

۷ کارنیل، بزرگترین شبکه موفقیت ایرانیان می باشد، که افرادی زیادی توانسته اند با آن به موفقیت برسند، فاطمه رتبه ۱۱ کنکور کارشناسی، محمد حسین رتبه ۶۸ کنکور کارشناسی، سپیده رتبه ۳ کنکور ارشد، مریم و همسرش راه اندازی تولیدی مانتو، امیر راه اندازی فروشگاه اینترنتی، کیوان پیوستن به تیم تراکتور سازی تبریز، میلاد پیوستن به تیم صبا، مهسا تحصیل در ایتالیا، و.... این موارد گوشه از افرادی بودند که با کارنیل به موفقیت رسیده اند، شما هم می توانید موفقیت خود را با کارنیل شروع کنید.

برای پیوستن به تیم کارنیلی های موفق روی لینک زیر کلیک کنید.

www.karnil.com

همچنین برای ورود به کانال تلگرام کارنیل روی لینک زیر کلیک کنید.

<https://telegram.me/karnil>

پژوهشی از هلن فیشر – مدت زمان عاشقی چقدر است؟!

اکتبر 13, 2011
بدست [Ali Sahebi](#)

درود

این پژوهش قبلا به فارسی برگردان و در بعضی سایتها و وبلاگها بازنشر شده است. اما به سبب نکات جالبی که در متن آمده است آن را دوباره می خوانیم:

(Helen fisher) ، محقق و انسان شناس دانشگاه روتگر نیوجرسی، یکی از سرشناسترین محققین موضوع عشق در سطح جهان است. از او کتابهای متعددی در این مورد به چاپ رسیده، از جمله «آناتومی عشق» (۱۹۹۲) و «جنس قوی» (۱۹۹۹) که به رل زنان در جامعه می پردازد. کتاب جدید او با عنوان «چرا عاشق می شویم» به موضوع عشق، شکست در عشق، و نقش هورمونها در این مورد می پردازد .

مجله اشپیگل مصاحبه حالی با این پرفسور انجام داده :

مجله شپیگل: خانم فیشر، زنان و مردان با ازدواج ، به یکدیگر قول عشق تا هنگام مرگ می دهند. طبق گفته شما ولی معمولا بعد از ۴ سال این قول به جدایی می انجامد؟

فیشر: بله. من به مدارک جمع شده از ۵۸ کشور نگاه کرده ام، در آنها دیده می شود که نیمی از کسانی که از یکدیگر جدا می شوند، این کار را در طول ۴ سال اول دوران ازدواج خود انجام می دهند و بعد از آن به دنبال پارتنر جدید هستند .

شپیگل: این نیاز به عوض کردن پارتنر از کجاست؟

فیشر: در واقع باید سوال شما بر عکس باشد: « چرا ما اصولا به مدت طولانی با هم می مانیم؟ » ۹۷٪ از جانوران پستاندار چنین تیمهای دو نفری درست نمی کنند. چرا پس انسان؟ این مساله ساده که ما یکدیگر را به عنوان پارتنر پیدا کرده و به هم وفادار هستیم، یک حادثه شگفت انگیز است، و دلیلش این جاذبه غریبیست که آنرا عشق می نامیم.

شپیگل: شما در مورد پدیده عشق تحقیق می کنید، اینکار را چگونه انجام می دهید؟

فیشر: ما تعدادی از زنان و مردانی را که در آنها نشانه های عاشق بودن دیده می شود توسط دستگاه MRI معاینه کرده ایم، تا بفهمیم احساس عشق در کدام قسمت مغز جای دارد .

شپیگل: از کجا می دانید که آیا کسی واقعا عاشق است یا نه؟

فیشر: در این مورد کافیسست که از او بپرسم در طول روز چه مدت به معشوق خود فکر می کند. معمولا جواب حدود ۹۵٪ از وقت روز است، خوب چون عشق همین مسخ شدن خالص است. این تمایل شدید، این جوشش، هسته اصلی عاشق بودن است. عشق بسیار سرسخت و به



ندرت قابل کنترل است و بسیار به سختی می توان به آن پایان داد. به نظر من عشق قویترین میل جهان است، بسیار قویتر از میل به سکس. کسی که از رختخواب شریک جنسی خود رانده می شود، دست به قتل او نمی زند، اما تعداد کسانی که شریک خود را به خاطر رد کردن عشق آنها به قتل رسانده اند زیاد است، به خصوص در مردان .

شپیگل: شما نوشته اید از هر سه زن مقتول در آمریکا یکی از آنها از سوی پارتنر سابق خود به قتل رسیده است. اما تعداد مردان مقتول از سوی شریک سابق آنها تنها ۴٪ است. آیا زنان هنگام شکست در عشق بیشتر دست به خودکشی می زنند؟

فیشر: نه، در مورد خودکشی هم تعداد مردان بیشتر است. سه چهارم کسانی که به خاطر سرخوردگی در عشق خودکشی کرده اند، مردان هستند. زنان معمولا رابطه بهتری با خانواده و دوستان خود دارند و در دوران بحرانی از سوی آنها بهتر پشتیبانی می شوند. بر عکس مردان معمولا وابستگی شدید به رابطه با آن یک شخص خاص دارند که این می تواند نتایج خطرناکی داشته باشد. ولی البته در زنان هم خودکشی از روی عشق دیده می شود.. من از افراد تحت معاینه خود سوال کرده ام که آیا حاضرند برای عشق خود بمیرند یا نه. بسیاری از آنان، به خصوص جوانان در گروه سنی حدود ۲۰ سال، به این سوال پاسخ مثبت دادند، فکر می کنم خود من نیز در آن مقطع زندگی همین پاسخ را می دادم .

شپیگل: در بدن افراد عاشق چه اتفاقی می افتد؟

فیشر: ما به افراد مورد آزمایش خود در حالیکه در دستگاه MRI قرار داشتند، یک بار عکس معشوق خود و یک بار یک عکس غریبه نشان دادیم و عکسهای مغزی آنها را در این دو حالت مقایسه کردیم. به نظر می آید که دو ناحیه در مغز که مسئول احساس عشق هستند را شناسایی کرده ایم. از علائم بارز دیگر، بالا رفتن میزان هورمون دوپامین (Dopamin) و نورآدرنالین (Noradrenalin) و پایین آمدن میزان هورمون سروتونین (Serotonin) در مغز است. انرژی جوشان، تحریکات خوشحال کننده گاهی تا به حد رسیدن به خلسه، عرق کردن زیاد و طپش قلب نتیجه ترشح این سوپ هورمونی است .

شپیگل: هومر (Hommer) هم به این نتیجه رسیده بود که: «و نیروی عشق در آن درون بود که حتی از عاقلان نیز عقلشان را ربود». این همه دیوانگی چه معنایی می دهد؟

فیشر: خود من هم مدتها تصور می کردم که طبیعت در مورد عشق اغراق کرده است. الان ولی فکر می کنم که عاشق شدن برای این به وجود آمده است که توجه ما (برای تولید مثل) متوجه یک پارتنر باشد و وقت و انرژی تلف نشود .

شپیگل: آیا میل جنسی برای این منظور کافی نبود؟

فیشر: نه، میل جنسی به تنهایی توجه ما را به سوی شریکهای متعددی جلب می کند، عاشق بودن باعث تحریک این میل در رابطه با معشوق می شود. میزان بالای ترشح هورمون دوپامین باعث ترشح شدیدتر هورمون جنسی تستسترون هم می شود.. به همین دلیل است که عشاق میل ترک اطاق خواب را ندارند .

شپیگل: علت این شدت احساسات چیست؟ همانطور که خود در کتابتان نوشته اید، موشهای صحرايي فقط برای چند ثانیه جلب یکدیگر می شوند، فیلهها مدت چند روز. حتی در شامپانزه ها





نیز دوان عشق کوتاه است. چطور این احساس در ما تا به این حد پیش میرود که حاضر به مرگ برای دیگری هستیم؟

فیشتر: من تصور می کنم که راه رفتن بر روی دو پا همه چیز را در ما تغییر داد. تا قبل از اینکه نیاکان ما (که احتمالاً شبیه شامپانزه های امروز بوده اند) راه رفتن روی دو پا را بیاموزند، ماده ها فرزندان خود را به پشت حمل می کردند، دستانشان آزاد بود و احتیاج به نرها برای حفاظت و همراهی نداشتند. ولی از حدود ۶ تا ۷ میلیون سال قبل که انسان شروع به راه رفتن به روی دو پا کرد، مشکل آغاز شد: چرا که حالا ماده ها باید فرزندان خود را بغل می گرفتند و من نمی توانم تصور کنم که آنها می توانستند با یک دست فرزندان خود را حمل کنند و با دست دیگر به دنبال آذوقه بگردند و یا از خود دفاع کنند، پس به یک شریک برای بزرگ کردن فرزندان خود احتیاج داشتند.

شپیگل: و مردان؟

فیشتر: برای آنها هم تمرکز به روی یک شریک نفع داشته است. به عهده گرفتن وظیفه محافظت از چند شریک برای آنها هم کار سختی بوده است. بچه هایی که از سوی یک جفت محافظت می شده اند، شانس بهتری برای زنده ماندن پیدا می کردند و از همانجا ارتباطهای سلولهای عصبی برای ایجاد حس عاشق بودن شکل گرفته است.

شپیگل: مدت زمان عاشقی چقدر است؟

فیشتر: طبق تحقیقات ما بین ۱۸ ماه تا سه سال. البته این مدت زمان می تواند طولانی تر هم بشود اگر در برابر رابطه عاشقی موانعی وجود داشته باشند، مثلاً اگر دو نفر در دو کشور مختلف زندگی کنند یا یکی از آنها متاهل باشد. این نیز از خصوصیات سیستم ترشحی دوپامین است: اگر مغز «پاداشی» دریافت نکند، این سیستم خیلی فعالیت بیشتری می شود...

شپیگل: ...و با ترشح بیشتر قابلیت رنجبری را بالا می برد .

فیشتر: بله. البته کار این سیستم به هیچ وجه همیشگی نیست. اگر خوش شانس باشیم، این حس عاشقی تبدیل به دوست داشتن می شود. در آن صورت هورمونهای دیگری کارگردانی را به عهده می گیرند: اوکسیتوسین (Oxytocin) و واسوپرسین (Vasopressin) که باعث حس نزدیکی و رابطه نزدیک هستند و ترشح هورمونهای دوپامین و تستسترون را کم می کنند. و این خوب هم هست. کسی که صاحب فرزندی می شود، نمی تواند تمام شب در اطاق خواب به دنبال معشوق بدود!

شپیگل: ولی برای بسیاری از زوجها دقیقاً همین از دست رفتن رابطه جنسی یک مشکل بزرگ است.

فیشتر: برای همین توصیه من برای رابطه های دراز مدت این است که از داشتن مرتب سکس خود داری نکنند. ما جانوری هستیم که برای این ساخته شده ایم که مرتب با هم آمیزش داشته باشیم. انسانهایی که به صورت قبیله ای زندگی می کنند، اکثراً روزانه با یکدیگر رابطه جنسی دارند. ترشح هورمون تستسترون، باعث بالا رفتن هورمون دوپامین هم می شود که به برقراری رابطه کمک می کند . ولی البته من زوجهایی را می شناسم که بدون این ارتباط نزدیک جنسی هم با یکدیگر زندگی می کنند.. کیفیت داشتن ارتباط نزدیک کمی دست کم گرفته می شود. ما به دنبال عشق رمانتیک هستیم، که میلی ساده و یک جور دیوانگی کور است. احساس رابطه



نزدیک ولی یک حس بسیار رنگارنگ مانند نقشهای یک قالی شرقی است، که پر از احترام، طنز و خاطرات مشترک است .

شپیگل: و با وجود همه اینها این سیستم می تواند خیلی آسان از هم بپاشد.

فیشتر: درست است و قابل توضیح هم هست: این در طبیعت انسان است که تا زمانی با شریک خود همراه باشد که فرزند آنها از آب و گل در آمده باشد. زنهای قبیله ای در جنوب آفریقا هر چهار سال یک بار بچه دار می شوند و هر بار از مردی دیگر. در جامعه مدرن این مساله به شکل بالاتر رفتن میزان طلاق به خصوص در دوران ۴ سال اول شکل پیدا می کند. به نظر می آید طبیعت انسان برای این ساخته شده است که با شریک خود فرزندی داشته باشد، و بعد از مدتی برود. و من فکر می کنم زندگی ما کم کم به زندگی نیاکانمان شبیه تر می شود.

شپیگل: چرا؟

فیشتر: در دوران زندگی قبیله ای، زنان ۸۰٪ آذوقه را تامین می کردند. به این ترتیب آنها قدرت «اقتصادی» داشتند و به همین خاطر وابسته نبودند. امروزه همسر یک رئیس بانک به عنوان مثال، که از خود تحصیلات یا در آمدی ندارد، همسرش را ترک نمی کند چون از نظر اقتصادی قادر به این کار نیست. ولی در بسیاری از جوامع دنیا این موقعیت تغییر می کند، زنان بیشتر صاحب استقلال اقتصادی می شوند و بیشتر توانایی آنها پیدا می کنند که به رابطه های ناخواسته پایان دهند ...

شپیگل: یا بیشتر رابطه های موازی داشته باشند؟ (توضیح خودم: منظور من از رابطه های موازی، همون چیزیه که بهش خیانت در رابطه میگیم. من از این کلمه به خاطر بار اخلاقیش استفاده نمی کنم)

فیشتر: نه، نه الزاما. جالب اینجاست که امروزه نسبت به گذشته کمتر رابطه های موازی دیده می شود ، یکی به خاطر اینکه این امکان بیشتر هست که نوجوانان و جوانان تجربه های متعدد خود را داشته باشند، و یکی دیگر به این دلیل که رابطه ها امروزی هم کوتاه تر شده اند.

شپیگل: آیا این جریان در آینده ادامه پیدا می کند؟ آیا آمار طلاق بالاتر نیز می رود؟

فیشتر: بله، در این مورد شک ندارم. و البته شکلهای جدید با هم زندگی کردن به وجود خواهد آمد. به عنوان مثال یک نوع ازدواجهایی که بعد از مدت زمان خاصی خود به خود لغو می شوند. در آنصورت دو طرف تلاش بیشتری برای حفظ ارتباط خود خواهند کرد. البته انسانها در آینده نیز همچنان ازدواج خواهند کرد-حتی دوباره و سه باره . این به معنای پیروزی امید بر تجربه است. ما همچنان تلاش خود را خواهیم کرد-تقصیر به گردن سیستم عصبی و هورمونی ماست !

شپیگل: آیا ما واقعا اینقدر در برابر عشق بی اراده هستیم؟ تا چه حد آزادی انتخاب پارتنر خود را داریم؟

فیشتر: ما حداقل این توانایی را داریم که از عاشق شدن خود جلو گیری کنیم. تصور کنید شما تازه صاحب فرزندی شده اید، همسر خود را دوست دارید و در عین حال شخصی را در محل کار خود بسیار جذاب می یابید. شما قادر هستید به خود بگویید: «نه، من خوشبخت هستم، این شخص نیز متاهل است، رابطه ما، موفق نخواهد بود». چنین صرف نظر کردنی مشکل، ولی ممکن است. صرف نظر کردن از سکس خیلی ساده تر هم هست. من فکر می کنم ما مرتب با



کسانی برخورد می کنیم که مایل هستیم با آنها رابطه جنسی داشته باشیم، و در آخر تنها دست آنها را می فشاریم.

شپیگل: آیا عشق و دوست داشتن و دوست بودن در کنار هم ممکن است؟

فیشر: قاعدتا بله. قسمتها مختلف مغز که مسئول احساس عشق، رابطه، دوستی و هوس هستند، می توانند موازی هم کار کنند. ما حتی قادریم با کسی زندگی کنیم و در عین حال عاشق شخص دیگری شویم. این توانایی از نظر تئوری تکامل هم قابل توضیح است، چرا که این کار یک استراتژی دوبرابر به حساب می آید: در یک سو رابطه دراز مدت که باعث ثبات اجتماعی می شود، از سوی دیگر پارتنر جدیدی که امکان انتقال ژنها به نسل بعدی را بیشتر می کند. واقعیت این است که حتی در رابطه های موفق نیز، ما شبها در تخت خوابیده ایم و از خود سوال می کنیم که آیا نمی توانستیم انتخاب بهتری داشته باشیم. این یک نیروی تخریب کننده مغز ماست...

شپیگل: و وقتی این نیروی تخریب کننده زمانی باعث جدایی شود، درد آن جدایی تقریبا به همان شدت شادابی زمان عاشق بودن است. آیا این اشخاص را هم تحت نظر داشته اید؟ در مورد آنها چه مشاهداتی داشتید؟

فیشر: در این اشخاص دو حس به شدید ترین شکل خود دیده میشود: خشم و ناامیدی. این دو احساس در دو فاز مختلف به سراغ فرد می آید: بعد از جدایی ابتدا زمان خشم یا اعتراض است، شخص سعی می کند پارتنر خود را دوباره به دست بیاورد. سیستم ترشحی دوپامین، بسیار فعال میشود، چون مغز باز هم «پاداشی» دریافت نمی کند. انرژی که در این زمان صرف می شود بسیار زیاد است. دوباره پارتنر سابق محور همه چیز می شود و حس عشق باز هم قویتر می گردد که حتی ممکن است تبدیل به حس نفرت هم بشود.

شپیگل: ...حس نفرت برای به دست آوردن دوباره پارتنر کمی عجیب به نظر می آید .

فیشر: این آخرین تلاش است. هر چه باشد، اینجا یک نفر دارد بر سر آینده ژنهای خود مبارزه می کند! و در واقع گاهی این روش کارساز نیز هست. گاهی دو نفر دوباره به سوی هم برمی گردند وقتی یکی از آنها دیگری را تحت فشار سخت احساسی، مثلا تهدید به خودکشی قرار می دهد.

شپیگل: ولی سوال این است که ارتباطی که با این روش دوباره برقرار شود تا کی ادامه پیدا کند.

فیشر: درست است. ولی خشم و نفرت می تواند کمکی هم باشد برای اینکه شخص خود را راحتتر از پارتنر خود جدا کرده و به دنبال پارتنر جدید باشد. البته قبل از آن فاز افسردگی شدید سر می رسد. تمام دنیا خاکستری می شود، کسی زنگ نمی زند. و شخص دچار دپرسیون می شود.

شپیگل: چرا طبیعت جدایی را برای ما اینقدر مشکل کرده است؟ آیا بهتر نبود که خیلی راحتتر با نیرو و انرژی دوباره به زندگی بر می گشتیم؟

فیشر: من فکر می کنم که این افسردگی هم فایده های خودش را دارد. کسی که ترک می شود، احتیاج به کمک دارد، چرا که همیاری پارتنر او یکباره از بین رفته است. مسلما کسی که با لبان خندان به سوی دوستان برای کمک خواستن می رود، زیاد قابل باور نیست. افسردگی یک



نشانه خیلی خوب برای اطرافیان است که یک مشکل بزرگ این وسط وجود دارد. در ضمن، یک افسردگی خفیف در این موقعیت می تواند کمک کند که شخص خود و اطراف خود را واقعی تر ببیند.

شپیگل: آیا راههایی وجود دارد که ما عشق از دست رفته خود را راحتتر فراموش کنیم؟

فیشر: بزرگترین توصیه من این است که هر چیزی که ما را به یاد او می اندازد ، از بین ببریم و یا از زندگی خود دور کنیم. نامه ها، عکسها، کارتها ، و البته که هرگز به او تلفن نکنیم ...

شپیگل: پس عشق مانند یک ماده مخدر است؟

فیشر: دقیقا، پس برای ترک اعتیاد باید از آن دوری کرد. نشانه های ترک اعتیاد عشق خیلی شبیه به ترک کوکائین است: خواهش بسیار شدید، مالیخولیا، خستگی، از دست دادن تعادل روحی. البته تفاوتهایی هم وجود دارد. کسی که به کوکائین معتاد است، هر روز همان خواهش روز قبل را احساس می کند، در حالیکه کسی که به عشق خود رسیده باشد، اکثرا بعد از مدتی این خواهش را ندارد که هر روز پارتتر خود را ببیند.

شپیگل: شما برای این مشکل تجویز قرص را نیز پیشنهاد می کنید .

فیشر: وقتی برای مقابله با افسردگی از دارو استفاده می شود، چرا برای مقابله با درد عشق از این روش استفاده نشود؟ البته با اینکار قادر نخواهید بود یک رابطه را نجات دهید، ولی می شود با اینکار مثلا جلوی خودکشی از سر عشق را گرفت. البته من اخطار می دهم که از این داروها به مدت زمان طولانی استفاده نشود، این داروها ترشح دوپامین و سروتونین در مغز را کم می کنند، و این در دراز مدت می تواند باعث شود که شخص میل به پیدا کردن رابطه (جدید) و میل به ارتباط جنسی را از دست بدهد .

شپیگل: برای استفاده از دارو تا کجا می توان پیش رفت؟ مثلا می توان برای کسانی که به دنبال عشق از دست رفته خود تا حد مزاحمت پیش می روند (به اصطلاح: استاکر Stalker) درمان با قرص را تجویز کرد؟

فیشر: چرا که نه؟ اینکه مواد شیمیایی چقدر رفتار ما را تغییر می دهند را هر کسی که یک آبجو هم خورده باشد ، می داند. البته نباید فراموش کرد که در مورد استاکرها، اختلالات رفتاری دیگر نیز به مساله اضافه می شود.. من فکر می کنم که هر کسی دلش می خواهد به دنبال عشق از دست رفته اش برود، ولی اینکار را نمی کند چون یاد گرفته است که نباید این کار را بکند. ولی استاکرها قادر به کنترل این کشش خود نیستند.

شپیگل: داروهایی که میل جنسی را تشدید می کنند ، مدتهاست که ساخته شده اند. آیا زمانی علم قادر به ساختن ماده ای برای ایجاد عشق

و برقراری یا تشدید آن خواهد بود؟

فیشر: فرمهای مخصوصی از LSD باعث میشود که شخص راحتتر عاشق شود. اما در کل من احتمال نمی دهم که چنین دارویی در آینده واقعا ساخته شود. باید پارامترهای مختلفی کنار هم جمع شوند که شخصی عاشق شود: زمان مناسب و تحریکات حسی مختلفی که پاسخ دادن به آنها از دوران کودکی ما شکل گرفته است. البته من فکر می کنم ماده ای ساخته خواهد شد که

میزان ترشح دوپامین و نورآدرنالین را در مغز افزایش دهد و با اینکار آمادگی مغز را برای عاشق شدن بالا ببرد .

شپیگل: آیا ممکن است این آماده سازی مغز بدون دارو نیز انجام گیرد؟

فیشر: بله ، البته. من به تمام جوانانی که دلشان می خواهد عاشق شوند توصیه می کنم: بروید به بیرون، به سوی دنیای بیرون بروید، به دیگران نشان دهید که دنبال عشق هستید، و بازی عشق را بازی کنید. آماده سازی مغز، بر پایه به تحرک در آوردن سیستم ترشحی دوپامین است، وقتی کسی را پیدا می کنید که فکر می کنید می تواند پارتنر شما باشد، بهتر است با او کارهای جدید، مهیج و حتی خطرناک انجام دهید. نزدیکی نیز میزان ترشح دوپامین و تستسترون را بالا می برد، برای همین من همیشه به دانشجویان خود می گویم با کسی به رختخواب نروید که از او خوشتان نمی آید، چون ممکن است عاشقتان بشوید!

شپیگل: آیا حقه های دیگری برای ایجاد عشق به ذهنتان می رسد؟

فیشر: همانطور که Baudelaire گفته است: «ما زنان را هر چه غریبه تر باشند، بیشتر دوست داریم» ، من به زنان توصیه می کنم که کمی مرموز باقی بمانند. و کلا این راه موثری است که علاقه های طرف مقابل را پیشبینی و ارضا کنیم. همانطور که مردان در هیچ زمان دیگری به اندازه چند هفته اول عاشق بودن خود میل به صحبت کردن ندارند، یا زنان هیچ زمان دیگری به اندازه آن زمان با شریک خود فوتبال تماشا نمی کنند!...البته کارسیستم مغزی مردان در این دوران هم با زنان متفاوت است، در مردان قسمتهایی از مغز که مربوط به تحریکات بینایی می شوند بیشتر فعال است .

شپیگل: و این تعجب آور نیست، درست است؟

فیشر: درست است. ولی پیش زمینه تکامل در این مورد جالب است. مردان به زنانی نگاه می کنند که قابلیت زایش داشته باشند (توضیح خودم: در واقع زنان زیبا!) ، و زنان برای اینکه بدانند آیا پارتنر آنها می تواند از پس نگهداری از بچه ها خوب بر بیاید، سعی در شناختن شخصیت او دارند. اینکار به مراتب مشکل تر است و پیش از همه احتیاج به داشتن حافظه ای قوی دارد. برای همین زنان مرتب با دوستان خود از این صحبت می کنند که طرف مقابل چه گفته است، چه رفتاری داشته است و چکار کرده است. در زنان آن قسمت از مغز که مربوط به حفظ خاطرات است بیشتر فعال می شود .

شپیگل: اما خاطرات به تنهایی آتش عشق را روشن نگه نمی دارند.

فیشر: نه، در دراز مدت احتیاج به کار کردن دائمی روی رابطه هست .

شپیگل: توصیه شما در این مورد چیست؟

فیشر: در اصل الان باید می گفتم سالی یک بار از پارتنر خود جدا شوید، رابطه های دیگری را تجربه کنید و بعد سعی کنید دوباره از اول شروع کنید!

شپیگل: این را جدی نمی گوید !

فیشتر: البته که نه. مسلم است که کسی نمی خواهد واقعا اینطور زندگی کند. ولی توصیه من اینست که از اول انتخاب درست انجام دهید، شخصی را انتخاب کنید که برایتان در دراز مدت جالب باشد، به نوع خاص خودش. به طرف پارتنر خود بروید، با او صحبت کنید و به حرفهایش گوش دهید، از او سوال کنید، سعی کنید جذاب باقی بمانید و احتیاجات خود را بیان کنید. البته که با وجود همه اینها تضمینی وجود ندارد. چرا که متاسفانه واقعیت اینست: ما برای این دنیا نیستیم که خوشبخت باشیم، ما در این دنیا هستیم که تولید مثل کنیم .

شیگل: از شما برای این مصاحبه متشکرم .

از مجله شیگل، شماره ۹، فوریه



آیا می‌دونستید لذت مطالعه و درصد یادگیری با کتاب‌های چاپی بیشتره؟
کارنیل (محبوب‌ترین شبکه موفقیت ایران) بهترین کتاب‌های موفقیت فردی
رو برای همه ایرانیان تهیه کرده

از طریق لینک زیر به کتاب‌ها دسترسی خواهید داشت

www.karnil.com

با کارنیل موفقیت سادست، منتظر شما هستیم

 Karnil  Karnil.com

