

Психология  
всё по  
положкам



Оксана Сергеева

Как проверить  
**ПРОЧНОСТЬ**  
ваших  
**ЧУВСТВ?**

**49** простых  
правил



ЭКСМО

**Оксана Сергеева**  
**Как проверить прочность**  
**ваших чувств? 49**  
**простых правил**  
Серия «Психология. Всё по полочкам»

*Текст предоставлен издательством «Эксмо»  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=174665](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=174665)*

*Как проверить прочность ваших чувств? 49 простых правил: Эксмо;  
Москва; 2008  
ISBN 978-5-699-25268-8*

### **Аннотация**

Любовь кружит вам голову, но вы до конца не уверены в искренности вашего избранника? Или все еще сомневаетесь в прочности собственных чувств? Тогда эта книга для вас. Перед вами уникальное пособие, с помощью которого вы сможете определить, как ОН к вам относится, по взглядам, жестам и поцелуям. Здесь вы найдете ответ на вопрос: как проверить чувства своего ненаглядного, не причинив ему душевного страдания своими сомнениями и подозрениями. 49 простых правил помогут вам избавиться от постоянных тревог и волнений, связанных с тем, что ваш мужчина что-то скрывает от вас и что его любовь недостаточно крепка. Это самое полное собрание

всех возможных вариантов проверок ваших собственных чувств и чувств вашего партнера.

# Содержание

Введение	5
Глава 1	7
Конец ознакомительного фрагмента.	19

# Оксана Сергеева

## Как проверить прочность ваших чувств? 49 простых правил

### Введение

Вы безумно счастливы, вам кажется, что вы – идеальная пара, рядом с вашим возлюбленным время проходит незаметно. Чувства переполняют вас, но помните, что влюбленность перенесла вас из реальности в мир грез и фантазии. Зачастую влюбленные не могут адекватно реагировать на происходящие вокруг них события. И через какое-то время ваше безоблачное счастье тускнеет – в голову приходит предательская мысль: «А любима ли я или это фикция, обман? А хочу ли я быть дальше с этим человеком и тот ли это сказочный принц, о котором я мечтала в детстве?»

Если вас посетили сомнения в истинности ваших чувств и чувств вашего любимого, то не переживайте – это вовсе не конец отношений, а переход на новый этап. Просто нужно немного отдышаться и трезво посмотреть на себя и своего партнера. Может, лучше остановиться сейчас, чтобы потом

не было мучительно больно. Даже если это кажется невозможным, нужно преодолеть свой страх и опасения и задуматься о будущем.

В старину наши прабабушки и прадедушки даже не были знакомы до свадьбы, подобные сомнения им были неведомы. Сейчас мы не можем понять, как им удавалось прожить вместе целую жизнь. В современном мире мы уже привыкли к тому, что даже длительное знакомство до свадьбы не спасает от развода. Поэтому, прежде чем сделать ответственный шаг по созданию семьи, нужно убедиться в правильности своего выбора. Что ж, начнем!

# Глава 1

## Любит или нет – вот в чем вопрос

### Правило № 1

#### **Ох уж эти нежности, или Поцелуй – лучшее доказательство искренности чувств**

Ничто более точно не выражает чувства вашего избранника, как его поцелуй. Поцелуй – это порыв влюбленного, жаждущего прикоснуться к предмету страсти. Влюбленные способны целоваться без усталости: на длительность их лобзаний не влияет ни окружение, ни только что съеденный салат с чесноком.

Попробуйте оценить искренность поцелуя вашего партнера. Это очень легко. Для этого проведите небольшое «исследование». Выясните, кто обычно является инициатором поцелуя – вы или ваш партнер? Возникает ли у него желание целоваться без повода? Обычно влюбленные сопровождают любое событие, произошедшее в их жизни, поцелуем: это обычный способ выражения благодарности (вместо слова «спасибо», которое мы говорим окружающим, влюблен-

ные благодарят друг друга поцелуем, например, за приготовленный ужин).

Понаблюдайте за тем, как выражает благодарность ваш избранник и как часто он это делает. С поцелуем влюбленные просыпаются и засыпают, встречаются и прощаются. В большинстве случаев у них возникает необоснованное желание прикоснуться к любимому человеку. Можно ли то же самое сказать о вашем возлюбленном?

Затем обратите внимание на то, как вы обычно целуетесь. Видов поцелуев существует очень много, но на практике мы используем лишь несколько из них – те, которые доставляют нам наибольшее удовольствие. Попробуйте определить, какой тип поцелуя больше всего нравится вашему партнеру. Вспомните, часто ли вы целуетесь в общественных местах.

При «подсчете голосов» не будьте слишком строги, известно, что мужчины гораздо более сдержанны в выражении своих чувств, чем женщины. Если вы, проделав подобные наблюдения, заметили, что ваш избранник чаще всего выступает в роли объекта ваших ласк и в редких случаях как инициатор, если он в основном пытается уклониться от долгих поцелуев, если он смущается проявлять свои чувства в общественных местах, то вовсе не стоит сразу обвинять его в неискренности. Возможно, что он просто скуп в проявлении своих чувств или вообще не любит или даже не умеет целоваться. В ваших силах изменить его отношение к поцелую.

Известно, что поцелуй – это не просто приятное занятие,

но и полезное. Несколько лет назад ученые установили, что долгий и страстный поцелуй обладает целительной силой. Он улучшает кровоснабжение головного мозга, кроме того, в кровь выбрасываются специальные вещества, так называемые «гормоны счастья», которые не только повышают настроение, но и придают человеку ощущение легкости и бодрости. Попробуйте разнообразить ваши ласки и вместо привычного причмокивания едва коснитесь губ возлюбленного. Это будет больше похоже на дуновение ветра, чем на поцелуй, но обязательно вызовет приятные эмоции. Ваш стандартный французский поцелуй смените на более страстный поцелуй с покусыванием губ. И обязательно всегда заботьтесь о свежести полости рта, что тоже немаловажно при создании благоприятной атмосферы для вашего любимого. Такие перемены обязательно подействуют позитивно на вашего партнера.

## **Правило № 2**

### **«Эти глаза напротив...», или О чем говорит его взгляд?**

Вы обращали внимание на то, как светятся глаза у влюбленных при виде предмета их воздыханий? В глазах по-настоящему влюбленного человека загорается

искра, будто отражается сердечный пламень, который пылает внутри.

Во времена балов и светских раутов о зарождении нового чувства говорил именно взгляд. Существовала даже целая система знаков, при помощи которой влюбленные по глазам догадывались о чувствах друг друга. Подобная система уже давно канула в Лету. Но влюбленного по-прежнему можно вычислить по горящим глазам.

Как понять, что означает его взгляд? Существуют ли какие-нибудь признаки, по которым можно определить взгляд влюбленного человека? К сожалению, со 100-процентной точностью определить, что он чувствует к вам, по глазам невозможно, потому что никто еще не придумал шкалу взглядов, по которой можно было бы взгляд влюбленного отличить от взгляда дружеского, взгляд истинной страсти отличить от взгляда душевной привязанности. Для характеристики взгляда влюбленного человека мы используем самые разные определения – «с искрой», «пронзительный», «страстный», «умиротворенный», «счастливый», «блаженный», «остолбенелый». Здесь приведены лишь немногие из возможных характеристик взгляда влюбленного, на самом деле их гораздо больше.

Не торопитесь делать выводы, если глаза вашего любимого не светятся так, как должны. Порой в глазах влюбленного горит огонь, который трудно не заметить окружающим. Но бывает и так, что взгляд лишь слегка выдает обладателя

сильного чувства. Это зависит от многих показателей – от цвета глаз: карие (темные) глаза более выразительны и быстрее выдают чувства их обладателя, светло-голубые, серые – менее точный индикатор, по ним сложнее узнать о чувствах; от типа темперамента: по глазам экстравертов (холериков и сангвиников) проще будет распознать их чувства, а вот в глазах интровертов (меланхоликов и флегматиков) вы вообще можете не найти доказательств присутствия каких-либо чувств.

Если вы не нашли во взгляде возлюбленного *искру* – не отчаивайтесь. Лучше обратите внимание на то, как часто и как долго смотрит на вас ваш избранник. Не секрет, что влюбленные могут часами «поедать» друг друга глазами. Для влюбленных зрительный контакт – это жизненная необходимость. Не зря объект обожания называют *ненаглядным* – просто невозможно наглядеться и оторвать взгляд. А вот если ваш избранник чаще считает короткие юбки проходящих мимо девушек, чем любит вас, то здесь стоит призадуматься: скорее всего, его чувство к вам не столь сильно, как вам бы хотелось.

## Правило № 3

### **Птичка, рыбка, зайка моя... или О том, как он к вам обращается**

Для влюбленных придумывание ласковых имен для предмета воздыханий – почти обязательное условие их общения. В этом они очень похожи на маленьких детей: малыши, только что научившиеся говорить, тоже любят экспериментировать и придумывают самые нелепые словечки. Влюбленные от них не отстают – Козявочка, Бука, Пуся, Кутя и т. д.

Понаблюдайте за своим возлюбленным. Так ли часто он употребляет подобные ласковые прозвища? Если он по-настоящему влюблен в вас, то у вас должно создаться впечатление, что ему просто мало обычных слов для выражения своих чувств. Это вполне нормальное явление для людей, обожающих друг друга. Придумывая все новые и новые имена для своих избранников, они пытаются отделиться от всего остального мира и закрепить право собственности на своего избранника. Ведь их любовь равносильна великому открытию в мире науки, изобретению, перевернувшему мир. Именно поэтому она требует своего, не похожего ни на что названия.

Вы можете придумывать самые разнообразные названия. Одна моя знакомая влюбленная пара, Маша и Ваня, называли друг друга не иначе как Машулька и Ванюшка, да еще присоединяли к этим ласкательным именам подходящее в каждой конкретной ситуации слово. К примеру, Машулька-кастрюлька (Маша готовит ужин), Машулька-смотрялька (Маша смотрит свой любимый сериал), Ванюшка-ворчужка (Ваня голодный), Ванюшка-сморкушка (Ваня простудился) и т. п. Безусловно, это не пример для подражания, у каждого свой способ обращения к любимому человеку, все зависит от вашей фантазии и от условной договоренности друг с другом.

Вы полагаете, что такие обращения – вовсе не обязательный атрибут общения влюбленных и что гораздо удобнее называть друг друга просто ласковыми именами. Ванечка и Машенька – и на слух приятно, и не так слащаво. Но влюбленные, как правило, настаивают на своем особом языке. Например, Маша до встречи с Ваней была на сто процентов уверена, что уж она-то точно обойдется без всяких там «му-си-пуси» и будет называть своего любимого только по имени. Теперь же, встретив Ваню, она называет его Иван только при родителях или когда сильно сердится.

Если вы заметили, что ваш ненаглядный не сильно утруждается, придумывая для вас оригинальные обращения, если ему больше нравится называть вас просто Машей, а не котенком или цыпой, не ставьте сразу под сомнение силу его

чувства и не обвиняйте в неласковости. Возможно, что ваш мужчина – именно тот редкий случай влюбленного человека, который не придает особого значения ласковым прозвищам и ему гораздо удобнее и привычнее называть вас просто по имени.

## **Правило № 4**

### **Букет цветов по поводу и без, или Делают ли вам сюрпризы?**

Вы получали когда-нибудь букет цветов от вашего возлюбленного просто так, без повода? Не в день рождения, не Восьмого марта, не после сильной ссоры, а в обычный будний день, когда на улице прекрасная погода, небо голубое, птички заливаются от вдохновения, в цветочных киосках – розы, гладиолусы, хризантемы, а в руках вашего любимого – букет колокольчиков. Откуда?

У женщин в крови потребность в получении подарков. Они просто таят, когда любимый им что-то дарит, но не заранее договорившись: «Я тебе на твой день рождения – крутой мобильник, а ты мне – Chanel № 5. Идет?» Нет, гораздо интереснее получать неожиданные подарки, когда их совсем не ждешь, когда тебе и без него хорошо, а с ним – в два раза

лучше. Влюбленному мужчине нетрудно съездить за город и нарвать в поле колокольчиков не потому, что нет денег, а потому, что его ненаглядная безумно любит эти колокольчики, но их нигде не продают. Влюбленному не трудно встать в шесть часов утра, чтобы приготовить завтрак, несмотря на то что он не умеет готовить, но для того, чтобы сюрприз получился, он расспросил маму, как правильно взбить сливки, и специально купил свежей клубники.

Если это для вашего избранника не под силу, тогда стоит призадуматься: так ли сильно влюблен ваш избранник или он просто притворяется и изображает искреннее чувство? Влюбленные так устроены, что у них только одно на уме – как удвоить, утроить и приумножить порцию счастья любимого человека.

Для того чтобы выяснить, искренен ли ваш возлюбленный с вами, попробуйте поэкспериментировать: готов ли он сделать вам сюрприз? Только не просите напрямую – хочу цветов или завтрак в постель. Для начала намекните ему, что вы не прочь получить от него неожиданный подарок: порадитесь обилию цветов на улицах города, позавидуйте девушке с букетом в руках, затащите своего молодого человека на романтическую мелодраму с Ричардом Гиром, который преподаст вашему любимому урок покорения женских сердец, попробуйте ненавязчиво упомянуть о вашей страсти к белым лилиям или полевым цветам. Если ваш драгоценный сообразит, к чему все эти намеки, и подарит вам долгожданный

букет, тогда поздравляю – он прошел проверку на прочность его чувств, если же нет, тогда, возможно, он просто не испытывает к вам столь страстного чувства, которого вы от него ждете, или же просто не умеет выражать его.

Попробуйте также оценить степень оригинальности вашего ненаглядного. Влюбленный мужчина должен стремиться удивить вас чем-то, преподнести вам такой подарок, который вы никогда не получали, или сделать это каким-нибудь оригинальным способом. Вы заметили, что он дарит вам неординарные подарки, удивляет вас ежедневно с одной только целью – заставить вас улыбнуться. Если он не спал всю ночь и сочинял длинную поэму в вашу честь, только чтобы вы поверили в его искренность, тогда его можно назвать страстно влюбленным в вас человеком. Если же он скуп на подарки и неоригинален, тогда вам стоит усомниться в его искренности к вам.

## **Правило № 5**

**Лучшие друзья девушки – это  
бриллианты, или Сколько  
мужчина готов на вас потратить?**

Не стоит забывать о том, что в жизни влюбленных существует один негласный закон о вечных ценностях

– золоте и бриллиантах. Существует мнение, что эти ценности – самое лучшее доказательство искренности чувств вашего любимого. Так ли это?

Действительно, мужчина должен дарить своей возлюбленной драгоценности. Дорогой подарок – это уже серьезно, это говорит о стабильности чувства вашего партнера, о том, что он уверен в своей любви и хочет вам это продемонстрировать. Конечно, не стоит ждать ежедневных признаний в любви в виде колечка с брильянтом или сережек с рубинами, если только ваш избранник не олигарх или известный продюсер.

Для «рядового» влюбленного преподнесение настоящей драгоценности – это целый ритуал. Сначала принимается решение о покупке такого подарка – это действительно серьезный шаг для мужчины. Затем – долгий процесс выбора подходящего подарка. Не секрет, что мужчины не столь профессионально разбираются в красоте «вечных ценностей» и в этом обычно полагаются на женщин. Поэтому не удивляйтесь, если ваш ненаглядный ненароком заведет вас в ювелирный магазин, якобы для выбора подарка сослуживице на день рождения. На вопрос: «Что тебе приглянулось?» – вам нужно просто скромно ткнуть пальчиком в понравившуюся безделушку, не подавая даже вида, что вы действительно надеетесь ее получить.

Существует ли прямая зависимость силы чувства вашего избранника от цены подарка? Если вам интересно, насколько

ко готов разориться ваш ненаглядный, чтобы сделать вам приятное, то вы, безусловно, можете выбрать самое дорогое украшение в магазине. Если он поморщится и скажет, что ему это не по карману, тогда не стоит обвинять его в скупости и нежелании доказать свою любовь. Помните, что нельзя измерить любовь в денежном эквиваленте. Самое главное, что он хочет сделать вам приятное, а цена подарка не имеет значения. Поэтому не перегибайте палку, пытаясь добиться того, чтобы он купил вам самое дорогое колечко, иначе вы рискуете его разорить или поставить в неловкое положение, если ему все-таки придется вам отказать.

# 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.