

Влюблённость. Куда улетают бабочки в «животе»?

Почему сначала все хорошо, а потом приходит оно.

Разочарование 💔

Как часто на консультациях приходится слышать:
«Он стал другим. Мы постоянно ссоримся. Это совсем не тот человек, в которого я влюбилась. Как он (она) меня теперь бесит».

Разочарование — следующий этап отношений.

Вообще близкие отношения — это путь. И путь неблизкий.
Хотя в начале, когда мы влюблены, кажется, что мы уже в раю.
Это и есть цель. Мы встретили свою вторую половинку.
И так прекрасно будет всегда.

Но это не так. Это пройдёт.
Влюбленность — это еще не близкие отношения.
Хотя очень, очень приятные.
Бабочки в животе. Крылья за спиной.

Как же разбиваются розовые очки?
Почему их нельзя носить вечно?

Даже если вы встретите максимально подходящего вам человека, разочарование всё равно наступит.

Почему так?

Если разбираться с технической точки зрения, то влюбленность — это, ко всему прочему, ещё и гормональный шторм для организма, его измененное, аномальное, состояние.

И оно требует много ресурсов.

Как цветение для деревьев. Яблоня ведь не цветет круглый год.

И в приподнятом настроении постоянно находиться невозможно.

*Жизнь — она всегда синусоида:
День-ночь, зима-лето, вдох-выдох.*

Хорошо, но есть же такие пары, которые живут душа в душу и влюблены в друг в друга, как в медовый месяц?
Есть ведь те, кому хватает мудрости избегать синусоид?

— Нет, нету.

Есть те, которые прошли череду разочарований и новых сближений. И каждый раз выбирали остаться друг с другом.

Хорошая новость заключается в том, что каждое следующее сближение — это качественно новый уровень отношений, интимности, глубины. Это ближе, чем раньше.

А что вы думаете о влюблённости?

С заботой,
Лиана Ланда, семейный психолог, гештальт-терапевт