Филипп Дородный

Искусство Отношений

Филипп Дородный

Искусство отношений

«Accent Graphics communications»

2016

Дородный Ф.

Искусство отношений / Ф. Дородный — «Accent Graphics communications», 2016

Отношения между мужчиной и женщиной никогда не были лёгкими. Не стали они таковыми и сегодня, в XXI веке. Мировая статистика свидетельствует о том, что практически каждый второй брак в мире рушится. Несмотря на обилие книг по взаимоотношению полов, ситуация не улучшается, а, наоборот, ухудшается. Быть может авторы бестселлеров, известные психологи и семейные консультанты, ищут причину расставаний партнёров не там, где ее стоило бы искать? Не в человеческой психологии, а в человеческой биологии? Или, быть может, люди просто-напросто не знают, что значит «любить»? Новая книга от автора книги «Я хочу ЖИТЬ!». Книга противоречивая. Книга, попирающая устои общества. Но главное, книга, которая не оставит равнодушным никого.

© Дородный Ф., 2016
© Accent Graphics communications, 2016

Содержание

Вступление 6
Часть первая. Теория отношений 9
Глава 1. Серьёзные отношения или всё начинается с «любви» 9
Глава 2. Истоки «любви» 12
Глава 3. Биохимия «любви» 21
Глава 4. Новое понимание любви 24
Конец ознакомительного фрагмента. 27

Филипп Дородный
Искусство отношений

Мирейе

Вступление

2016 год. Прошло шесть лет с тех пор, как я издал первую, и как оказалось не последнюю книгу в жанре популярная психология. Книга «Я хочу Жить!» стала неким этапом в моей жизни. Она не принесла мне ни денег, ни славы. Тем не менее, именно благодаря этой книге я поверил в себя, в свои возможности маленького человека, одного из миллиардов, живущих на этой удивительной планете под названием Земля. Эта книга наделила меня силой и верой в то, что каким бы маленьким ты ни был, у тебя всегда есть возможность стать кем-то большим.

Прошло шесть лет. За это время многое изменилось. Во многом именно благодаря тем качествам, которые я приобрел, закончив работу над книгой «Я хочу Жить!». Во-первых, я оставил профессию, профессию юриста, которой отдал более семи лет своей жизни. Держа в руках экземпляр книги «Я хочу Жить!», только доставленный из типографии, я осознал, что как писатель я буду намного полезнее для общества. Именно о такой своей судьбе я мечтал будучи подростком, набирая на отцовской машинке текст своего очередного незаконченного произведения. Вместе с профессией юриста я оставил работу в Министерстве юстиции Украины, которой отдал семь лет. Оставил и диссертацию, над которой работал, коротая дни в госоргане. По правде говоря, я никогда не был против карьеры ученого. Да только вот с выбором области своего научного познания я ошибся. В общем, оставил многое, чтобы начать новую жизнь. Оставил даже страну, в которой прожил более тридцати лет.

Прошло шесть лет. Я успел пожить в Доминиканской республике, Аргентине (в том числе автостопом проехав её с севера на юг и обратно). Покатался по Южной Америке. Познакомился с Бразилией, Парагваем, Перу и Эквадором. Под псевдонимом Филип Жисе издал пять художественных романов.

В общем, прошло шесть лет. Жизнь не стоит на месте. Особенно моя жизнь. Жажда познания всегда была неотъемлемой частью моего «Я». И стоит признаться, что жизнь, которой я начал жить после издания книга «Я хочу Жить!» мне нравится намного больше, чем до её издания. Я не пожалел ни об одном из своих действий, совершенных уже после издания этой книги. Моя жизнь изменилась. Во многом благодаря именно этой книге. Не смотря на то, что мне хотелось бы многое изменить в ней, я продолжаю её считать началом всех тех изменений, что произошли в моей жизни.

Но довольно о прошлом. Давайте поговорим о настоящем. А именно о книге, которую вы читаете в данный момент. После издания пяти романов под псевдонимом Филип Жисе меня неоднократно посещали мысли о возвращении к работе над книгами в жанре популярная психология. Я не психолог. У меня никогда не было психологического образования, разве что предмет «Психология» в учебном заведении. Тем не менее, жизнь моя пошла таким путем, что мне волею-неволею пришлось стать психологом. Пусть даже и доморощенным. Я никогда не признавал авторитетов, так как всегда понимал, что каждый способен на ошибку. Личные наблюдения и переживания, личный опыт – для меня наиглавнейшие авторитеты. Эта книга в отличие от книги «Я хочу Жить!» – не сборник (по большому счёту) идей и мыслей других авторов. В то же время это не сборник банальных рецептов по укреплению отношений, которыми пестрит современная литература этого жанра. Нет. Эта книга – это, если можно так выразиться, сборник моих идей и мыслей, основанных на моем личном жизненном опыте. Эта книга не претендует на большую оригинальность. И в то же время эта книга оригинальна и отличается от большинства подобных ей. Хотя бы тем, что мой личный жизненный опыт – это *мой* личный жизненный опыт.

Как я говорил, после издания романов меня неоднократно посещали мысли о возвращении к работе над книгами в жанре популярная психология. Посещали неоднократно, пока в

один прекрасный день, после очередной ссоры с девушкой, я не сел за написание книги, той самой, что вы читаете в данный момент. Книги об отношениях…

Ах, да. Девушка. Аргентинка перуанского происхождения (аргентинка не по рождению, а по воспитанию). Отношения с ней, особенно ссоры, озарили меня идеями, основная масса, которых представлена в этой книге. С Мирейей, так зовут девушку, вы часто будете встречаться на страницах этой книги. На момент написания книги ей было двадцать шесть лет. Симпатичная девушка с индейскими чертами лица. Родилась она в Перу, но большую часть жизни прожила в Буэнос-Айресе. Латиноамериканка. Я всегда хотел попробовать отношения с латиноамериканкой. Попробовал. Сегодня могу сказать, что это были самые трудные мои отношения. Почему? Во-первых, разница культур. Как правило, отношения между европейцами и латиноамериканками долго не длятся. Мы рождаемся и растем в разных обществах, в разных культурах. Противоречия, которые возникают между нами, часто носят базисный характер, то есть затрагивают наши основные убеждения и принципы. Поэтому они вполне способны разрушить отношения, что и происходит в действительности в большинстве случаев.

Латиноамериканки хороши в постели, но вот жёны из них… В это верят многие, но, по правде говоря, как с первым, так и со вторым утверждением можно поспорить. За последние годы я успел убедиться, что все зависит от личности, от каждого конкретного человека. Среди латиноамериканок встречаются как хорошие любовницы, так и посредственные, как превосходные жены, так и никудышные. Как бы то ни было, но многое в этом случае зависит от мужчины и, конечно же, от желаний, стремлений самой женщины. А вот с этим могут быть проблемы…

Во-вторых, Мирейя, несмотря на свой довольно таки взрослый возраст, – ребенок. Развитое аргентинское общество формирует незрелых людей. Основная масса аргентинцев взрослеет после тридцати лет. Именно в этом возрасте и даже намного позже многие из аргентинцев создают семьи. Например, пятидесятилетний мужчина в Аргентине, у которого родился ребёнок, – это вполне нормальное явление. И в этом вряд ли есть что-то необычное. Наоборот, сегодня это обычное явление для любой развитой страны. Явление, которое немецкий писатель Рихард Прехт назвал культурной неотенией – замедленное созревание человека из-за избытка благосостояния и свободного времени. Как заметил Рихард Прехт в своей книге «Любовь», «культурная неотения – это шанс (или проклятие) не созревать всю жизнь, живя в нашем современном обществе. И так же, как новорожденный ребёнок выглядит совершенно беспомощным в сравнении с детенышем любой обезьяны, так беспомощны и мы в нашей культурной неотении в сравнении с инстинктивным ранним созреванием наших предков».

Неудивительно, что сегодня многие жители планеты Земля, особенно те, что живут в развитых странах, задумываются о детях часто далеко за тридцать лет.

Как заметила одна сорокапятилетняя аргентинка в ответ на мой вопрос о наличии у нее семьи и детей:

– Да я же еще молодая!

Начинать думать о детях далеко за тридцать. В этом не было бы ничего плохого, если бы это был осознанный шаг, связанный с желанием того или иного человека достичь чего-либо в жизни прежде, чем заводить ребёнка. Но нет, многие из нас задумываются о детях в более позднем возрасте совершенно по иной причине, а именно в силу, как бы это странно не звучало в отношении взрослого человека, незрелости собственного «Я». К сожалению, в развитом обществе иначе и быть не может. В силу медленного созревания человеческого детёныша, связанного в первую очередь, с медленным развитием его мозга, человеческие дети, как правило, живут с родителями до восемнадцати лет. Многие из этих детей продолжают жить с родителями и после восемнадцати лет, находясь часто на полном попечении своих родителей. Результат всего этого – «незрелые» взрослые, которые нередко и дырявые носки заштопать не в состоянии. Что уж говорить о, ну например, воспитании ребёнка. Неудивительно, что такие

взрослые «взрослеют» довольно таки поздно. Именно таких взрослых людей я увидел в Аргентине. Но об этом позже.

Сейчас же вернемся к Мирейе. Каким бы ребенком она ни была, но именно благодаря отношениям с ней и появилась эта книга. Именно благодаря отношениям с ней у меня появились новые знания, новый опыт, которыми я и поделился в книге. Не знаю сколько ещё продлятся наши отношения (на момент написания книги мы все еще были вместе), но как бы там ни было, я всегда буду благодарен Мирейе за эти отношения, за любовь, которую она испытывала и продолжает испытывать ко мне. Любовь, как мне кажется, больше похожую на любовь дочери к отцу. Незрелую любовь. И дело совершенно не в разнице возрастов. Мне тридцать пять и ей двадцать шесть. Нет. Дело в культурной неотении, в ее медленном созревании, незрелости, которую она как заразу подцепила, живя в незрелом аргентинском обществе.

Как бы то ни было, но я надеюсь, что тот опыт, который я приобрел, живя в Латинской Америке, в том числе опыт, который я получил благодаря отношениям с Мирейей, окажется полезным не только для меня, для будущих моих отношений, но и для всех тех людей, что решили прочитать эту книгу.

Пожелания и замечания к книге вы можете оставить на сайте iwannalive.com. Там же, при желании, и пообщаться со мной.

Часть первая. Теория отношений

Глава 1. Серьёзные отношения или всё начинается с «любви»

Это книга об отношениях. О серьёзных отношениях. Поэтому посвятить первую главу книги осветлению именно этого вопроса мне кажется наиболее правильным.

Насколько себя помню, всегда был ревностным сторонником именно этого типа отношений. Но что такое серьёзные отношения? Как сказала Мирейя однажды в разговоре со мной, серьёзные отношения – отношения, у которых есть будущее.

Более тридцати лет я прожил в Украине. Видел отношения моих родителей, теть и дядь, знакомых и друзей. Основная масса таких отношений, особенно отношения старшего поколения, – это отношения, как правило, на всю жизнь. Неудивительно, что ища отношения с девушками, я подсознательно следовал тем примерам, которые видел изо дня в день, на протяжении всей моей жизни в Украине. Возможно, именно поэтому у меня никогда их не было много. Количество моих отношений в Украине без труда можно сосчитать на пальцах одной руки. Если начинал отношения, то подходил к этому вопросу более чем ответственно. Девушка, моя партнёрша, всегда рассматривалась мной как потенциальная супруга. И когда отношения прекращались, годами не начинал новые.

В Украине, как, думаю, и в России, длительные отношения – это скорее норма, чем исключение. Развод пар, совместно проживших десятилетия, – довольно таки редкое явление. В тоже время развод молодых пар – становится нормой. Эта ситуация характерна не только для современных Украины или России. Полтора года я прожил в бедной Доминиканской республике. Там ситуация еще хуже. Если в Украине или России распадается каждый второй брак, то в Доминикане, вероятно, практически каждый. В какой-то мере это связано с экономической ситуацией в стране, но в основном, браки в Доминикане распадаются из-за безответственности партнеров. Русские, живущие в Доминикане, часто называют доминиканцев детьми. И значительная доля правды в этом действительно есть. Доминиканцы (в основной своей массе) – народ, не обременённый ни образованием, ни наукой. Говорят, что та проволока, которую многие могут увидеть на заборах, окружающих многие доминиканские школы, призвана не дать школьникам убежать с уроков. Основная масса доминиканцев думает не об образовании, а об: мужчины – пиве, бейсболе и сексе; женщины – салонах красоты, детях, и как заработать деньги, чтобы прокормить этих самых детей (к сожалению, в Доминикане как прокормить детей – забота, по большому счету, не местных мужчин, а женщин).

Ситуацию, которую я видел в Доминикане – когда женщина думает о том, как прокормить семью, а не мужчина – характерна не только для Доминиканы. Не раз я слышал, живя в Украине, жалобы женщин на то, что им, а не мужчинам приходится думать как прокормить семью. И такую ситуацию можно встретить практически в любой стране мира (неким исключением из правила могут служить исламские страны, где обязанность на обеспечении семьи исторически возлагается на мужчин). То, что происходит в современном мире, когда женщина обретает силу, а мужчина слабость – результат того переворота, который начался с момента уравнивания женщины и мужчины в XX-м столетии.

После Доминиканы некоторое время я жил в Аргентине – стране победившего феминизма. В Аргентине ситуация типична для современных развитых стран и стран, стремящихся к этому – слабый мужчина и сильная женщина. Аргентинская женщина сильна не только характером, но и финансово независима от мужчины. Быть может, меня назовут сексистом, но я

более чем уверен, что финансовая независимость женщины – одна из главных причин того, что браки в Аргентине распадаются очень быстро. Как в Доминикане. И это несмотря на то, что Аргентина – страна высокоразвитая. В этом и заключается проблема как самой Аргентины, так и других развитых стран.

Путешествуя по Аргентине, я знакомился со многими людьми, в том числе и с женщинами. Основная масса современных аргентинок работает, имеет машину и собственные арендуемые апартаменты. Мечтает такая женщина не о семье и детях (как это происходит в бедной Доминикане), а о карьере, деньгах и путешествиях. Институт семьи (говорим о нуклеарной семье – неком идеале союза между мужчиной и женщиной, к которому многие из нас стремятся, но который, как показывает практика, мечтой и остаётся) в Аргентине, как по мне, накрывается медным тазом. Накрывается он медным тазом и по другой причине. Аргентинцы, как говорил, – это нация незрелых людей. Если доминиканцы незрелые в силу отсутствия образования, то аргентинцы – в силу воспитания и комфортной жизни. Основная масса доминиканцев заводит семью в раннем возрасте. Доминиканка, рожающая ребенка до двадцати лет – норма. Аргентинцы же начинают подумывать о семье в возрасте за тридцать-сорок лет. Как уже отмечал, пятидесятилетний мужчина в Аргентине, у которого новорожденный ребёнок – это вполне по-аргентински. Пятидесятилетний мужчина в Доминикане – это уже почтенный отец семейства, у которого не менее пяти детей. Вполне возможно, от разных браков.

Как говорил, аргентинская женщина – вполне самодостаточный член аргентинского общества. Вырастить ребёнка она способна и без какой-либо мужской помощи. Что и происходит в современной развитой Аргентине. Часто тоже самое происходит и в бедной Доминикане, но по иной причине: доминиканский мужчина – бабник и часто лентяй. Бабниками их называют сами доминиканки. И в этом также присутствует значительная доля правды.

Чтобы вы поняли, что собой представляет типичный доминиканский мужчина, расскажу об одном случае, который произошел со мной в городе Харабакоа. Изначально, в связи с работой, я жил в городе Баваро – туристическом сердце Доминиканской республики. Прожил я в Баваро полгода, после чего, решив отдохнуть от работы и посмотреть страну, переехал в Харабакоа, симпатичный городок, раскинувшийся на склонах доминиканских Альп.

Однажды, чтобы добраться до дома, где я проживал на тот момент, решил воспользоваться типичным для Доминиканы транспортным средством, а именно мото-такси. Когда мы проезжали с моим водителем, парнишкой лет двадцати трёх, по одной из улиц, заметили девушку. Молодая, симпатичная, с довольно неплохой как для доминиканки фигурой. Заметив взгляд, брошенный на девушку, водителем, я поинтересовался у него:

– Нравится?

– Да, – кивнул парнишка.

– У тебя есть жена? Дети? – спросил я.

– Да, – вновь кивнул парнишка, не забывая смотреть на дорогу, и добавил. – Есть жена, двое детей, много невест и любовниц.

Вот таков он доминиканский мужчина. Любитель женщин (впрочем, это типично в целом для латиноамериканского мужчины, независимо от того, где он родился – в Доминикане, Аргентине, Бразилии или Эквадоре) и любитель побездельничать. Мечта многих простых доминиканцев – купить в кредит мотоцикл и зарабатывать на жизнь мото-такси. Почему именно мото-такси? Во-первых, всегда есть кого подвезти. Бедного соотечественника или богатого (как для доминиканца) туриста – это уже не так уж и важно. Во-вторых, работа не такая уж и пыльная. Только и занимайся тем, что гоняй мотоцикл из одного конца города в другой. В-третьих, мото-таксисты только тем и занимаются, что сидят, укрывшись от жаркого доминиканского солнца, в тени дерева или дома и треплют языками в ожидании клиента.

В таких условиях доминиканской женщине, и правда, приходится нелегко. В Доминикане много случаев, когда жена занимается проституцией, чтобы прокормить детей, а муж смот-

рит телевизор или разговаривает с друзьями на улице. О каких-либо серьёзных отношениях в Доминикане говорить не приходится. Впрочем, не приходится говорить о них и в развитой Аргентине. И это несмотря на то, что аргентинский мужчина и деньги зарабатывает, и кушать готовит, и за ребёнком ухаживает. Прямо не мечта, а сказка для любой женщины. Впрочем, вспомним о незрелости аргентинских мужчин: очень часто аргентинский мужчина и носки заштопать не в состоянии. Вот вам еще один пример из жизни.

Где-то с месяц я прожил на аргентинском острове Огненная Земля в городке Ушуая, том самом, который на сегодняшний день является самым южным на планете. До Антарктиды ровно тысяча километров.

Так вот. Однажды оказался в гостях у профессора, преподавателя высшего учебного заведения. Мужчине явно за пятьдесят лет. Живет сам, так как с женой развелся несколько лет назад. От брака двое детей, которые живут и учатся в другом городе на континенте. Ничего примечательного в его облике не было, разве что дырявые носки на ногах. Заметив мой взгляд, обращенный на его ноги, он замешкался, улыбнулся и сказал:

– Моя бабушка умела штопать носки. Я не умею.

Тоже самое часто касается и аргентинской женщины. Деньги зарабатывать она умеет, а вот приготовить что-нибудь поесть. О! На это способны не все аргентинки. Сегодня в Аргентине набирает популярность домашняя еда. Это то, что в Украине и России вполне обычно и привычно – покупать продукты и готовить дома. Но вот для Аргентины, где основная масса людей питается вне дома, это сверхнеобычно. Многие аргентинцы если и способны что-либо приготовить дома, так это пожарить соевые битки из супермаркета.

Русские женщины, живущие в Аргентине, называют аргентинок «безрукими» – пришить пуговицу или заштопать дырку на одежде – на это многие аргентинки неспособны. Возможно, поэтому многие аргентинки ходят по улицам в дырявых колготках.

В таких условиях также как и в Доминикане говорить о серьёзных отношениях не приходится. Разве могут быть отношения серьёзными между двумя детьми? Вот поэтому и распадаются аргентинские браки, словно карточные домики.

Но как бы то ни было и аргентинцы, и доминиканцы, и многие представители других национальностей создают семьи, растят детей – подчиняются той биологической программе, которая заложена в каждом из нас. Как аргентинцы, так и доминиканцы, как и представители других национальностей, испытывают, кто чаще, кто реже, то чувство, которому посвящены тысячи стихов, песен и фильмов. Чувству, которое в человеческом обществе называется любовью.

Глава 2. Истоки «любви»

Серьёзные отношения – это не только отношения, у которых есть будущее. Думаю, многие из читателей согласятся, что серьёзные отношения – это отношения, основанные на любви.

Как-то я спросил Мирейю:

– Что для тебя любовь?

На минуту замешкавшись, девушка ответила:

– Чувство. Ничего более.

Если бы я задал этот вопрос кому-либо другому, сомневаюсь, что получил бы иной ответ. Для многих людей любовь – это, и правда, некое возвышенное чувство, способное окрылять, вдохновлять, побуждать и, конечно же, заставлять страдать (в случае безответной любви). В общем, некое чувство, которое мы испытываем к конкретному человеку. И это чувство настолько важно и ценно для нас, что любить и быть любимым это желание едва ли не каждого человека. Более того, найдутся и те, кто скажет, что без любви жизнь утрачивает свой смысл. Что любовь – это ни много, ни мало – и есть бог, которого все ищут, но никак не могут найти. А потребность в любви – одна из главных потребностей современного человека. Дышать. Питаться. Размножаться. Любить.

Если человек прошлого думал, в первую очередь, о том, как выжить, то современный человек думает о том, как полюбить и быть любимым. Сегодня, благодаря всё увеличивающемуся благосостоянию нашего общества, выживание отошло на второй план. Сегодня человек хочет не выживать, а любить. Особенно это актуально в нашу информационную эпоху, когда значительная часть жизни современного человека проходит не на бескрайних просторах африканской саванны, а на еще более бескрайних просторах интернета, тем самым создавая новый тип человека, человека асоциального, живущего в своем тесном виртуальном мирке с кратковременными вылазками в мир реальный.

В мире мало найдется людей, которые бы никогда не испытывали того чувства, которое мы называем любовью. Некоторые ученые говорят о том, что любовь свойственна и некоторым видам животных. Вся история человечества, так или иначе, связана с этим чувством. Из-за любви начинались войны (как тут не вспомнить о Троянской войне и любви Париса к Елене), создавались литературные шедевры (например, «Ромео и Джульетта» или «Тристан и Изольда»), произведения искусства. Любовь всегда была одной из центральных тем. Когда-то о ней размышляли философы, писали историки, а сегодня любовь находится под пристальным вниманием учёных.

Американский антрополог Хелен Фишер в своей книге «Почему мы любим?», используя последние наработки в области нейробиологии, сделала попытку добраться до самой сути любви. В результате любовь, как единичное чувство исчезла и появилась как комбинация независимых, но взаимодополняющих друг друга, трех ее составляющих: влечения, влюблённости и привязанности. Поговорим об этом подробнее.

Когда я познакомился с Мирейей, единственное что я к ней испытывал – сексуальное влечение. О влюблённости говорить было ещё рано, как впрочем, и о привязанности. Я знал эту девушку всего лишь несколько часов. Но этого было более чем достаточно, чтобы начать испытывать к ней сексуальное влечение. По большому счёту для сексуального влечения достаточно одного лишь взгляда, взгляда, чтобы понять нравится нам этот человек или нет. Если этот человек нам симпатичен, сексуальное влечение не заставит себя долго ждать.

Влечение – это животная инстинктивная сущность человека. И оно присуще, конечно же, не только ему. Для того, чтобы понять это достаточно посмотреть на течную суку, за которой бегают стаей кобели. Благодаря сексуальному влечению жизнь на Земле грозит никогда не исчезнуть.

Размножение – основа продолжения жизни. Миллионы живых существ на планете, подчиняясь сексуальному влечению, изо дня в день создают себе подобных. И человек не исключение. Ведомые инстинктами, словно корабли умелыми капитанами, мы знакомимся, испытываем влечение и как результат занимаемся сексом. Совокупление – конечная цель сексуального влечения. Совокупиться и тем самым передать свои гены в будущее посредством рождения потомства – главная задача любого живого организма (безусловно, живого организма, размножающегося половым путем, а не, например, делением).

К несчастью для природы, но к счастью для самого человека, человек стал настолько разумен, что часто предпочитает совокупляться с иной целью, а именно, чтобы получить удовольствие. Ни более, ни менее. Но как бы то ни было, в основе его сексуального поведения лежат животные инстинкты и именно они заставляют его стремиться к совокуплению с любым более-менее подходящим сексуальным партнёром (для некоторых – любым более-менее доступным партнёром).

Влечение – очень эффективное средство, чтобы забыть обо всём на свете кроме объекта возжелания. Противиться ему часто очень трудно, так как за его существование отвечают древние как сама планета механизмы головного мозга. Но сексуальное влечение не остается с нами навсегда. Оно приходит и уходит. Очень часто появление сексуального влечения зависит от внешней привлекательности потенциального сексуального партнёра. Безусловно, если девушка мне внешне не нравится, вряд ли у меня возникнет к ней сексуальное влечение и соответственно желание оказаться с ней наедине в каком-нибудь укромном местечке. А это значит, что за появление сексуального влечения, по большому счёту, ответственно наше внутреннее «Я», наша психика, формировавшаяся на протяжении годов под влиянием различных жизненных ситуаций. Если мне нравится Анджелина Джоли, я могу испытывать к ней сексуальное влечение. Опыт, формировавший меня, на подсознательном (часто и сознательном) уровне подсказывает мне, что именно этот тип женщины для меня предпочтителен в сексуальном плане. Но это не значит, что сексуальное влечение к Анджелине Джоли будет испытывать другой мужчина, так как его формировал иной жизненный опыт, создавая совершенно отличную от моей психику. Поэтому этому мужчине Анджелина Джоли может не нравится. Конечно, в этом случае не стоит сбрасывать со счетов культуру, в которой мы живём, и которая часто оказывает влияние не на конкретную личность, а на целую группу. Если современному европейскому мужчине, как правило, нравятся худощавые девушки, то, к примеру, латиноамериканцу – девушки с более округлыми формами. Латиноамериканская культура, латиноамериканское общество формировали и продолжают формировать у современного латиноамериканского мужчины иной идеал женской красоты. Проиллюстрирую свои слова на примере из жизни.

Как-то, когда я ещё жил в Доминикане, сидели мы с моим другом из России в местном кольмадо (так называется магазин в Доминикане, где можно купить как товары первой необходимости, так и еду) и разговаривали. В какой-то миг мой друг заметил недалеко от нас двух, сидевших на лавочке, девушек-доминиканок. Стоит заметить, это были нетипичные доминиканки, и эта их нетипичность заключалась в том, что их фигуры были худощавыми, а не полноватыми, как это часто можно увидеть, взглянув на типичную доминиканскую женщину. Именно их худощавость и привлекла внимание моего европейского друга (как впрочем, и мое). Девушки ему явно понравились. Его взгляд ни на миг не отпускал красоток. То и дело скользил по их худощавым фигуркам. Готов был поспорить, что в эти минуты моего друга настигло сексуальное влечение к девушкам. Но…

Рядом с нами сидели доминиканские мужчины и смотрели бейсбол по телевизору (в Доминикане очень часто в магазине можно увидеть телевизор, так как магазин здесь – не только место, где можно совершить покупку, но и место, где можно развлечься, например, посмотреть

телевизор, поиграть в бильярд или поболтать с другом за бутылкой пива). Мой друг обратился к ближайшему мужчине:

– Смотри, – кивнул в сторону красоток-доминиканок, продолжавших сидеть на лавочке и о чем-то разговаривавших. – Правда, классные?

Реакция доминиканца была явно не той, на которую рассчитывал мой друг.

– Нет, – махнул тот рукой, и указал на девушку как раз вошедшую в кольмадо – чуть полноватая попа, талия, грудь под третий размер. – Вот эта классная.

Что немаловажно появление сексуального влечения часто зависит не только от привлекательности потенциального сексуального партнёра, но и от той ситуации, в которой оказались потенциальные любовники. У меня, как и у вас впрочем, больше шансов испытать сексуальное влечение к стюардессе в самолете, летящем на высоте десять тысяч метров над землёй (для женщин – соответственно к стюарту), чем к продавщице, стоя в очереди за хлебом в магазине. Наукой доказано, а практикой подтверждено, что опасность, новизна, музыка, одежда, звуки и даже запахи – все это способно вызывать у людей сексуальное влечение. Девушка в бикини или в сексуальном нижнем белье способна зажечь даже не огонь, а костёр влечения в мужчине. Романтическая музыка или шоколад способны проделать аналогичное с женщиной, но уже в отношении мужчины.

Какова суть сексуального влечения? Ответ очевиден – совокупление. У низшего животного или у человека сексуальное влечение преследует единственную цель – совокупиться и дать начало новой жизни. Влечение – великолепная уловка природы, благодаря которой живой организм вынужден «продолжать свой род». Заниматься сексом приятно – также неспроста. Будь иначе, о продолжении рода можно было бы забыть. Но природа «продумала» все: своеобразная награда от совокупления в виде получения удовольствия, сосредоточенность в минуты влечения на партнере, стремление во что бы то ни стало совокупиться, невиданный ранее прилив энергии, ощущение эйфории – всё направлено на то, чтобы акт совокупления состоялся, а рождение новой жизни произошло.

Мы подвержены влечению на протяжении всей нашей жизни. Но с возрастом влечение утихает. Если в молодости мы готовы заниматься сексом с утра до вечера, то в более зрелом возрасте оно уже не имеет такой силы над нами как ранее. Утихает влечение и к партнёру в стабильных, прочных отношениях. Кто-то скажет, быт убивает влечение. В действительности, природа позаботилась и об этом аспекте человеческой жизни: насколько здоровыми и продуктивными мы были бы, если бы продолжали испытывать сексуальное влечение всегда? Если бы всегда проводили время в кровати, предаваясь любовным утехам? Похоже, у нас не оставалось бы ни времени, ни желаний на другие сферы жизни. А ведь зачать новую жизнь – это только начало. Необходимо ее еще и вырастить. К тому же влечение сопряжено со значительной тратой энергии организмом. Находиться всегда в возбуждённом состоянии – для организма это ненужные затраты, которые могут привести к плачевному финалу, а именно к смерти организма. Повторю, цель у влечения проста – побудить живой организм к совокуплению.

Имея отношения, мы продолжаем испытывать сексуальное влечение к партнёру, а иногда и к другим людям. Почему так? По правде говоря, для природы совершенно неважно с кем мы будем делать детей. Важен сам процесс и его результат. Ни более, ни менее. Поэтому многие из нас изменяют своим партнёрам и, по всей видимости, будут продолжать это делать, так как мы созданы, чтобы, как сказано в Библии, плодиться и размножаться. И если мы будем заниматься этим более чем с одним партнером, для целей природы – это даже лучше. Мы не созданы ангелами. Мы созданы животными, животными, у которых есть определённые инстинкты – автоматические программы, заставляющие нас поступать тем или иным образом. Конечно, стоит заметить, если мы созданы такими, мы не обязаны быть такими. Мы тем и отличаемся от низших животных, что имеем самосознание, осознаем свою суть и способны понять, что нами движет в ту или иную минуту. Впрочем, мы не всегда способны совладать с тем, что

нами движет, и инстинкты как раз принадлежат к таким вещам. Но как бы то ни было, мы уже далеко не те животные, которыми были в далеком прошлом. Современный новый мир творит современного нового человека, и этот человек в силе, если и не избавиться от довлеющих над ним животных программ, так временно подавить их воздействие уж точно. Конечно, если пожелает. Часто и желает, особенно в развитых странах. В таких странах люди уже не стремятся иметь большие семьи, как например, в той же Доминиканской республике, где каждый ребёнок – это дополнительная возможность для родителя не умереть с голоду в старости. В развитых странах существуют всевозможные дотации, субсидии, пенсии, которые позволяют пожилому человеку благополучно дожить свой век, не завися от детей. Поэтому в таких странах люди, как правило, заводят не более чем одного или двух детей, тем самым как бы восставая против невидимой власти инстинктов.

Но как бы то ни было, инстинкты – неотъемлемая часть нашего «Я», часть настолько важная, что именно от неё зависит наше выживание как вида. И сексуальное влечение – только малая, начальная часть этого процесса.

Сексуальное влечение призвано лишь побудить нас найти более-менее подходящего партнёра для совокупления. Но влечение это еще не гарантия того, что в результате этого совокупления родится ребёнок. Мы занимаемся сексом, по большому счёту, нисколько не задумываясь о детях. Задумываться мы начинаем только тогда, когда… когда влюблены в своего партнёра. Влюблённость – то состояние, которое призвано завершить процесс совокупления рождением новой жизни, тем самым выполнив программу своего рождения.

Влюблённость, как и сексуальное влечение, заставляет нас сосредоточить внимание на одном-единственном объекте, тем самым помогая нам экономить время и силы, направив их на более важные вещи, как например рождение и воспитание ребёнка. Представьте что было бы если бы мы не влюблялись в определённого человека, занимались сексом с кем угодно, в результате рожали детей и… и женщины, вероятнее всего, растили бы их самостоятельно, так как мужчины продолжали бы выполнять свою биологическую программу нисколько не заботясь о выполнении отцовских обязанностей. Порою мне кажется, что влюблённость – механизм, придуманный природой для того, чтобы, в первую очередь, удержать мужчину рядом с определённой женщиной, чтобы впоследствии родить и воспитать с ней ребёнка. Без влюблённости мужчина не задерживался бы рядом с женщиной. После совокупления с ней он с чувством выполненного долга спокойно отправлялся бы на поиски новой пассии. И так до бесконечности. Влюблённость же заставляет его притормозить и остаться рядом с определённой женщиной, чтобы помочь ей вырастить ребёнка. Быть может, именно поэтому мужчины по природе влюбляются сильнее женщин. Этот факт доказан наукой.

Когда я влюбился в Мирейю, то с этого момента другие девушки как сексуальные объекты для меня перестали существовать. Всё моё внимание и время отныне принадлежало ей и только ей. Я на себе прочувствовал, что влюблённость – великолепное средство для того, чтобы мужчина задержался подольше с той или иной девушкой.

А вот с влюблённостью женщины дело обстоит сложнее. Почему влюбляется женщина?

Вполне возможно, что влюблённость женщины – это превентивный механизм, направленный на то, чтобы женщина, хотя бы некоторое время (до и после рождения ребёнка), оставалась с определенным мужчиной, сосредоточив внимание на воспитании ребёнка, а не на новых приключениях с новыми мужчинами, тем самым подвергая угрозе жизнь ребёнка.

Если половое влечение приходит и уходит, то влюблённость остается с нами на более долгий период – для кого-то этот период может длиться неделю, для кого-то месяцы, а для кого-то и годы. Вероятно, это зависит от психики конкретного человека.

Влюблённость – невероятное состояние. Когда мы влюбляемся, меняются наши привычки, принципы и даже мышление. Состояние влюблённости практически невозможно контролировать. Влюблённость делает нас одержимыми, зависимыми, беспомощными, искажает

наше восприятие реальности, меняет нашу личность. Многие психологи относят влюблённость к числу зависимостей. Влюблённость – наркотик, который к тому же вызывает привыкание.

В упомянутой выше книге Хелен Фишер приводятся свидетельства этому. Так, нейробиологи сравнили компьютерные снимки головного мозга влюблённых со снимками людей, которые находились под воздействием кокаина или опиатов, и обнаружили, что в обоих случаях активизируются по большей части одни и те же зоны мозга. Более того, влюблённые демонстрируют три классических симптома зависимости: толерантность, абстиненцию и периодические рецидивы. Первое время влюблённый счастлив. Время от времени он видит объект своей страсти, проводит с ним время. Постепенно он всё больше и больше втягивается в процесс и теперь ему требуется больше «наркотика»: хочется больше встреч, больше слов, больше прикосновений. «Я скучаю по тебе» – говорит он. – «Я не могу жить без тебя». Время, проводимое без возлюбленного, пробуждает к жизни душевные муки, желание скорейшей встречи, а мысли, будто кандалами прикованы к персоне возлюбленного.

Когда же возлюбленный разрывает отношения, влюблённый демонстрирует симптомы наркотической абстиненции, в том числе депрессию, периодические истерики, беспокойство, бессонницу, потерю аппетита, раздражительность и постоянное чувство одиночества. Как и любой зависимый, влюблённый готов решиться на любой унизительный или даже несущий физическую угрозу шаг, чтобы получить еще одну порцию «наркотика».

Так же, как и у зависимых, у влюблённых случаются рецидивы. Спустя время после разрыва отношений, под воздействием определенной мелодии, посещения памятного места, у влюблённого вновь может возникнуть желание возобновить прошлые отношения, подтолкнуть его к импульсивным телефонным звонкам, сообщениям, визитам, цель которых – получить еще одну «дозу», встретиться с возлюбленным.

Я, как и многие другие, не раз ощущал на себе воздействие дурмана под названием «влюблённость». Любимый человек, словно по мановению волшебной палочки, превращается для тебя в уникального, сверхважного человека. Всё твоё внимание фокусируется на возлюбленной, порой со значительным ущербом для других сфер жизни. Я забывал о друзьях, книгах, обо всем на свете, кроме любимой девушки. Я, казалось, не замечал её негативных качеств, а если и замечал, не обращал на них внимания. Наоборот, любимая девушка представлялась моему помутневшему рассудку едва ли не идеальной, с минимумом недостатков, но множеством достоинств. Связь с реальностью терялась, «в розовых очках» мир виделся совершенно иным. Как говорят: «Любовь слепа». Так наш мозг становится соучастником обмана.

Влюблённость сосредотачивала мои мысли исключительно на возлюбленной. Выбросить её из головы даже на короткое время представлялось практически невозможным. Заезженной пластинкой эти мысли крутились в голове, неся страдания и надежду на то, что страдания канут в Лету стоит на горизонте замаячить образу любимой. Иногда ты ощущаешь приливы энергии, а иногда непонятные перепады настроения. Кто-то теряет сон, кто-то аппетит, а кто-то всё вместе. Любимый человек звонит и пишет, согласен на встречу – мы счастливы. Не звонит или забывает позвонить, не отвечает на звонки или не приходит на встречу – мы несчастны. Отчаяние и тревога охватывает нас. Сознание волна за волной захватывают мысли, а-ля: «Что случилось?», «Что я сделал не так?», «Она меня не любит», «Она нашла другого». Как заметил швейцарский писатель Анри-Фредерик Амьель: «Чем сильнее человек любит, тем больше он страдает». И сила влюблённости, по всей видимости, зависит не столько от объекта обожания, сколько от нашей психики. Ребёнок, которого любили в детстве, в будущем будет уверенным в себе взрослым, эмоционально менее зависимым от своей второй половины. Тот же, который не получил или не дополучил достаточно любви от родителей, со временем превратится в неуверенного в себе взрослого, эмоционально зависимого от объекта страсти.

Влюблённость заставляет нас ощущать себя неполноценными, питает иллюзиями и надеждами на то, что именно с этим человеком мы обретем свою цельность. Нас тянет маг-

нитом к любимому человеку. Чудесным образом он превращается в того, кто дополнит нас, наполнит нас ощущениями завершенности и цельности. Как заметил Зигмунд Фрейд: «В наиболее сильных своих проявлениях любовь грозит уничтожить границы между эго и объектом страсти». Эмоциональная связь с любимым человеком столь мощная, что грозит разрушить наше собственное «Я». Из свободного человека мы превращаемся в раба, готового на все ради ощущения удовлетворения от единения с любимым человеком.

Пребывая в состоянии влюбленности, мы становимся слишком восприимчивыми и чувствительными. Любое слово или действие любимого человека готово вознести нас на небеса или повергнуть в преисподнюю – в зависимости от того, как мы их интерпретируем. Мы словно марионетки: наше настроение нередко зависит от настроения нашей второй половины – когда ей хорошо, тогда и нам хорошо. Когда же ей плохо, и нам не лучше. Изменить свои привычки или принципы – это малое на что мы готовы ради объекта страсти, ради того, чтобы почувствовать себя любимыми. Мы даже готовы изменить свою жизнь, подстраиваясь под любимых.

Влюблённость делает нас крайне зависимыми эмоционально и не только от того, в кого мы влюблены, но и от самих отношений. К примеру, нам трудно разорвать отношения, если те делают нас несчастными. В голове один за другим возникают вопросы: «Как я буду жить без нее?», «Что подумают люди?».

Влюблённость – зависимость и даже болезнь, от которой очень тяжело избавиться. Под её влиянием мы нередко совершаем поступки, которые вряд ли совершили бы во «вменяемом» состоянии: ревнуем нашу вторую половину, контролируем её, шпионим за ней, подозреваем, и в дождь и в снег готовы стоять у подъезда её дома в надежде на новую встречу. Влюблённость лишает нас воли, а часто и гордости.

Влюблённость напрямую связана с сексуальным влечением. И это не удивительно. Испытывать влечение к тому, в кого влюблён – в полной мере соответствует задумке природы: творение новой жизни с наиболее подходящим для нас партнёром. Первое время отношения наполнены сексом. И днём и ночью мы уподобляемся кроликам, идя на поводу у инстинктов. Наша вторая половина становится для нас наиболее желанным сексуальным партнером. На других нам и смотреть не хочется. В этот период жизни верность – наше второе «Я».

Но если подумать, для целей природы, наоборот, казалось бы, выгоднее, если мы будем заниматься сексом с разными сексуальными партнёрами. Именно этим обеспечивается разнообразие и выживаемость генов. Например, чем больше у меня будет сексуальных партнёрш, тем больше моих генов уйдет в будущее и даже в вечность. Разве не этого хотела природа, создавая нас? Вероятно, что нет. Как-никак, но для природы важен не так сам процесс, как его результат, а именно новая жизнь. Поэтому количество моих сексуальных партнёрш автоматически превращается в количество детей (о том, что человек создаст презерватив и додумается преждевременно прерывать половой акт дабы «не наследить» природа явно «не подумала»). У низших животных всё, как правило, так и происходит: совокупление заканчивается беременностью самки. А если так, то стоит задаться вопросом: много ли шансов у младенца на выживание? В наше высокоразвитое время шансов очень много, но человек-то был создан явно не сегодня. Иные условия формировали иного человека. В прошлом у человеческого младенца было намного меньше шансов выжить, чем сегодня. Без помощи матери это было бы невозможно в любом случае. Но вот без помощи отца…

В современном обществе женщина без особых трудностей может вырастить ребёнка самостоятельно, не прибегая к помощи мужчины. Помощь мам, пап, живущих на удивление дольше их предков, всевозможная социальная помощь от государства, только способствует этому. Но во времена, когда продолжительность человеческой жизни была заметно меньше, чем сегодня, государства с его помощью не было и в зародыше, надеяться женщине исключительно на свои силы в деле воспитания ребёнка, было довольно таки проблематично. Природа явно «думала» об этом, когда помимо влечения и влюблённости создавала привязанность. Вле-

чение необходимо было, чтобы человек размножался. Влюблённость – чтобы делал это с определенным партнёром. Привязанность – чтобы ребёнок, который появлялся на свет в результате этого, мог выжить, по крайней мере, в ближайшие годы. Привязанность – это своеобразная уловка природы, направленная на то, чтобы мужчина и женщина оставались вместе какой-то период, а не разбегались сразу же после зачатия ребёнка.

Каждый из тех, у кого были длительные отношения ощущал на себе действие того состояния, которое Хелен Фишер назвала «привязанностью». Во многом именно привязанность ответственна за то, что со временем в отношениях исчезает то, что существует поначалу: секс до утра, необузданная энергия, зацикленность на партнёре и другие шалости влюблённости. Отношения из бурлящей реки превращаются в вялотекущий, спокойный ручей. Отношения, словно умирают. В действительности же, природа «подумала» и об этом. Если влюбленные и дальше будут продолжать бурную сексуальную жизнь, ощущать невероятные приливы энергию, концентрироваться исключительно друг на друге, их организм просто-напросто не выдержит нагрузки. Если же и выдержит, то они не смогут сосредоточиться на воспитании ребёнка и других, сопутствующих этой, сферах жизни.

Жизнь. Именно она стала причиной того, что мы испытываем сексуальное влечение, влюбляемся, а впоследствии и привязываемся к своему партнёру. Жизнь одного организма не вечна. Проходит время, организм изнашивается, дряхлеет и умирает. Чтобы жизнь имела смысл, она должна продолжаться. Продолжение жизни через размножение. Именно такова была задумка природы, изначально заложившей в живой организм программу размножения, программу передачи генов в будущее. Чтобы эта передача осуществлялась был «придуман» соответствующий механизм, механизм, который большинство из нас сегодня называет любовью. Размножение, скорее всего, могло бы происходить и без этого механизма (разве нужно иметь чувство, чтобы размножаться?). Но выживаемость потомства была бы минимальной, так как родители ребёнка разбегались бы сразу же после совокупления, тем самым ставя под угрозу его жизнь. Любовь – это не только механизм передачи генов в будущее, но и своеобразный механизм защиты потомства. Для высших организмов, таких как человеческий организм, это особенно актуально. Человеческое потомство в отличие от потомства братьев наших меньших, как известно, развивается долго, да и рождается «недоразвитым» (недоразвитым в плане не полностью сформированным, а не сумасшедшим). Оставьте человеческий детёныш наедине с природой и этим вы обречете его на смерть.

Для выживания в окружающем мире человеческому детёнышу необходимо наличие родителей. Для того чтобы мама и папа были вместе как можно дольше (меньше – риск смертности потомства выше) возник механизм, который мы сегодня называем любовью – влечение, влюблённость и привязанность.

Ученые полагают, в частности все та же Хелен Фишер, что чувство любви у людей в том виде, в котором мы его знаем сегодня, зародилось в каменном веке, около двух миллионов лет назад. Если быть более точным, в эпоху появления на исторической сцене Homo habilis – «человека умелого», а окончательно сформировалось в эпоху Homo erectus – «человека прямоходящего». По утверждению Хелен Фишер именно Homo habilis оставили нам первые свидетельства существования романтической страсти. Впрочем, что за свидетельства она так и не говорит. Зато указывает, что средний объём мозга Homo habilis доходил до 800 куб. см. и обращает внимание на то, что на внутренней стороне одного из найденных черепов этого времени, обнаружилось углубление, свидетельствующее о наличии зоны мозга, известной сегодня как зона Брока; часть мозга отвечающая за формирование слов и артикуляцию звуков человеческой речи. Иными словами, Homo habilis был способен разговаривать, что, по мнению Хелен Фишер, оказало существенное влияние на процесс ухаживания. Как отмечает Хелен Фишер, «мужчины и женщины получили возможность рассказывать остроумные истории, петь фривольные песенки, соблазнять потенциальных партнёров радужными перспективами. С помо-

щью слов они могли льстить, искушать, поддразнивать, сплетничать, предаваться воспоминаниям, шептаться с возлюбленными. Постепенно язык развивался – и вот уже наши пращуры смогли вступить в бесконечную череду бесед с любимыми и о любимых».

Дальше больше. Более миллиона лет назад на исторической сцене появляется Homo erectus с его объемом мозга около 1000 куб. см. (размер мозга современного человека равен в среднем 1325 куб. см.). Как отмечает Хелен Фишер, «этот великолепный орган просто обязан был служить достижению самых важных целей – в том числе способности производить впечатление на потенциальных партнёров с помощью новых лингвистических, художественных, моральных и прочих оригинальных форм соблазнения». В тоже время большой мозг создал серьёзную проблему для женщин: возникла так называемая дилемма родов – большеголовый ребёнок и узкие родовые пути. Чтобы сохранять способность к прямохождению, размеры женского таза должны были оставаться неизменными. Это значит, что с увеличением головы ребёнка он должен был появляться на свет на более ранней стадии развития. Но дети, в итоге появлявшиеся на свет оказывались чрезвычайно беспомощными, не приспособленными к жизни. По мнению Хелен Фишер, такая ситуация стала причиной того, что самки Homo erectus были вынуждены прибегнуть к помощи самцов в деле воспитания потомства, так как увеличился период детства. Шимпанзе становятся самостоятельными к 10 годам, а мы, люди, к 18. При этом в отличие от детёнышей шимпанзе, которые к четырем годам уже способны прокормить себя самостоятельно, человеческие детёныши зависят от родителей намного дольше. Это и многое другое (рост мозга, появление на свет беспомощных младенцев, долгое взросление, переселение человека из Африки на холодные и опасные северные земли и т. д.), по мнению Хелен Фишер, заставило наших предков создавать партнёрские отношения на длительный срок. Как заметила Хелен Фишер, родительское бремя становилось слишком тяжким для одного. И именно в это время в человеческом мозге окончательно сформировались механизмы, относящиеся к любви.

Когда я смотрю на фотографию питекантропа, который как раз является подвидом Homo erectus, меня одолевают большие сомнения по поводу того, что механизмы любви, окончательно сформировались именно в этот период. Безусловно питекантроп как и любое другое высшее животное способен был ощущать сексуальное влечение, что является главным для продолжения рода. Но представить влюблённого питекантропа, ухаживающим за самкой, щебечущим ей на ухо слова любви при свете древней луны, у меня никак не получается. Ростом полтора метра, с архаическим строением черепа (толстые стенки, низкая лобная кость, выступающие надглазничные валики, скошенный подбородок и большие щеки). Объем его мозга достигал 900 – 1200 см. куб., что немногим меньше, чем у нас с вами. Но, по правде говоря, большой объем мозга совершенно не говорит о каких-либо особых интеллектуальных данных его обладателя. Неандертальцы по объему черепной коробки (1400–1740 см. куб.) превосходили современных людей, но по интеллектуальному развитию заметно уступали кроманьонцам, предкам современного человека.

Скорее всего те механизмы, которые Хелен Фишер относит к любви, романтическому чувству, окончательно сформировались значительно позже, в период до 200 000 лет назад. Быть может в эпоху появления на исторической сцене кроманьонцев, предков современного человека. Вероятнее всего кроманьонцы могли испытывать к своим женщинам уже не только животное влечение или привязанность, но и влюблённость, совершать все то, о чем говорила Хелен Фишер по отношению к Homo erectus. Количество достижений, изменений в социальной организации жизни кроманьонцев было настолько велико, что в несколько раз превосходило количество достижений питекантропа и неандертальца, вместе взятых. Кроманьонцы унаследовали от своих предков большой деятельный мозг и достаточно практическую технологию, благодаря чему в относительно короткий промежуток времени сделали невиданный шаг вперед. Это проявилось в эстетике, развитии общества и систем символов, технологии изготовле-

ния орудий и активном приспособлении к внешним условиям, а также в новых формах организации общества и более сложном подходе к себе подобным.

Родительское бремя, о котором говорит Хелен Фишер, было тяжким всегда. До появления Homo erectus оно не было легче. Но по большому счёту воспитать женщина ребенка самостоятельно могла во все времена, так как её жизнь, как и жизнь её ребёнка проходила в группе. Пища добывалась совместно и делилась в зависимости от социального статуса в группе. Иметь конкретного мужчину как помощника в деле воспитания потомства для женщины не было большой необходимости, так как хватало мам, бабушек, тётушек, от которых помощи могло быть значительно больше, чем от отца ребёнка, больше интересующегося молоденькой соседкой, чем собственным чадом.

У мужчины в отличии от женщины, у которой в наличии ярко выраженный инстинкт материнства, никогда не было инстинкта отцовства, заставлявшего бы его оставаться с ребёнком. Единственное, что могло бы заставить самца остаться рядом с самкой – возможность иметь постоянный секс с ней. Находиться в постоянном поиске очередной самки для удовлетворения собственных нужд возможно в нашем обществе, где нет необходимости уделять все время заботе о выживании. Но это было бы лишней тратой времени и энергии во времена, в которые жили питекантропы, неандертальцы, кроманьонцы и иже с ними. Постоянная жажда секса мужчиной – вот что, по моему мнению, заставляло его оставаться на протяжении длительного времени с конкретной женщиной. Уже впоследствии из жажды секса родилось желание оберегать от других мужчин ту, которая становилась ценным сосудом для хранения его сперматозоидов, его генов. Женщина была единственной возможностью мужчины (как и остается на сегодняшний день) передать свои гены в будущее, остаться, таким образом, в вечности. Без женщины мужчина на это не способен, поэтому вынужден оставаться с ней на какое-то время (впрочем, как показывает современная практика многие мужчины предпочитают, сделав ребёнка, исчезнуть из жизни женщины, те же, кто остаются, по всей видимости, руководствуются не какими-либо биологическими причинами, а социальными).

Как бы то ни было, но современный человек, как и его предок, испытывает сексуальное влечение, помимо этого влюбляется и остается с человеком, к которому испытывает чувства, чтобы вырастить ребёнка. Если и не навсегда, то, по крайней мере, на какой-то период, на время, необходимое для того, чтобы ребёнок вышел из младенческого возраста. Как правило, сегодня браки распадаются на четвертом году супружеской жизни. Возможно, это неслучайно; в доисторические времена женщины рожали детей с интервалом в четыре года.

Но что заставляет человека испытывать влечение, влюбляться и оставаться с определённым человеком? Пришло время поговорить о биохимии человеческого мозга.

Глава 3. Биохимия «любви»

Древние египтяне полагали, что сердце – главный орган в человеческом теле. Сегодня известно, что сердце – это сильнейший источник электричества в нашем теле. Этот источник в сорок-шестьдесят раз мощнее мозга – второй по мощности «электростанции» в нашем теле. И биоэлектричество сердца проникает в каждую клеточку нашего тела. Импульс настолько сильный, что излучается в пространство. Измерительные приборы фиксируют его на расстоянии до трёх метров вне тела. Помимо этого научно доказано, что сердце, как и мозг, содержит нейроны, а это значит, что в какие-то моменты нашей жизни мы, вероятно, способны «думать» сердцем, как бы это ни звучало странно.

В отличии от древних египтян современные учёные полагают, что мозг – главный орган в человеческом теле. Как бы то ни было, но как мозг, так и сердце имеют важнейшее значение для живого организма. Сердце не может заменить мозг, как и мозг никогда не заменит сердце. Они функционируют и взаимодействуют сообща, о чем свидетельствуют биохимические импульсы, идущие от мозга к сердцу и наоборот. Несмотря на разные задачи этих органов, цель у них одна – дать возможность живому организму прожить достаточное время, чтобы оставить потомство.

Учёные полагают, что те механизмы, которые относятся к «любви» находятся именно в мозге. Человеческий мозг состоит из многих частей. У каждой из них свои задачи. Каждая часть мозга связана с другими с помощью нервных клеток, нейронов. Нейроны производят и распространяют различные виды нейромедиаторов. Нейромедиаторы – биологически активные химические вещества, посредством которых осуществляется передача электрического импульса от нервной клетки. Когда нейрон получает электрический сигнал от соседнего нейрона, импульс заставляет нейромедиаторы покинуть клетку, преодолеть синаптическое пространство (синапс), и перейти на «приемное устройство» соседней нервной клетки. Таким образом, клетка за клеткой, нейромедиаторы обеспечивают передачу электрического импульса. Стоит заметить, что каждый нейрон взаимодействует лишь с определенным типом других нейронов. Так они образуют нервные сети, связывающие определенные зоны мозга.

Когда мы встречаем сексуально-привлекательного для нас человека (сексуально-привлекателен он для нас или нет, зависит в основе своей не от биохимии головного мозга, а от нашей психики), в кровь выбрасывается гормон фенилэтиламин. В помощь фенилэтиламину гипоталамус выделяет нейромедиаторы: норадреналин (вызывает возбуждение) и дофамин (отвечает за получение удовольствия). Дофамин и норадреналин способствуют выбросу в кровь тестостерона и эстрогенов. Именно тестостерон, по большому счету, ответственен за сексуальное вожделение, как у мужчин, так и у женщин. Повышение его уровня стимулирует сексуальное желание, а снижение его концентрации, напротив, подавляет тягу к сексу. У разных людей сексуальные желания проявляются с разной силой отчасти потому, что уровень тестостерона передается по наследству. Кроме того, концентрация этого гормона меняется в разные дни, недели, годы и моменты жизненного цикла. Более того: на то, когда, где и как часто мы испытываем сексуальное желание, влияют баланс тестостерона, эстрогена и других веществ, участвующих в физиологических процессах, а также социальные условия и целый ряд других факторов. Тем не менее, тестостерон – главное условие нашего сексуального аппетита.

Стоит заметить, что дофамин и норадреналин также играют ключевую роль в механизме формирования влечения у животных. Например, как отмечают учёные, норадреналин способствует усилению выработки эстрогена у самок и стимулирует призывное поведение.

Под действием дофамина и норадреналина, влекомые тестостероном, у нас повышается энергия, усиливается мотивация и концентрация внимания к объекту нашего вожделения. Дофамин заставляет нас сосредоточиться на достижении цели, а под действием норадреналина нас охватывает радостное возбуждение. Так мы испытываем сексуальное влечение.

Когда уровень дофамина и норадреналина растет, понижается уровень серотонина, нейромедиатора, ответственного за увеличение мышечного тонуса и повышение физической активности. Серотонин улучшает настроение, а его недостаток вызывает депрессию. В этот период нас всё больше и больше посещают настойчивые, неодолимые навязчивые мысли о своей второй половинке. Мы всё больше предаемся фантазиям и мечтаниям о ней. Так мы влюбляемся. Под воздействием дофамина и норадреналина мы ощущаем приливы энергии, временами бессонницу, теряем аппетит, наше дыхание учащается, сердцебиение усиливается, нас бросает то в дрожь, то в холод. Иногда нами овладевает беспокойство и даже страх. Мы становимся зависимыми от своих вторых половинок. Зависимость и навязчивое влечение – симптомы болезненного пристрастия, а все известные пагубные склонности подобного рода связаны с повышенным уровнем дофамина. Рост концентрации этого вещества в мозге приводит к дополнительному выбросу тестостерона. Вот почему мы продолжаем испытывать сексуальное влечение, когда влюблены. Дофамин и норадреналин стимулируют сексуальное влечение в основном за счет повышения в организме уровня тестостерона.

Конечно же, влюблённость, как уже отмечалось, не может продолжаться вечно, так как она предъявляет организму слишком высокие требования. Более того, она оказывает сильное влияние на психику. Страсть, эйфория, влечение, навязчивые мысли – всё проходит. Влюбленность нам необходима не для того, чтобы поддерживать отношения. Ее цель – заставить нас найти и выбрать определенного партнёра, совокупиться с ним и оставаться с ним пока не подрастет совместный ребёнок. После рождения ребёнка для того, чтобы удержать партнёров вместе пока ребёнок не вырастет, в дело вступают новые химические вещества, которые гасят влюблённость, но вместо нее дают ощущение спокойствия, единения, близости с партнёром. Так возникает привязанность.

Влюблённость в среднем длится от трех до шести месяцев. Максимум – до трёх лет. Угасание влюблённости связано с падением уровня дофамина и норадреналина в мозге. Свою задачу они как-никак выполнили – соединили партнёров. Теперь их предстоит удержать вместе, чтобы дать начало новой жизни. Уровень серотонина повышается. Вместе с этим в игру вступают новые игроки – гормоны вазопрессин и окситоцин. Вырабатываются они, по большей части, в гипоталамусе, а также в яичниках и тестикулах.

Во многих книгах можно прочитать о прерийных полёвках – этаких живых эталонах верности. У прерийных полёвок моногамная жизнь, на протяжении которой они соблюдают «супружескую верность». Родители совместно воспитывают мышат. Первое же совокупление между самцом и самкой приводит к образованию устойчивой пары, к заключению пожизненного брака. В первую встречу между ними происходит до двадцати половых актов. Самец и самка вместе строят гнездо и спят в нем, прижавшись друг к другу. Супруги не оставляют друг друга, и разлучает их только смерть (90 % особей проводят с единственным партнёром всю свою жизнь).

В свою очередь их родственники горные и луговые полёвки – это прерийные полёвки наоборот. Самцы этих двух видов не строят гнёзд и не склоны к семейной жизни. И самцы, и самки совокупляются друг с другом кто как хочет.

Как отмечают учёные, разница между прерийными и горными (или луговыми) полёвками заключается в двух гормонах, о которых уже было сказано выше: окситоцине и вазопрессине. Когда происходит спаривание, у самцов прерийной полёвки в мозге повышается уровень вазопрессина, а у самок – подобного ему гормона окситоцина.

Учёные ввели вазопрессин в мозг девственников – самцов прерийной полёвки, выращенных в лаборатории. Эти самцы тут же начали ожесточённо защищать свою территорию от других самцов, что у прерийных полёвок является одним из аспектов поведения, связанного с созданием семьи. Когда же каждому из них предоставили самку, они начали проявлять признаки сильной ревности. Когда в следующей части эксперимента учёные блокировали у тех

же самцов производство вазопрессина в головном мозге, их поведение менялось. Теперь те же самцы, спарившись с одной самкой, тут же бросали её ради новой партнерши. По всей видимости, именно вазопрессин ответственен за то, что самец предпочитает оставаться именно с этой самкой, а не другой, а никак не ответственен за отцовский инстинкт, как заметила Хелен Фишер. Не более, но и не менее. Вазопрессин, скорее всего, никак или очень слабо влияет на привязанность отца к ребенку в отличии от окситоцина, который вырабатывается у всех самок млекопитающих (включая человеческих) во время родов. Окситоцин стимулирует сокращение матки и выработку молока в молочных железах. Он же отвечает за привязанность матери к младенцу. Учёные полагают, что окситоцин также ответственен за чувство привязанности между мужчиной и женщиной. Окситоцин вызывает чувство удовлетворения и благоприятствует возникновению чувства спокойствия рядом с партнёром. Многие исследования доказали влияние окситоцина на человеческие отношения, его участие в повышении доверия, снижении тревоги и уменьшении страха. Безусловно, окситоцин оказывает влияние на длительность наших отношений, но не определяет их. Как точно подметил Рихард Прехт в своей книге «Любовь», гормоны – это карри, а не основное блюдо.

В нашем организме вазопрессин и окситоцин выделяются во время двух важных моментов совокупления – в ходе стимуляции гениталий и/или сосков, а также во время оргазма, когда у женщин значительно возрастает уровень окситоцина, а у мужчин – вазопрессина. Именно эти вещества ответственны за то, что часто после секса мы чувствуем близость и привязанность к партнёру.

У человека окситоцин синтезируется в гипоталамусе, а потом поступает в заднюю долю гипофиза. По действию окситоцин сходен с опиатами: он оказывает возбуждающее и одновременно тормозящее воздействие и отчасти успокаивает. Окситоцин – гормон, обеспечивающий долговременную связь. Как отмечают учёные, у мужчин и женщин окситоцин способствует переходу переживания первого полового контакта с партнёром в долговременные отношения (прямо как у прерийных полёвок).

И окситоцин, и вазопрессин оказывают на человека одурманивающее, наркотическое действие. Во время полового акта в организме мужчины вырабатывается огромное количество вазопрессина и окситоцина; у женщин преобладает окситоцин. Чем больше этих гормонов, тем сильнее одурманивание. У некоторых людей, сексуально подходящих друг другу, выброс окситоцина происходит при одном взгляде друг на друга. Повышенный уровень окситоцина у кормящей матери усиливает её привязанность к ребёнку, и точно так же повышение выработки окситоцина усиливает телесное влечение к половому партнёру. Измерения уровня окситоцина в сыворотке крови у женщин до и после сексуального возбуждения подтвердили, что окситоцин играет важную роль в сексуальном возбуждении.

Согласно данным многих исследований, выброс окситоцина происходит, когда кто-то другой обнимает, гладит или массирует нас. Гормон производит не только половое возбуждение, но и вызывает чувство удовлетворения и безопасности. При прикосновениях к самому себе уровень окситоцина и вазопрессина остается низким, зато долго сохраняется на высоком уровне после удачного полового акта.

Окситоцин и вазопрессин связывают нас так же, как и прерийных полёвок. Между тем, они не делают нас верными, как тех же полёвок. По всей видимости, окситоцин – это не более чем гормон «привязанности», и уж никак не гормон «верности». Биохимия головного мозга прерийных полёвок – далеко не биохимия человеческого мозга.

Как заметил Рихард Прехт «окситоцин и вазопрессин – важные элементы любовного возбуждения, но, разумеется, не они одни формируют то сложное состояние, которое мы называем любовью. Любовь – это не „гормональный коктейль“. Любовь – нечто большее, чем вожделение, влюблённость и привязанность».

Глава 4. Новое понимание любви

Действительно, истинная любовь – нечто большее, чем вожделение, влюблённость и привязанность. Я бы зашел ещё дальше и предположил бы, что истинная любовь не имеет ничего общего ни с сексуальным влечением, ни с влюблённостью, ни с инстинктом размножения в целом. Там, где царствует инстинкт, биологическая программа, любовь, как по мне, отсутствует. Примером истинной любви может служить материнская любовь.

Древние греки выделяли четыре основных типа любви:

«Эрос» – стихийная, восторженная влюблённость, в виде почитания, направленная на объект любви;

«Филия» – любовь-дружба;

«Сторге» – любовь-нежность;

«Агапэ» – безусловная любовь, жертвенная любовь.

Из всех этих видов любви наиболее приближенной к истинной я назвал бы смесь «филии» и «агапэ». Но как бы там ни было, человечество верит в то, что любовь – биохимия в человеческом мозге, направленная на реализацию инстинкта размножения, поэтому не будем отдаляться от этой темы.

Многие из нас знают, что любовь не вечна. Проходит время и она начинает угасать. Как правило, это происходит в первые три-четыре года отношений. Но как бы то ни было, именно когда появляется именно это чувство, мы начинаем задумываться о создании семьи и рождении ребёнка. Именно с появлением этого чувства отношения выходят на новый уровень – уровень серьёзных отношений.

Однажды я спросил у Мирейи:

– А что произойдет с нашими отношениями, когда чувство исчезнет?

– Не знаю, – ответила девушка.

Задай я этот вопрос кому-нибудь другому, ответ был бы одинаков. Чувства хоть и более стабильны и постоянны, чем эмоции, тем не менее, и им свойственно меняться или исчезать, особенно сказанное правдиво в отношении такого непостоянного и изменчивого чувства как любовь. По большому счёту, если воспринимать любовь всего лишь как чувство, то многие отношения обречены изначально. Пройдет время, чувство исчезнет, и недавние влюблённые отправятся на поиски новых партнёров. Чувство нестабильно, ибо биохимия головного мозга нестабильна. Сегодня вы влюбились в одного человека. Прошла неделя, и воспылали желанием к другому человеку, или начали ощущать привязанность к третьему. Доверять чувству, особенно такому нестабильному, как любовь нельзя ни при каких обстоятельствах. Даже если это чувство прошло испытание временем. Что ни говори, но расставания и спустя десять-двадцать лет совместной жизни, сегодня в современном мире – не такое уж и редкое явление.

Проблема многих людей – восприятие любви не более, как чувства. В свое время я также полагал, что любовь – не более чем чувство, которое мы приобретаем, влюбляясь в определённого человека. Полагал, что этого чувства более чем достаточно для функционирования отношений. Неудивительно, что когда исчезало это чувство, прекращались и отношения.

Мои отношения с Мирейей начались иначе, так как прошлые мои отношения меня коечему все же да научили. Более того, после последних отношений прошел довольно таки значительный период времени, пять лет, наполненных размышлениями, осознаниями и новыми идеями. В какой-то момент своей жизни я понял, что любовь – это нечто большее, чем чувство. Большее, чем некая биохимия в голове, которая сегодня есть, а завтра может исчезнуть. Полагаться всего лишь на чувство в отношениях – подвергать эти самые отношения серьёзному риску. Последние мои отношения закончились словами моей бывшей девушки: «Я тебя больше не люблю».

«Не люблю». Слова, разрушающие отношения. Многие раннее влюблённые после этих слов, залечив душевные раны, отправляются на поиски новых партнёров, чтобы… чтобы через какое-то время снова услышать эти самые слова. И так до тех пор, пока человек не разочаровывается в отношениях, и, конечно же, в представителях противоположного пола. После чего часто и происходит приобретение домашнего животного и выплескивание на него, накопившейся внутри жажды заботы и внимания.

Сегодня я все больше склоняюсь к той мысли, что любовь – это нечто большее, чем чувство, испытуемое к другому человеку.

Что я имею ввиду, когда говорю, что любовь – это нечто большее, чем чувство, испытуемое к другому человеку? Как я говорил выше, для длительных отношений испытывать чувство к партнёру явно недостаточно в силу нестабильности какого-либо чувства. Чувство имеет смысл и стабильность только тогда, когда оно подкреплено действиями. Вот это и есть то, что я называю «любовью».

Сенека когда-то сказал: «Если хочешь быть любимым люби». И я с ним согласен. Что это значит? Давайте присмотримся к последнему слову, слову «люби». Какая это часть речи? Глагол. Слово «любить» – это глагол. Более того это глагол действия. Исходя из этого любить значит действовать – заботиться о ком-то, ухаживать за кем-то, опекать кого-то, помогать кому-то, жертвовать ради кого-то, отдавать себя целиком кому-то. А это значит, что понятие «любви» намного шире того, что ему приписывают в современном мире. Любовь – это действие, направленное на объект любви, основанное на осознании его исключительной важности для субъекта любви.

Исключительная важность объекта любви возникает в силу тех или иных внутренних побуждений субъекта любви. И часто эти побуждения – суть нашей психологии, сформированной на протяжении жизни вследствии получения того или иного опыта.

Часто полагают, что чувство пробуждает к жизни действие. Например, чувство любви вызывает у субъекта любви нежность и заботу в отношении объекта любви. В действительности все происходит с точностью наоборот. Действия пробуждают к жизни чувства, которые являются ни чем иным как откликом на действия. Иными словами, мы своими действиями создаём и поддерживаем на протяжении длительного периода чувство любви. Действиями запускаем биохимию в головном мозге. Действуя или бездействуя, мы оказываем влияние на продолжительность наших чувств. Без действия-любви сила чувства-любви будет незначительной и нестабильной. И без действия-любви отношения вряд ли будут длиться длительный период, не говоря уже о целой жизни. На окситоцин и вазопрессин в этом случае рассчитывать явно не стоит. В современном мире отношения рушатся как песочные замки от сильного порыва ветра. Окситоцин и вазопрессин положение не спасают. Да и не могут – это всего лишь нестабильная биохимия головного мозга.

Действия-любви – вот то, что может помочь нам создать крепкие отношения с партнёром.

Действия-любви основаны на нескольких важных принципах:

– осознание ценности отношений;

– осознание ценности партнёра;

– уважение партнёра.

Давайте обо все по порядку. Сначала поговорим об осознании ценности отношений.

Насколько каждый из нас понимает, что отношения, которые мы имеем, ценны для нас? Ни на сколько. По большому счёту, начиная отношения, мы делают это неосознанно, идя на поводу у инстинктов, толкающих нас на поиски партнёра для продолжения рода. Часто мы не осознаём, зачем начинаем отношения. Поэтому неудивительно, что мы не знаем, что необходимо для того, чтобы отношения были крепкими и стабильными. Мы не более чем марионетки, управляемые теми программами, что живут внутри нас. И это понятно. Природе нет дела до стабильности отношений между мужчиной и женщиной. Для нее главное, чтобы эти отноше-

ния закончились формированием новой жизни. Всё остальное это забота самого человека. Но если мы не знаем, зачем создаём отношения, тогда как мы можем ценить те отношения, которые имеем? Более того, в современном мире большинство из нас выбирает количество отношений вместо их качества. Отношения обесцениваются. Кратковременные отношения сегодня более предпочтительны, чем длительные. Секс в наше время часто важнее любви, привязанности, заботы. Сегодня многие из нас осознанно выбирают сексуальную революцию в молодости и неосознанно одиночество в старости. И это неудивительно, так как наличие большого количества отношений ведет к их обесцениванию в сознании того, кто их имеет. А разве на такой ментальной почве возможно построить что-либо долговечное? Вряд ли. Поэтому неудивительно, что отношения часто прекращаются, так толком и не развившись. Осознание ценности отношений, того, что имеешь в данный момент, – это залог их крепости и длительности. Начинать отношения не осознавая ни их ценности, ни необходимости – пустая трата времени, времени, которое можно было бы потратить более продуктивно.

Но что значит осознавать ценность отношений?

Во-первых, понимать зачем ты их создаешь. Серьёзные отношения создаются исключительно ради формирования семьи и рождения ребёнка. Не ради того, чтобы иметь постоянного партнёра для секса, как считают многие.

Во-вторых, осознавать уникальность и важность отношений. Из цели создания отношения выплывает их важность и уникальность. Думаю, каждый из нас согласится, что создание семьи и рождение ребёнка – довольно таки важный шаг, чтобы относится к нему безответственно. К сожалению, мы слишком подвержены влиянию инстинктов, а для инстинктов неважна ни стабильность, ни длительность отношений. Неудивительно, что спустя некоторый период отношения прекращаются (семья распадается), чтобы начались новые отношения (создавалась новая семья). И так снова и снова.

Латинская Америка – удивительный регион планеты. Природа, люди, традиции и культура. Удивителен он и, скажем так, инстинктивностью жизни местного населения. Например, Доминикана. У многих женщин, как и мужчин, есть дети от разных браков. При этом это не один брак, и не два, а три, четыре и даже пять. А кто-то в одночасье имеет не одну, а две или три семьи. В таких условиях осознать ценность собственных отношений практически невозможно. Количество нивелирует ценность.

Как я говорил, сегодня отношения обесцениваются. Их количество важнее их качества. Как и большое количество сексуальных партнёров важнее малого. Сегодня многие стремятся заиметь как можно большее количество сексуальных партнёров прежде, чем создавать серьёзные отношения. Это приводит к тому, что обесценивается и тот партнёр, с которым мы создаём впоследствии серьёзные отношения. Яркий пример Мирейя. До меня у нее были всего лишь одни, назовем их серьёзными, отношения, а вот сексуальных партнёров и партнёрш – около двадцати, в ее-то двадцать пять лет. При этом основное их количество приобретено за какие-то два года. Как результат я стал для нее всего лишь «очередным» сексуальным партнёром, в которого она, в итоге, влюбилась. Отношение ко мне Мирейи, несмотря на её чувства ко мне, оставляли желать лучшего. Я часто её упрекал в том, что она меня не ценит. Уделить время, например, изучению английского языка или общению с подругами для неё было важнее, чем уделить время мне. Несмотря на её слова о боязни меня потерять, она поступала так, словно нисколько не боялась этого. А все потому, что количество сексуальных партнёров нивелирует ценность того, с кем существуют отношения впоследствии. Когда ты понимаешь, что ты интересен (-сна) другим, перестаешь воспринимать партнера серьёзно, так как понимаешь, что легко найдёшь ему (ей) замену. В действительности, это не более чем иллюзия. Найти можно сексуального партнёра, но сексуальный партнёр – это не одно и тоже, что партнёр для отношений, вторая половинка. Найти его значительно сложнее, особенно того, кто более-менее соответствует нашему мысленному образу-идеалу.

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.