

[НЕ]ВЕРНОСТЬ. Что делать, когда не знаешь, что делать

Автор:

[Наталья Краснова](#)

[НЕ]ВЕРНОСТЬ. Что делать, когда не знаешь, что делать

Наталья Краснова

#МастерБлога

Измена – это не конец отношений, это показатель того, что в отношениях что-то идет не так. Очень сильно не так. И, скорее всего, очень давно не так.

Эта книга – для всех, кто столкнулся с неверностью и думает, как из этого столкновения выбраться с наименьшими потерями. А еще думает, как жить дальше, чтобы подобных столкновений больше не было.

Это не свод правил, а откровенные истории с комментариями психологов, сексологов и других -ологов, которые, возможно, помогут вам принять взвешенное решение даже в самой непростой ситуации.

В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

Наталья Краснова

[НЕ]ВЕРНОСТЬ. Что делать, когда не знаешь, что делать

© Краснова Н., 2022

© Уколова А., фото на обложке, 2022

© Шоломова О., иллюстрации, 2022

© ООО «Издательство АСТ», 2022

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Вся информация, изложенная в книге, является отражением личного мнения автора и не преследует цели оскорбить людей с иной позицией. Позиция редакции не всегда совпадает с мнением авторов.

* * *

Наталья Краснова – стендап-комик, писатель, автор пяти абсолютных бестселлеров по практической психологии, суммарный тираж которых более 400 тысяч экземпляров.

Введение

Измена. Ни одно слово не вызывает такую бурю негодования у семейных людей, как «измена». Даже слово «развод» многие описывают весьма позитивно: «это шанс стать свободной», «возможность начать все с чистого листа» и даже «шанс встретить настоящую любовь». Но как только я задаю вопрос: «Как вы относитесь к изменам?» – начинается эмоциональный апокалипсис. Это «дно днищенское», «измена – это удел слабаков» и даже «за измены надо кастрировать и стерилизовать». Это все реальные высказывания людей, с которыми я продолжаю (к своему ужасу) общаться.

Как утверждают специалисты (в частности Волкова Н. А.), каждый четвертый случай в практике семейного консультирования связан с изменой. То есть 25 процентов проблем в семье связаны так или иначе с супружеской неверностью. Представляете, какая важная и значимая эта проблема – проблема неверности?

Мы все осуждаем измены. Очень сильно осуждаем! Но продолжаем наслаждаться фильмами, в основе сюжетов которых лежит любовный треугольник: муж-жена-любовник или жена-муж-любовница. И переживаем за бедного молодого Джека, который встретил на «Титанике» помолвленную с другим мужчиной Роуз, и хотим, чтобы они были вместе, и плачем, когда они оказываются не вместе. А за официального жениха Роуз мы вообще не переживаем и мечтаем, чтобы он утонул со всей этой богадельней на верхней палубе. Ну что мы за лицемеры, господа! Как можно осуждать измену, но искренне хотеть счастливого будущего для двух прелюбодеев?

К слову сказать, кинематограф и литература кишмя кишат адюльтерами. В книгах измена если и порицается, то романтизируется до невероятности. Если убрать все измены из художественной литературы, мы потеряем больше половины произведений. «Евгений Онегин» сократится до четверостишья. Роман «Анна Каренина» даже не начнется, потому что Анне незачем будет ехать в Москву к своему брату Стиве, потому что Стива ни разу не изменит своей жене; Анна останется в Питере с мужем, проживет с ним до самой смерти, а Вронский от нефиг делать уедет в Сербию. Пьеса «Отелло» вообще закончится спокойным диалогом:

– Молилась ли ты на ночь, Дездемона?

– Я атеистка, милый.

– Тогда спокойной ночи, любимая.

Измена. Это единственный грех, которому в Библии посвящены две заповеди: согласно одной нельзя предаваться измене, а вторая запрещает даже «возжелать жену ближнего своего». Можно ли желать жену того, кто подальше, – неизвестно. Но полагаю, что тоже нет. Нам как бы на всякий случай повторили дважды, что изменять нельзя. Даже про убийство сказано только один раз: «Убивать людей нельзя, понятно?» И всем людям сразу стало понятно. Видимо, с изменами все было не так просто. Наверное, когда Моисей зачитал все

заповеди, люди начали задавать вопросы. Мол, а если ментально изменять, то это можно или лучше поостеречься? Или по Интернету, по Интернету можно изменять? Вероятно, Моисей даже нахмурился и напомнил, что Интернета еще не изобрели. Потому что если бы Интернет был, то все заповеди бы он скинул через «Вотсап» или «Вайбер». А так – слушайте и запоминайте: изменять нельзя! И люди согласились не нарушать заповеди. И после этого нарушали.

Измена не всегда была «плохой». Например, в определенные времена измена стала наделяться романтическими чувствами. Например, историк Стефани Кунц замечает, что, когда брак был преимущественно экономическим союзом, только измена порой и давала шанс на любовь. В те времена измена была синонимом любви. «В большинстве обществ существовала идея романтической любви, этой комбинации сексуальной страсти, влюбленности и романтизации партнера, – пишет она. – Однако очень часто все это считалось неприемлемым в браке. Поскольку он был политическим, экономическим и стратегическим союзом, многие полагали, что истинная, незапятнанная любовь может существовать только вне брака». Измена была синонимом любви, но даже тогда она осуждалась.

Интересно, но женская измена всегда осуждалась больше и яростнее, чем мужская. Дело в том, что во времена отсутствия ДНК-тестов женщины не должны были изменять, поскольку на их честности основывалась чистота рода и права наследования. Ни один адекватный помещик не хотел, чтобы его родовое гнездо со всеми угожьями, скотом и крестьянами перешло по наследству непонятному рыжему старшему сыну, который внешне больше похож на крепостного Кузю, чем на него самого. Поэтому женская измена порицалась. А мужская, наоборот, прощалась и даже поощрялась: «Каков молодец, и жену обрюхатил, и всех девок крепостных! Не барин, а мечта!»

В начале XIX века в брак наконец-то стали вступать не для того, чтобы хоть как-то выжить, а руководствуясь своими чувствами. Иными словами, наконец-то за любовь не нужно было ходить на сторону, достаточно найти «своего любимого» или «свою ненаглядную» и жить в счастливом браке. Но хитровыдуманные люди продолжали изменять. Причем мужчины изменяли чаще и увереннее, чем женщины. Потому что мужские измены не порицались. Женщина, узнавшая об измене мужа, тихонько плакала и говорила: «Все мужчины такие, измена заложена в них природой». Разводиться было не принято, потому что ведь они клятву давали, что будут вместе, пока смерть не разлучит их. Благо, длительность жизни в те времена была не такой большой,

поэтому женщина плакала и радовалась, что скоро все это закончится. А если она подмешает мужу в кашу мышьяк, то все закончится еще быстрее. Поэтому в те времена обманутые женщины в основном плакали и варили кашу.

Я попыталась найти статистику, как обстоят дела с изменами в наше время, но цифр по нашей стране я не нашла, зато нашла их у наших американских коллег по неверности. Поскольку общепринятого определения измены не существует, оценки количества измен среди американских пар существенно разнятся, находясь в диапазоне от 26 до 70 процентов для женщин и от 33 до 75 процентов для мужчин. Какими бы ни были точные цифры, все соглашаются, что они растут. И многие указывают: за этот рост ответственны женщины, которые быстро закрывают «разрыв неверности» (по данным исследований, количество женских измен подскочило аж на 40 процентов с 1990 года, в то время как количество мужских осталось неизменным). На самом деле, если называть изменой не только «половой акт», но и романтические связи, поцелуи, секстинг и другие интимные контакты, девушки могут существенно опередить по этим показателям парней.

И опять же, нужно ли верить этим данным? Социологи просто опрашивали людей на улицах, задавая им вопрос: «А вы изменяли своей жене (мужу)?» Уважаемые мои читатели, вы вообще верите людям, которые на улице сказали «да» или «нет», отвечая на вопрос про измены? Многие отвечали «нет» просто, чтобы от них отстал человек с диктофоном. А другие, возможно, элементарно не понимают, что включает в себя измена. Как мне сказала моя подписчица из Вологды: «Я мужу никогда не изменяла. Ну у меня был в прошлом году инцидент, но до секса не дошло. Мы просто с бывшим встретились, целовались, оральный секс был, но реального-то не было, это, получается, не измена». Не хотелось бы ее расстраивать, но в словосочетании «оральный секс» есть слово «секс». Поэтому добро пожаловать в список изменяющих людей. Туповатых, но изменяющих.

И вот тут мы пришли к необходимости определить трактовку слова «измена». Что считать изменой? Многие специалисты дают такое определение этому термину. Измена – это нарушение договоренностей в семейных отношениях. И тут, наверное, нужно уточнить, что отношения не во всех семьях моногамные. Вы с мужем можете быть адептами любой системы построения отношений, но вы должны соблюдать заранее установленные в этих отношениях правила. Проще говоря, если вы вошли в моногамные отношения, где есть свои договоренности, то нарушение этих договоренностей – это измена. На всякий случай уточню, что

в данной книге мы будем говорить о моногамных отношениях. Во-первых, потому что в других я особо никогда и не состояла. А во-вторых, если начать обсуждать каждый вид отношений, в моей книге будет не четыреста страниц, а десятки тысяч. Как вы такую книгу в метро будете читать или в самолете? Я ж о вас забочусь.

В самом общем понимании измена (по Ворониной Т. Н. и Лукьянову А. С.) представляет собой добровольное вступление лица, состоящего в браке, в сексуальную связь с лицом противоположного пола, в этом браке не состоящим, без согласия на то своего брачного партнера.

Эстер Перель дает такую трактовку измене. Измена включает в себя один или более из трех компонентов: секретность, сексуальная алхимия и эмоциональная вовлеченность. Любопытно, что сам сексуальный акт не принципиален в действе, чтобы считать его изменой.

С юридической точки зрения измена – это традиционное половое сношение между половым партнером и человеком, не являющимся его супругом или супругой, без ведома и согласия лица, с которым он состоит в браке. Если муж (жена) знают о предстоящей неверности и согласны с этим, изменой это не является. Нетрадиционный секс (оральный, анальный, однополый) тоже юридически не считают изменой.

С каких пор оральный секс стал нетрадиционным, я не знаю. Возможно, надо лучше изучать традиции своего народа. Может быть, где-то в книге «Русские народные традиции» черным по белому написано: «Славяне традиционно носили льняные сарафаны и рубахи и не занимались оральным и анальным сексом». Не знаю, есть ли такие научные публикации. Но одно знаю точно: если я буду заниматься оральным сексом не только со своим мужем, у моего благоверного возникнут серьезные вопросы по поводу нашего дальнейшего совместного проживания. И чтобы не доводить дело до развода, мне, видимо, нужно заниматься оральным сексом с юристом, чтобы он в нужный момент сказал оцепеневшему от всего происходящего мужу:

– Гражданин, вы не волнуйтесь. Все в рамках закона... Я вас как юрист могу заверить, это не измена. Это – оральный секс. Это как бы можно. Если хотите, сами подключайтесь, потому что однополая измена – это тоже с юридической точки зрения как бы не измена.

Про однополый секс, который также юридически совершенно не является изменой, я вообще молчу. Как по мне, какая разница, на кого меня променяли: на женщину или на мужчину, да хоть на козла рогатого, – я буду одинаково расстроена. Вряд ли в такой ситуации, увидев, как мой муж занимается сексом с другим мужчиной, я скажу:

– Ой, как хорошо, что не с женщиной! С мужчиной-то измена не считается. Вам с Владиком поесть приготовить? У меня гречка с фрикадельками есть. Или тебе фрикаделек Влада достаточно?

Нет, все будет совсем не так. Если узнаю, что мой муж изменяет мне с Владом, я оторву фрикадельки им обоим. Поэтому юридическое определение термина «измена» мне не подходит. И чтобы сформулировать универсальное значение, я опубликовала у себя в соцсетях опрос: «Что вы считаете изменой?» И все мои 2,5 миллиона подписчиков вдруг ответили. Все виды измен, которые вы мне описали, я включила в эту книгу. Да, уважаемые мои читатели, это вы виноваты, что в этой книге так много глав, потому что для каждого из нас измена – это что-то свое, личное и сакральное. Например, узнала, что есть такое понятие, как финансовая измена (ее я, кстати, не включила в эту книгу).

«Моя жена привыкла жить в богатстве, ее родители предприниматели, она единственная дочь и жила до 23 лет как принцесса. Потом появился я – сценарист, комик. Все у нас хорошо, но финансово меня хватает, чтобы раз в месяц сводить ее в ресторан и два раза в кино. В этом году даже на Турцию не наработал. И вот я узнал, что деньги на вещи, которые она покупает типа на мою зарплату, дает ей отец. Она купила сумку за 950 000 рублей! Почти лям! На сумку! Мне сказала, что сумка была по распродаже в ZARA за семь тыщ. Не могу объяснить своих эмоций. Но ощущение, что я как самец проигрываю более влиятельному и обеспеченному самцу – ее отцу. У нас из-за этого постоянные затяжные скандалы. Она клянется, что больше не будет брать у него денег. И через время опять берет! Просто какая-то финансовая измена!»

Александр, 26 лет

Смешно вам? А вот Александру совсем не весело. Александру невесело, потому что отношения с женой у него начинают медленно разваливаться. Настолько разваливаться, что Саша замутил с девочкой из нашего стендап-клуба. Для нее

он «высокооплачиваемый комик», а не «нищоброд какой-то», как для своей жены и ее отца, например.

Что такое измена? Обязательно ли наличие секса в действиях, чтобы посчитать их изменой? Согласно исследованиям обожаемых мною британских ученых (а конкретно, Аннет Лоусон), более 40 процентов опрошенных мужчин и женщин признались в измене, хотя в этой измене не было сексуальной близости. Получается, чтобы измена считалась изменой, вовсе не обязательно наличие сексуального акта на стороне. Достаточно ощущения вовлеченности в отношения с другим человеком, который по документам, выданным в загсе, не является твоим супругом.

Учитывая все прочитанные мною монографии на тему измен, сформулирую трактовку этого термина так: измена – это форма поведения вашего супруга (супруги), когда он (она) тайно начинает уделять внимание на физическом, эмоциональном и ментальном уровне кому-то больше, чем вам. В эту трактовку укладываются все виды и формы измен, о которых вы мне писали: от тайной переписки со своей первой школьной любовью до перепиха с бывшей женой.

Один из основных принципов измены – это принцип скрытности. Например, ваш муж откровенно заявляет, что у него пропал к вам интерес, и предлагает выход из ситуации: вы с ним либо разводитесь, либо одобряете его секс с Маринкой с пятого подъезда. И вы такая: «Разводиться – это стремно как-то», – и решаете терпеть его роман с Маринкой, потому что это, по-вашему, не так стремно, как развод. В таком случае эти отношения на стороне не являются изменой, это ваше решение сохранить брак, «приоткрыв» его.

Памятка для мужчин: если ты сказал жене: «Я пошел налево», а она сказала: «Ок», то это уже не налево, а прямо.

Зачем скрывать, когда можно не скрывать?

Вопрос хороший. Но сколько таких смельчаков, которые могут прямо своей жене или мужу заявить, что собираются налево? Я напому на всякий случай, что в современной культуре отношение к изменам официально негативное: мы все осуждаем измены. Опять же, мы осуждаем, но с удовольствием и возбуждением смотрим, как Анна Каренина ложится под Вронского, а потом и под поезд.

Мы бы не скрывали свои измены, если бы это всячески не осуждалось и не наказывалось в нашей культуре. Так это и работает. Ведь в тех культурах, где измена не осуждается, изменщики не врут. Вот так все до банальности просто. Следует отметить, кстати, что отношение к изменам в разных культурах дрейфует от умеренно позитивного (супруги могут изменять друг другу) до крайне негативного (за измены человека могут подвергнуть жестокому наказанию и даже казни). Рассмотрим самые удивительные (на мой взгляд) традиции.

Историк Марко Поло повествует о том, что женщины арабского племени ассани имеют право ходить налево. Но не каждый день, ибо что это за вакханалия! Закон племени разрешает женщинам изменять каждый четвертый день. Я не Марко Поло и не сильно разбираюсь в этих племенах, поэтому мне до сих пор неясно, что это за «четвертый день». Либо это четверг (и тогда пятница начинает существенно уступать четвергу по веселью), либо этот четвертый день отсчитывается от какой-то основополагающей даты (свадьбы, дня рождения или начала ПМС). И тогда уже не так весело.

Еще один интересный обычай есть на Марианских островах. Если женщина поймана на измене, ее выгоняют из дома и отбирают у нее все имущество (бусы, набедренную повязку и прочие атрибуты роскошной жизни). Невесело, думаете вы? А любовника чаще всего там просто убивают. Еще более невесело. Если же на измене пойман муж, его ждет и вовсе бесчеловечная кара: все женщины в округе набрасываются на него и истязают его до тех пор, пока он не останется калекой либо не умрет. Тут мне вообще стало грустно. Марианские острова вычеркиваю из своего списка путешествий на медовый месяц.

Более гуманный подход в Большом Бассаме (это Африка, если вы так же, как и я, в географии несильны, а представить всю картину целиком хочется): когда муж изменил своей дражайшей половине, он обязан подарить ей золотое украшение. Есть ощущение, что зажиточные семьи живут по принципам Большого Бассама: как только мужчину ловят на измене, он покупает жене шубу или машину и живет дальше спокойно. В принципе, неплохой бизнес для жен. Главное – выбрать богатого бабника в мужья. Потому что бедный будет откупаться букетом цветов (в лучшем случае) и букетом модных болезней (это в не самом лучшем случае). Максимально странное наказание получает в Большом Бассаме любовник жены (если его поймут на прелюбодеянии, конечно): он должен будет некоторое время отработать прислугой в этой семье. Ну, не особо продуманно. Так любовник получает легальный доступ в дом к своей зазнобе и

может продолжать наставлять ее мужу рога. А потом опять отрабатывать. И так до бесконечности.

Если же вы решили изменить своему мужу, будучи частью племени ашанти, знайте: в случае поимки ваш муж откусит вам нос. Таков закон. Если не планируете неожиданную ринопластику, не советую выходить замуж за мужчину племени ашанти и изменять ему. Либо изменяйте мужчине в России, тут проще извиниться после того, как измена вскроется. Либо вообще не изменяйте. Но это уже вариант для сильно сдержанных и умудренных опытом женщин.

Почему мужчинам чаще прощают измену, чем женщинам?

Раньше это действительно было так. Женщина с древних времен являлась собственностью мужчины, недаром за невесту платили выкуп, как бы покупая ее у отца с матерью. Как скотину: корову или козу. Женщина в те времена воспринималась либо как вещь, либо как часть мужчины, который брал ее в жены. Женская свобода ограничивалась такими рамками, что женщина не имела права не только переспать, но и проявить любую заинтересованность другим мужчиной (не ее мужем).

Тацит в описании древних германцев приводит такие примеры. «Распустив изменнице волосы и раздев донага, муж в присутствии родственников выгоняет ее из своего дома и, настегивая бичом, гонит по всей деревне. Сколь бы красивой, молодой и богатой она ни была, ей больше не найти нового мужа», – описывает Тацит обстановку в те времена. Времена изменились, но даже сейчас легко услышать общественное мнение, что «измена позволена только мужчине», а женщина не имеет права даже думать об этом, ведь «хотеть другого мужчину – не в женской природе». Вот такая у нас природа: обожаем однообразие.

Измена – это хорошо или плохо?

Если бы я была Маяковским, то написала бы об этом стихи. Написала бы так емко, что все сразу же поняли бы, что такое хорошо и что такое плохо. И что такое измена. И книга состояла бы из одной страницы. Но я не Маяковский. Из рифм могу составить только пару «палка-селедка», поэтому эту книгу буду писать прозой. И получится она явно не на одну страницу. Потому что

отношение к измене всегда зависит от того, в каком углу любовного треугольника находитесь вы, какие обстоятельства вас окружают и какое воспитание вы получили с детства.

- Измена – это огнедышащий дракон, который сжигает на своем пути все, что было в семье: доверие, любовь, веру в человека, – моя Юлька аж захлебываться словами начала, до того ее трясло при одном упоминании об измене. Я знаю, что Юля против измен. Категорически. И считает, что «лучше честно расстаться, чем нечестно изменять». Это ее слова. Я помню.

А еще помню, как на отдыхе в Турции она целовалась с загорелым двадцатилетним парнем, в то время как, может, не такой загорелый, но тоже парень ждал ее возвращения в Челябинске. Секса с загорелым турком не было. Так говорит Юля. Но были жаркие объятия на пляже и клятвы верности, и поцелуи, от которых на следующий день у Юли горели губы.

- Разве это не измена? – несмело вставила я свои пять копеек.

- Наташа! Это не измена! Это – любовь!

На мой взгляд, это все, что вы должны знать об измене.

Я сталкиваюсь с такой моралью каждый раз, когда начинаю разговор о верности и изменах. Практически все говорят одинаково: когда изменяют мне – это предательство, когда изменяю я – это обстоятельства. Естественная реакция человека – оправдывать свои поступки, искать в них что-то, за что можно зацепиться и не свалиться в это болото самобичевания и самоистязания. Поэтому каждый вид неверности в этой книге попытаюсь рассмотреть с двух сторон: что я чувствовала, когда изменяли мне, и что я чувствовала, когда изменяла я. И как я по итогу из всего этого выбиралась.

Какие виды измен существуют?

Обычно люди различают два вида измен (основываясь, грубо говоря, на месте возникновения желания изменить): физическую и эмоциональную. Просто и понятно. Но скучно и не вполне научно.

Семейные психологи (в частности психолог и семейный консультант Скотт Вули) выделяют шесть типов измен: романтическая, протестная, для привлечения внимания, измена от выгорания, страховочная и измена властного игрока. Это уже интереснее. Тем более в каждом типе заложена основная причина, спусковой крючок, который приводит в действие весь механизм измен. Тут сразу понятно, как можно предотвратить каждую из измен. Ну, если и не предотвратить, то хотя бы минимизировать шанс повторения каждой из этих ситуаций.

Поэтому мы возьмем за основу эту классификацию по Скотту Вули, добавим еще несколько неоднозначных ситуаций, которые кто-то из вас может назвать изменой, например киберизмену. Многие сейчас, конечно же, зальются хохотом и скажут, мол, ну это ведь не измена, ведь это просто общение по Интернету, полового акта-то не было. Возможно, это не измена. Но верностью ситуацию, когда ваш благоверный шлет свои обнаженные фото какой-то девушке с сайта знакомств, тоже назвать сложно. Вообще в книге рассмотрим разные виды неверности: от самых безобидных (флирт и фантазии) до самых неприятных (измена от выгорания, когда изменяющий просто хочет развода). Заодно выясним, как можно простить неверность своему мужчине и как просить прощения самой, когда оказалась по ту сторону преданности.

Единственный вид измены, который не выписался в отдельную главу, – измена властного игрока. Дело в том, что я никогда не встречала такого вида измены по отношению к себе и сама не вовлекалась в нее, поэтому понятия не имею, что чувствуют женщины, сталкиваясь с этим видом измены. Только один раз я подошла к этой неверности достаточно близко, чтобы рассмотреть ее. Это было пару лет назад, когда заслуженный артист РФ, мужчина крайне обаятельный и интересный предложил мне стать его любовницей. На мой вопрос, как он может изменять своей жене, он ответил прямо:

– Я мужчина, я имею на это право.

Я что-то пыталась говорить о правах женщин, о верности и прочих актуальных нынче вещах, но он продолжил свою мысль:

– Моя жена и дети полностью от меня зависят. Они купаются в роскоши и не знают проблем. Любая блажь моей жены выполняется мною молниеносно. У меня желание только одно – необременительные отношения с красивыми и умными женщинами. Думаю, я заслужил это право. Моя жена – мудрая женщина, она

относится к этому с пониманием.

– То есть она знает, что вы спите с другими женщинами?

– Нет, конечно! – рассмеялся он. – У нас не открытый брак. Я скрываю от нее своих любовниц. Я ей изменяю. И изменял до брака. И буду изменять. Потому что, повторю еще раз, я имею на это полное право.

Он говорил спокойно и уверенно. Его лицо не исказилось гримасой стыда или смущения, когда я напомнила ему о его отношениях с секретаршей. Отнюдь. Ему казалось, что он делает все правильно. На секунду даже показалось, что он конченный социопат, бесчувственный и неэмоциональный. Он просто берет то, что хочет, не испытывая стыда и страха, не отвлекаясь на тот факт, что его поведение может ранить супругу.

Это все, что вы должны знать об измене властного игрока. Переродить такого человека невозможно.

А остальные виды измен я опишу вам во всей красе, потому что, перефразируя известную строчку из песни, «мы изменяем, нам изменяют, как это часто не совпадает». Благо историй из моей жизни хватит на несколько книг.

И стандартный вопрос, на который я отвечаю на каждой презентации каждой своей книги: можно ли мужчинам читать эту книгу?

Вообще, честно скажу: я пишу для женщин. Я женщина. Я очень хорошо знаю, что чувствует женщина, которая пытается построить более или менее гармоничные отношения с собой, с окружающим миром и мужчинами. Поэтому мне проще распахнуть свою душу, чем пытаться распахивать души каких-то мужиков (тем более они мне никогда не дадут разрешение на это душевное обнажение).

Поэтому в этой книге (как и в предыдущих) я пишу только о том, что чувствует женщина, когда ей изменяют, когда ее предают, когда растаптывают ее мечты и надежды. А также обязательно расскажу, что чувствует женщина, когда она сама предает, изменяет и растаптывает мечты и надежды своего мужчины. Думаю, мужчинам будет любопытно заглянуть в этот загадочный и эмоциональный мир женщин. Женщинам, кстати, тоже будет интересно.

Итак, эта книга для вас, если...

...вы изменили своему мужчине и не знаете, что делать дальше и стоит ли рассказывать ему о своем проступке, чтобы сохранить близость отношений;

...вы изменили своему мужчине и хотите уйти к любовнику;

...вам изменила жена, и вы не можете понять, как она могла пойти налево при таком хорошем, как вы, муже;

...вы только подумываете об измене, взвешиваете все за и против, пытаетесь понять, как себя повести в этой сложной ситуации, чтобы впоследствии не пожалеть о свершившемся (или несвершившемся);

...вы стали невольным свидетелем чужой измены и не знаете, сообщать ли о таком положении вещей обманутому партнеру (который на полставки еще и ваш друг или подруга);

...вы уверовали в постулат «хороший левак укрепляет брак» и очень хотите укрепить свой брак, но не особо уверены, что тыкание своим членом в вагину другой женщины сильно укрепит ваши актуальные отношения;

...вы отчаялись наладить отношения с актуальным супругом, но радикально менять свой социальный статус (разводиться) не хотите, а близости, нежности и любви, наоборот, хотите;

...вы жена, которая обнаружила любовницу у своего мужа и не знаете, как вести себя в этой ситуации, чтобы не потерять мужа и самоуважение;

...вы – любовница женатого мужчины и не знаете, что делать в этой непростой ситуации;

...вы с партнером пытаетесь пережить измену, но ничего дельного у вас из этого «переживания» не выходит;

...вы вроде бы не изменяете вашему мужу, но ощущения такие, что изменяете.

В общем, эта книга для всех, кто столкнулся с неверностью и думает, как из этого столкновения выбраться с наименьшими потерями. А еще думает, как жить дальше, чтобы подобных столкновений больше не было.

И самое главное: эта книга не свод правил. Это просто откровенные истории, в которых я смела оказаться за те 42 года, которые живу на этой планете. И выводы по всем этим историям. И комментарии психологов, сексологов и прочих других – ологов.

Я не учу вас жить. Я сама живу первый раз.

Я не знаю, как правильно, поэтому живу как попало. И не имею права вас учить.

Я не лучше вас.

Но я знаю, к чему приводят измены. И хочу, чтобы вы тоже знали. Вдруг кому-то это будет полезно.

А всем остальным будет просто любопытно.

Полюбопытствуйте. Переверните страницу.

Мифы об изменах

Мифы. Парадоксально, но первое упоминание об изменах я нашла в книге «Мифы и легенды Древней Греции». Если бы у измен было лицо, то это было бы, безусловно, лицо Зевса. Не вспомнится случая, чтобы Зевс увидел прекрасную нимфу или богиню, или полубогиню, или крестьянку, или полукрестьянку, или даже ламантина с чешуей и усами, как у моржа, и не совокупился бы с ними

всеми. Одна нимфа, насколько я помню, чтобы не спать с Зевсом, превратилась в лебедя, но это не остановило Громовержца. «Лебедь, рак и щука» – это не басня Крылова, это сексуальные игрища Зевса. Поэтому не верю в то, что раньше не было извращений. Они были, просто назывались не извращениями, а мифами Древней Греции.

Если модель поведения закладывается с детства, то в моей влюбчивости виноват, безусловно, Зевс. А за мое всепрощение и синдром терпилы несет ответственность, конечно же, его вечная супружница Гера. Гера, возможно, баба неплохая, умная, адекватная. Но каждый раз, когда вскрывалась измена ее мужа (а это было каждый день, я вас уверяю), она, не разбираясь, просто убивала любовницу и прощала мужа. Не было такого, чтобы Гера вдруг сказала: «Зевсуля, мой хороший, а может, мы к семейному психологу походим с тобой? Хотя с тобой походишь... Ты и психолога поимеешь. Ладно, последний раз убиваю твою любовницу. Больше постарайся не изменять, а то мы совсем без персонажей в мифах останемся». Вот такая не особо здоровая реакция на измены мужа была у Геры.

Разводы на Олимпе как-то не приветствовались, поэтому Гера решала семейные неурядицы таким неприятным способом. Остановило ли это хоть раз Зевса в его стремлении размножаться? Ни разу. Просто с каждым новым случаем он становился более изобретательным. То в лебедя превратится, то в быка. Но даже в обличье быка он наставлял рога не себе, а своей жене.

В общем, с логотипом измены мы определились. Пусть это будет изображение Зевса с молнией в руке. Это очень символично, ведь между любовниками всегда пробегает искра. Это все Зевс. Это он во всем виноват. Переходим к мифам об изменах и опровержениям (или подтверждениям) этих самых мифов.

Все изменяют

Изменяют не все и не всем. Например, в 1992 году Национальный центр опроса общественного мнения Чикагского университета провел исследование, в котором участвовали мужчины и женщины от 18 до 59 лет. Вот что удалось выяснить ученым: 25 процентов мужчин и 15 процентов женщин из всех опрошенных признались в изменах. Пятая часть опрошенных вообще отказалась отвечать на вопрос: «Изменяли ли вы когда-нибудь своему партнеру?» Просто отказались. Что (если честно) уже выглядит подозрительно. Как и весь опрос,

который показал, что большинство людей никогда не изменяли. Подозрительность опроса в том, что ученые вынуждены верить словам незнакомых им людей, эти слова никак не проверить. И вообще, человек, который способен изменить своему партнеру, наверняка способен соврать и исследователю. Поэтому все эти слова условно верных людей следует воспринимать с изрядной долей скепсиса и недоверия.

Итак, чтобы особо восприимчивые барышни сейчас не впали в истерику, скажу: изменяют многие, но ваш мужчина точно не такой, он верен только вам. По крайней мере ровно до тех пор, пока он не докажет обратное.

Стремление к измене заложено в мужчин природой

Обычно после этой фразы звучит следующая: в природе самец стремится оплодотворить как можно больше самок, лев спит со всеми львицами прайда, чтобы произвести как можно больше потомства. Обычно упускается из вида тот факт, что любая львица без раздумий оставит своего самца, если поблизости окажется более сильный самец, который докажет, что теперь он – вожак прайда. Получается, стремление к измене заложено не только в самцов, но и в самок?

И раз вы так любите примеры с Animal Planet, вот вам еще один. Самки мухоловок-пеструшек (это такие небольшие птички) изменяют своим партнерам, чтобы у их потомства была дополнительная защита. Дело в том, что, когда на гнездо нападает хищник, защищать это гнездо слетаются все самцы с округи, с которыми самка успела переспать. Так что эти хитрые мухоловки стараются переспать прямо со всеми. Если удастся переспать с волком или лесником, то вообще можно за свое гнездо не переживать. Птенцы под надежной защитой.

Если попадается слишком верная мухоловка-пеструшка, наверное, супруг ей даже говорит:

– Слушай, а ты не слишком ли надеешься на мои силы? Я так-то даже в спортзал не хожу. У меня и сколиоз еще. А вдруг на наше гнездо нападут? Люся, ходи налево, прошу тебя, будь благоразумной птицей.

И даже если его супруга отказывается спать с другими самцами, ее избранник настаивает и гневно чирикает:

– Переспи с кем-нибудь! Наставь мне рога! Я хотя бы этими рогами буду защищать наше гнездо!

Ну или как-то так происходит это в мире удивительных животных. А мы с вами живем в мире не менее удивительных людей, поэтому у нас есть социальные рамки, которыми ограничиваются наши животные позывы. Давайте и впредь оставаться людьми.

Для тех, кто не унимается, вот вам еще интересный факт с телеканала Animal Planet. Так получилось, что всего три процента млекопитающих запрограммированы на моногамный образ жизни. Стремление изменять и постоянно менять партнера заложено природой не только в самцов, но и в самок. Верность в мире людей – это зачастую волевое решение, а не заложенное природой.

Женщины чаще прощают измену

Здесь речь не о прощении, а о том, что большинство женщин нашего поколения склонны задвигать свои чувства и эмоции на задний план. Дело в том, что (согласно исследованию Лин Микель Браун и Кэрол Гиллиган) женщины перестают доверять своим чувствам, когда с ними поступают плохо. Это все благодаря влиянию социума, который требует от женщин быть покладистыми. Общество транслирует нам: задача женщины – поддерживать связи с другими. Когда исследователи спрашивали восьмилетних девочек, что они чувствуют, когда их обижают мальчики, девочки осознавали свой гнев и открыто выражали его. Но уже к двенадцатилетнему возрасту эти же девочки на тот же самый вопрос смущенно отвечали: «Я не знаю».

Именно поэтому женщины, которым изменяют их мужья, боятся признаться в своих чувствах: даже себе они не говорят, как им нестерпимо больно и какой гнев они испытывают, понимая, как ими пренебрегают их мужья. Поэтому нет ничего удивительного, что женщины чаще всего не разрывают отношения, продолжая жить с изменником, убеждая себя, что «ничего такого не произошло» и «я должна любой ценой сохранить брак». Это не значит, что женщина простила. Это значит, что женщина загнала свои чувства вглубь себя.

Если ваши родители изменяли, вы тоже будете изменять

Это действительно так, ваши шансы попасть в обойму изменщиков существенно повышаются, если в детстве вы столкнулись с изменой родителей. Эксперт по вопросам прощения и восстановления доверия после измены Джанис Абрамс Спринг в своей книге делает неутешительный вывод. Если ребенок стал свидетелем неверности одного из родителей, у него в подсознании засядет спасительная идея: любить – это открыть себя боли, чтобы быть неуязвимым, нужно первым наносить удар, то есть изменять.

Банально, но именно так работает эта схема: чтобы не быть жертвой, будь агрессором. Поэтому не стоит удивляться, что вы, осуждая кого-то из своих родителей за измену, впоследствии берете с него пример.

Чем старше человек, тем меньше изменяет

Если верить эволюционному биологу Дэвиду Бассу (а причин ему не верить у меня нет, он ведь мне не врал, в отличие от моих бывших), верность не приходит вместе с возрастом. Иногда возраст приходит один.

Для сравнения могу вам напомнить о так называемом «пике неверности», который у женщин приходится на возраст с 30 до 40 лет. Чаще всего женщины изменяют именно в этом возрасте. А вот у мужчин как такового пика не обнаружено, поскольку они изменяют стабильно на протяжении всей своей жизни (верных в расчет не берем). Небольшой всплеск неверности у мужчин наблюдается к 46–50 годам. Это все обнаружил Дэвид Басс в своем исследовании. Поэтому миф о том, что с возрастом люди становятся верными, – это всего лишь желание верить во что-то светлое и доброе. И старое.

Реакция на измену у мужчин агрессивнее, чем у женщин

Не совсем так. Хотя гендерные различия на реакцию после вскрывшейся измены все же есть. Например, Джанис Спринг в своей книге говорит о том, что женщины в целом, после того как узнали об измене, настроены на восстановление и сохранение отношений, а мужчины, после того как узнают о факте измены, предпочитают закончить отношения и найти новую девушку.

Кроме этого, женщины чаще склонны впадать в депрессию и искать причины в себе: я недостаточно молода и красива, невкусно готовила, недостаточно раскрепощена в постели. Мужчины же чаще злятся и нападают на других. Для обманутого супруга в порядке вещей думать, что его «жену соблазнил хитрый альфа-самец, это ушлый любовник виноват в измене, вряд ли жена пошла налево, потому что я плохо к ней относился».

Для женщин характерно заикливание на измене, пережевывание ее, мужчины же предпочитают оставить боль и идти дальше.

Все эти гендерные установки не распространяются на всех мужчин и женщин, однако большинство реагирует именно так. Не знаю, с чем это связано, с биологией или культурными программами, которые прошивают человеческий мозг в процессе взросления, но факт остается фактом: наши реакции на измену отличаются друг от друга. Осознание этого поможет нам всем понять свои чувства и чувства партнера. Или не поможет. Это уж как повезет.

Существует ген измены

Согласно последним исследованиям, существует связь между специфическими мутациями гена вазопрессина и неверностью. Женские измены можно списать на гормональный сбой. Команда ученых из Университета Квинсленда в Австралии, возглавляемая доктором Бренданом П. Цитчем, изучила 7378 человек, состоявших в отношениях в прошлом году, и выявила взаимосвязь между случаями неверности и 5 вариантами мутаций гена, кодирующего выработку вазопрессина в организмах неверных партнеров. Исследователи обнаружили, что до 40 процентов случаев женских измен можно списать на генетику.

Женщине, у которой нет мутации, вазопрессин помогает строить крепкую связь с партнером, проявлять сочувствие и понимание. Женщины, в организме которых ген мутировал, не могут сочувствовать своему партнеру, проявлять должное уважение. Это создает благоприятные условия для интриг на стороне.

Любопытное исследование. Теперь изменяющие женщины могут спокойно говорить своему мужу: «Я не шлюха. Я мутант!» А на логичный вопрос: «Что за голый мужик рядом с тобой в постели?» – отвечать так же невозмутимо: «Это профессор Ксавьер». Вот такие вот «Люди Х». Так сказать, люди на букву «х», но

не подумайте, что «хорошие».

Изменщика выдает виноватое выражение лица

Ну, тут даже Пол Экман вместе с доктором Лайтманом аплодировали бы стоя. Если вы, опираясь на виноватое выражение лица, поймали своего благоверного на измене, вам самое место в сериале «Обмани меня», а не в реальной жизни.

На самом же деле изменивший человек не всегда испытывает чувство вины за содеянное. Вот короткий список причин, почему вы можете не чувствовать вины.

1. Вы уже давно поставили крест на своем браке. А измена является финальным гвоздем в крышку гроба ваших отношений.

2. У вас модное психическое расстройство или синдром, который блокирует эмоции и чувства. Возможно, из чувств у вас есть только слух, зрение, обоняние и осязание. Все. О каком чувстве вины может идти речь!

3. Вы ненавидите или злитесь на своего мужа. Поэтому свою измену воспринимаете как логичное и справедливое возмездие.

4. Вы влюблены в своего любовника.

5. Ваше мировоззрение оправдывает измены. Это из серии «все люди полигамны, поэтому изменять – это как дышать».

Короче, если человек убежден, что он не сделал ничего плохого, виноватого выражения на его лице не ждите.

Богатые мужчины изменяют чаще

По словам социолога Кристин Мюнш из Корнельского университета, это действительно так. Она проанализировала уровень заработка молодых пар и выяснила, что парни, которые более независимы в финансовом плане, чаще склонны заводить любовные интрижки.

От себя добавлю: если парень живет от зарплаты до зарплаты, это не значит, что он «чистенький». Возможно, этот нищеврод тоже вам изменяет, просто обалтывает девушек не при помощи денег, а при помощи обаяния и харизмы. И согласно теории Кристин Мюнш, если бы у этого харизматичного нищеврода были деньги, он изменял бы в пять раз чаще!

Мужчины изменяют чаще, чем женщины

Скорее всего, этот миф возник из-за того, что женщины тщательнее скрывают свои измены. Как вы помните из предыдущей главы, нас осуждают больше, мы вынуждены скрывать свои похождения. Поэтому, мужчины, если вы обнаружили измену своей жены, поверьте, она хотела, чтобы вы ее обнаружили. Возможно, каждый день оставляла открытым свой ноутбук с перепиской от любовника, его трусы у кровати и самого любовника в спальне. Просто вы не особо отвлекались от игры в плейстейшн, поэтому заметили факт измены только через семь лет, когда в доме отключили Интернет и вы отвлеклись от своей «плойки».

И еще. Мужчины не намного чаще изменяют, просто они чаще сознаются в измене. Они легче всего покупаются на стандартный обман под названием «признайся мне в своей измене, тебе ничего не будет». И мужчины признаются. И после этого у них реально ничего не будет: ни секса, ни ужина, ни половины имущества.

Алкоголь провоцирует измену

Да, но в большей степени – у мужчин. Удивительную взаимосвязь обнаружили ученые при изучении того же самого гормона вазопрессина. Ученые провели ряд исследований полевок (это весьма верные грызуны). При введении вазопрессина самец полевки превращается в крайне верного мужа. Не в том плане, что, как в мультике «Золушка», мыши превращались в кучеров. Нет. Мыши оставались мышами, но очень верными. Вот такой полезный гормон этот вазопрессин. И все было бы неплохо, но выработка вазопрессина при употреблении спиртных напитков снижается, что может способствовать измене.

Сексолог Терещенко, изучавшая эту проблему, утверждает: «Алкоголь может способствовать измене не только потому, что растормаживает вообще, но и потому, что вазопрессин становится не способным оберегать привязанность».

Такого воздействия алкоголя на женский организм не обнаружено, так как на привязанность у женщин влияет только окситоцин, а его выработка при употреблении алкоголя не снижается.

Вывод: пьяная женщина может хранить верность своему любимому мужу, а вот пьяный мужчина, увы, похвастаться верностью не может. Зато может похвастаться членом.

Измена – это нехватка секса в семье

Не всегда. Поскольку известны случаи, когда мужчины покупают на ночь проститутку, чтобы с ней поговорить. Печально, но факт остается фактом, иногда мужчине на стороне нужен не секс, а хороший собеседник и собутыльник. А если это все объединяется в одной женщине, то и «вовсе отлично, хорошая проститутка, заверните две штуки!».

Порой измена возникает не из-за нехватки секса, а из-за того, что секс не такой, какой нужен человеку. Как сказал мой хороший друг, который очень любит свою жену, но спит почему-то с другими женщинами легкого поведения: «Я люблю наблюдать за женщиной, как она двигается, трогает себя. А с женой у нас секс в темноте». Ну, если жена его поймает на измене, с сексом в темноте тоже начнутся перебои, я думаю.

Мужчине нужно нагуляться до брака

Если до брака мужчина бегал по случаям, как пес шелудивый, то очень вряд ли брак его изменит. Вполне возможно, на время (год-два) он будет очень стараться быть верным из любви и уважения к жене. Но через некоторое время все равно вернется к своему привычному поведению. А оно, как мы все понимаем, состоит в том, чтобы гулять.

Невозможно «нагуляться». У меня есть пес Серик. Он безумно любит гулять. Знаете, что произойдет, если я разрешу ему гулять весь день? Правильно, он будет бегать по полям и огородам весь день, а вечером уснет довольным и счастливым. Но как бы долго он ни гулял, как бы сильно он ни нагулялся сегодня, завтра он снова захочет гулять!

Чем позже вступаешь в брак, тем осознаннее выбор партнера и тем меньше измен

А вот и нет. В своей статье в журнале The Atlantic Хьюго Швайцер замечает, что измены случаются в молодых семьях с той же вероятностью, что и в семьях, созданных взрослыми людьми. Различие только в том, что первые чаще прощают друг другу ошибки и измены, поскольку признают почти абсолютную неизбежность этой самой измены.

А вот второй тип семей гораздо реже прощает сексуальные измены, поскольку предполагается, что люди, которые наконец решили заключить брак, достаточно зрелые, чтобы контролировать свои желания и быть предельно честными. Они демонстрируют немалую наивность, полагая, что богатая коллекция добрых впечатлений послужит им защитой от неверности. Поэтому, столкнувшись с неверностью супруга, они не могут ее простить и преодолеть.

Хороший левак укрепляет брак

Может быть. Пока об этом не узнает жена. Просто я ни разу не слышала ни от одной женщины историю о том, как муж ей врал, изменял, а после того, как она узнала об измене, в семье воцарилось спокойствие, идиллия и взаимопонимание. Или про какую семью сейчас речь? Если про семью мужа и любовницы, то, наверное, да, хороший левак действительно укрепил отношения между ними.

И еще: какой левак можно называть хорошим? Есть какой-то ГОСТ по левакам? Какие-то золотые стандарты имеются? Как определить, левак моего мужа хороший или так, «на троечку»?

Скорее всего, сторонники этой теории хотят сказать следующее: иногда отношения между супругами настолько ужасны, что ссоры возникают каждый день. А потом у мужа, например, появляется любовница, и муж перестает отвечать на провокации своей жены. Она орет, а он сидит, попивает квас и мечтательно смотрит в окно: где-то там через пару часов он встретится с любовницей и проведет отличный вечер. Постепенно и жена начинает орать реже, видя доброго и спокойного мужа. И вуаля – в браке спокойные отношения благодаря интрижке супруга. А потом интрижка вскрывается, и вуаля – жена орет в два раза громче.

Изменяют даже те, кто счастлив в отношениях

Ученые Геттингенского университета (Германия) десять лет изучали статистику и теперь абсолютно уверены, что 86 процентов мужчин и 94 процента женщин, по-настоящему довольных своей сексуальной и личной жизнью, никогда не изменяют своим постоянным партнерам. Тоска по свободе начинается лишь тогда, когда в сексе или отношениях что-нибудь пойдет не так.

Причем если у мужчин спусковым механизмом измен является чаще всего недостаток секса, то для женщин важнейшим фактором является невнимание и равнодушие партнера. Поэтому, если ваш партнер или вы на постоянной основе бегаєте налево, есть повод поговорить, кому чего не хватает в отношениях.

Мужчины не прощают измену

В 2005 году интернациональная редакция журнала Elle проводила опрос в 26 европейских странах, США и Канаде. Согласно этому опросу, 71 процент мужчин и лишь 42 процента женщин сказали, что измена партнера для них автоматически означала бы конец отношений. Впрочем, считает Донна Меерзон, одно дело – делать громкие заявления, а другое – попасть в непростую ситуацию. По ее личному опыту, полученные данные можно смело делить на два. Тем не менее и она согласна с тем, что женщины гораздо чаще готовы прощать, чем мужчины. Большинство мужчин не прощают измену. Однако не стоит забывать про 29 процентов, которые заявили, что измена – это еще не повод расставаться с любимой женой. Это, как ни крути, каждый третий мужчина.

Свободные отношения предотвращают измену

Доктор Ханс Йеллушек, автор ряда бестселлеров, посвященных проблемам отношений, утверждает, что перспективы у пар, живущих свободным браком, не самые радужные. По статистике, такие союзы (бывшие очень популярными в 70–80-х годах) распадаются намного чаще и быстрее, чем стандартные пары. Причина в том, что чисто механического секса не бывает. Даже если это одноразовая встреча с профессионалкой за деньги, хороший секс все равно создаст между вами отношения взаимной симпатии. А если эту встречу

повторить пару раз, то можно дойти до ощущения принадлежности друг другу – самого страшного для актуального брака.

Мужчины изменяют членом, а женщины – душой

Большинство сексологов и психологов сходятся во мнении, что измена для мужчины носит порой чисто физиологический характер: потыкался и забыл. А женщина зачастую влюбляется в своего любовника, для нее измена – это нечто большее, чем просто секс.

Поскольку мужчины могут возбуждаться просто от одной картинке, им не нужно наделять свою любовницу какими-то человеческими качествами. А вот женщины, в большинстве своем, зачастую не способны наслаждаться безэмоциональными или обезличенными аспектами сексуальной жизни. Мужчины как будто лучше приспособлены к сексу на стороне: они могут отделять секс от привязанности и влюбленности. Женщины же чаще привязываются к любовнику, думают о нем, что приводит к романтизации образа этого самого любовника.

Недавнее исследование внебрачных связей и поведения показывает, что женщины чаще ищут любовников для любви и общения, а мужчины – для секса. Даже оправдания у мужчин и женщин диаметрально противоположны. Чтобы объяснить свою неверность, женщина обычно говорит: «Да, я пошла налево, но я влюбилась в того мужчину!» Мужчина обычно говорит: «Да, я пошел налево, но я же не влюбился в ту женщину!»

Опять же, и из этого правила есть исключения. Есть очень эмпатийные и романтичные парни и не особо эмоциональные девушки. Исследователи Кэрл Ботуин и Дальма Хейн в своих книгах говорят о новой породе женщин, которые активно ищут любовников просто для секса, не привязываясь и не влюбляясь. Осталось дождаться новой породы мужчин, которые будут рожать детей.

Я бы еще долго продолжала перечислять мифы про измены, но нужно переходить к основной части марлезонского балета – разным видам неверности. Что касается этих установок относительно измен, я могу сказать вот что. Жить, ориентируясь на подобные мифы, так же глупо, как жить, ориентируясь на подвиги Геракла. «Если у Геракла получилось порвать льва пополам, то и я смогу» – это нежизнеспособная схема. «Если у Зевса получалось изменять своей

жене, то и у меня получится» – схема тоже ненадежная. Просто помните о том, что Зевс был бессмертным, а вы – нет. Помните об этом важном факте.

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.com/krasnova_natal-ya/ne-vernost-что-делат-kogda-ne-znaesh-что-делат

надано

Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: [Купити](#)