношению к нормам общества. Среди эмоций, сопровождающих чувство любви, главенствующую роль занимает страх потерять источник удовлетворения своих потребностей. Поэтому влюбленность делает человека несвободным, тревожным, мешает развитию человека как личности. Влюбленный человек относится к объекту своей страсти амбивалентно: с одной стороны, он испытывает к нему позитивные эмоции как к источнику жизненно важных благ, а с другой – ненавидит его, потому что он зависим от него».

Психолог Л.Х. Кларк считал, что любовные отношения по своей природе могут быть либо обменными (exchange relationship), либо коммунальными (communal relationship). «Партнеры, состоящие в обменных отношениях, учитывают все связанные с ними издержки и выгоды, поэтому в основе этих отношений лежат принципы социального обмена. В таких отношениях хороший поступок одного партнера должен быть вознагражден другим партнером и ведется строгий количественный учет того, кто и что делает. Коммунальные отношения качественно отличаются от обменных. Главное ме-

сто в этих отношениях занимает не «бухгалтерия» социального обмена и не вознаграждения и издержки, а потребности партнера. Поэтому эта форма отношений требует большего самопожертвования. Вы делаете что-то для любимого человека, не ожидая, что за вашим поступком обязательно должно последовать вознаграждение. Хотя в коммунальных отношениях тоже может происходить обмен взаимными услугами. Эти два типа отношений отличаются скорее своими правилами, чем фактическими выгодами, которые они дают партнерам».

Ученые из Мичиганского университета в результате исследований счастливых и несчастливых в любви пар выявили три основных компонента любви:

*привязанность* – это желание физического присутствия рядом любимого человека и готовность получать/проявлять эмоциональную поддержку. Существуют три типа привязанности: безопасный тип – человек чувствует себя защищено и безопасно; тревожно-амбивалентный – неуверенность в отношениях, редко ощущают, что любимый до конца верен, часто испытывают эмоциональные взлеты и падения; избегающий тип – некомфортно чувствуют себя в близких отношениях, избегают их, не доверяют другим, более самодостаточны и циничны. При этом выявлено, что типы привязанности влияют на длительность взаимоотношений партнеров: при безопасном типе отношения продолжаются почти в два раза дольше (10,02 года), чем при тревожно-амбивалентном

(4,86 года) и избегающем (5,97 года) типах.

*забота* – это беспокойство и действия по обеспечению благополучия другого;

*интимность (доверие)* – близкие, доверительные отношения с человеком, когда каждый в паре не только без опасения делится с другим своими переживаниями, мыслями, идеями, но и с уверенностью быть понятым и поддержанным.

В середине XX века на основе древнегреческой типологии любви, западными психологами были предложены разновидности любви:

1) Эрос – страстная любовь-увлечение, стремящаяся к полному физическому обладанию;

2) Людус – гедонистическая любовь-игра, не отличающаяся глубиной чувства и сравнительно легко допускающая возможность измены;

3) Сторге – спокойная, теплая и надежная любовь-дружба;

4) Прагма – возникает из сочетания Людуса и Сторге – рассудочная, легко поддающаяся контролю; любовь по расчету;

5) Мания – появляется как сочетание Эроса и Людуса, иррациональная любовь-одержимость, для которой типичны неуверенность и зависимость от объекта влечения;

6) Агапе – бескорыстная любовь-самоотдача, синтез Эроса и Сторге.

Считается, что для женщин более характерны сторгические, прагматические и маниакальные проявления любви, а

молодым мужчинам более свойственна эротическая и особенно людическая любовь. «Маниакальные» увлечения типичнее для подростков и юношей, нежели для взрослых, а любовь Прагма не пользуется популярностью у студентов, но характерна для людей более зрелого возраста. В то же время шесть типов любви – это достаточно разные чувства, похожие лишь внешне, по развитию сюжета и персонам. Если Агапе, Сторге и Прагма – это любовь по всем признакам, то остальные типы – Мания, Людус и Эрос – это влюбленности, в наиболее обостренных формах.

Психотерапевты отмечают, что влюбленные по типам Мания, Людус и Эрос чаще других болеют, их жизнь нередко заканчивается преждевременно. У таких людей сниженная, в чем-то болезненная самооценка, ими часто правит ощущение неполноценности, скрытое или осознанное. Они повышено тревожны, ранимы, и от этого у них бывают психологические срывы и сексуальные трудности. Их неуверенность в себе может быть воинственной. Неврастеничность рождает в них ненависть, но вместе с тем болезненное тяготение. А вот любящие по типам Агапе, Сторге и Прагма, наоборот, болеют реже обычного, дольше и счастливее живут, имеют здоровое потомство.

Выявлено, что переживающие любовь Агапе, Сторге и Прагма с самого рождения воспитывались в благоприятных условиях, чаще всего когда были любящие отец и мать. А испытывающие чувства Мания, Людус, Эрос при воспитании

недополучили душевного внимания, тепла, заботы, пережили излишне строгое или, наоборот, безразличное воспитание. Из этого был сделан вывод: первая группа чувств является видовой, врожденной, вторая – следствие осложненного воспитания.

В ряде исследований сделана попытка показать, что каждому человеку присущ какой-то один вид любви, который связан с личностными характеристиками. Так высокая самооценка имеет положительную связь со страстной любовью, но отрицательную – со Сторге и Манией, а тревожно-амбивалентный тип привязанности – с Манией, то есть с зависимым стилем любви. Экстраверты одобряют такие типы любви, как Эрос и Людус, а интроверты смотрят на любовь более рационально, более скептически относятся к представлению о романтической любви.

Представления о личностных характеристиках, связанных с определенными стилями любви, во многом совпадают с результатами, полученными с использованием письменных опросников для выявления этих стилей любви. Исследования показали, что личностные черты связаны или «могут быть интегрированы» со стилями любви. Другими словами, индивидуальные различия являются довольно устойчивыми факторами, которые участвуют в формировании стиля любви и, несомненно, всех любовных переживаний данного человека. Нейробиолог Р. Уолл сделал следующие прогнозы, касающиеся связей между стилями любви и основными лич-

ностными факторами – экстраверсией и нейротизмом (эмоциональной неустойчивостью):

# 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.