

Cum știm că suntem îndrăgostiți? Păi, simptomatologia este la îndemâna tuturor, toți am fost, cel puțin o dată îndrăgostiți; adolescența e îmbibată până la refuz de emoție brută.

În primul rând, e necesar să facem deosebirea între a fi îndrăgostit și a iubi, între emoție și sentiment. Emoția este o structură primară, de scurtă durată, de intensitate mare; pe când sentimentul are durabilitate. Sentimentul, implică, pe lângă emoție, și un angajament mutual, nescris, stabil pe axa temporală. Așadar, emoția precede sentimentul. De la îndrăgostire și până la dragoste sunt pași mulți.

Darwin considera că : bucuria, surpriza, tristetea, frica, dezgustul, furia sunt emoții fundamentale. Ulterior, Ehman a completat lista și a adăugat la cele menționate anterior : veselia, disprețul, mandria, nemulțumirea, jena, vinovăția etc.

Dacă e să căutăm originea îndrăgostelii, am putea apela atât la creaționism, cât și la evoluționism. Am putea să-i punem geneza pe seama unor reacții chimice, pe seama îndrăgostelii primare de figura maternă, s-o legăm de complexe Oedip și Electra, sau s-o încadrăm, pur și simplu în etapa de curtare a genului opus, cu scopul împerecherii și al obținerii de urmași.

Îndrăgostitul este un soi de pornire obsesivă, în care impulsurile euforice, de-a dreptul halucino gene, reziliază contractul cu realitatea și deschid porțile noului, ale experiențelor senzoriale. Rațiunea iese din context, la fel și relaționarea cu cei din jur, jobul, școala. Se reprioritizează toate interesele, în funcție de persoana adulată.

Aceasta este pusă brusc pe un pedestal. Nimeni și nimic nu are dreptul să-i știrbească din notorietate. Defectele acesteia sunt minimalizate, ea este scoasă din contextul personal (din familie, din mediul social și cultural, din cel educațional). Apar distorsiuni în perceperea ei : se accentuează toate trăsăturile ei care-ți satisfac ție nevoile. Să fim puțin atenți la acest aspect. Dacă eu am nevoie de intimitate fizică, atunci creierul meu se va concentra pe decodarea metodelor prin care eu aș putea aborda această persoană, pentru ca TOT MIE să-mi fie satisfăcută nevoia de apropiere fizică. Îndrăgostirea, implică astfel, conduite egoiste, la care nici nu ne-am fi gândit. Cu alte cuvinte, nu voi mai fi apt să-i descopăr calitățile interioare, personalitatea, caracterul; ci voi capta mereu informație pe calea simțurilor, a analizatorilor vizuali (îi voi admira fizicul și elementele care îl/o diferențiază de ceilalți), olfactivi (îi voi savura

CÂND EȘTI ÎNDRĂGOSTIT, NU IUBEȘTI ... ÎNCĂ

Written by Administrator

Wednesday, 16 April 2014 02:35 - Last Updated Wednesday, 16 April 2014 01:47

mirosul pielii atunci când o voi pupa la finalul întâlnirii sau când îi voi săruta mâna, aproape că-i voi memora parfumul), gustativi (voi aprecia savoarea unui sărut), kinestezici (voi trăi intens fiecare atingere, fiecare ținere de mână, fiecare contact piele pe piele).

Simțurile se ascut pentru a putea capta cât mai multă informație despre omul de care ne-am îndrăgostit. Acest act, vine la pachet cu un set întreg de manifestări fiziologice:

- · tahicardie, bătăi mai rapide ale inimii, creșterea pulsului
- · roșeață în obraji
- · senzația de gol în stomac sau "fluturi", senzația de "nod în gât"
- · fiori reci pe șira spinării, furnicături, un "bulgăre de căldură" care circulă constant prin corp și crează senzații plăcute de arsură
- · senzația de înmuiere a genunchilor
- · tremur, mișcări dezordonate ale membrelor (bătăi frecvente din picior spre exemplu.)
- · transpirația mâinilor, frământarea excesivă a lor în prezența celuilalt
- · clipit des, "datul ochilor peste cap", dilatarea pupilelor
- · jocul cu șuvițe de păr (învârtite pe deget) și mușcatul buzei de jos - aduse până la rangul de reflexe involuntare
- · insomnii
- · pierderea apetitului (a poftei de mâncare)

CÂND EȘTI ÎNDRĂGOSTIT, NU IUBEȘTI ... ÎNCĂ

Written by Administrator

Wednesday, 16 April 2014 02:35 - Last Updated Wednesday, 16 April 2014 01:47

Aceste manifestări nu se produc doar în prezența stimulului, deci a persoanei de care suntem îndrăgostiți, ci și în absența ei. Rememorarea evenimentelor în doi este însoțită de cele enumerate anterior

Un alt efect imediat al îndrăgostirii este scăderea capacității de concentrare, atenția se îndreaptă, toată, către celălalt. Timpul capătă altă valență, mereu ni se pare prea scurt în prezența persoanei dragi, și mult prea dilatat în absența ei. Se instalează dorul, nevoia acută de prezența fizică a celuilalt. Mai nou, acest dor se ține în frâu prin tot felul de conexiuni bazate pe tehnologia de ultimă generație. Dacă înainte, primirea unei scrisori parfumate, cu cerneala întinsă de lacrimi de dor era un stimul care întreținea îndrăgosteala, azi, un e-mail / sms / telefon / o sesiune pe messenger sau skype sau facebook, mențin focul lăuntric al dragostei.

Pasiunea este o altă caracteristică a omului îndrăgostit. Acesta își canalizează tot ce are mai bun către atragerea persoanei dragi. Uneori face greșeala să sustragă resurse pe care, în mod firesc le utiliza în activități de subzistență. Riscul de a da un randament mai prost la job este mult mai mare în perioada îndrăgostelii. Asta dacă jobul nu are legătură directă cu arta. Un artist îndrăgostit va avea un atu. Se pare că, în această perioadă, crește originalitatea, crește potențialul creativ.

O persoană îndrăgostită lasa garda jos. Pentru că rațiunea e antitetică iubirii. Atunci, se va prezenta în fața celui drag - nud. Dezbrăcat de Sine. Nu luăm în considerare cazul în care cineva place o persoană doar fizic și dorește să-și satisfacă poftele carnale. În acel caz, mulți apelează la camuflaje, măști, schimbarea de identitate, joc de rol; pentru a-și atinge scopul. Clar, nici acesta nu este mânat de rațiune, ci de dorința imperioasă de satisfacere a nevoilor biologice. Din dezechilibre hormonale cumulate cu frustrările adunate din cauza tensiunilor, a nedescărcării energetice; se nasc adevărate pasiuni, obsesii pentru sex.

O altă trăsătură a îndrăgostitului este exagerarea din decodificarea mesajelor primite. Astfel, el va acorda o prea mare importanță unor mesaje simple; acestea devin, brusc, pline de semnificații. Câți dintre noi nu ne-am simțit adevărați Dumnezei, în relaționarea cu omul de care eram îndrăgostiți? Limitele noastre par să se împingă spre extrem. E exact ca atunci când bei prea mult și ai impresia că ești stăpânul lumii, că poți face orice, că nimeni nu-ți poate împiedica planurile.

Identitatea are cel mai mult de suferit în aceasta ecuație. Și și-a ales și un moment prost, exact acela în care ar trebui să se consolideze, în adolescență. Astfel, punctul critic poate fi depășit

CÂND EȘTI ÎNDRĂGOSTIT, NU IUBEȘTI ... ÎNCĂ

Written by Administrator

Wednesday, 16 April 2014 02:35 - Last Updated Wednesday, 16 April 2014 01:47

doar de cei care sunt îndrumați corespunzător de cei cu mai multă experiență de viață - părinți, prieteni mai mari, consilieri, psihologi, de ce nu - preoți.

Și pentru că am adus subiectul în această zonă, aș vrea să vă prezint și un alt punct de vedere al creștinilor de acum câteva sute de ani. Opinii care ar putea fi considerate valabile și azi. Oamenii se schimbă, generațiile apar și se sting, dar dragostea este la fel de vie.

Nu voi dezbate subiectul dragostei, în acest articol. Vă dau câteva repere și vă provoc la o meditație, la o paralelă între a fi îndrăgostit și imaginea iubirii veritabile, prin prisma creștinismului.

VALENȚE ALE IUBIRII, ÎN CARTEA CĂRȚILOR

1. Îndemn la a iubi

"Faceți-mi bucuria deplină și aveți o simțire, o dragoste, un suflet și un gând." ([Filipeni 2:2](#))

"Să veghem unii asupra altora, ca să ne îndemnăm la dragoste și la fapte bune." ([Evrei 10:24](#))

"Cine nu iubește n-a cunoscut pe Dumnezeu; pentru că Dumnezeu este dragoste." ([1Ioan.4:8](#))

2. Caracteristici

"Dragostea este îndelung răbdătoare, este plină de bunătate; dragostea nu pizmuiește; dragostea nu se laudă, nu se umflă de mândrie, nu se poartă necuviincios, nu caută folosul său, nu se mânie, nu se gândește la rău, nu se bucură de nelegiuire, ci se bucură de adevăr, acoperă totul, crede totul, nădăjduiește totul, suferă totul. Dragostea nu va pieri niciodată. " (1Corinteni 13:4-8)

2. Dragostea privită ca boală

"Vă rog fierbinte, fiice ale Ierusalimului, dacă găsiți pe iubitul meu, ce-i veți spune? Că sunt bolnavă de dragoste!" ([Cântări 5:8](#))

3. Intensitatea sentimentului

"Apele cele mari nu pot să stingă dragostea, și râurile n-ar putea s-o înnece." ([Cântări 8:7](#))

4. Proprietate curativă

"Mai presus de toate, să aveți o dragoste fierbinte unii pentru alții, căci dragostea acoperă o sumedenie de păcate." ([1Petru 4:8](#))

5. Incompatibilitatea cu frica

"În dragoste nu este frică; ci dragostea desăvârșită izgonește frica; pentru că frica are cu ea pedeapsa; și cine se teme n-a ajuns desăvârșit în dragoste." ([1Ioan.4:18](#))

6. Consecințele privării de dragoste

"Chiar dacă aș vorbi în limbi omenești și îngerești, și n-aș avea dragoste, sunt o aramă sunătoare sau un chimval zăgănit. Și chiar dacă aș avea darul prorociei și aș cunoaște toate tainele și toată știința; chiar dacă aș avea toată credința, așa încât să mut și munții, și n-aș avea dragoste, nu sunt nimic. Și chiar dacă mi-aș împărți toată averea pentru hrana săracilor, chiar dacă mi-aș da trupul să fie ars, și n-aș avea dragoste, nu-mi folosește la nimic." (1Corinteni

CÂND EȘTI ÎNDRĂGOSTIT, NU IUBEȘTI ... ÎNCĂ

Written by Administrator

Wednesday, 16 April 2014 02:35 - Last Updated Wednesday, 16 April 2014 01:47

13:1-3)

[Psih. Silvia Manolache](#)

<http://psihsilviam.blogspot.ro/>