Автор: b4d2
08.08.2011 17:09 -

Ревность: кому ещё не больно?

«Ревнует – значит любит» – это уже давно не романтичный афоризм времен сражений на дуэлях и не однозначная народная мудрость.

Сейчас это больше сформировавшийся стереотип, в правильность смысла которого слепо верят многие пары. Почему же до сих пор мы настойчиво продолжаем искать доказательство любви именно в проявлениях такого феномена, как ревность? Неужели нет других способов продемонстрировать свои чувства к любимому или любимой?

Ревность – это, прежде всего, недоверие и неуверенность в себе. И ни в коем случае не в своем партнере. Мы сомневаемся в прочности отношений, в своих недостатках, в том – сумели мы оправдать надежды своего любимого или любимой, смогли ли удовлетворить его (её) не только на физическом, но и эмоциональном уровне.

Мы чересчур любим себя, отсюда и все проблемы. Желание сделать человека не просто половинкой, а частной собственностью иногда сказывается на психике «любящего», он становится безоглядно увлеченным жизнью партнера, что зачастую приводит к одержимости. Вина всему – старый-добрый «дядюшка» Эгоизм, который диктует условия любви, в первую очередь, к себе самому.

Почему? Казалось бы, любовь – взаимное чувство, почему же тогда мы зацикливаемся на себе как на объекте желанной любви? Можно подумать, нам надо больше. А по сути так и выходит.

Ревность редко возникает на пустом месте. Причина обычно кроется в том, что внимание любимого человека переключилось на другой объект, будь то новое хобби, работа или симпатичная девушка. В подобной ситуации ревность – это следствие недостатка времени и внимания, которые нам уделяют. Это, скорее, объективный фактор.

Далеко не всегда причины кроются в самих отношениях, иногда прошлый опыт играет

роль более значительную, особенно если он был горьким. Раз обжегшись или же испытав предательство в прошлом, каждый усомнится в верности своего нового партнера. Мы всё чаще будем сравнивать подобные жизненные ситуации, предсказывая последствия, но редко учитывая истинные причины собственных подозрений.

Не стоит поддерживать в себе это чувство, лучше научиться доверять и перебороть свои страхи. Если вы видите, что слишком часто подвергаетесь приступам ревности со стороны своего партнера, то лучше помогите ему справиться с неуверенностью в себе. Но ни в коем случае не провоцируйте, даже если захотелось остроты ощущений. Лучше прыгните с парашютом или примите холодный душ – и успокаивает, и освежает.

Конечно, ревность часто вызывают специально, чтобы проверить, любит или нет. Только способ это рискованный. Подкидывая дров в камин домашнего очага, смотрите, как бы не сжечь сам дом. Стенки этих двух сооружений бывают очень тонкими.

Признаться честно, всегда приятно осознавать что любимый/любимая не находит себе места, расспрашивая о тайном ужине, после которого «внезапная усталость» свалила с ног, о новых друзьях противоположного пола (а, как утверждают наши половинки, «дружбы между мужчиной и женщиной не существует!»), о красивом наряде без повода и т.д. Конечно, без этих будничных встрясок будет не хватать ярких красок и разнообразия. Но всегда нужно знать меру, так как путь к нездоровым отношениям может стать очень коротким.

Известный философ Б. Спиноза как-то назвал ревность сложным аффектом, «состоящим одновременно из любви и ненависти к любимому лицу и зависти к тому, кого он любит». По сути, ревность состоит из смеси чувств. Это и обида, что мною пренебрегают, и боль, что меня предают, и страх, что меня бросят, и стыд, что я оказываюсь недостаточно хорошим.

Но ревность была бы абсолютно безобидным состоянием, если бы не элемент агрессии, связанный с желанием побороть конкурента. Когда это становиться невозможным, её направляют на провокатора, из-за этого возникают скандалы и ссоры.

Ревность – не постоянная спутница любви, но любовь без ревности – как радуга без

дождя. Однако крайне важно помнить, что это искусство причинять больше зла себе, чем другим.

Автор - **Владимир Кравцов**
Источник