

# Как жить вместе долго и счастливо

**Автор:**

Татьяна Огнева-Сальвони

Как жить вместе долго и счастливо

Татьяна Огнева-Сальвони

В жизни женщины есть два сложных периода – до замужества и после замужества. Об этом – первые две главы. В которых есть и теория – последние достижения психологической мысли по самым наболевшим проблемам, результаты международных исследований, мнения разных психологов, и практика – конкретные РАБОТАЮЩИЕ упражнения, авторские тесты, живые истории и самые интересные и остроумные комментарии читателей. Третья глава – Психологический практикум о нематериальном счастье и материальном благополучии. Особенность: По сути – это не одна книжка, а концентрат информации из нескольких десятков томов и научных конференций. Самое вкусное, самое важное, самое нужное – коротко и доступно, под приятным соусом журналистского слога.

Татьяна Огнева-Сальвони

Как жить вместе долго и счастливо

Введение

Создать семью – не проблема. Создать счастливую семью – вот задача века! Я веду рубрику об отношениях уже больше пяти лет. Я дотошно искала и продолжаю искать решение. Вместе с читателями, учеными и писателями... В процессе этих поисков и сама счастливо вышла замуж. Вместе с мужем мы родили сына Сашу. Когда-то давно мне казалось, что главное в жизни – успешная карьера. Но оказалось, что быть любящей и любимой мамой, женой – какое-то непередаваемое счастье. А карьера тогда как-то сама собой прилагается, вроде бонуса.

Особенность моих статей, во-первых, в том, что я все пропускала через себя. Чтобы давать максимально полезную и важную информацию. И если мне лично в моей жизни и жизни моих реальных знакомых эта информация помогала, я несла ее на страницы газеты.

Во-вторых, я всегда рыла очень глубоко. Одно дело – мое мнение и что кажется лично мне. А другое, объективные результаты научных исследований.

Но проблема, что ученые и психологи говорят на сложном языке терминов. Чтобы понимать их правильно, нужна теоретическая база. Для этого я закончила психологический факультет, кафедру клинической психологии.

Впрочем, наиболее сложным оказалось вынырнуть из научной среды и рассказать все то, что узнала, простым доступным языком. И вот в этом мне всегда очень помогали мои редактора, часто приговаривая: «Очень интересно все, что ты написала, а теперь забудь, что ты психолог, вспомни, что журналист. И перепиши!»

Так что за окончательными веселыми строчками – мощная научная основа. И конечно сплошная польза. Потому что, повторяюсь, прежде чем что-то советовать, я испытывала теорию на своей практике и своих многострадальных подруг-друзей.

В дополнение к некоторым статьям я разработала простые, но точные тесты, которые помогут лучше понять вам себя и близких.

И пусть счастье станет нормой жизни!

Ваши отзывы я жду по адресу psy@kr.ru.

Шлю лично каждому, дорогой мой читатель, свой самый яркий луч радости и любви!

Татьяна.

Часть 1. В свободном полете

Кого не берут в жены?

Одна френдесса в интернете точно подметила: женщине всегда хочется замуж и уюта. Даже если она замужем и ей уютно. Шутки шутками, а создать семью для многих девушек сегодня – проблема. При том, что они и умницы, и красавицы, и успешны в работе. Но – не сложилось. И вот – годы идут, она хорошеет и умнеет, а мужа все нет. В чем дело? Почему за одними женщинами мужчины бегают и стараются им угодить, а других, даже гораздо более привлекательных, не замечают или каждый раз подло бросают? Психологи утверждают: это из-за неправильного поведения засидевшихся в невестах. Вот мы и решили посмотреть: а на ком нормальные мужчины, с которыми можно создать счастливую семью, не женятся?

На слишком желающих в загс

Если у тебя на лбу только что не вытатуировано: «Хочу замуж!», то можно распрощаться с мечтами о белом платье и семейном уюте в принципе. Потому что пока ты отчаянно хочешь замуж, другие живут полноценной жизнью. В том числе создают семьи. Одна коллега развелась несколько лет назад и решила сразу же создать новую. Поклонников всегда было в избытке. А тут вдруг как корова языком слизала. Если сильно хочешь замуж, мужчины это чувствуют

пятой точкой и делают ноги. Она даже стала повторять разные штампы: «Мужчин не осталось, хороших разобрали щенками!» А прекрасные мужчины в это время флиртовали с кем угодно, только не с ней. Жизнь будто кончилась...

– Много таких, которые думают, что только после замужества все наладится, и годами маниакально живут лишь ожиданием! – рассказывает психотерапевт Елена ДОБРОБАБЕНКО. – Помню одну такую клиентку. Она была настолько зациклена на мысли о замужестве, что сообщала мужчине об этом сразу. И вела себя так, словно ей все равно, за кого, лишь бы взяли. Но в нормальном состоянии человек сразу не хочет замуж. Она же вместо флирта могла начать сразу обсуждать быт, кто должен убирать, стирать, гладить. Но это лечится. А главное, что недавно она вышла замуж. Вот рецепт: на приеме я взяла с нее подписку о том, что в ближайшие два года она не пойдет под венец. Девушка перестала думать только об этом и начала жить расслабленно, нормальной жизнью. Через 8 месяцев все случилось само собой.

На идеалистке

– Мне нужен самый лучший! – говорит «невеста» и рисует себе в голове удивительный микст из голливудских актеров, героев сказок и женских романов, а все вокруг кажутся неподходящими. Ну попробуй конкурировать с придуманным персонажем!

Ей все кажутся недостойными. И даже если такой встречается, спустя пару недель герой признается бракованным со всех сторон.

– У ищущих принца слишком высокие запросы. – говорит Елена. – Она не хочет осознавать, что у людей есть недостатки. И относится к окружающим не как к живым, а как к биороботам с набором данных.

При этом ждущую принца вечно кидает в крайности и в отношении себя, и других. То она самая лучшая, то хуже нее никого нет и ее положено раздать на органы. Она мучается со своей высокой планкой как дурень с писаной торбой. Может отпускать ядовитые шуточки в адрес подружкиных женихов, но что удивительнее всего, при этом сама, чтобы не быть одной и чувствовать себя королевой, терпит рядом первое, что приплыло. Причем, как правило, намного

хуже ее самой, чтобы на его фоне выделяться с лучшей стороны. Иногда, завидев в каком-то объекте только намеки на какие-то признаки мужчины мечты, влюбляется до потери пульса. И чем недоступнее объект, тем сильнее ее зависимость. Но куда все девается, когда вдруг предмет страсти действительно становится ее мужчиной? Уходит, как белых яблонь дым...

– Это последствия нарциссической травмы из детства, – рассказывала на летней конференции «Здесь и Теперь» психотерапевт Татьяна ШПИЛЕВА. – Женщина хочет жить в идеальном мире, а реальность принять для него очень сложно. Она не способна выстраивать нормальные отношения, ждет идеальных, которые она сама придумала.

Что делать? Учиться принимать реальность без оценок. Вот солнце, вот снег, вот остановка, вот машины, вот люди... Не хорошо, не плохо. Такое, какое есть и какое, видимо, должно быть.

На адреналинозависимых

Есть женщины, которые считают, что любовь – это непременно вулкан страстей и буря эмоций, творчество взмах и безумные поступки. Это часто проблема начитанных женщин, тонких таких, душевных. Ждут того, от которого их станет колотить. Не хотят они замуж за нормального и спокойного человека. Это ж скучно!

Что ищешь, то находишь! Она и находит, она не может жить без адреналина, втюривается тогда, когда обязательно есть все поводы для драмы... А затем по изъезженному сценарию: слезы, подушка, подружка, вино. Одна моя сокурсница на журфаке влюбилась в преподавателя 40 лет. Он ее отшивал, как мог. Но она узнала все про его семью, про жену, ребенка, подслушала их ссору, следила и вела дневник наблюдений. Как умудрялась учиться, непонятно. Был жуткий эпизод, как он приехал к ней под покровом ночи в общежитие, она выгнала из своей комнаты всех соседок. Привез бутылку вина, выпил из горла и лишил невинности назойливую студентку. На выходе сказал: «Ну теперь-то ты от меня отстанешь, надеюсь!» Она напилась в тот вечер, обрыдалась. В отместку ему переспала с другим и уехала куда-то на Север, не закончив универ. Прошло 10 лет, мы нашли в интернете. Перекинулись письмами. Она не вышла замуж. Все

ищет сумасшедшей любви на всю жизнь и чтобы у обоих – сердца в унисон. Объекты сменяются, сценарий совершенствуется, но суть остается.

– Это поиск любовной зависимости, а не любви. – говорит психотерапевт Михаил Камелев. – Есть люди, которые не понимают, что любовь – это спокойное состояние, а не буря в стакане воды. Им проще впасть из одной зависимости в другую, так им кажется, что они живут полноценной жизнью. Это определенное расстройство личности. Такая женщина может выйти замуж, если вдруг случится взаимная любовная зависимость. Но это только звучит хорошо. На самом деле суть зависимости как раз в том, чтобы не давать нервам покоя. Как правило, такие пары несколько лет очень мучают друг друга, а потом тот, кто больше устал, уходит.

Американский психотерапевт Ирвин Ялом о таких пациентах написал книжку «Лечение от любви». Суть сводится к тому, что надо понять, кого из родителей ты ищешь в любимом и кого тебе больше всего не хватало в детстве. Впрочем, самостоятельно разобраться сложно. Лучше пойти к специалисту.

На излишне непосредственных

Эта женщина как ребенок, непосредственна до зубного скрежета. Но это не очаровательная непосредственность. А слепое подчинение всем своим импульсам. Эгоцентризм в крайней форме. Яркий пример – одна знакомая, торгует цветами в магазинчике возле редакции. И красивая, и интересная. Но вот что ей в голову взбрело, то она и делает. Понравился мужчина, она его начинает доставать. Он к ней один раз пришел, как клиент, за цветами. Записала телефон и давай долбать. Сначала это любого интригует, потом клиентом меньше. С другим пошла на свидание: «Ой, он меня изнасиловал!» Это как? «Ну он сказал, пойдём ко мне домой, я не смогла отказаться, а там начал приставать, и так настойчиво, а я не смогла сопротивляться...» Такое чувство, будто голову не включает. Вот хочется ей с мужчиной спорить – и ведь спорит до посинения, хотя никому эта правда не нужна, да и не права она, в общем-то. Или начинает неожиданно просить заботы и ласки, мол, хочу, дай. И обижается по пустякам. Или с ходу ляпает что-нибудь эдакое: «А что это у вас ботинки ну совсем немодные? На распродаже брали?» Есть, как известно, обожаемый мужчинами тип «прелесть какая дурочка», так вот эта ведет себя как «ужас

какая дурища». Капризность, требовательность, неумение понять другого человека, вечное желание что-то доказать, позиция «все кругом виноваты».

– Инфантильность. – резюмирует наш консультант Елена Добробабенко. – Это самый легкий способ сбросить с себя ответственность за отношения. Помогает курс по освоению самыми простейшими правилами поведения и обучиться партнерским отношениям. Потому что мужчине в женах не нужен ребенок, ему нужна морально зрелая женщина.

На слишком доступных

– Ну вот смотри, я и шью, и вяжу, и фигура, и готовлю, и пою! Чего этим мужикам не хватает? – жалуется одна моя действительно необыкновенно красивая знакомая. На нее всегда и везде вешаются мужики. Только больше двух-трех горячих свиданий мужчины в отношениях не идут. Сначала вроде прифигевают, боятся лишнее слово сказать рядом с такой богиней, а как видят, что она сама стелиться готова ради их внимания, тут же делают с Олечкой свои дела – и хвост трубой. Финиш аморе. Раз в полгода какой-нибудь из прежних звонит, мол, приезжай сейчас. И она бросает все дела, едет на такси за свои. И еще ужин ему сготовит и носки погладит. Почему у нее такая заниженная самооценка, непонятно. Единственный интерес в ее жизни – мужчина. Она всегда доступна, всегда ждет звонка. Не может послать мужчину, если он хам. Ей кажется, что она такая одна.

– Вот любая другая бы ему тарелкой в лоб залепила, а я улыбаюсь и молчу. Я мудрая.

Оля верит, что однажды найдется мужчина, который оценит ее мудрость, терпение и ангельский нрав. И не хочет понимать, что мужчинам в отношениях тоже нужны четкие ориентиры. Если она показывает, что с ней можно не церемониться – с ней и не будут церемониться. Мужчины никогда не будут лезть из кожи вон ради той, которая сама лезет ради них из кожи...

Тест: Мешает ли вам что-то выйти замуж?

Выберите в каждом вопросе свой вариант ответа. И выпишите буквы в столбик.

1. Как быстро вы идете на интимные отношения с женщиной?

а) Иногда и первое свидание заканчивается сексом. А чего ждать, мне, как минимум, надо понять, стоит ли с ним дальше встречаться или нет.

б) Не знаю, как пойдет. Если слишком настаивает и достойный – почему бы и нет.

в) Стараюсь протянуть подольше.

2. На чьи ощущения во время общения с женщиной вы больше ориентируетесь?

а) На свои. Если не заводит, не интригует, дальше не общаюсь.

б) Стараюсь, чтобы ему понравиться, произвести впечатление, слежу за его выражением лица, выполняю все советы психологов по одежде, поведению.

в) Я смотрю как бы со стороны, оцениваю общие ощущения и как мы смотримся.

3. Вы можете продолжить фразу «Беда современных мужчин в том, что они...»?

а) Еще как! Я могу сделать часовой доклад на эту тему.

б) Их беда в том, что я им не нравлюсь. Вот и все.

в) Не могу обобщить всех.

4. От чьего хорошего или дурного настроения, капризов и т. д. в вашей родительской семье зависела общая атмосфера дома?



а) Думаю, от папы больше. (Либо папа жил отдельно, но о нем всегда много говорили).

б) Скорее от мамы.

в) От обоих в равной степени.

5. Какое бы животное вы себе выбрали в качестве вашего тотема?

а) Грациозная тигра.

б) Смешная и милая панда.

в) Домашняя пушистая кошка.

Результаты:

Подсчитайте, ответов под какими буквами у вас больше.

Три и больше ответов под буквой А:

Если у вас есть проблемы с замужеством, значит, вам мешает повышенная воинственность и активность. Вы берете инициативу в отношениях на себя и не даете мужчине проявиться в полной мере. Поэтому чаще всего к вам тянутся мужчины мягкого склада, в то время, как вам хочется встретить того, кто сильнее вас. Уверенность часто помогает в жизни. Но вам нужно стать чуть более мягкой и научиться загадочно молчать, не спорить.

Три и больше ответов под буквой Б:

Ваша проблема - неуверенность в себе. Комплексы рождаются в глубоком детстве, а потом борешься с ними полжизни. Вам поможет упражнение: выпишите в столбик 10 своих достоинств общепринятых, которые есть у всех, а

затем 10 качеств, которых нет почти ни у кого, какие-то необычные, удивительные. Посмотрите, насколько они вам мешают или помогают в жизни. Потом список нужно менять и дополнять раз в неделю. Плюс используйте аутотренинг из фильма «Самая привлекательная и обаятельная».

Три и больше ответов под буквой В:

Если вы до сих пор не замужем и толпы поклонников не осаждают вашу крепость – это странно. Потому что есть все предпосылки для нормальных отношений. Возможно, вы просто слишком напряжены. Расслабьтесь и просто живите своей жизнью.

Все варианты ответов по 2, 2, 1:

Сочетание неуверенности в себе и повышенной активности – гремучая смесь для создания здоровых отношений с нормальным мужчиной. Вы можете произвести впечатление в первую встречу, а потом сами же все испортить своей нервозностью. Вам нужно больше времени посвятить изучению себя и перестать искать недостатки в других. Приняв и поняв себя, вам будет легче принимать и понимать других, а не опираться в своих оценках на стереотипы.

У кого больше шансов получить нормального мужа?

Есть одна старая байка про очень богатого и успешного мужчину, которого спросили: «А в чем ваш секрет?» – «Мне попалась хорошая жена!» – гордо ответил он.

Когда спрашиваешь у любого из мужчин, какой жена должна быть, они не перечисляют по полчаса разные качества, как женщины. Отвечают именно этим словом: «Хорошая». Ученые составили психологический профиль женщины, которая не задержится в одиночестве. Оказалось, все дело даже не в характере, а во внутреннем состоянии дамы. Вот кого нормальные мужчины – потенциально хорошие мужья – готовы вести в загс.

## Обычная

Вот именно так. Женщина может быть нереально исключительной, удивительной, волшебной, но если внутренне она мыслит себя обычной, то ее исключительность становится только заметнее. Мудрецы испокон веков твердят: девушку украшает скромность. То же твердят и психотерапевты. И знакомый священник говорил, что причина всех наших проблем – гордыня. Вот поборешь ее, и жизнь наладится. Проверила на себе. Сработало!

Более того, жить и правда стало легче. Когда считаешь себя слишком талантливой или еще какой-то особенной, это накладывает кучу дополнительных обязательств. Сама себя короновала, все: рядом с тобой должно быть только королевское окружение! Я знала очень красивую девушку, которая к 35 годам так и сидела одна. Ее песня-плач была всегда на одной ноте: «Вот этот такой хороший, работающий, меня любит. Но он ниже меня на 2 сантиметра! Мы же будем смешно смотреться! А тот приглашал в ресторан – а сам одет кое-как. А тот в компании двух слов связать не может!» Такое впечатление, что она искала не мужа, а выставочную собачку. Когда ты все время всех оцениваешь по уровню ума, кошелька, влияния, мужчины это чувствуют и замыкаются. Многие хорошие парни начинают думать, как персонаж песни Высоцкого: «Куда мне до нее, она была в Париже!..» А когда думаешь: «Я обыкновенная, я имею право быть любой» – и сразу мужчины вдруг открываются. Не зря ведь говорят: будь проще, и люди к тебе потянутся. При этом все достоинства и таланты, если ими не кичиться, становятся выпуклее.

## Слабая

Сила женщины в ее слабости – это закон. Рядом со слабой женщиной любой мужчина становится сильнее. И речь идет не о том, чтобы карикатурно изображать мигрень, хотя у некоторых и это работает.

А в чем отличие слабой женщины от сильной? Слабая не твердит о том, что она слабая, она не суетится. Просто смотрит на мужчину как на того, кто априори

сильнее.

А вот сильная женщина при любом удобном случае доказывает, то она сильная. Конкурирует с мужчинами, с женщинами, ставит всех на место, объясняет, каким должен мир. Не расслабляется ни на минуту, все контролирует. И злится на «слабых». Сама становится на место мужчины.

А ведь сильный пол создан для того, чтобы защищать и оберегать женщину. Но если женщина сама может за себя постоять, значит, он ей не нужен. К «бой-бабам» все время прибывает каких-нибудь паразитов. Слабая женщина чаще употребляет слово «хочу». И уважает «надо» мужчины. Сильная чересчур увлекается словом «могу», делает все сама и плюет на мужское мнение. Спорит с ним, соревнуется, в то время, как слабая мягко просит, но не требует. Но слабая, не значит такая тютя. В основе этой слабости принятие и уважение себя как женщины, чувство достоинства и женская гордость. И именно по этим трем причинам она не будет доказывать мужчине, что она с ним наравне.

#### Рациональная

Это та, которая знает, к примеру, где что дешевле, но ценит качество. Та, которой можно доверить семейный бюджет. Та, которая не транжирит почем зря, относится к вещам бережно, принимает решения взвешенно. Еще называют это качество хозяйственностью, домовитостью. Например, такая женщина, прежде чем что-то сделать, берет время на раздумья. Или рассуждает, обосновывает свои поступки рационально. Но не путать с расчетливостью. Рациональность – это разумность. Любой мужчина просто мечтает взять в жены разумную женщину.

#### Очаровательная

Главное очарование женщины – это когда она естественно непредсказуема в выводах. Логика женских рассуждений завораживает мужчин. Потому что это – недоступный им способ мышления, ведь у женщин немного по-другому устроен

мозг, там связи многополярные. «За женскую логику мы женщин и любим!» – признаются мужчины. Расслабленная женщина, которая не стремится понравиться изо всех сил, а просто общается, потому что интересно, выдает перлы автоматически. А вот та, что жаждет все время демонстрировать себя, выступает, как на сцене, играет множество ролей – от роковой вамп до загадочной феи, – в больших количествах утомляет. Это отлично для периодических встреч, но не для семейной жизни. Естественность – лучшее качество жены. Вот почему многие яркие бабочки злятся: как он мог жениться на этой серой мышке! Но никто не хочет жить в театре – туда приходят по праздникам. Иногда достаточно просто спокойно молчать. Молчание – золото и великое искусство.

### Умная

То есть, достаточно умная, чтобы не выставлять свой ум напоказ. Объясняю по научному: есть три смысловых поля, в которых общаются люди. Первое – «внешнее». Когда обсуждают то, что видят вокруг: природу, погоду, еду, архитектуру и т. д. Второе – «внутреннее»: говорят о чувствах, эмоциях, это я обожаю, а это терпеть не могу. Третье – интеллектуальное. На этом поле спорят о терминах и обсуждают философию Канта. Впрочем, интеллектуальное поле – это всегда, когда начинают обсуждать правила жизни, клеить ярлыки, объяснять, кто кому чего должен, в общем, все виды умничанья. Оно превосходно подходит для дружеского общения, работы и выступления на трибуне. А вот в любви, чем его меньше, тем лучше. Говорите с мужчинами об эмоциях, птичках, цветах и «ах, как я люблю спагетти болоньезе!». Кстати, именно очень умным женщинам тяжело построить счастливую личную жизнь. У них привычка все время блистать интеллектом. Они себя увереннее чувствуют, вооружившись цитатами, готовые к дебатам. А вот сильно нужны они нормальному мужчине в собственном доме?

### Юморная

Важно понимать, какое чувство юмора имеется в виду. Во-первых, умение понять и оценить его шутку, посмеяться над ней. Во-вторых, умение так подтрунивать

над женщиной, чтобы звучало как завуалированный комплимент. А если женщина шутит все чаще о себе, о других, о чем угодно, кроме самого мужчины – она стремительно теряет очки, как бы остроумна она ни была. Мы любим тех, кто замечает в нас что-то по-доброму смешное. В одной знакомой паре я увидела идеальное сочетание: он все время подшучивает над ней, она – над ним. И у них получается такой смешной, часто понятный только им, пинг-понг шутками, в который они могут играть бесконечно.

## Без фанатизма

Ну не любят они крайности! Могут мечтать о подобии Мэрилин Монро, а женятся на той, которая покажется им надежной женой, их цельной половинкой. Рассказывал мой знакомый, очень положительный во всех смыслах мужчина, как он свою будущую жену встретил. У него тогда был душераздирающий роман с одной начинающей певицей, яркой, как гавайский попугай. Начинала она в клубах, но мечтала о большой сцене. Он дико любил эту красотку, она его тоже, хотя страшно выносила ему мозг, заставляла ревновать и так далее. Жениться на ней он даже не собирался. Его будущая жена появилась в какой-то случайной компании, он как бы невзначай взял ее телефон, а своей маме в тот вечер сказал: «Я сегодня встретил свою будущую жену». Он не звонил ей полгода. Разбирался с чувствами к певице. И когда поставил точку, позвонил. Они встретились, сходили в кино. Потом еще куда-то, завязались отношения, потом как полагается, он сделал ей предложение, поженились, забеременели, родили крепыша и живут счастливо. У нее была в тот момент какая-то рядовая работа, типа офис-менеджер. Сейчас, конечно, дома с ребенком. Он рядом с ней сильно вырос в карьере. Вспоминает ту историю с певицей фразой «безумная любовь». Но семью надо строить с нормальной женщиной, чтобы без безумств и позитивно.

## Не опытная в сексе

Вот как бы они там ни разглагольствовали, что хотят страстных кошечек, но женятся на тех, которые придерживают начало близости. И говорят, что он у них второй, ну третий максимум. Мужчине больно даже допускать мысль, что он

десятый или пятнадцатый. Так что грамотные дамы сообщают, все прежнее было ошибкой, да, ты не первый, но с тобой зато первый в моей жизни оргазм. Все они консерваторы и диктаторы в этом смысле, как бы ни изображали лояльность. А еще лучше вообще ничего о прошлых не рассказывать и уж тем более не сравнивать ни в чью пользу. Тогда вообще проблем не будет.

Брачные ловушки: Как не попасться на собственный крючок?

Замужество не должно быть лотереей в русскую рулетку, а продуманным шагом. Некоторые говорят, ой, мол, не получится, разведемся и все дела. Те, кто проходили хоть раз через развод, никому его не пожелают. Чем ответственнее относишься к браку и к своей жизни, тем больше вероятность создать счастливую семью, а не абы какую. Я до сих пор помню сестру моей подружки (мы тогда были совсем девчонками), которая утром в день свадьбы собиралась, как заторможенная, почему-то плакала и говорила своей матери: «Что же я делаю?» И тем не менее поехала в ЗАГС, вышла замуж... Родители с обеих сторон потратили кучу денег на платье, ресторан, машины, тамаду. Через два года молодые развелись. Зачем и кому нужен был этот цирк – непонятно. Но то, что такие лжебраки не редкость – факт. Об этом говорит большое количество измен с обеих сторон. Психологи отмечают, что куда реже люди женятся осознанно. Они насчитали девять брачных «ловушек», в которые может попасть любая пара.

## 1. Романтическая

Как поется в старой песне: «и я увлекся этой игрой». В паре обоим так хочется сказки, что они начинают подыгрывать друг другу, на радость близким и родным. Все эти романтические штампы, песни-письма-серенады. Помните, как у Шарлотты из сериала «Секс в большом городе» с первым мужем? Друзья подливают масла в огонь своим восхищением «Ах, какая чудесная пара! Бывает же такое в жизни!» И так далее. А молодые слишком молоды и/или слишком увлечены формой своих отношений, что не в состоянии разрушить эту иллюзию и огорчить близких. По закону жанра «принц» и «принцесса» обязаны красиво

вступить в брак. А вот там уже они остаются наедине друг с другом. И оказывается, что реально они не готовы к семейной жизни. Иллюзии рушит быт. А за романтикой уже начинают бегать на сторону.

## 2. Сексуальная

Есть миф, что если двое подходят друг другу в сексе, они и во всем остальном будут совпадать. Но у одних совпадает, а у других постелью и ограничивается. Это очень мощная ловушка, поэтому-то в прежние времена старались оттянуть момент близости подольше, чтобы мужчина и женщина могли лучше узнать другие стороны избранника. Хороший секс затмевает разум. Так что всегда лучше обождать с этим делом.

## 3. Единомышленники

Это тоже довольно красивый миф – «мы – два художника» или «мы – два ученых», понимаем друг друга с полуслова. Общая профессия, хобби или увлечение одним и тем же принимается за родство душ. И вначале действительно есть о чем говорить. Причем иногда довольно долгое время. Особенно, если оба по настоящему «болеют» своей профессией. По сути это не отношения с другим человеком, а с единомышленником, коллегой, другом. Особенно много таких пар возникает в творческих кругах. И сколько из них доживают хотя бы до деревянной свадьбы?

## 4. Ловушка самолюбия

Ее учат использовать на курсах «стервологии». Манипуляция, которая играет на раненом самолюбии. Один другого не замечает, игнорирует, потом вдруг обращает внимание, и опять отвергает. Такое «холодно-горячо» кружит голову сильнее самых дорогих феромонов в духах из секс-шопа. И действует одинаково, как на мужчин, так и на женщин. Уязвленный начинает изо всех сил



добиваться другого. Его цель – победить. Во что бы то ни стало! Более того, сам «приз» может решить, что вот он, этот человек, который готов ради меня на все, любящий и преданный. И однажды отвечает «да». Игруны женятся, а на следующее утро обнаруживается, что игра закончилась. Причем как правило, тот, кто добивался, через какое время делает все, чтобы взять реванш и заставить «приз» бегать за ним.

## 5. Ловушка комплексов

Заниженная самооценка – это, к сожалению, распространенный диагноз. А у нас в стране вообще особенно не церемонятся с другими. И вот девушка, которая не пользовалась успехом, долгое время была в одиночестве, слышала о себе нелестные отзывы или принимала их слишком близко к сердцу, вдруг получает повышенное внимание к себе. Либо играет страх остаться на всю жизнь в одиночестве и она хватается за первого попавшегося, кто проявляет положительные эмоции в ее сторону. Еще хуже, когда она считает, будто ее статус незамужней делает ее неполноценным членом общества. Вот это уже совсем смешно. Лучше быть одной, чем вместе с кем попало. И перестать прыгать судорожно из одних объятий в другие, а освободить пространство жизни для того, чтобы мог прийти «твой» человек.

## 6. Миф о любви с первого взгляда

У психиатров это называется комплекс «лунный удар». Когда стоит жесткая установка на то, что ты его увидишь и узнаешь сразу, и он тебя, и оба всё поймут и тут же пойдут в ЗАГС, и вместе проживут счастливую жизнь. Причем тоже как-то мгновенно. Доказано, что так не бывает. Это – сказка! Ничего общего не имеющая с реальностью. Потому что люди – не маги и не волшебники. А настоящие экстрасенсы рождаются раз в сто лет и у них особая судьба. Чтобы полюбить по настоящему, человеку нужно как минимум полтора месяца на общение. Да, симпатия может возникать сразу, с нее все и начинается. Но вот влюбленность, которая возникает мгновенно – еще час назад не знала этого человека, а сейчас уже не представляешь своей жизни без него – можно сразу считать болезнью и зависимостью. В большинстве случаев это так. Вообще,

когда отношения строятся на «я от него без ума», шансы на то, что они продлятся долго, невелики. Самые прочные браки создаются с умом. Но это не значит, что ум исключает любовь.

## 7. Долг позвал под венец

Казалось бы, что в наше время уже не женятся из чувства долга. Ха! Еще как! Люди давно встречаются, или из-за беременности, или из жалости, а то еще хуже, мол, он или она без меня пропадет. Одна женщина вышла замуж за мужчину, от которого много месяцев собиралась уйти. А когда объявила ему об этом, тому поплохело с сердцем. И она осталась. Ради здоровья другого пожертвовала своей жизнью. Ни тот, ни другая не чувствуют себя счастливыми.

## 8. Брак по расчету

Это не столько классический вариант «выйти замуж за кошелек». Расчеты бывают и чисто психологическими. И встречаются куда чаще. Женщины бегут в брак, будто в зону безопасности. Кажется, что там начнется какая-то другая, более счастливая жизнь автоматически. Или молодые девушки выходят замуж, чтобы уйти из-под родительской опеки. Многие еще рассчитывают, что брак сделает их взрослыми, мол, их станут воспринимать более серьезно. Ради статуса замужней. Или ради «пристанища». Или еще ради какой-то другой по сути несерьезной «мелочи» да заморочки гребят лучшие годы жизни.

## 9. Чтобы забыть или отомстить

Любовь и страсть редко соседствуют со здравым смыслом. И сколько душещипательных романов, сколько песен создано по сюжету: «неразделенная любовь и в отместку она выходит замуж за другого». «Ты меня не оценил! Ты пожалеешь, и я другому отдана и буду век ему верна!» Ну в какие-то времена верность, может, и хранили. Сегодня «свадебная мстя» на всю жизнь не

растягивается. Есть еще такая иллюзия, будто клин клином вышибают. Мол, одну любовь должна залечить другая. Так не бывает. Нельзя забыться в объятиях одного, если еще живы чувства к другому.

Тест: Выходить ли замуж?

1. Когда он вас фотографирует, на снимках вы почти всегда получаете удачно?
2. Если вы не разговаривали и не виделись весь день, вам не хватает его голоса?
3. Вы можете спокойно заниматься своими делами и не ждете от него ежесекундно звонка, хватаясь за телефон?
4. У вас куча понятных только вам двоим шуток и историй?
5. Вам вполне комфортно помолчать вдвоем наедине?
6. Этому человеку вы можете доверить все, на него можно положиться?
7. У вас есть чувство, что с самого начала все было правильно и вы ничего не хотели бы подкорректировать в вашей истории отношений?

Результат:

Если на все вопросы вы ответили «да», то вероятность создания счастливой семьи очень и очень высокая.

Если вы ответили «да» на пять вопросов из семи, скорее всего, ваша семья будет вполне гармоничной.

Если только на три вопроса вы дали положительный ответ, задумайтесь, а может быть, стоит немного подождать с окончательным решением.

## Почему ждать принца вредно для личной жизни

Искать принца для порядочной свободной леди сегодня даже уже стало общим местом. Спроси любую красотку на остановке, она без запинки выдаст свой список ТТХ мужчины мечты. Голливуд на нашей женской слабости к принцам делает бешеные деньжищи! Они снимают свои сказки, а мы в них верим. Но чем слепая вера в принцев чревата в реальной жизни? И может... все-таки они существуют?

Мы, женщины – неистребимые фантазерки. Многие из нас всегда верили в идеального мужчину. Правда, за эти годы его образ девальвировался. Еще лет 20 назад группа «Комбинация» пела: «Где ж ты принц мой заграничный, приезжай, я жду тебя». Сегодня Глюкоза поет, мол, ему просто достаточно иметь «характер мужчины». Что, кстати, тоже понятие растяжимое. Чтобы сойти за принца, теперь не обязательно родиться в королевской семье. В некоторых случаях достаточно иметь приличную двушку в Бирюлево и красивую иномарку. Конечно, стандарты принцев у разных «золушек» разные. Другой, может, и в самом деле замок подавай с башенками. Но независимо от золушкиных appetitov вредность мифа для всех одинаковая.

### Опасность № 1. Нарваться на фальшивку

Главная опасность – псевдопринцы. Из-за активной веры в сказку попадаешь во всякие нехорошие истории.

– Я еду к принцу!!! – пишет мне подруга. – Ах, он такой-такой...

Познакомились в Москве, в ресторане. Взял ее телефон и пропал, а спустя полгода звонит. Пригласил погостить на неделю к себе во дворец в Австрию. И все расходы, конечно, взял на себя. Но дело даже не в расходах, эта лапушка-губки бантиком всяких богатеев видала. Дело в том, как романтично он все обставил. Сказал, что ни о ком так долго не думал, что потерял голову, ах, какая же ты! По приезду устроил совершенно волшебное путешествие. И оказалось,

что действительно у него там огромный роскошный дом. И даже конюшня с конем. В общем, она влюбилась и в ту же неделю сдалась на милость победителя. Что совсем не в ее духе! Проводил в Москву, и опять пропал. Она вся извелась, что случилось? Ведь все было так красиво! Неужели ему что-то не понравилось, где-то совершила ошибку? В голове перебрала каждую секунду их общения, где себя не так повела. Маялась, страдала: стоит ли ему написать или не навязываться? А через месяц он сам всплывает, пишет смс: «Дорогая, когда ты снова окажешься с моих объятиях? Все это время мечтаю только о тебе». У нее телефон чуть от счастья из рук не выпрыгнул! «Куда ж ты пропал, сердешный?» – поинтересовалась. «Дел было много, любимая!» – пишет он. Перезванивает и предлагает ехать мириться к океану на пару недель. Она уже начинает собирать чемодан, как судьба знакомит ее с девушкой, которая тоже знает этого «принца», тоже однажды к нему ездила. И которой он прислал совершенно аналогичную смс, но она не ответила, так как уже знала про его хобби пудрить мозги сразу нескольким «золушкам».

Конец ознакомительного фрагмента.

----

Купить: [https://tellnovel.com/ru/ogneva-sal-voni\\_tat-yana/kak-zhit-vmeste-dolgo-i-schastlivo](https://tellnovel.com/ru/ogneva-sal-voni_tat-yana/kak-zhit-vmeste-dolgo-i-schastlivo)

Текст предоставлен ООО «ИТ»

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию: [Купить](#)