

За что мы любим тех, кто нас не любит, и нужно ли нам это?

Каждый из нас хотя бы раз в жизни пережил невзаимную любовь. Большинство не любят вспоминать и думать об этом (если это не была детская или школьная любовь, о которых впоследствии вспоминают с умилением).

И это понятно: человек, чью любовь отвергли, находится в очень неприятной ситуации. Мало того, что ведёшь себя не совсем адекватно (на то ведь она и любовь), так ещё и никак не можешь избавиться от всепоглощающей душевной привязанности к человеку, которому это совсем не нужно. Просто перестать любить так же невозможно, как заставить себя влюбиться (если только вы не герой фильма «Влюблён по собственному желанию»).

К счастью, всё проходит, проходят и наши несчастливые любви. И всё в порядке, если мы столкнулись с подобной ситуацией один или два раза в жизни. **Но что делать, если ситуация повторяется снова и снова?**

Если мы каждый раз наступаем на одни и те же грабли? Кто в этом виноват? Возможно мы сами притягиваем к себе людей, которые нас не любят?

Нужно заметить, что зачастую мы формируем события своей жизни *бессознательным образом*. Т.е., например, нам очень хочется встретить принца на белом коне, но почему-то никак не получается. Какие бы усилия мы ни прикладывали, но нам достаются скорее бродяги, чем принцы. В этот момент нужно прислушаться к своему подсознанию и по возможности разобраться в себе.

Возможно, подсознательно мы боимся встретиться с настоящим принцем, думая, что мы его не достойны? **В таком случае принцев не будет.** Подчиняясь нашему бессознательному страху, мы сформируем события своей жизни таким образом, что попадаться нам будет всё, что угодно, кроме принцев или принцесс. Обидно, зато не страшно... Всё будет серенько и обыденно, так, как мы и заказали.

Если мы постоянно страдаем от неразделённой любви, напрашивается вывод, что

страдать мы любим. Само состояние страданий интересует нас больше, чем что-либо другое, в том числе и любовь. Поэтому зачастую такие люди выбирают для себя труднодостижимые объекты привязанности: людей, состоящих в браке или абсолютно не подходящих по социальному статусу, чтобы уж точно не ошибиться и как можно сильнее пострадать.

Конечно, бывают и исключения, ведь сердцу не прикажешь и никто не застрахован от того, чтобы влюбиться в, казалось бы, совсем не подходящего для нас человека. Но на самом деле выяснить, обладаем ли мы скрытой склонностью к душевному мазохизму достаточно просто: **если в нашей жизни очень много сложных, мучительных ситуаций, над которыми мы якобы не властны, значит, нам срочно нужна помощь**, в первую очередь от самих себя. Ведь это мы сами сформировали подобную ситуацию в своей жизни, и кроме нас самих никто нам не поможет.

Итак, если мы постоянно стремимся к благосклонности людей, которым мы абсолютно не нужны, значит, скорее всего, состояние страданий является привычным и желанным для нас. Зачастую такие люди вырастают в семьях, члены которых не проявляют достаточно любви и открытости по отношению друг к другу. Страдая в ситуации недостатка любви, ребёнок, тем не менее, усваивает подобную модель поведения и затем применяет её в жизни. Для него является нормальным, что любви нет и что приходится страдать.

К сожалению, разрушить подобную модель очень сложно. В большинстве случаев, нужна помощь хороших психотерапевтов. Но в первую очередь, человек должен понять, что его проблемы заключаются в нём самом. И только он сам может захотеть измениться и приложить для этого необходимые усилия.

Не все, однако, приходят даже к такой мысли, что нужно измениться. Одна из моих подруг постоянно страдает от неразделённых любовей и от невнимания окружающих, но менять в себе она ничего не хочет. Она считает, что ей просто не везёт. И все мои доводы, что **невезение может повториться один или два раза, но не длиться всю жизнь, иначе это уже стиль жизни такой**, на неё не действуют.

Она уверена, что не может ничего изменить и продолжает неистово любить тех, кто её даже не замечает. В то же время тех, кто влюбляется в неё, она отвергает. Конечно, ведь в ситуации любви ей непривычно и некомфортно. Ведь страдать и убиваться намного интереснее!

За что мы любим тех, кто нас не любит, и нужно ли нам это

Автор: monkeysnest
11.03.2013 10:28 -

И всё же эту ситуацию можно (и на мой взгляд, необходимо) изменить. Как только страдалец поймёт, что он сам портит себе жизнь и что страдать вовсе не обязательно, это и станет первым шагом к исцелению. Ведь можно любить и быть любимым одновременно, взаимная любовь намного приятнее!

Изменив свои установки и взгляды на жизнь, мы изменяем саму жизнь. Главное – не ошибиться и изменить её к лучшему!

Автор - **Ирина Горбунова**

[Источник](#)