

АЛЕКСАНДР И ЮЛИЯ СВИЯШ

СОВЕТЫ БРАЧУЮЩИМСЯ,
забракoванным и страстно
желающим забракoваться



**Юлия Викторовна Свияш
Александр Григорьевич Свияш
Советы брачующимся,
забракованным и страстно
желающим забракиться**

предоставлено правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=170004

*Ю. Свияш, А. Свияш «Советы брачующимся, забракованным и страстно желающим забракиться»: АСТ, Астрель; Москва; 2008
ISBN 978-5-17-046532-3, 978-5-271-17931-0*

Аннотация

Любовь, брак, семья, секс – неотъемлемая часть жизни любого человека. Они служат источником радости, вдохновения, счастья. Но и они же могут стать причиной бесконечных страданий. Почему так происходит? Потому что люди не знают тех простых закономерностей, которые управляют нашим поведением, неосознанно относятся к выбору, предъявляют чрезмерные требования к любимому и т.д. Перечень подобных ошибок невелик. Просто люди на пути к своему счастью из раза в раз повторяют их, не задумываясь, почему так получается.

В этой книге, построенной на основе анализа множества реальных ситуаций, вы найдете описания большинства ошибок,

которые совершают люди в сфере личной и семейной жизни, и рекомендации, как их избежать.

Существует много советов и рекомендаций, как встретить любимого человека. Здесь все они сведены в простую и единую систему, которая дает гарантированный результат.

Эта книга – практическое руководство по построению осознанной и счастливой семейной жизни. Она предназначена как тем, кто только мечтает о встрече с любимым человеком, так и тем, чей семейный стаж насчитывает многие годы. Она станет вашим помощником и советчиком на пути к личному и семейному счастью.

Книга построена на основе идей "Разумного пути", изложенных в более ранних изданиях. Эти идеи уже помогли сотням тысяч людей во всем мире улучшить свою жизнь и добиться потрясающих результатов в работе, бизнесе, отношениях с окружающими, материальном благополучии, здоровье и других важных областях. Эти люди уже достигли желаемого. Теперь настала ваша очередь. Вы имеете полное право быть счастливым! Так станьте им! А мы подскажем, как это сделать быстрее и легче.

Содержание

Введение	5
Глава 1 Размышления для тех, у кого все впереди	16
Зачем люди брачуются?	18
Почему любовь зла?	46
Конец ознакомительного фрагмента.	53

Юлия Свияш, Александр Свияш Советы брачующимся, забракованным и страстно желающим забракиться

Введение

*Когда читаете мои мудрые мысли, старайтесь
избавиться от своих – глупых.*

К. Цивилёв

Учитывая бешеный темп современной жизни, вы, уважаемый читатель, хотите как можно быстрее получить ответ на вопрос:

Для кого эта книга и зачем она нужна?

Ответим сразу на первую часть вопроса.

Эта книга для тех, кому небезразлична личная жизнь.

Простите за каламбур.

Ответим на вторую часть вопроса: зачем она нужна?

Если ваша личная жизнь является поводом для:

*душевных страданий (периодических или хронических);
сомнений, терзаний, страхов;
печальных размышлений;
постоянной неудовлетворенности;
неоднократных разочарований;
неприятных воспоминаний;
отчаянных попыток с полным фиаско...*

...в этом случае наша книга станет для вас путеводителем
в такую личную жизнь, которая будет поводом для:
*радостных и волнующих моментов;
интересных открытий;
изменения отношений с партнером (или с противополож-
ным полом);
раскрепощенности в общении;
лучшего понимания друг друга;
нахождения общего языка;
совместного творчества и других желанных изменений.*

Ваша личная жизнь сегодня может быть в разных состоя-
ниях. Например, в таких:
*состояние полного отсутствия;
на личном фронте бывают периодические «всплески», ко-
торые ничем не оканчиваются;
личная жизнь бьет ключом и подает далеко идущие на-
дежды;*

ваша личная жизнь состоялась, но так, что лучше бы ее не было.

Соответственно, все эти состояния отражены в названии нашей книги.

Брачующиеся – это те счастливцы, кто уже нашел друга (или им так кажется), и теперь они стремятся перевести свои отношения в долгосрочные.

Забракованные – это те, кто уже получил свою порцию семейной жизни и теперь находится в мучительных раздумьях, что с этим делать.

Мечтающие забракнуться – это одинокие мужчины и женщины, находящиеся в состоянии поиска (активного или пассивного) и порой испытывающие душевные страдания из-за отсутствия любимого человека, желающие его отыскать и вступить с ним в брак. Хотим сразу сказать, что слово **брак** у нас не означает исключительно законный, заверенный государством и церковью союз. Это может быть и незарегистрированный брак, то есть просто совместное проживание, без получения «государственной лицензии».

Понятно, что большинство браков заключается в юном возрасте, когда кровь кипит, желания захлестывают разум и кажется, что весь мир лежит у ваших ног. Разве в таком состоянии хоть кого-то интересуют занудные поучения психологов? Конечно нет. Они будут востребованы потом, лет че-

рез пять-десять-двадцать, когда набитые на жизненном пути шишки начнут сильно болеть. И тогда возникнет мысль: «Ну почему же я в свое время не послушал умных людей, не учел чужой опыт? Почему меня не научили тем правилам, по которым должны жить люди? Почему я должен был добывать эти знания сам?»»

Так что попытка помочь молодым не совершать ошибок своих родителей сродни попытке продать полушубок людям, парящимся в сауне.

Но тем не менее браки заключаются не только в юности, но и на протяжении всей последующей жизни, так что наши советы могут быть полезны людям самого разного возраста.

Есть еще люди, у которых все хорошо с личной или семейной жизнью, и им не нужны никакие советы. Им, значит, очень повезло. Или они вовсе не интересуются любовными отношениями. То есть это люди либо вполне счастливые, либо больные, либо слишком молодые или слишком старые для подобных развлечений, либо увлеченные другими сферами жизни. Такие бывают, и эта книга не для них.

• Откуда дровишки?

Откуда взялся материал этой книги? Из огромной практики консультирования по вопросам личной и семейной жизни. Оказывается, множество людей повторяют одни и те же ошибки, не делая из них никаких выводов, то есть наступа-

ют на одни и те же грабли по много раз. Понятно, что они имеют на это полное право.

Но с другой стороны, человечество наработало огромный объем знаний о способах, как избежать этих ошибок. Но эти практические знания о закономерностях Жизни не преподаются ни в детском саду, ни в школе, ни в институтах, поэтому каждый человек вынужден добывать их почти заново, набивая шишки.

Вместо этих практических знаний наши головы забиваются с юности информацией типа исторических дат, тригонометрии, высшей математики и другими совершенно бесполезными для реальной жизни сведениями.

В итоге, столкнувшись с непониманием происходящего вокруг, каждый человек пытается, как может, устроить свою личную жизнь. У некоторых счастливицков это получается, остальные слепо мечутся по жизни, пытаясь достигнуть того неведомого счастья, о котором столь красиво и восторженно пишут поэты и писатели (обычно сами испытывающие огромные сложности в личной жизни).

Здесь мы расскажем о тех несложных закономерностях, которые влияют на жизнь любого человека и которые нужно учитывать на пути к личному счастью. Конечно, вы можете их проигнорировать и идти своим путем, набивая новые шишки и наработывая свой личный опыт. Есть же люди, которым нравится испытывать боль. Кажется, они называются мазохисты. Не принадлежите ли и вы к их славному племе-

ни? Если нет, то эта книга – для вас.

• Сказки не будет!

Поскольку тема нашей книги весьма и весьма душещипательная, хотим сразу осведомить вас кое о чем.

В такой области, как любовь, семья и личная жизнь, человек больше всего любит сказки. Он ждет, когда кто-нибудь расскажет ему красивую историю о том, что есть все-таки на земле Вечная Любовь. Что ходит где-то по свету ваша половинка, единственная и неповторимая, предназначенная Провидением исключительно для вас. Вам же нужно только найти ее. И настанет вам счастье.

Человеку хочется верить, что все его проблемы проистекают от незнания какого-то великого секрета, откровения. Стоит лишь узнать его, и жизнь преобразится.

Так вот, уважаемые читатели. Сказки не будет. Почему? Не потому что мы не умеем их сочинять. Совсем по другой причине.

Жажда «волшебного секрета», откровения, волшебной палочки, сказки возникает у человека оттого, что он ищет легких путей. Он ждет, что кто-то (или что-то) оградит его от суровой реальности и защитит его (от кого, спрашивается: от самого себя?). Это все проистекает из одного источника: из-за неверия в собственные силы, неверия в возможность самому что-то изменить. Ведь гораздо легче всю жизнь ве-

ритель в сказку (в половинку, в судьбу и т. д.), чем начать действовать самому. И тогда ваша неудовлетворенность реальностью будет носить оттенок благородного страдания. «Она верила в Большую Любовь, но Судьба была жестока к ней!» Красиво звучит!

Поэтому люди подсознательно, инстинктивно тянутся к личностям, которые говорят, что обладают великим знанием (даром, информацией из Космоса, откровением и т. д.). Человеку, не верящему в свои силы, нужен поводырь, вожак, кумир. Вот примерные (и не всегда осознаваемые) мысли такого человека: *«Я слаб, немощен, обижен жизнью, а ты мудрый, могучий, ты все знаешь. Ты явишь чудо или по крайней мере объяснишь мне, за что я так страдаю. И тогда мне будет легче терпеть, ибо я узнаю, во имя чего».*

Так вот, уважаемые читатели. Ничего подобного в этой книге не будет. Душещипательную тему мы разложим по полочкам и будем препарировать. У вас не будет другого вожака и поводыря, кроме вас самих. Нет никого, кто отвечал бы за вашу жизнь, кроме вас. И сказку вы можете сотворить только своими руками (хотя так думать непривычно).

Если это вас не устроит – читайте романтические опусы и пребывайте там, где вы находитесь. Зато у вас будет красивая сказка. Правда, не в вашей жизни, но это не важно. Главное, что вам не надо ничего делать.

Поэтому мы заранее приносим извинения тем востор-

женным и романтическим читателям, которые могут испытать душевный дискомфорт, читая рассуждения, например, о внутренних механизмах любви и отношений. Авторы – не циники, мы всего лишь выступаем как исследователи, которые вскрывают внутренние механизмы тех сторон нашей жизни, которые мы привыкли украшать бантиками и обрамлять в красивые слова. А потом страдать от того, что действительность не совпала с этими грезами. Если вы будете сильно нервничать и сердиться, то лучше не читайте, берегите свои нервные клетки. Эта книга предназначена людям, которые еще сохранили способность рассуждать здраво. Мы не будем льстить вам и поощрять ваши грезы. Мы покажем Жизнь, какая она есть в реальности.

• Почему мы обращаемся в первую очередь к женщинам?

Читателю может показаться, что авторы видят корни всех проблем в женщинах, в их несовершенствах и вредном характере. И поэтому адресуют свои советы только им. Хотим сразу сказать, что это не так (впрочем, если вы подумаете, что это все равно так, думайте на здоровье).

Дело в том, что с проблемами личной жизни к консультантам и психотерапевтам обращаются в основном женщины. На семейную жизнь жалуются тоже в основном женщины. А, как известно, кто жалуется, тот и болен, тому и надо

помогать. Если бы мужчины страдали в той же степени, они обращались бы за помощью. Но поскольку мужчины в основном молчат (хотя это не значит, что им совсем хорошо), разговаривать будем с теми, кто готов поддержать разговор.

Поэтому и примеры будут приводиться преимущественно из жизни женщин.

Но это вовсе не значит, что мужчинам эти советы не нужны или не годятся. ВСЕ изложенное в этой книге относится в равной степени как к мужчинам, так и к женщинам (к юношам и девушкам тоже). А если где-то встречаются различия, так мы будем упоминать об этом прямо в тексте.

• **Здесь использованы идеи разумной жизни**

Эта книга не является очередным набором рекомендаций психологов, вытекающих из рассмотрения конкретных случаев. Мы пробуем копать глубже – мы хотим дать вам инструменты, которые вы сами примените в своей жизни.

Эта методика получала название «методики Разумной (осознанной) жизни», и она описана в других книгах [1-11]. Там подробно рассмотрено, каким образом люди могут создавать себе проблемы в любой сфере жизни и как от них можно самостоятельно избавиться, то есть перейти в состояние внутренней гармонии и добиться успеха на пути к желанным целям.

Здесь мы рассмотрим, каким образом эта методика может

быть применена к такой важной части нашей жизни, как любовь и семья. То есть здесь мы расскажем о тех моментах методики, без которых невозможно обойтись при изложении материала, не вдаваясь в ее подробности. Если вас интересует, как можно с помощью предлагаемого подхода найти себе работу, восстановить бизнес или здоровье, отношения с детьми, родителями и сотрудниками и т. д., рекомендуем обратиться к этим книгам.

В настоящей же книге вы встретите рекомендации, которые позволят вам использовать те возможности, которые заложены в вас от рождения. Если вы думаете, что их у вас нет, вы ошибаетесь. Они есть в каждом человеке. Просто мало кто умеет ими пользоваться с пользой для себя. Если же люди сами себе создают неприятности, то это бывает не со зла или по глупости, а просто от незнания тех правил, которые влияют на нашу жизнь.

Если же вы перестанете нарушать эти правила, то в вашей жизни начнут происходить чудеса. Ваши желания станут исполняться самым чудесным образом, то есть вы станете домашним волшебником.

Кто будет исполнять ваши желания? Это будете вы сами в своем высшем проявлении. Мы же будем называть этого «исполнителя» просто Жизнь с большой буквы. А вы можете сами придумать, кто именно стоит за этим словом – в соответствии с вашим мировоззрением.

Вот, собственно, и все. Желаем вам получить настоящее

удовольствие и извлечь реальную пользу из того, что вы здесь прочтете.

На этой оптимистической ноте мы заканчиваем введение в нашу книгу и отважившихся ее прочесть приглашаем с собой.

Глава 1 Размышления для тех, у кого все впереди

Эта книга разделена на две части. В первой части мы хотим поговорить с теми, кто только еще собирается в загс (под венец). Причем независимо от того, являетесь ли вы счастливым обладателем партнера для построения семейной жизни или только испытываете страстное желание обрести его. Здесь мы хотим рассказать о том, что может ожидать вас на этом пути.

Вторая часть книги предназначена для тех, кто создал семью и еще пребывает в счастливой эйфории (или уже не пребывает). Эйфория – это чувство. Хорошее чувство. Но чувства – вещь крайне переменчивая. Это не мы придумали. Такова жизнь.

И если вы только что вступили в брак, то, видимо, рассчитываете на долгую и счастливую совместную жизнь. Здесь мы тоже дадим некоторые рекомендации, которые позволят вашим надеждам быть более основательными.

Но это будет потом, а сейчас давайте поговорим о том, зачем люди вообще вступают в брак. На первый взгляд этот вопрос кажется странным. И все же... Поступок-то серьезный. А любой серьезный поступок должен быть осознанным. Чего у основной массы брачующихся не наблюдается даже в

отдалении.

Зачем люди брачуются?

Замуж, как в магазин, хоть один раз, но сходить надо.

Женская аксиома

Действительно, зачем люди вступают в брак? Является ли этот процесс естественным и необходимым или это очередной миф, внушенный нам неизвестно кем и непонятно зачем? А все мы его старательно воплощаем в жизнь. Понятно, что у каждого человека существует свое мнение по этому вопросу, но все мнения, наверное, можно разделить на несколько типичных групп. Мы это сделаем, но чуть позже, а сейчас давайте ответим на простой вопрос.

● Простой вопрос

А вопрос следующий: что будет сделано с предприятием, если более половины выпускаемой им продукции уходит в отходы, то есть в брак? Наверное, у вас уже готов ответ: такое предприятие обанкротится и его закроют. Видимо, им неправильно управляют или оно неправильно устроено, поскольку выпускает некачественную продукцию.

Наверное, в большинстве случаев так и бывает, но не всегда. Наша система бракосочетаний выпускает «продукцию»:

семейные пары. Больше половины из них затем расходится. Да и те, кто не развелся, очень редко ведут такую семейную жизнь, которая бы их полностью устраивала и служила объектом зависти для других. Ну а уж тех, кто хоть раз раскаивался бы в сделанном выборе, вообще единицы. Просто посмотрите: много ли наберется в вашем окружении пар, которые уже не один год живут вместе в полной гармонии под всеобщее ликование ближних? Посмотрите на ваших родителей, соседей, коллег, друзей. Вы таких знаете? Похоже, их пора заносить в Красную книгу.

Умная мысль

Единственная причина продолжительности браков – свойственное человеку нежелание признавать совершенный когда-то просчет.

Сардоникус

Значит, сам институт семьи и брака имеет в своей основе какие-то дефекты, которые приводят к выпуску такого количества бракованной (то есть некачественной) продукции.

Но скорее всего, институт брака тут ни при чем. Ведь загс только дает людям возможность узаконить свои отношения (интересно звучит: «узаконить отношения»), если они этого хотят. На этом кончается его ответственность. Далее штурвал управления переходит в руки молодоженов. И тут начинается самое интересное...

Но, невзирая ни на что, миллионы людей вновь и вновь стремятся создать семейную пару. Для некоторых людей «се-

мейное гнездо» является единственной мечтой, которая, как им видится, должна принести неземное счастье.

Какие же мотивы движут людьми на этом пути?

• **Счастье с любимым человеком**

Почти каждый вступающий в брак человек декларирует одну цель: *«Я хочу жить вместе с любимым и близким мне человеком, с которым мне хорошо, который меня любит и понимает».*

И действительно, на этапе создания семьи большинство пар (за редким исключением) испытывает именно такие чувства. А чувства – вещь переменчивая. Как погода. И это реальность. (Предвидим благородное возмущение некоторых читателей. Конечно, вы – исключение. У вас все по-другому.)

На самом же деле, кроме любви (или влюбленности) существует еще много причин, чтобы вступить в брак. Но поскольку любовь заслоняет собой все, на первом этапе они даже не осознаются. А начинают осознаваться потом.

И тогда один из супругов (или оба) начинает руководствоваться совсем другими (более глубинными) целями, которые несколько расходятся с заявленными выше. Именно поэтому прочными и долговечными семейными парами являются те, где супруги действительно хотят жить с близким по духу и любимым человеком, получать от этого удовольствие и где

они готовы уступить и простить любимому человеку некоторые его недостатки. Но таких пар, как показывает жизнь, всего 3–5% из всех брачующихся. Все остальные либо расходятся, либо сосуществуют вместе в силу обстоятельств, которые не позволяют им разойтись (маленькие дети, отсутствие денег или свободного жилья и т. д.). Но, даже получив негативный опыт совместной жизни, многие люди вновь и вновь хотят вступить в брак. Особенно сильно эта тяга проявляется у женщин – более половины всех обращений к психологам так или иначе связано с вопросом замужества или устройства личной жизни. Вот типичный пример такого обращения.

«Уважаемый Александр Григорьевич! Ваши книги читаю уже давно, многое получается. Спасибо. В чем-то преуспела. Но есть одна проблема, которая, видимо, слишком сложна для меня, чтобы решить ее самостоятельно. Дело в том, что я уже 10 лет одна (все это время работаю над собой, и кажется, решение проблемы слишком затянулось). Мне 37 лет. Два раза была замужем, но это было так давно, что уже успела забыть – как это. У меня две дочери, вместе нам очень хорошо и комфортно. Меня беспокоит то, что я одна. Мне очень не хватает близкого человека. Но в то же время я, видимо, боюсь разрушить тот мир в нашей семье, который создан. Я вижу интерес к себе со стороны мужчин. Мне нужен мужчина. Пытаюсь понять – ДЛЯ ЧЕГО?»

Для душевного комфорта, для сотрудничества, для секса. Хочется любить и быть любимой. Кажется, все просто. Но вот не просто. Панический страх каких бы то ни было отношений. За эти 10 лет было много мужчин, и ни одного более 2–3 месяцев, причем отношения рву сама, любые привязки меня тяготят и пугают. Иногда кажется, что надо просто найти постоянного любовника и успокоиться. Но и это не получается. Даже такие, казалось бы, ни к чему не обязывающие отношения меня тяготят. Отсутствие любимого человека тяготит еще больше...»

Как видим, автор письма сама пробует провести анализ того, зачем ей нужен мужчина. Понятно, что за годы одинокой жизни у нее уже выработалось ощущение своей полной независимости, и она панически боится попасть под чье-то влияние, но тем не менее бессознательно стремится выйти замуж. Но далеко не все женщины (или мужчины) в стремлении к браку задумываются о своих истинных желаниях.

Тем не менее любовь в явном, классическом виде далеко не всегда присутствует даже на стадии замужества или женитьбы. Или она принимает самые причудливые формы. Например, такие.

«...Меня любят трое, теперь я понимаю, что во многом сама виновата (надо было просто не допускать троих сразу в свою жизнь, но теперь уже поздно каяться, теперь я пытаюсь найти выход). Все трое мне нравятся, и я не знаю, на каком остановиться, кого

выбрать. Выберешь одного, значит, другим сделаешь больно, хотя я никому из них надежды на совместную жизнь не даю. Я всегда спрашиваю себя: уж не „посланы“ ли они мне, чтобы я научилась быть твердой и принимать решения? Но именно это решение труднее всего и найти. Я уже им желала да и говорила, чтобы они нашли с другой свое счастье, но они хотят оставаться мне верными и о других даже не помышляют...»

Что, здесь тоже любовь? Но уже сразу к троице мужчинам? Ведь автор этого письма готова выбрать любого из троих, лишь бы они не заставляли ее делать мучительный для нее выбор. Будет ли подобный выбор, если она его все же сделает, выбором по любви? Скорее всего, нет, со всеми вытекающими последствиями.

Поэтому можно смело утверждать, что пламенная любовь к одному любимому (одной любимой) – далеко не единственный мотив выхода замуж (или женитьбы). Какие же еще мотивы могут лежать в основе такого поступка, обычно имеющего очень долговременные последствия? Давайте рассмотрим их по порядку. А вы, уважаемый читатель, попытайтесь понять, что из этих рассуждений относится к вашей жизни, независимо от того, находитесь вы сейчас в браке или нет. Ничто не вечно под Луной. Итак, первая, и самая распространенная в прежние времена, причина вступления в брак – это удобство совместного выживания.

• В м есте легче жить

Как все мы помним из школьного курса истории Древнего мира, первобытные мужчина и женщина стали жить вместе потому, что так было удобнее выживать в мире, полном опасностей и лишений. Мужчина брал на себя функцию защиты и добычи пищи, женщина занималась домашним хозяйством и воспитывала детей, которые обычно возникали в результате такого разделения труда. Можно ли сказать, что в основе создания семейных пар лежала только любовь? Конечно нет, поскольку выбор был ограничен свободными обитателями своего племени или рода, имеющими равное положение в обществе. Стерпится – слюбится, говорили люди, и действительно, само по себе совместное проживание часто приводит к тому, что мы называем любовью. Это имело место и тысячи лет назад, имеет место и сегодня. В литературе много раз описаны случаи, когда в силу каких-то обстоятельств совершенно незнакомые друг другу мужчина и женщина вынуждены были проводить определенное время вместе, и в итоге у них возникала любовь. Да и в нашей жизни, где чаще всего возникают влюбленности? На работе или в компаниях, то есть там, где люди проводят вместе большую часть своего времени.

Совместное проживание с целью решения материальных проблем (получение жилплощади, финансовой поддержки и

т. д.) и сегодня – один из самых важных мотивов, по которым люди вступают в брак. Это называется «брак по расчету», и хотя принято скрывать этот мотив, важно самому осознать, что именно он явился основным при выборе «любимого» (или «любимой»), и не впадать в переживания по поводу того, что у вас нет страстной любви. Вы просто не учли ее при своих расчетах.

«Брак по расчету» – это ни хорошо ни плохо. Важно то, что вы из него сумеете сделать. Многие люди вполне довольны таким браком, многие несчастливы. Так что все зависит от вас.

Многие люди очень подвержены внешним влияниям – они верят тому, что говорят им окружающие. А если вы поверили кому-то, то у вас в подсознании сформировалась программа, которую вы затем начинаете отрабатывать. Такие программы могут влиять на ваше здоровье и поведение, в том числе на процесс замужества. Приведем пример из письма.

«...Когда я познакомилась со своим будущим мужем, я ужаснулась, что мне придется за него выйти замуж (мне его предсказал астролог за два года до знакомства). Во время встреч с ним мы все время ругались, но я с ним всегда мирилась первая, даже если считала, что он виноват. Решение расстаться с ним я все время откладывала до следующего праздника (скорее всего, чтобы не сделать больно ему). Вскоре я

забеременела, и мы поженились...»

Как видите, автор письма прекрасно понимала, какая семейная жизнь ждет ее впереди, но не сделала ни одного шага, чтобы избежать этого. Одна из причин этого – внешняя программа со стороны астролога. Он давно забыл о своем предсказании, а мнительная девушка вынуждена его исполнять.

Конечно, вы имеете полное право поступить и так, но зачем тогда потом жаловаться на свою судьбу? Это был ваш выбор (правда, неосознанный), и теперь вы пожинаете его плоды.

Ей стыдно быть одной, когда ей уже – какой ужас! – двадцать три года. Или двадцать пять. Или тридцать, что совсем ужасно. Каждый год прибавляет спешки. Ее очень тревожит то, что скажут о ней люди. Ей невыносимо видеть их сочувственные взгляды, слышать ободряющие слова. Ей кажется, что все поведение окружающих свидетельствует о том, что она – неудачница, бедняжка, у нее не сложилась жизнь, и ее очень раздражает это.

И она решает: «Я – не неудачница!», делает стремительный рывок и выходит замуж. Все равно за кого, лишь бы уесть всех этих лицемеров и не давать им повода для пересудов. В итоге получается, что она жертвует своей жизнью лишь затем, чтобы соответствовать общественному мнению, не давать окружающим повода для разговоров и сочувствия. Ведь когда она выходит замуж любой ценой, у нее не остается времени и возможностей для выбора. Она хватается пер-

вого попавшегося под руку мужчине (даже если она не нашла в нем ничего хорошего). Естественно, трудно ожидать хорошей и счастливой семейной жизни при таком браке. Она сделала свой странный выбор и теперь пожинает его плоды.

Анекдот в тему

Мать разговаривает с дочерью:

– Вот выйдешь замуж, дочка, тогда поймешь, что такое счастье!

– Да?

– Да, но будет уже поздно!

Этот вариант брака подходит под ранее рассмотренную категорию «внешние программы», но особенностью данного случая является то, что нет конкретного человека (гадалки, ясновидящего, астролога и т. д.), который внушил вам какую-то программу. А просто есть устоявшееся общественное мнение о том, что человек после 25–30 лет обязательно должен жить в семье. А если у него так не получается, то это человек несчастный, который достоин сочувствия и сожаления. Хотя такое отношение может совершенно не соответствовать реальным обстоятельствам его жизни – у него могут быть друзья, увлечения, деньги, секс, прекрасная работа и т. д. Но, невзирая на все это, люди будут смотреть на него и сочувственно кивать головой: вот ведь жизнь не сложилась у человека! Хотя у них самих она может в браке так сложиться, что впору бежать от нее хоть на край земли. Но главное – «чтоб было»!

Сегодня этот стандарт звучит так: *«Иметь семью – это показатель успешности, социальной реализованности, семья снова в моде, семья – часть полноценной, здоровой жизни нормального человека»*. Звучит это красиво, как рекламный слоган. И, как многие рекламные слоганы, заставляет человека чувствовать свою неполноценность, пока рекламируемый товар не приобретен.

Наверное, в эту же категорию относятся браки «по залету», когда влюбленные (или просто юноша и девушка, обоюдно интересующиеся сексом) не соблюли мер предосторожности и неожиданно (!) наступила беременность. И хотя любви здесь может и не быть, мужчина, как «порядочный человек», должен жениться на забеременевшей от него особе. Довольно часто это происходит против его воли, и результат совместной жизни будет соответствующий.

Вот еще один вариант:

– Мама и папа, мы с Борисом попробуем пожить вместе...

– Никаких гражданских браков! Ишь, чего выдумали! Нечего блуд разводить! В загс!

Знакомо? Конечно, этот вариант создания семьи все больше уходит в прошлое, но он еще далеко не изжил себя.

Весьма часто можно встретить программу, которую закладывают родители своим дочерям: «Первый мужчина должен стать единственным на всю жизнь». И хотя в основном дочери успешно игнорируют эту заповедь, прецеденты все же

случались и случаются до сих пор.

По-иному преувеличение значения общественного мнения может проявиться у мужчин, особенно обеспеченных. Желание любой ценой соответствовать общественному мнению приводит к тому, что они выбирают себе жену, как породистую лошадь – по статьям. Не имеет значение, есть ли у нее ум, какое у нее образование, характер, пристрастия, увлечения – она должна выглядеть так, чтобы ее не стыдно было показать важным людям. Но красивая внешность не всегда сочетается с большим умом и покладистым характером, и ему нередко приходится потом жалеть о выборе, сделанном лишь в угоду общественному мнению и своему тщеславию.

Нужно сказать, что общество иногда буквально навязывает людям, с кем им можно и с кем нельзя вступать в брак. Вспомним всем известный шлягер: «Все могут короли... жениться по любви не может ни один, ни один король». И такие ограничения в выборе партнера по браку имеют не только короли, но и множество других людей. Например, общество (семья, родственники, знакомые, религиозные деятели и т. д.) может требовать от вас, чтобы брак заключался только с партнером из своего сословия, статуса (дворяне с дворянами, крестьяне с крестьянами и т. д.), своей национальности, своей религии и т. д. Понятно, что в условиях таких ограничений не приходится говорить о совершенно свободном браке двух любящих друг друга людей – здесь хоть с кем-нибудь вступить бы в брак. То есть люди жертвуют своим

потенциальным счастьем в угоду общественному мнению.

● Подчинение чужой воле

«И тогда мама сказала: вот жених для тебя хороший. Выходи за него».

Вы думаете, это цитата из книги позапрошлого века? Ничего подобного, и сегодня такая практика встречается. Авторитарные родители, воспитав инфантильную дочь, которая до пенсии будет беспомощной девочкой, а иногда, просто забываясь о «счастье дочери», сами выдают ее замуж за приглянувшегося им жениха. Довольно часто ничего хорошего из этого не получается – вот пример из письма, где приводится подобная ситуация.

«... Через четыре года – новое замужество. Теперь понимаю, что не хотела этого. Пошла на поводу у мамы: „Такой парень! Он тебя любит“. А я?... Глупо, конечно. Но тогда казалось естественно. Пусть лучше он меня любит, а я всегда сумею быть благодарной. Но в результате он забывает меня взять в загс. Просто приехал за мной, вышел с гостями, а я осталась в квартире с родителями. Первое желание было – закрыть дверь и никуда не идти. Но... Гости, все готово. Осадок остался, хотя никогда никому не рассказала об этом. Обернула в шутку. Начали жить...»

Подобные браки существуют долго в том случае, когда оба супруга очень заняты – жена воспитывает множество детей, муж с утра до вечера занят на работе, чтобы их прокормить. У них просто нет времени и сил на то, чтобы разобраться в своих чувствах и желаниях. Понятно, что о сильной или еще какой-то любви тут говорить не приходится, это просто способ совместного выживания.

Но мы описали крайний случай, когда родители оказывают прямое влияние на выбор ребенком супруга. Гораздо чаще родители оказывают косвенное воздействие. Вам знакома ситуация, когда мама или папа запрещают встречаться с «неподходящим» женихом (невестой) или поощряют отношения с «подходящим»? Как говорится, сплошь и рядом.

«Я просто не могу найти парня, который нравился бы моим родителям, – жалуется Алина Т. – Не то чтобы они мне запрещают встречаться, но просто создают такие условия, когда отношения становятся «подпольными»: в дом не приводит, по телефону долго не говори, замуж за него – через наш труп и т. д. Ну кто это выдержит?»

• И пучина страсти поглотила их...

«Почему я вышла замуж за Андрея? – рассуждает Ирина С. – У нас был такой яркий секс... До него ни с кем из мужчин у меня ничего подобного не было».

Ну чем не повод для замужества? Кстати, многие мужчины и женщины соглашаются, что одна из причин создания семьи – возможность иметь устраивающего их постоянного сексуального партнера. В этом нет ничего плохого. Когда людей объединяет секс, это все же лучше, чем когда их совсем ничего не объединяет.

Просто нужно отдавать себе отчет в двух моментах. Первое: что у вас останется, если вдруг секс как объединяющее начало отойдет на второй план (или, не дай бог, вообще отойдет?). И второе: любой, даже самый яркий секс имеет свойство блекнуть со временем. И для того чтобы он продолжал фонтанировать, потребуются усилия, не исключено, что обоюдные.

Вот и все. Продолжайте наслаждаться.

• Жалость к хорошему человеку

«Теперь я понимаю, что Женя меня „измором“ взял. Он был давно влюблен в меня. Смотрел восхищенными глазами. И потом, мы уже так долго встречались... Однажды я попыталась „дувитьнуть“, но он даже заболел. Сказал, что без меня жить ему незачем. Он даже не просил моей любви. Мне достаточно было просто быть рядом. Я долго думала, сомневалась... А потом решила: ну кто еще будет меня так любить? Он же пылинки с меня сдувал... Он и сейчас хоро-

ший, но меня все в нем раздражает. Как он ходит, как он ест, как он говорит...»

Вот и еще одна причина, по которой люди иногда вступают в брак. Жалость. Сострадание. Милосердие к ближнему. Хорошему, влюбленному, несчастному. Вам нестерпимо быть источником страданий для другого, лучше страдать самому.

Что происходит при наличии такого внутреннего убеждения? Понятно, что ничего хорошего. Вас любит кто-то, а вы не испытываете к нему никаких взаимных чувств. Но этот влюбленный в вас человек очень хочет быть вместе и сильно страдает от того, что вы обращаете на него мало внимания. Возможно даже, что он делает попытки что-то сделать с собой, лишь бы добиться вашего внимания. Вы полны к нему жалости, сочувствия, сострадания. И через некоторое время вы из жалости (человек ведь так мучается!) начинаете отвечать на его знаки внимания, а затем и даете согласие на брак. И хотя никакой любви с вашей стороны нет, вы идете под венец в надежде, что «стерпится-слюбится», что «лучше пусть любят безответно меня, чем буду любить безответно я», и т. д.

Это вполне нормальный мотив для вступления в брак, просто нужно понимать, что вряд ли вам можно будет рассчитывать на большую и пламенную взаимную любовь с этим человеком, и не испытывать никаких переживаний по

этому поводу. Кроме того, нужно понимать, что в один прекрасный момент ему может надоест доказывать вам свою любовь. Он просто устанет. Ведь бывает же такое?

Другой вариант: вы жертвуете собой, выходя замуж за нелюбимого, но обеспеченного мужчину, и тем самым спасаете свою семью от бедности, разорения или получаете тем самым средства для лечения родителя (родственника). Или другой вариант: вы встречаете очень увлеченного наукой (искусством, литературой и т. д.) мужчину и видите, что ему нужна заботливая женская рука. Понятно, что от такого фанатика своего дела трудно ожидать ответных чувств или традиционного проявления внимания, он этого просто не умеет. Но вам его очень жалко, и вы решаете посвятить свою жизнь служению ему и его идее. Таких женщин история знает немало.

Бывает еще один вариант брака по мотивам жертвенности. Он происходит из женской жалости, желания защитить и помочь слабому и обиженному существу, то есть в данном случае мужчине. Порой женщины «подбирают» хронических неудачников, спившихся, опустившихся или вышедших из заключения и потому не умеющих адаптироваться к жизни мужчин и связывают с ними свою жизнь в надежде дать им то, чего они лишены. То есть внимание, заботу, уют и многое другое. Понятно, что здесь имеет место попытка исправить кажущуюся несправедливость Жизни, поэтому она редко заканчивается благополучно, особенно если вы ожи-

даете, что ваш любимый должен быть вам благодарен за ваш странный выбор.

Каждый человек имеет право сделать любой поступок, в том числе выйти замуж (или жениться) из жалости или милосердия. Понятно, что традиционной взаимной и пламенной любви здесь ожидать не приходится, зато можно получить другие радости. А пламенную страсть вы будете испытывать либо вне брака, либо в следующей жизни. Вы сами это создали, так что принимайте свой выбор.

• Обмен

Иногда люди вступают в брак в порядке взаимного обмена. Самый распространенный – я выхожу за тебя замуж (или женюсь), но за это ты даешь мне деньги (связи, другой уровень жизни, выход в другие сферы общества, возможность служебного или творческого роста и т. д.). Более сложный вариант – это вынужденный брак, например в обмен на обещание молчать о каком-то прегрешении. Конечно, это должно быть серьезное деяние, если человек готов пожертвовать всей жизнью в ответ на молчание, но бывает и так.

В общем, люди договариваются, что в результате брака каждый и них что-то приобретает. Все это может перемежаться красивыми словами о любви, но в целом участники процесса прекрасно понимают, что настоящей любовью здесь и не пахнет. Ну и что? Это нормальный процесс со-

здания семьи, важно только не забывать о нем и не предъявлять позже претензии партнеру об отсутствии у него пылких чувств. Да откуда бы им взяться при таком раскладе?

• **Страх одиночества**

Еще одна значимая идея, которая толпами гонит людей в загс, это страх перед неизвестным будущим. Страх порождает желание человека контролировать все вокруг себя, в том числе свое будущее. А поскольку будущее никому не известно (мы творим его в каждый момент сами), то у «контролера» возникает нестерпимое желание обеспечить себе безопасность в будущем – например, путем замужества.

То есть реальная причина выхода замуж – всего лишь страх одиночества (вдруг я никогда не выйду замуж?), страх перед одинокой и больной старостью, в которой «некому стакан воды будет подать» и т. д. В той или иной мере эти страхи присущи всем людям, но некоторых они могут заставить совершить абсолютно необдуманные поступки, в том числе выйти замуж за кого попало – лишь бы был. И затем с огорчением убедиться, что вас угораздило выйти замуж за того человека, от которого можно меньше всего ожидать, что он подаст вам стакан воды в старости – скорее отберет последнюю.

Именно так Жизнь реализует ваш необычный заказ – ведь ваши многочисленные страхи и являются тем самым мыс-

ленным «заказом», который она постарается исполнить. И дать вам все то, что вы желали получить в ваших страхах. Тем самым она даст вам урок того, что для спокойной старости нужно не копить деньги или запастись мужьями или детьми, а иметь позитивные мысли в голове и доверять Жизни. К сожалению, как раз с этим у большинства людей имеются большие трудности.

• Закрепить за собой имущество. Пока не отняли

Еще одна форма контроля окружающего мира проявляется тогда, когда у вас есть горячо любимый вами человек. Ваша любовь взаимна, вам хорошо, но в душе поселился червь сомнения: «А как долго будет все это длиться? А вдруг мой любимый уйдет куда-то (кто-то его отнимет) и мое счастье разрушится? Я этого не переживу!» И на всякий случай вы тащите своего любимого (или любимую) в загс, чтобы документально подтвердить свои права на него. У вас появляется штамп в паспорте, и вы немного успокаиваетесь: ваше имущество «оприходовано», теперь оно никуда не денется. И хотя умом вы понимаете, что половина браков распадается и штамп в паспорте мало кого останавливает на пути к свободе, особенно если любовь проходит, все же вы хотите закрепить свои права на любимого. На всякий случай. Так спокойнее. Иногда для этого используется и церковь – любимому

го тащат в церковь для совершения обряда венчания, тогда наброшенная на него узда будет еще более жесткой (опять возможен вздох возмущения). И вам будет спокойней.

Этот вариант брака является более или менее удачным, поскольку создается семья из близких и любящих друг друга людей. Но если стремление к контролю будущего все же продолжает подбрасывать вам мысли о ненадежности всех земных связей и вы испытываете страх перед тем, насколько прочным окажется ваш брак, то рано или поздно ваши страхи реализуются. Ведь любой страх есть высокоэнергетический посыл к Жизни, в котором записано, чего вы хотите получить (даже не желая этого сознательно). Так что нужно научиться доверять себе, Жизни и любимому, иначе вы сами сформируете нежелательное для вас событие.

Следующий нередкий мотив выхода замуж (или женитьбы) – назло кому-то. Вы любили какого-то человека, а он не ответил вам взаимностью или сделал другой выбор. Эта ситуация встречается очень часто. Вас отвергли, у вас выиграла гордыня, и вы совершаете необдуманные поступки «назло» любимому (любимой), хотя он (она) может и не подозревать об истинных мотивах вашего поведения. То есть вы подхватываете ближайшего мужчину (или женщину) и галопом несетесь в загс. Он (она) может догадываться или не догадываться об истинных причинах вашего выбора – вам это все равно. Вы в запале, вы погружены в свои переживания, и все происходящее вокруг вас воспринимается как бы из-

далека, в нереальности. А потом, когда запал проходит, вы вдруг понимаете, что живете с совершенно чужим и неинтересным вам человеком, но разойтись вы не можете, поскольку уже появились дети, нажито имущество, налажен быт и т. д.

Подобные случаи настолько часты, что стали темой для многих песен и литературных произведений. Сначала человек в запале совершает поступок (вступает в брак), а потом долгие годы пожинает плоды этого минутного затмения разума.

Умная мысль

Женщины, обманутые мужчинами, стараются женить их на себе. Это своего рода месть, столь же действенная, как и всякая другая.

● **Отсутствие смысла в жизни**

Еще одна причина вступления в брак – отсутствие смысла существования без мужа и детей. Человек создан для полета души, радости, развития, созидания, самореализации. Но многие люди все это сводят только к рождению и воспитанию детей, после чего считают, что их земная миссия на этом закончена. Соответственно, такому человеку нужно выйти замуж (или жениться) любой ценой, поскольку иначе жизнь теряет всякий смысл. Поскольку есть спрос, возникает и предложение. На помощь приходят разного рода свахи,

брачные агентства, родственники и знакомые и т. д. – лишь бы помочь человеку обрести смысл существования, который в этом случае сводится лишь к продолжению рода и обустройству гнезда, поскольку никакие другие аспекты жизни человеком не востребованы.

«Мне обязательно нужна семья. А иначе зачем я тогда родилась женщиной?» – спрашивает саму себя Елена К., которая хочет развестись с супругом, но не может, потому что новой кандидатуры в мужа у нее нет. – Что я буду делать одна? Для чего жить? Я так не могу!»

Остаться на какое-то время одной – это значит быть предоставленной самой себе и неизбежно столкнуться с внутренней пустотой. Пустотой, которая отчаянно требует заполнения внешними событиями.

● **Авантюризм**

Наверное, существует еще множество разных мотивов, по которым люди стремятся выйти замуж или жениться. Например, желание испытать новые, острые ощущения. Или съездить в другую страну. Или попасть в другой слой общества. Или заработать денег при разводе. Или что-то еще, что в целом можно охарактеризовать словом «авантюризм». О высокой любви и светлых чувствах тут особо говорить не приходится, поскольку брак в этом случае рассматривается как сделка, в которой одна сторона продает себя в обмен на ка-

кие-то желанные блага. Вторая сторона обычно находится в состоянии любовного оглупления (пардон) и не понимает истинных мотивов происходящего. Очень редко бывают браки, выгодные обеим сторонам, но супруги не испытывают особых чувств друг к другу. Это браки членов монархических семей, кино- и поп-звезд и т. д.

Понятно, что если вы вышли замуж или женились по этим мотивам, то вам не нужно ожидать пылкой любви, верности или полного взаимопонимания от партнера по семейной жизни. То есть нужно осознанно пожинать плоды того, что вы сами же и посеяли.

Кроме того, нужно заметить, что редко кто из читателей найдет у себя только один явно выраженный мотив вступления в брак. Обычно таких скрытых мотивов бывает несколько, и все они замазаны чувством влюбленности. Но это ничего не меняет, поскольку влюбленность довольно быстро проходит, и начинают преобладать истинные причины вступления в брак. А они обычно не приводят к налаживанию хороших и доверительных отношений между супругами.

• Зачем все это

А действительно, зачем нужны все эти долгие рассуждения о причинах вступления в брак? Ответ здесь стандартен. Все наши рассуждения направлены на одно: **чтобы человек осознал, что он сам создал свою реальность**. Следова-

тельно, он должен ее принять (даже если не может быть ею доволен), то есть должен перестать переживать и жаловаться на то, что его не устраивает семейная жизнь. Мы всегда пожинаем то, что сами же сеем.

То есть, если вы вступили (или еще только вступаете) в брак по любой иной причине, нежели желание жить вместе с **любящим и понимающим** вас человеком, вам не нужно ожидать, что ваша семейная жизнь будет похожа на розовую сказку. Вы посеяли отнюдь не взаимную любовь и понимание, так почему они должны вырасти в вашей семейной жизни? Точнее, они могут появиться, но не сами собой – их нужно взращивать на той скудной почве, которая лежала в основе вашего брака. То есть **вам нужно полюбить то, что вы приобрели**. Вам нужно научиться прощать и полностью принимать те черты характера и привычки вашего партнера по семейной жизни, которые вы сегодня относите к недостаткам. Вам нужно приложить все силы для того, чтобы особенности вашего характера не слишком отравляли жизнь вашему мужу (или жене). Вам нужно научиться поддерживать и одобрять его (или ее). И тогда любовь и взаимопонимание станут нормой вашей семейной жизни, какими бы ни были ваши мотивы вступления в брак.

Если же вы ожидаете, что все должно устроиться само собой или все усилия по налаживанию взаимопонимания должен предпринимать только ваш партнер (то есть меняться должен только он, а у вас и так все хорошо), то ничего хоро-

шего у вас не выйдет. А выйдет один скандал (точнее, много скандалов) и нерадостная жизнь. Иначе говоря, то, что имеется сегодня во многих семьях.

• **Что делать тем, кто еще не в браке**

Но эти рассуждения о прощении и принятии нужны только тем, кто уже забраковался и теперь испытывает нерадостные переживания по этому поводу. Мы еще не раз будем возвращаться к этой теме, но уже во второй части книги.

Если же приятный момент вступления в брак для вас еще не наступил, то рекомендации будут несколько иными. В своих рассуждениях мы исходим из того, что любой человек имеет право принимать любые решения – это в его власти. Мы просто хотим, чтобы эти решения принимались хотя бы немного осознанно – не зря же мы называемся «*homo sapiens*», человек разумный. То есть хотелось бы, чтобы, совершая такой серьезный поступок, как вступление в брак, вы реально оценивали свое будущее, а не пребывали в розовых грезах, не тешили себя надеждами, что «все устроится», «он станет лучше» или «я сделаю из него человека». Не сделаете. Никому, кроме Творца, это еще не удавалось, особенно если ваша «переделка» сопровождается негативными эмоциями, то есть осуждением.

Поэтому мы рекомендуем заранее подготовиться к тем обстоятельствам и ситуациям, которые может создать вам

близкий и любимый сегодня человек. Это обязательно произойдет, особенно если в основе вашего брака лежит не истинная взаимная любовь и полное принятие друг друга, а что-то еще. А теперь давайте подведем первые итоги.

ИТОГИ

Большинство людей не задумываются над тем, какими мотивами они подсознательно руководствуются при вступлении в брак. То есть часто они совершают неосознанный поступок. Поступок, который будет иметь серьезные последствия.

Желательно осознавать все мотивы вашего вступления в брак, чтобы затем не испытывать разочарований и претензий к партнеру по семейной жизни.

Долговременными и счастливыми являются те редкие браки, где супруги прощают друг другу их недостатки и больше обращают внимание на положительные стороны.

Если истинным мотивом вашего вступления в брак является не желание идти рука об руку с любимым и близким вам по духу человеком, а что-то еще, то вам нужно приложить усилия по отношению к себе (не к нему!!!), чтобы адаптироваться к своему избраннику и создать с ним комфортные отношения. Это, впрочем, в полной мере относится и к тем, кто искренне

влюблен.

Почему любовь зла?

Если у вас растут рога, не спешите обвинять жену.

Может, вы сами козел.

Н.Козлов

«Когда ты женился на мне, ты был совсем другим!» – в порыве разочарования кричит женщина в халате и стоптанных тапочках.

«Когда я ухаживал за тобой, ты была не той, что сейчас», – с сожалением вздыхает мужчина в майке, надетой наизнанку.

«Любовь зла, полюбишь и козла» – гласит народная мудрость. Это звучит как приговор розовой мечте о вечной любви и согласии. Но разве кто-то хотел или планировал влюбиться в того, которого потом сам же стал величать «козлом» или каким-то еще неласковым словом? Конечно нет.

Объявление

Бестселлером в этом месяце стала книга Маргарет Мент «Как найти мужчину своей мечты и что потом делать с этим подонком».

Почти все влюбляются в Мужчину или Женщину своей мечты, которые затем почему-то меняются, и обнаруживается их «истинная» (с вашей точки зрения) сущность.

Причем эта закономерность касается не только отноше-

ний мужчины и женщины. Она действует во многих (а точнее, во всех) сферах нашей жизни.

Разочарование. Обман ожиданий. Разбитые надежды на лучшую жизнь. Полоса неудач.

Можно ли как-то избежать этих ужасных изменений?

Можно. И мы расскажем, как это делается. Только это будет не совсем то, что вы ожидаете. А чтобы вы поняли, почему же так получается, давайте немного отвлечемся от этой темы и поговорим о Жизни в целом.

• Как все начинается

А начинается все очень просто. Рождается человек. Мальчик или девочка. Это маленькое создание еще не знает, что хорошо, что плохо, что можно, что нельзя. У него есть только то, что дала ему Природа: рефлексy и инстинкты.

Но у этого человечка есть родители. Их функция – адаптировать его к внешнему миру и научить жить по крайней мере безопасно для него. Мозг новорожденного похож на большой, но пустой ящик (простите за прозаичное сравнение). И вот в этом ящике постепенно начинают формироваться полочки. Их создают родители. Есть, например, такие полочки: хорошо – плохо, можно – нельзя, красиво – некрасиво, возможно – невозможно, мужчины – женщины, работа, деньги, семья, любовь, родители. Есть там и полочка под названием «Я».

Что могут сообщить ребенку родители о мире? Только то, что знают сами. И то, в чем сами заблуждаются. То есть они сообщают ему свою картину мира. И ребенок принимает ее, потому что это единственное, что есть в его жизни. В голове у него образуется большая картотека. На все основные жизненные вопросы там есть ответы.

Потом, помимо родителей, появляются и другие источники информации, которые отвечают на вопрос «каков этот мир?».

Человек смотрит телевизор, слушает радио, читает газеты и журналы. Из них он узнает, как ненадежен и суров наш мир. Постоянно где-то происходят катастрофы, стихийные бедствия, аварии, войны, теракты и другие ужасные события. Слава богу, что вас это серьезно не коснулось, вы живы, практически здоровы и хотите построить счастливую жизнь. Это замечательно. Но от Жизни невозможно спрятаться ни за какими стенами, поэтому нужно все же учитывать ее влияние на нас. А оно происходит в любой момент, независимо от того, хотим мы этого или нет.

В общем, мозг человека к 15 годам подобен большому шкафу, полки которого на 90 % заполнены разной информацией. Или это большой компьютер, в котором много файлов, картинок.

Как работает этот компьютер? Когда из внешнего мира поступает информация, какой-то факт, мозг быстро начинает искать в своих картотеках файлы. Его задача – ответить на

вопрос «что это такое?» или «что происходит?». Он находит какую-то картинку, созданную ранее (родителями, другими людьми или случаями из жизни), и мгновенно выдает ответ.

И человек, получив от своего мозга сигнал, начинает иметь дело не с реальностью, а... с картинкой, которую нашел мозг. И эта картинка, заметьте, может не иметь (и чаще всего не имеет) ничего общего с реальностью.

Предположим, молодой человек встречается девушек. Его мозг включается и выдает соответствующие файлы. Но вот одна из девушек оказалась похожа на какую-то картинку, которая живет в голове этого юноши. Может быть, она похожа на маму (или на ее противоположность), может быть, на собирательный образ молодой красавицы, может быть, на возделенную подругу его сестры, может быть, она произнесла слова, которые вызвали его волнение (опять же какая-то картинка активизировалась), в общем, мозг выдает ответ: «Это Она».

И молодой человек, окрыленный судьбоносным чувством, начинает общаться с горячо любимой... картинкой из своей же собственной головы. Он имеет дело не столько с реальной девушкой, сколько с ее образом, который отпечатался в его сознании. Он влюблен в ту картинку, которая живет в его голове. Реальная девушка остается как бы ни при чем. Да и зачем ему она? Ведь у него же есть прекрасный образ! (Со стороны девушки, кстати, происходит тоже самое.)

И потом спустя месяцы (или годы) они вдруг замечают,

что изменились. И их отношения уже не те, что прежде. Вот тогда и оказывается, что она полюбила «козла», а он... стало быть, козу.

На самом деле он недоволен не своей избранницей, а той разницей, которая обнаружилась между ней и его внутренней картинкой, фантомом, который однажды нарисовало его воображение. Она имеет претензии не к нему, а к тому прекрасному принцу, который жил в ее голове и вдруг «ни с того ни с сего» оказался козлом.

Мы имеем дело не с реальными людьми, а с теми образами, которые есть у нас в воображении. Каждый живет в своей виртуальной реальности и думает, что она объективна.

Все самые большие драмы и трагедии возникали оттого, что реальность коренным образом отличалась от виртуальной картинки!

Причем эти картинки у нас в голове обладают завидной стойкостью. Мы порой готовы пожертвовать чем угодно, лишь бы не расставаться с ними. Мы готовы пожертвовать отношениями, семейным счастьем, любовью, нервами, здоровьем, жизнью, в конце концов, лишь бы остаться при своей картинке. Несмотря на реальные факты, человек бьется до последнего.

Непридуманная история

Светлане 38 лет. Она пришла на психологический тре-

нинг, чтобы изменить свою жизнь. Она 15 лет замужем. Из них – 8 лет на грани развода. Вышла замуж по любви. По ее словам, муж совсем не любит ее. Он не уделяет ей внимания, ему дороже его досуг: друзья, выпивка (и возможно, другие женщины). К тому же он постоянно врет. Он каждый день на протяжении последних пяти лет обещает ей, что выходные они проведут вместе, а сам исчезает неизвестно куда.

Света же каждый раз верит ему и каждый раз бывает жестоко обманута. Единственный вопрос, на который она не может найти ответа: ну почему он такой и как она могла так ошибиться в человеке?

Как видим, Света не хочет признать реальность уже 8 лет. Она все еще держится за ту картинку, которую нарисовала себе давно. И ненавидит мужа за то, что он не такой, каким она сама его и нарисовала. А он искренне не понимает, что он делает не так. Он доказывает ей, что он всегда был таким и что она сама его выбрала и согласилась за него выйти замуж (ведь он ее не тащил в загс насильно!).

Света же самоотверженно бьется за образ честного и ответственного мужа уже 8 лет. Реальность, как говорится, и не маячила перед ней.

Она готова потерять последнее здоровье, но не расстаться со своими ожиданиями.

Отсюда берут начало все претензии, осуждения, обиды, гнев и злость на наших ближних, а там и до болезней неда-

леко.

• Жизнь пробует достучаться до каждого

У каждого из нас есть выбор: биться с Жизнью за свои ожидания, неизвестно когда внушенные, или стать более **осознанным** человеком, видящим реальность, а не только свои иллюзии и галлюцинации.

Осознанный человек не пускается в рассуждения и не предъявляет претензии себе или окружающим людям. Он не проклинает обстоятельства. Потому что осознанный человек видит в первую очередь реальность, а не свои ожидания и требования.

Но, к сожалению, таких людей меньшинство. В основном они не желают (или не умеют) слушать Жизнь, они упираются до последнего, отстаивая свои взгляды и идеи. Те самые, которые Жизнь пытается откорректировать. В итоге возникают все те неприятности, которые мы переносим на окружающих нас людей, непринужденно обзывая их «козлами» или «дурами» и негодуя на несправедливость Жизни. А она очень справедлива, просто она работает над нашей осознанностью, о чем мы и не догадываемся.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.