

Руководство по семейным отношениям.
Принципы, которые создают здоровый брак
(The Marriage Manual.
Principles that Create a healthy marriage)

Махатма дас

Ниже приведены основные принципы, которым я обучаю на семинаре по семейным отношениям под названием «Священный союз. Законы взаимоотношений». Следование этим принципам поможет обратить плохой брак в хороший, а хороший брак станет еще лучше; а также может помочь наладить брак, который кажется обреченным на провал. Я и многие другие сочли эти принципы чрезвычайно ценными для создания хороших семейных отношений. Пожалуйста, применяйте эти принципы на практике в своих супружеских отношениях и делитесь ими с как можно большим количеством людей. Эти принципы основаны на здравом смысле, но в то же время глубоки и чрезвычайно эффективны, и любой человек может успешно их использовать.

Действительно ли важен здоровый брак? Прочитав все принципы создания здорового брака, вы можете подумать: «Чтобы создать хорошие супружеские отношения, требуется большая работа. Я не знаю, смогу ли я всему этому следовать. И вообще, стоит ли это всех этих беспокойств? Действительно ли хороший брак так важен? Разве мы не должны быть более отрешенными? И если отношения в семье складываются не лучшим образом, разве это не является просто моей *кармой* и, следовательно, это милость Кришны, чтобы помочь мне стать более отрешенным?» Тогда напрашивается вопрос: «А что означает хорошие супружеские отношения в сознании Кришны?»

Я никогда не видел, чтобы Прабхупада давал своим ученикам наставления создавать плохие супружеские отношения, потому что это сделало бы брак «хорошим», в том смысле, что пара будет настолько разочарована, что это поможет им понять, что в материальном мире невозможно быть счастливыми. Если вы будете развиваться в сознании Кришны, вы, естественно, поймете, что настоящая любовь – это любовь к Кришне и что нигде в материальном мире счастья нет. В наших священных писаниях

говорится, что цель семейной жизни – в конечном итоге стать отреченным от семейной жизни. Но как вы становитесь отреченным?

Один из лучших способов стать отреченным, хотя это кажется противоречивым, – жить в приносящем удовлетворение браке. Дело в том, что супружеская жизнь предназначена для удовлетворения материальных желаний таким образом, чтобы в конечном итоге их можно было отбросить. Если же эти желания так и не были исполнены, человек может обнаружить, что он или она жаждет осуществить эти желания в более позднем возрасте, в то время, когда они стали бы уже постепенно сходить на нет, если бы человек был женат. Хороший брак также означает оставаться вместе и создавать дома счастливую и мирную атмосферу для ваших детей.

Как говорил Прабхупада: «Женитесь и мирно живите вместе». Однако цель брака – не в том, чтобы просто быть счастливым. Цель состоит в том, чтобы быть счастливым в браке. Есть разница. Не смотрите на своего супруга как на того, кто сделает вас счастливым. Ищите возможность сделать счастливым вашего супруга. Если вы сделаете это, вы будете счастливы в семье. Когда вы счастливы в браке, вы создаете мирную атмосферу, *ашрам*, в котором можно возвращать сознание Кришны. А уже благодаря совершенствованию в сознании Кришны вы становитесь счастливыми. Никто никогда еще не становился счастливым, просто пытаясь удовлетворить свои желания. В то же время, если основные потребности в отношениях не будут удовлетворены, человек не может быть умиротворен. А чтобы мы могли развивать у себя сознание Кришны, необходимо быть умиротворенным.

Чувственные наслаждения не являются целью семейной жизни. Цель заключается в том, чтобы развить сознание Кришны. Если вы думаете, что обязанность вашего супруга – сделать вас счастливым, и вы ожидаете этого от него или нее, вы, вероятно, будете разочарованы. Вместо этого считайте, что ваше служение – сделать счастливым вашего супруга, служить ему и быть хорошим примером сознания Кришны. Это делает вас счастливым.

Мы знаем, что в конечном итоге единственное, что сделает нас счастливыми, – это сознание Кришны. Поэтому если мы используем *гривастха-ашрам* для того, чтобы повысить свой уровень сознания Кришны, помогая друг другу в нашем служении гуру и Кришне, мы станем счастливы, потому что будем продвигаться в сознании Кришны.

Законы отношений

Принципы создания хороших отношений не являются тайной.

Есть законы, которые создают связь. Если вы состоите в браке или хотите вступить в брак, вам необходимо изучить эти законы, сделав это как служение своему супругу. Существует множество книг и веб-сайтов о семье, как в сознании Кришны, так и за его пределами, которые могут помочь вам лучше понять, как сохранить свой брак. Суть в том, что вашего супруга можно сравнить с машиной, и вам нужно изучить навыки, необходимые для того, чтобы правильно управлять этой машиной. Если вы этого не сделаете, машина не будет работать должным образом, или даже сломается. Когда ваш супруг слишком много жалуется, это может указывать на то, что вы плохо обращаетесь с машиной.

Итак, как же научиться лучше обращаться с машиной? Один из оптимальных способов сделать это – спросить вашего супруга, при каких условиях машина будет работать наилучшим образом. А затем выслушайте, что он или она скажет, и постарайтесь как можно лучше следовать совету.

Следует вступать в *грихастха-ашрам* с желанием сделать его успешным, став слугой своего мужа или жены, а не для того, чтобы контролировать своего супруга или наслаждаться им. Рассматривайте успех в этом *ашраме* как успех в практике сознании Кришны. «Успех» вашего брака является частью успеха в сознании Кришны.

Правильная парадигма

Можете ли вы сделать 6 из символа «IX», используя только одну линию? Вы либо сразу поймете, как это сделать, либо не поймете вообще. Это зависит от того, как вы на это смотрите, то есть от вашей парадигмы. Иногда люди терпят неудачу в браке не из-за отсутствия усилий, анализа или заботы. Они терпят неудачу, потому что застряли в неправильной парадигме. Если вы не видите свой брак или вашего супруга в правильном свете, то у вас ничего не получится. И никакие усилия не изменят этого.

Единственное, что даст вам другие результаты, – это другой угол зрения. Как только вы примете правильную точку зрения, поддерживать хорошие отношения в браке станет так же просто, как поставить «S» перед «IX», чтобы

получить «SIX» (шесть). Дело в том, что нездоровые парадигмы, которые мы привносим в наш брак, становятся негативными операционными программами, подрывающими наши супружеские отношения, и, таким образом, могут стать причиной разрушения брака. Точно так же, здоровые парадигмы составляют основу успешного брака.

У вас есть какие-то нездоровые парадигмы, которые подрывают ваш брак?

К сожалению, в ИСККОН распространены негативные парадигмы о женщинах, детях и супружестве. Мы слышим, что брак – это падение, женщины – это то, что запутывает, семья – это темный колодец. Такие заявления, если они не уравновешены положительными сторонами жизни *грехастхи*, могут быть вредными для хорошего брака. Отрицательные парадигмы способны стать токсичными, создавая отношения, которые затрудняют или делают невозможным хороший брак.

Другим фактором, который может негативно повлиять на брак, является то, что мы требуем от наших супругов придерживаться стереотипных ролей, которые трудно или невозможно выполнить, или сами берем на себя неуместные роли (на основании своего неправильного понимания *шастры*). Одним из таких примеров является учение о том, что муж является гуру для жены. Чтобы объяснить, в чем заключается неправильное понимание этого учения и, таким образом, как оно может вредить отношениям, я написал статью под названием «Муж как гуру», которую можно найти на моем веб-сайте и на сайте *dandavats.com*.

Твой долг – любить

Наши потребительские ценности «мы хотим то, что хотим, когда хотим, и быстро» проникают и в наши супружеские отношения. Сегодня мы в меньшей степени приучены работать ради достижения каких-то результатов (и ожидать их), чем это было в прошлом. Супруги для людей становятся чем-то похожими на старые автомобили: если супруг перестает хорошо работать, мы меняем его или ее на новую модель. Но *дхарма* означает, что мы делаем что-то, потому что это правильно, а не лишь потому, что нам нравится это делать. Дело в том, что наша обязанность – любить своих супругов, независимо от того, нравятся они нам или нет. Махарадж Прийаврата был замечательным, добрым, любящим и заботливым мужем. И все же *шастра* говорит, что он

совсем не был привязан к своей жене. Это кажется противоречием. Как можно быть таким любящим, но таким отстраненным?

Он взял на себя обязанность любить свою жену и семью. Поэтому он был лучшим мужем и отцом. Хотя нам может показаться, что такая «любовь» искусственна, но так называемая любовь в материальном мире еще более искусственна, потому что основана скорее на эмоциях, чем на чувстве долга. И когда эмоции ослабевают, отношения также ослабевают. Когда один из супругов говорит: «У меня нет к тебе тех же чувств, которые были у меня, когда мы были моложе», в переводе это означает: «Я больше не люблю тебя». Фундамент таков: «Поскольку я больше не люблю тебя, я чувствую необходимость найти кого-то другого, чтобы любить».

Если вы хотите основывать свои отношения главным образом на чувстве «любви», а не на долге, шансы на длительный брак или на приносящие удовлетворение отношения (даже если вы остаетесь вместе) очень малы. Но если мы примем «любовь» как нашу *дхарму*, «любовь» будет длиться долго. *Дхарма* выше чувств.

С тем ли человеком я вступил в брак?

Иногда вы можете задаваться вопросом, женились ли вы на подходящем человеке. Это неправильный вопрос. Как уже упоминалось выше, ключ к успешному браку – это проявление любви, доброты и чуткости к человеку, которого вы нашли. Суть не в том, женились ли вы на подходящем человеке, а в том, любите ли вы того, на ком женились.

Любой может влюбиться. Это не требует абсолютно никакой внутренней работы. И на этой романтической стадии отношения автоматически остаются хорошими. Почему? Потому что когда вы «влюблены», организм выделяет гормоны, которые опьяняют вас. Это опьянение делает вас слепыми к недостаткам вашего партнера. Многие прекрасные вещи, которые он совершал, когда вы впервые «влюбились», становятся теми самыми факторами, которые позже начинают вас беспокоить. Вы просто не обращали внимания на эти вещи, когда встретились впервые. Вы были так влюблены, что эти моменты казались милыми.

Как получается, что «хорошие» отношения часто позже становятся плохими? Это связано с тем, что после стадии романтики пара должна обучиться навыкам взаимоотношений – навыкам, которые не нужны на романтической стадии, когда все, что они делали, было чудесно и казалось совершенным.

Если они не освоят этого, то могут никогда не научиться приспосабливаться к своим различиям и тому, что им не нравится друг в друге. Другими словами, после того, как романтическая стадия закончится, то, как мы решим действовать дальше, определит успех нашего брака. Для преданных это очень серьезный фактор. Мы должны быть примером для окружающих. Но в целом нам не удастся показать идеальный пример жизни *grixastxi*. Процент разводов у нас не отличается от процента разводов за пределами ИСККОН. Некоторые преданные даже говорят, что у нас он еще выше. Если наша философия совершенна и призвана решать все проблемы, наши браки должны это демонстрировать.

Так почему же так происходит? Подробнее об этом будет сказано в следующем принципе.

Проблемы вызваны отсутствием контакта, а не отсутствием коммуникации. Вопреки распространенному мнению, эффективное общение является следствием хороших отношений, а не их причиной. Если вы хотите улучшить общение, сначала поработайте над гармонизацией отношений. Тогда общение автоматически станет лучше. У каждой пары, которая имеет хорошие отношения, естественно, есть хорошее общение. Когда люди впервые «влюбляются», они достаточно хорошо находят общий язык.

Плохое общение является признаком проблем в отношениях. Отношения в браке меняются не потому, что люди разговаривают друг с другом; они меняются, потому что меняются сами люди и, таким образом, становятся ближе друг к другу. Поэтому общайтесь на темы, которые помогут вам сблизиться. Проблемы исчезают, когда отношения между мужем и женой постоянно улучшаются.

Суть заключается в следующем: проблема в браке означает отсутствие связи. Чем больше усилий вы вкладываете в улучшение ваших отношений, тем крепче становится ваш брак. Иногда это означает проводить больше времени вместе. Для этого вам, возможно, надо просто каждый день уделять какое-то время тому, чтобы раскрывать свой ум друг другу (делиться сокровенным – это один из видов любовного обмена). Если вы слишком много времени

уделяете иным вопросам (иногда это может означать даже часы, проведенные в служении, с друзьями или с детьми), которые уменьшают время, проводимое вами вместе, приоритет вашего брака падает.

Стать подходящим человеком

Успех в браке – это не столько поиск подходящего человека, сколько стремление самому стать подходящим человеком. Почему? Потому что вы сами влияете на окружающих.

Как-то один человек пришел в незнакомый город и спросил местного мудреца: «Я думаю о переезде сюда. Какие люди здесь живут?» Мудрец ответил вопросом: «А какие люди живут в городе, из которого ты пришел?» «Там, откуда я пришел, живут лжецы, мошенники и подлецы», – ответил путник. «Здесь люди точно такие же», – сказал мудрец.

Затем в этот город пришел другой человек и задал мудрецу тот же вопрос. Мудрец и его спросил: «Какие люди живут в городе, из которого ты прибыл?» «Там, откуда я пришел, люди замечательные, добрые и вежливые», – ответил тот. «Здесь люди точно такие же», – вновь сказал мудрец.

Дело вот в чем: мы не просто являемся объективными наблюдателями за людьми в нашей жизни; мы субъективно влияем на них. Другими словами, наше присутствие меняет людей и, следовательно, меняет то, что мы наблюдаем. Ваши отношения – это не просто следствие того, кого вы выбираете; они также зависят от того, кто вы есть.

Был бы ваш супруг лучше или счастливее в браке с кем-то другим? Больно признать, что это может быть правдой. Допустим, ваш супруг способствует развитию плохих отношений. Но вы тоже играете в этом свою роль. Я никогда не видел семейную проблему, вызванную только одним из супругов.

Что вы можете сделать, чтобы улучшить ситуацию?

Даже если у вашего супруга был роман на стороне, возможно, вы также частично ответственны за это. Что ваш супруг искал вне брака, чего не было в браке? Но не стоит просто сидеть и ждать, пока ваш супруг изменится. Если вы хотите, чтобы ваша ситуация изменилась, измените ее! Сделайте свою часть работы. Потому что, если вы изменитесь, то все вокруг тоже изменится. Но вы

должны сделать правильные изменения. Как ученый, вы должны знать, какие изменения нужно внести, чтобы получить желаемый результат.

Один из самых простых и, вероятно, самых упускаемых из виду способов узнать, какие изменения необходимы, – это просто спросить своего супруга, как вам стать лучше.

Чтобы изменить ситуацию в браке, достаточно усилий одного человека

Один человек может изменить брак. Если у вас есть два химических вещества, и вы смешаете их, то получите третье. Если вы хотите получить иной результат, вам нужно заменить всего лишь один химикат.

Дело в следующем: изменившись, вы получите иные результаты в браке. Семья – это система. Есть взаимосвязанные компоненты, которые влияют друг на друга. Конечно, лучше, если оба партнера участвуют в улучшении брака, но все же вы можете изменить ситуацию и самостоятельно. В браке нужен лидер. Если вам не хочется что-либо делать для улучшения отношений, пока ваш супруг также не захочет их улучшить, тогда, естественно, ничего не получится. Поэтому не сдавайтесь. Работайте над собой. Делайте все возможное, чтобы улучшить брак.

Когда сломанная кость заживает, она становится крепче, чем до перелома. Поэтому, если у вас есть трудности в браке (или они только начинаются), можно сделать его крепче, чем было до того, как между вами что-то разладилось.

Решение проблемы на скорую руку

Когда человек узнает, что его муж или жена больше «не любит» его, обычно он пытается найти решение своей проблемы. То же самое относится и к парам, пытающимся разрешить серьезные разногласия, пока не стало слишком поздно.

Многие люди заходят в интернет и ищут ответ там. Но поиск решения ваших проблем в браке не похож на поиск решения финансовой проблемы. Вы не можете просто нажать на ссылку и получить мгновенное решение.

В наше время люди любят быстрые решения проблем. Но невозможно «разогреть отношения в микроволновке». Отношения работают по закону урожая. Весной вы сажаете. Затем поливаете и удобряете все лето. И, конечно же, ждете. И лишь затем собираете урожай. Отношения подобны этому процессу. Им нужно время, чтобы расти и развиваться. Но большинство людей предпочитают искать короткие пути.

В наше время все стремятся к продуктивности. Продуктивность работает в вопросах техники, бизнеса и финансов. Но она не работает в вопросах отношений. Отношения, как и урожай, регулируются естественными законами вселенной. Пропустив один шаг, вы сорвете процесс и замедлитесь. Чтобы улучшить отношения, потребуется затратить время, двигаясь постепенно, шаг за шагом.

Однажды мужчина отчаянно пытался «вернуть» свою жену. Он прочел электронную книгу, в которой рекомендовалось РЕШЕНИЕ: встречаться с другими женщинами, чтобы заставить свою жену ревновать! Идея была в том, что это вернет его жену.

Но жена ушла от него, потому что не была счастлива с ним. Даже если бы он вернул ее, но не изменился сам, она бы вновь ушла от него. Так что, если ваши отношения не складываются, и вы не меняете в себе те аспекты, которые смогут их улучшить, вы ничего не добьетесь в долгосрочной перспективе. Смысл в том, что единственный способ изменить свой брак – это изменить себя. Вы должны стать мужчиной или женщиной, с которым ваш супруг хотел бы состоять в браке. Вы должны узнать, чего хочет ваш супруг от семейной жизни. И вам нужно научиться внедрять новые привычки, чтобы вы могли всегда давать своим близким то, что они хотят.

Слова могут разбить сердце

У детей в США есть такой стишок: «Палки и камни могут поломать мои кости, но обзывания никогда не причиняют мне вреда». Но факт заключается в том, что слова также причиняют боль. Слова могут принести больше вреда, чем сломанные кости – они разбивают сердца. В отчаянии или гневе люди говорят глупости и используют ненормативную лексику. Даже если вы или ваш супруг не хотели говорить этого, как только это произошло, ущерб уже нанесен. Вот

почему для супругов так важно научиться контролировать себя и контролировать свою речь.

Суть в том, что чаще всего супружеские пары просят, чтобы их супруги были добросердечны с ними. Разве мы не можем научиться быть внимательны с тем человеком, которого пообещали защищать и дали обет служить ему? Звучит просто, но часто это непростая задача.

Конечно, задача преданного заключается не только в том, чтобы быть приветливым к своей семье, но и в том, чтобы стать таковым со всеми. И нам стоит быть не только приветливыми, но и сострадательными. Разве это не парадокс, что порой нам бывает трудно вежливо общаться даже с собственными супругами?

Нам необходимо научиться:

- Выражать свои чувства правильным образом.
- Говорить то, что мы думаем, не подавляя нашего супруга.
- Понимать, что значит быть честным с супругом.
- Контролировать свои разрушительные побуждения.
- Слушать, чтобы ваш супруг мог высказаться.
- Говорить так, чтобы супруг вас выслушал.

Выбирайте: быть правым или быть счастливым

В зале суда, больнице или офисе правота и неправота определяет ваш успех или неудачу. Например, решение о назначении правильного лекарства может быть вопросом жизни и смерти. Отношения между врачом и пациентом вторичны, поэтому быть правым здесь – это то, что имеет значение, и то, что вознаграждается. Но в браке правота не имеет такой ценности. Единственное, что имеет настоящее значение – это отношения. Порой приходится выбирать: вы хотите быть правы или хотите быть счастливы в семейных отношениях!

То, что парадигма правоты/неправоты работает в офисе, не означает, что вы должны приносить ее домой. «Молоток думает, что все вокруг гвозди». Некоторые моменты прекрасно работают в одной сфере жизни и совершенно не применимы в другой. В браке вы должны быть как плотник – нужно знать, какой инструмент в данной ситуации использовать. Режим

правоты/неправоты – неподходящий инструмент для брака. Дело в том, что чем больше вы настаиваете на своей правоте, тем более несчастны вы будете в браке. Не гонитесь за правотой; будьте нацелены на отношения.

IQ является коэффициентом вашего интеллектуального развития. Чем выше ваш IQ, тем лучше вы способны обрабатывать информацию и определять, что является «правильным». EQ – это коэффициент вашего эмоционального интеллекта. Чем выше ваш EQ, тем лучше ваша способность общаться с людьми и преуспевать в отношениях. Так же, как некоторые спортсмены сильны, но не быстры, многие люди обладают высоким IQ, но низким EQ.

Фактически, высокий IQ в сочетании с низким EQ может быть катастрофической комбинацией для брака. Любой человек может повысить свой эмоциональный интеллект и научиться правильно выстраивать отношения в браке.

Итак, помните: самое главное – это отношения! И если у вас хорошие отношения, значит, вы правы.

Терпение

Знаете ли вы, что происходит после того, как вы посадили семена китайского бамбука? Ничего. В течение четырех лет вы не получите ничего, кроме крошечного ростка, выходящего из корневища. Но происходит вот что: глубоко под землей образуется массивная корневая система. Затем, на пятом году, китайский бамбук начинает расти все выше и выше, иногда достигая восьмидесяти футов в высоту!

Отношения в семье иногда растут как китайский бамбук. Вы стараетесь быть добрыми, дарите подарки, ведете себя вежливо, порой шутите, но иногда требуются месяцы, даже годы, чтобы увидеть рост. Все это время вы вносите депозиты на секретный счет, и внезапно (нам кажется, что внезапно, но, на самом деле, это происходит не вдруг) вам начинают приходить дивиденды. Чтобы быть терпеливым, требуется зрелость. Дело в том, что нам требуется зрелость для того, чтобы дать своему супругу время, необходимое для его роста. Чтобы рассматривать это время как возможность для своего роста, также необходима зрелость.

Что вы чувствуете и что делаете?

Вам нужно различать между тем, что вы чувствуете, и тем, что вы делаете. К сожалению, люди, которые чувствуют себя плохо, и ведут себя плохо. Тем не менее, даже чувствуя себя обиженным, вы можете принять решение действовать продуктивно и с любовью. Так что не становитесь жертвой собственных чувств.

Регулируйте свои поступки в соответствии со своими ценностями и целями, а не со своими чувствами и побуждениями. Дело в том, что результат, который вы получите в вашем браке, – это результат ваших действий, а не ваших чувств. Вы привносите в свой брак обусловленность, существующую у вас с детства, а многие из этих обусловленных форм поведения затрудняют семейные отношения. Не говорите: «Я такой, и я не могу измениться». Когда мы говорим: «Волк каждый год линяет, а все сер бывает», мы хотим сказать, что мы животные. Но мы отличаемся от животных. Мы можем принять решение вести себя иначе.

Личность и характер

«Трудность семейных отношений состоит в том, что мы влюбляемся в личность, а жить приходится с характером» (Питер Деврис).

Ваша личность – это то, как люди вас воспринимают. Это ваш образ на публике. Характер – это то, кем вы являетесь, когда никто не видит. Когда вы и ваш супруг встретились, вы познакомились с личностями друг друга. Вы показали своему супругу, а ваш супруг показал вам, ваши публичные образы. Это то, как вы показываете себя другим. Но брак означает слишком тесное общение, чтобы кто-то мог в нем сохранять свой публичный образ. Образы в конечном итоге уступают место истинному «Я», которое раскрывается впервые. И тут каждый из вас предстает без прикрас, как будто никто вас не видит. И вот тогда вы впервые встречаете другое «Я» этого человека! Вы и ваш супруг уже не видите того человека, который очаровывал друзей партнера, покупал подарки для ваших родителей и всегда улыбался до ушей. Нет, на этот раз это встреча ваших характеров. Во многих случаях это не только ваша первая встреча друг с другом, но также и первая встреча с самим собой.

Причина, по которой столь многие люди терпят неудачу в браке и попытках возродить свой брак, заключается не в том, что им не нравится их супруг. Причина в том, что они не любят себя. Дело в том, что, хотя все остальные люди в нашей жизни похожи на зеркало, отражающее нашу личность, наш супруг – это зеркало, отражающее наш характер. И многим людям не нравится то, что они видят! Многие люди предпочли бы быть с кем-то другим, а не оставаться со своим супругом и продолжать быть с самим собой (надеюсь, вы поняли это).

Бальтасар Грасиан, живший в 17 веке, написал в своей книге «Искусство житейской мудрости» следующее: «Вы настолько же реальный человек, насколько и глубокий. Как и в глубинах алмаза, внутреннее вдвое важнее, чем внешнее. Есть люди, у которых есть лишь фасад; это как дом, оставшийся недостроенным, когда закончились средства. Вход в этот дом подобен входу во дворец, но внутренние комнаты – как у хижины». Восстановление брака и развитие индивидуального характера идут рука об руку.

Вам решать

Фрейд документально доказал влияние наследственности и воспитания на судьбу человека. Мы изучаем шаблоны поведения, которые разыгрываются снова и снова, пока мы не замечаем, как они контролируют (и, возможно, разрушают) нашу жизнь. Но значит ли это, что судьба вашего брака была predetermined много лет назад?

Нет сомнений, что у вас есть глубоко укоренившиеся инстинкты в отношениях. Но вы не обязаны находиться под контролем этих инстинктов. Ваше прошлое постоянно борется за контроль над вашим будущим, но у вас есть выбор: позволить своему прошлому контролировать свое будущее или нет. Ваш контроль происходит в настоящем. Вы можете решать, как вам действовать, а не быть жертвой своего прошлого. В конце концов, *карма* является именно результатом ваших прошлых поступков и решений. Даже то, что мы делали минуту назад, влияет на нас прямо сейчас. У каждого события есть причина. Суть в том, что вы можете сознательно отвергать то, что, как вам известно, не работает, а затем заменить старые привычки новой манерой поведения.

Дело в том, что большинству людей удобнее делать то, что знакомо, хотя и разрушительно, чем то, что незнакомо, хотя и конструктивно. Как бы безумно

это ни звучало, большинство людей предпочитают делать то, что, как они знают, не работает, вместо того, чтобы вырваться из старых шаблонов и делать что-то другое, что может работать лучше.

Нам нужно стать «человеком, способным к изменениям», то есть тем, кто освобождается от нездоровых шаблонов в отношениях, которые существовали в его семье на протяжении многих поколений. Вы ни в коем случае не являетесь продуктом исключительно вашей наследственности или окружающей среды. Есть третий элемент – ваше личное решение. И именно так вы можете справиться со своим прошлым.

Кстати, образование в вопросах брака означает обучение человека способности выбирать свое поведение. Успешный брак – это не просто случайность; вы должны его создать. Это результат взвешенного и осознанного решения сделать отношения хорошими.

Уважение

Какие из ваших действий демонстрируют уважение к вашему супругу? Какие из ваших действий подрывают уважение?

Отношения основаны на уважении. Гнев, крик, критика, сарказм, ненормативная лексика, унижение, пренебрежение, неумение слушать, эгоцентризм, невыполнение обещаний – что уж говорить о физическом насилии – все это проявление неуважения. Суть в том, что вы должны знать, как вы проявляете неуважение к своему супругу, и проявлять больше почтения и уважения к нему.

Отношения имеют эмоциональный «банковский счет»: позитивные действия сравнимы с депозитами, негативные – со снятием средств. Однако для компенсации одного негативного действия требуется пять положительных действий. Если вы постоянно снимаете средства, ваши отношения «обанкротятся». Богат ли ваш брак, или он на грани банкротства? Вы можете сделать его богаче с помощью большего количества депозитов и меньшего количества снятий.

Признательность

Замечаете ли вы биение своего сердца? На самом деле, его никто не замечает. А то, что не привлекает вашего внимания, не получает вашей оценки. Мы чувствуем благодарность, когда для нас делается что-то необычайное или редкое. Если друг приглашает вас на обед, вы не устаете его благодарить. Если ваша жена готовит для вас каждый день, вы, вероятно, принимаете это как должное. Таким образом, чем больше вы получаете что-то, тем больше вы ожидаете этого – и тем меньше вероятность, что вы это оцените. Это одна из самых больших проблем в построении прочного брака.

Мы жаждем признательности. Дело в том, что успешные отношения зависят от признательности. Без этого люди не могут жить полноценно. Но чем дольше мы женаты, тем меньше вероятность, что мы будем ценить нашего супруга. Поэтому мы должны осознавать эту естественную тенденцию и заранее принимать меры, чтобы не допускать ее возникновения.

Нет простого способа наполнить ваш брак благодарностью. Не всегда это будет происходить само собой. Вы должны сделать это осознанной практикой. В течение дня обязательно скажите хотя бы одно слово признательности своему супругу. И делайте это каждый день.

Выражать чувства

Иногда открытое и честное выражение своих чувств может быть очень обидным для вашего супруга. Вы можете почувствовать, что важно быть честным в своих чувствах, но если их честное проявление вредно для другого человека, это повредит отношениям и, следовательно, будет неуместно. Главное, как объясняется в «Бхагавад-гите» (17.15): «Аскеза речи состоит в том, чтобы говорить слова правдивые, приятные, направленные на благо других и не вызывающие беспокойств, а также регулярно изучать ведические писания».

Сосредоточьтесь на позитиве и решениях, а не на проблемах

Не закливайтесь на трудностях или проблемах в браке; сосредоточьтесь на том, что вы можете сделать, чтобы ваш брак стал лучше. При этом многие (или

даже все) негативные моменты исчезнут. Как только вы сделаете свой брак лучше, вы сможете более легко и успешно справиться с оставшимися негативными аспектами.

Сосредоточьтесь на действии. Сосредоточение внимания на слушании и обсуждении проблем, а не на том, чтобы сделать брак лучше, не помогает. Хотя это и может помочь вам лучше понять точку зрения друг друга, но на самом деле вам нужен план действий по улучшению вашего брака. Разговоры о проблемах в браке могут даже усугубить их. Это может привести к спорам. Суть в том, что словами вы никогда не решите проблему, которая возникла из-за вашего поведения. Ситуация в браке меняется, потому что меняются люди.

Меньше слов, больше дела. Пусть ваши поступки говорят за вас. Семейные проблемы решаются благодаря принятию новых решений; обсуждения не помогают их решить. Решение проблем создает больше привязанности; создание большей привязанности решает проблемы.

Ваши потребности

Не стоит расстраиваться из-за того, что ваш супруг не знает о ваших потребностях; возможно, вам придется сообщить ему или ей о них. Не огорчайтесь, что он или она не всегда знает о ваших потребностях. Будьте довольны, если они выполняют хотя бы те из них, о которых вы им говорите.

Дело в следующем: не ждите, что ваш супруг станет телепатом. Да, мы должны попытаться почувствовать, что нужно нашему супругу, но нам не нужно ожидать этого от другого человека. Следует просто сообщить ему о своих потребностях.

Держите ваши проблемы в секрете

Одна из самых важных ценностей в браке – это конфиденциальность. Поэтому говорить о своем браке или о своем супруге с семьей или друзьями – ошибка. Это нарушение конфиденциальности вашего супруга и это неправильно.

Нам нравится говорить с друзьями об их проблемах. Иногда нам необходимо поговорить о своих проблемах. Но будет неправильным раскрывать свои семейные проблемы друзьям, даже если вы считаете, что это нужно вам для

решения этих проблем. Дело в том, что это несправедливо по отношению к вашему супругу – сообщать друзьям или семье без разрешения супруга о ваших личных проблемах с ним. Если проблемы серьезные, с ними можно обратиться к профессионалам.

Не игнорируйте проблему, признайте ее

Если у вас возникают какие-либо трудности в браке, которые необходимо преодолеть, существует два основных способа решения таких проблем: вы можете либо игнорировать их, либо сосредоточиться на них.

Люди, которые бегут от своих проблем, ищут облегчения, но в конечном итоге испытывают боль. Люди, которые готовы посмотреть в лицо своим проблемам, чувствуют боль, но в конечном итоге испытывают облегчение. Когда вы убегаете от проблемы, она от этого не исчезает; она становится только хуже. Важно понимать, что мы получаем именно те проблемы, которые нам нужны в жизни, чтобы исправить то, что необходимо исправить в себе.

Другими словами, проблемы в браке не случайны; это признак того, что у вас есть слабость, которая требует проработки. Если вы игнорируете проблему, боль будет усиливаться, пока, наконец, вы не скажете: «Хорошо, я разберусь с этим». Дело в том, что когда вы бежите от своих страданий, возникает еще более сильное страдание. Худшая боль приходит именно при попытках убежать от проблемы. Целебная магия – это внимание. Единственный выход из ваших страданий – это пройти их. Проблемы в жизни подобны пальцам, указывающим в сторону ответов на самые важные ваши вопросы. Это преобразования, которые пытаются войти в вашу жизнь.

Это как родовые муки. Позвольте им прийти! Будет больно, но эта боль – путь к вашему исцелению. Существует древняя китайская поговорка, которая гласит: «Драгоценный камень нельзя отполировать без трения; так и человек не может стать совершенным, не пройдя испытания».

Ссоры

Если бы вам нужно было выбрать один признак, который лучше всего предсказывал бы надвигающиеся неприятности в браке, что бы вы выбрали? Вы можете сказать: «Конфликт». Если вы часто ругаетесь, значит, это плохой

знак, правильно? Неправильно. На самом деле, основным предшественником разводов является привычное избегание конфликтов.

Дело в том, что пара, которая бежит от конфликта, подвергается наибольшему риску неудачи в браке, потому что они не говорят о том, что их беспокоит. Чем ближе вы к кому-то, тем больше вероятность, что вы наступите друг другу на ноги. Если вы выражаете свое недовольство, это фактически признак надежды, потому что это означает, что вы хотите улучшить отношения. С другой стороны, безразличие вызывает серьезную обеспокоенность, потому что это означает, что вы не пытаетесь улучшить существующее положение вещей.

Я не говорю, что ссоры полезны. Я говорю о том, что люди в семьях со здоровой атмосферой обсуждают свои разногласия. Поэтому, если вы хотите быть счастливы в браке, вы должны научиться «спорить» так, чтобы это давало положительные результаты. Успешные пары знают, как обсуждать свои различия. Это не то, что легко дается, поэтому большинству из нас следует научиться этому навыку. И как только вы ему обучитесь, энергия, которую вы тратили на ссоры, поможет вашим отношениям продвинуться вперед.

У каждой успешной пары есть своя сфера разногласий. Не бывает двух идеально совместимых людей. У вас будут разногласия с любым человеком, которого вы выберете. Вопрос лишь в том, сможете ли вы научиться обсуждать и успешно справляться с этими различиями, договариваться о решениях и продолжать двигаться вперед, несмотря на различия.

Мысли о неверности

Многие жертвы неверности (и других эмоциональных трудностей) испытывают желание уйти от своего супруга. Тем не менее, иногда супруг-изменник меняется, так сказать, просыпается, услышав от партнера: «Я хочу развода». Это снижает вероятность повторения этой ошибки. Другими словами, как только один из супругов усваивает урок, он с меньшей вероятностью совершит ту же ошибку, чем тот, кто никогда раньше не ошибался. Около 25 % женщин и почти 50 % мужчин в наши дни хотя бы раз изменяют своим супругам. Таким образом, это часто означает, что если кто-то разводится с супругом, который их обманул, а затем вступает в повторный

брак, есть бóльшая вероятность, что новый партнер обманет их, чем раскаявшийся бывший партнер.

Дело в следующем: партнер, который раскаялся и действительно изменился, вряд ли вновь совершит ту же ошибку. Здесь кроется печальная ирония. Люди годами ждут, чтобы супруг «проснулся» и изменил свое поведение. Затем, когда он, наконец, это делает, ему говорят, что уже слишком поздно. Зачастую именно те люди, которые совершили серьезные ошибки, люди, которые получили самые сильные «сигналы тревоги», становятся самыми лучшими супругами и лучше всего способны налаживать отношения.

Вы видите в этом иронию?

Ошибки, разрушающие отношения – это те ошибки, которые превращают преступников в людей, способных на самые яркие отношения. К несчастью для жертв, они часто не знают, как исцелиться от боли, что позволило бы им пожинать плоды своих испытаний. Поэтому часто люди меняются ролями. Человек, который разрушил отношения, готов возродить их, тогда как человек, который все время хотел работать над отношениями, становится винтиком в колесе, который его тормозит. Поэтому хорошо подумайте, прежде чем отказаться от супруга, который был неверным.

Как пережить прошлую боль?

Как преодолеть боль? В конце концов, вы не можете изменить то, что произошло в прошлом. На самом деле, чтобы простить кого-то, вы должны быть в состоянии отказаться от всякой надежды на то, что все могло быть иначе. Надо продолжать жить, начиная с сегодняшнего дня. В противном случае, прошлое будет определять ваше будущее. Нерешенные проблемы, связанные с обидами, станут разрушать отношения. Многие из будущих трудностей, с которыми вы столкнетесь со своим супругом, будут спровоцированы сегодняшней непрощенной обидой. Дело в том, что без прощения никакие отношения не будут полностью здоровыми.

Итак, как вы справляетесь с прошлым? Что ж, прошлое уже не вернуть! Вместо того чтобы останавливаться на прошлом, мы должны благодарить Бога, что все кончено. Давайте двигаться вперед с прощением в сердце и мыслью, что

сегодня – первый день всей нашей оставшейся жизни. Прошлое будет влиять на нас лишь в той степени, в которой мы это допускаем.

А подходящего ли человека я выбрал?

Найдя «подходящего человека», с которым вы наиболее совместимы, вы вскоре обнаружите, что у него есть другая сторона, которую мы назовем «второе я» человека. «Второе я» – это та часть личности вашего супруга, которая вам не нравится. Здесь важно понимать, что вы получили «подходящего человека», однако каждый «подходящий человек» приходит вместе со своим «вторым я», с которым вы не познакомились, знакомясь с самим человеком (или вы просто притворились, что не увидели в нем эту сторону).

Итак, поскольку вы счастливы быть в браке с «подходящим человеком», то будьте счастливы, что он у вас есть, даже если вы состоите в браке также и с его «вторым я». Это та цена, которую вам надо заплатить, чтобы находиться в супружеских отношениях с «подходящим человеком». Каждому приходится жениться и на «втором я» своего избранника. Ну, по крайней мере, у вас же есть и «подходящий человек». Нет двух людей, идеально подходящих друг другу, и когда партнеры начинают замечать друг в друге «второе я», они разочаровываются и в своих семейных отношениях, и в своем супруге.

Ключ к успеху вовсе не в разводе, а в том, чтобы знать, что делать, когда вы встречаете «второе я» своего партнера. И, представьте себе, вы не единственный, кто встретит «второе я» своего партнера. Ваш супруг также встретится с вашим «вторым я». Итак, будет ли у нас два человека с двумя вескими причинами, чтобы расстаться или развестись? Или у нас будет два человека, которые признают, что не могут быть «идеальными» (или даже просто идеальными друг для друга), но собираются принимать, уважать и проявлять любовь друг к другу, несмотря ни на что: «Мы будем действовать с любовью друг к другу». И что вы женились на «подходящем человеке», и ваш «подходящий человек» все еще здесь, даже если иногда его сопровождает его «второе я». Поэтому цените, что у вас все еще есть «подходящий человек», и думайте о том, что вам в нем нравится.

Несколько слов о совместимости

Всегда ли у «совместимых» пар хорошие браки? Нет.

Всегда ли у «несовместимых» пар плохие браки? Нет.

Должны ли мы искать «совместимого» супруга? Да.

Но на самом деле, совместимость не является целью брака. Иметь хорошие отношения – вот в чем цель. Вы можете быть очень совместимы и при этом почти не выстраивать никаких отношений. В конце концов, есть ли у вас глубокие отношения со всеми, с кем вы совместимы? Множество пар работают над тем, чтобы быть более совместимыми, когда им нужно работать над улучшением отношений. Работа над тем, чтобы быть более совместимыми, отличается от развития любовных отношений. Ведь каждый хочет именно любить и быть любимым. Наша самая большая потребность – не в том, чтобы быть совместимым, а в том, чтобы любить. Поэтому улучшение совместимости не обязательно приводит к любви и более тесным отношениям; это приводит лишь к большей совместимости.

Так что это значит? Это означает, что несмотря ни на что, вам нужно работать над улучшением отношений, а не над усилением совместимости.

Не думайте, что если вы просто «ладите», у вас успешный брак. «Прабху, у нас все хорошо. Моя жена за последние полгода ни разу не бросила в меня кастрюлю!» – это еще не является признаком хорошего брака. Оцените свои взаимоотношения. Суть в том, что вы можете ладить, вы можете быть совместимы, и в то же время иметь плохие отношения. А со временем вы станете меняться. В 25 лет вы совместимы, но в 50 лет все может измениться. Если вы строите свой брак на совместимости, а не на отношениях, то, когда это произойдет, вы столкнетесь с неприятностями. Является ли ваш брак независимым от возможных катастрофических последствий, вызванных изменениями вашего характера или характера вашего супруга? Хорошие браки хороши, прежде всего, потому что в них люди придают важность отношениям, а не совместимости.

Хорошим примером этого являются мои дружеские отношения с теми, кто покинул ИСККОН, чтобы присоединиться к другому движению или создать свое. Их уход из ИСККОН – это проблема совместимости. Но тот факт, что когда-то мы были близкими друзьями, мы любим друг друга, и можем

вдохновлять друг друга даже сейчас, помогает нам сохранять отношения крепкими и живыми, несмотря на так называемые проблемы совместимости. Если ваш брак основан лишь на совместимости, вы, вероятнее всего, сидите на бомбе замедленного действия. В этом мире все меняется – и вы, и ситуация. Как вы будете справляться с этими изменениями? Если вы основываете свое супружество лишь на совместимости, это не очень хорошо. Но если оно основано на отношениях, вы успешно переживете все бури и невзгоды вместе.

Принимать как есть

Еще одним аспектом развития отношений является принятие. Ваш супруг является личностью, имеет определенную природу и определенные особенности. Некоторые из них могут со временем меняться в лучшую или в худшую сторону, а некоторые никогда не изменятся. За все эти годы вы обнаружите в вашем супруге немало «странных» черт (я имею в виду общие недостатки характера, а не физическое, сексуальное или словесное насилие, постоянный обман и т. д.). Если вы позволите этим «странным» чертам беспокоить вас, то вы очень часто будете недовольны своим супругом. И это будет отравлять ваши отношения и вас самих. Но если вы признаете, что он таков, какой есть, то эти вещи станут меньше вас беспокоить или не будут беспокоить вообще.

Принятие того, что вы не можете изменить, является фундаментальным принципом сознания Кришны. Чем больше мы применяем эту практику, тем лучше. Например, ваш супруг может быть невнимателен к деталям или склонен забывать вещи, которые вы просите его сделать. Как с этим быть? Тогда либо не просите их сделать что-то важное, или, если вы это сделали, проверьте их, чтобы убедиться, что они не забыли и точно понимают, что делать и как делать.

Вместо того чтобы расстраиваться, когда они забывают что-то сделать, думая: «Почему он всегда так ненадежен?», признайте, что Бог создал его именно таким, и любите его за то, что вы находите в нем достойным восхищения, несмотря на эти недостатки.

Речь идет о «мы», а не о «я»

Конфликты можно легко разрешить или предотвратить, если вы смотрите с позиции «мы», а не с позиции «я». Если вы думаете о том, что лучше для отношений, что лучше для «команды», тогда разногласия становятся соглашениями, потому что вы оба находитесь на одной стороне: вы хотите то, что лучше для команды, а не то, что лучше для одного или для другого.

Например, если ваша жена говорит: «Мне нужно, чтобы ты вернулся домой с работы раньше», то вместо того, чтобы ответить, что вы не можете вернуться домой раньше, можно сказать: «Давай подумаем, как нам это сделать». Вы говорите это, даже если не представляете, как это может произойти, поскольку не можете закончить свою работу до 7 часов вечера. Но теперь вы находитесь на одной волне, пытаетесь решить проблему вместе, вместо того, чтобы утверждать, что прийти домой раньше невозможно. Это обсуждение может привести к тому, что вы решите прийти раньше, поужинать с семьей, а затем, когда дети лягут спать, доделать работу, которую не закончили в офисе.

Ваша жена обычно может быть расстроена, когда вы работаете дома, но так как вы придумали это решение вместе, она соглашается, что для того, чтобы быть дома к 6 вечера, вам нужно будет взять работу на дом. Самостоятельно вы могли бы никогда не прийти к этой идее, или, если бы вы это сделали, вам было бы трудно договориться о возможности работать дома, потому что в прошлом ваша жена настаивала, чтобы вы не приносили работу домой.

Другой аспект «мы» – это интересоваться деятельностью вашего супруга, к которой у вас особого нет личного интереса, и поддерживать ее. Иногда это может означать, что вы участвуете в том, что делает ваш супруг, находитесь там, пока он это делает, или поддерживаете его в этом. Дело в том, что вы очень легко можете стать просто соседями по комнате и вести свои не связанные между собой жизни. Поэтому, конечно, будет здорово, если у вас есть несколько общих интересов. Воспользуйтесь этим. Как правило, чем больше вы делаете вместе, тем крепче становятся отношения, а чем больше каждый из вас живет в своем собственном мире, тем хуже они становятся.

Суть в том, что когда вы женитесь, ваша жизнь должна перейти с позиции «я» к позиции «мы». Вы не всегда будете добиваться своего, но ваши отношения будут хорошими, и в конечном итоге, благодаря этому вы станете счастливее.

Что делать, если у вашего супруга есть проблемы? Решать проблему вместе. Поддержите его в этой борьбе, а не осуждайте. Найдите ресурсы, чтобы помочь ему. Поощряйте его. Поговорите с ним о проблеме. Его шансы на успех намного выше, если вы делаете это вместе. Если вы ополчитесь против него за его поведение, обидитесь или рассердитесь на него и т. д., это не поможет ему стать лучше. Если вы любите своего супруга, вам нужно любить личность целиком – и хорошие, и плохие его стороны. Как упоминалось в разделе о совместимости, это нормально, что вам не нравятся недостатки вашего супруга, но принятие его и любовь к нему, несмотря на эти недостатки, – это то, что создает отношения. Попытка изменить недостатки другого человека – это не то, что помогает отношениям. Если они меняются настолько, что вы становитесь более совместимыми, то у вас просто появляется больше совместимости, но ваши отношения не обязательно станут лучше.

Когда вы действуете сообща, чтобы помочь вашему партнеру преодолеть проблему или слабость, это помогает укрепить отношения.

Быть хорошим родителем

Если у вас есть дети, вы, вероятно, изо всех сил стараетесь быть хорошим родителем. Вы отправляете своих детей в лучшие школы, помогаете им с домашними заданиями, усердно трудитесь, чтобы отложить деньги на учебу в колледже, отводите их к лучшим врачам, планируете празднование дня рождения, водите их на тренировки и готовите для них любимые блюда. Но есть кое-что еще, что вы можете сделать, и это жизненно важно: поддерживать прекрасные отношения в браке.

Трудно быть хорошим родителем, если у вас нет хороших супружеских отношений. Потому что вы собственным примером учите своих детей тому, как достичь успеха в отношениях. Суть в том, что ваши дети узнают о браке не столько из ваших слов, сколько из ваших поступков. Одна из самых важных вещей в жизни ваших детей – это успешный брак.

Они научатся этому из вашего брака. Ральф Уолдо Эмерсон сказал: «То, кем ты являешься, заглушает то, что ты хочешь сказать». Нет ничего более разрушительного для молодого человека, чем стать жертвой разрушенной семьи. Если ваши дети не видят любви между вами и вашим супругом, где они научатся этому? Но если они являются свидетелями хороших отношений между вами и вашим супругом, вы даете им один из величайших даров, который только можете предложить, пример прекрасных отношений. Чтобы

быть хорошим родителем, вы должны сделать все возможное, чтобы добиться успеха в браке.

Выбор подходящего супруга

Предотвратить легче, чем лечить. Другими словами, выбор подходящего партнера может избавить вас от необходимости «лечить» ваши отношения в браке. Всегда помните, что *майа* может выбрать для вас совершенно не того человека. Важно понять суть: если вам нравится, как человек выглядит, ходит и говорит, это еще не значит, что вам нужно вступать с ним в брак. То, что вы чувствуете себя хорошо с этим человеком, еще не означает, что он вам подходит. И хотя он или она «хороший преданный», это не обязательно означает, что вы хорошо поладите.

Выбор супруга должен быть сделан беспристрастно, а не в страсти. Выбор спутника жизни связан со множеством разных аспектов, помимо взаимного притяжения. Лучше всего иметь список качеств и черт характера человека, который, по вашему мнению, станет идеальным партнером. Тогда в случае, если вы начнете привлекаться кем-либо, вы сможете более объективно определить, подходит ли вам этот человек. Статистика говорит нам, что в браках по договоренности (то есть по договоренности с подходящим человеком) люди вначале не так счастливы, как в браке «по любви», но через пять лет пары в браках по договоренности становятся намного счастливее, чем в браке по любви. Почему? Потому что их отношения больше основывались на совместимости, чем на физическом влечении. Поэтому делайте все возможное, чтобы найти подходящего человека.

После того, как вы его нашли, пройдите семейную консультацию, чтобы убедиться, что вы нашли нужного человека, и что вы находитесь с ним на одной волне в плане целей, ценностей и устремлений. Вся эта работа – «профилактика», которая может предотвратить серьезную «болезнь» и разрушение вашего брака в будущем.

Это большое достижение и прекрасное служение Шриле Прабхупаде – оставаться счастливыми в браке с одним человеком на протяжении всей жизни. До вступления в брак сделайте все необходимое, чтобы это произошло.

Приложение

Различия между мужчинами и женщинами

(Основано на лекциях Бхакти Видья Пурны Свами)

Это вопрос отношений

Отношения – это причина, по которой люди что-то делают в своей жизни. И центральной точкой отношений является взаимодействие. Мы хотим получить опыт от отношений, и поэтому создаем среду, которая обеспечивает нам хороший опыт. Но опыт приходит от взаимодействия, а не от окружающей среды. Например, дом создает среду, в которой могут быть созданы отношения, но сама по себе покупка дома еще не создает опыта.

Тем не менее, люди верят, что если у них есть какие-то вещи, это создаст опыт. Но если вы плохо взаимодействуете или избегаете взаимодействия, у вас не получится создать хороший брак только с помощью внешней обстановки, потому что мы получаем удовлетворение, только когда связаны с другими людьми. Все, что вы получаете, хорошее или плохое, вы получаете от другого человека. Поэтому вам необходимо научиться уживаться с другими. Поскольку вы собираетесь жить вместе, вам нужно выяснить, как сделать так, чтобы все сложилось хорошо. Многие люди не понимают, как поддерживать хорошие отношения с противоположным полом, и именно поэтому большинство из них не достигают успеха.

Адекватное поведение

Имея дело с противоположным полом, вы должны знать, что такое подходящее поведение, а также подходящее время для такого поведения. Это отличается от общения с представителями своего пола. Тут другие правила. Например, вы не шумите в полночь, чтобы не разбудить всех вокруг.

Но в другое время, пораньше, вечером, когда люди хотят, чтобы вы с ними повеселились, вполне можно пошуметь. Так что учитывайте окружающую

среду и то, какое настроение уместно в каждой ситуации. Вы должны знать, какие действия приведут к желаемым результатам. Если у вас неправильный процесс, вы получаете неправильный результат. Если вы чините шину на своем автомобиле, вы не получите обед в результате этого. Обед нужно еще приготовить. Поэтому, когда мы не получаем желаемого результата, не стоит обвинять в этом другого человека.

Речь идет о них, а не обо мне

В отношениях вы не являетесь центром всего. Необходимо идти навстречу другому человеку. Если вы сделаете это, другой человек ответит взаимностью. Не ожидайте, что другой человек выступит первым, прежде чем вы ответите. Так действует Бог. Он будет любить вас несмотря ни на что. В случае с Богом происходит именно так, а с нами – нет. Между мужчинами и женщинами существует настолько ощутимая разница, что могут возникать трудности в отношениях. Когда мужчина и женщина, которые любят друг друга, находятся вместе, они чувствуют себя счастливыми и думают, раз они счастливы, то все всегда между ними будет хорошо. Но времена меняются, чувства меняются, и если они не знают, что происходит и как с этим бороться, проблем не избежать.

Различия между мужчиной и женщиной

Вносите в отношения коррективы в соответствии с вашей природой.

Мужчина активен, как молоток. Женщина пассивна, как гвоздь. Таким образом, чтобы получить результат, между ними должно быть правильное взаимодействие. В случае с материальными вещами легко понять, как получить результат; вы просто вбиваете гвозди в дерево. Это очевидно и просто. Есть определенный процесс, как что-то сделать.

Работа с отношениями – это другое. Люди могут знать, как добиться цели, но не знают, как сделать так, чтобы отношения складывались хорошо. Замените картошку человеком, и все станет намного сложнее. Почему? Потому что у людей есть собственные чувства, но мы думаем, что они должны чувствовать то же, что и мы. И если отношения не складываются, значит, вы не знаете, как действовать. Это ваша вина. Человек может хорошо играть в гольф, но если,

ударив по мячу, он отправит его в кусты, он знает, что это его вина. Однако дома он не знает о настроении своей жены и винит в проблемах ее. У мячей нет чувств, поэтому легко понять, что это вы допустили ошибку и неправильно отбили мяч. Но с людьми все иначе. Вы думаете, что они должны быть такими или вот такими, но это не так.

Таким образом, мужчина должен знать о настроении женщины и действовать соответствующим образом. Например, вы меняете способ вождения, когда на дороге гололед. Чтобы получить желаемые результаты, вы подстраиваетесь под ситуацию, даже если не хотите это делать. Если фондовый рынок меняется, вы корректируете свою стратегию. Сделайте то же самое по отношению к другому человеку, когда его настроение изменится.

Если вы знаете цель, вы можете внести какие-то изменения для достижения цели. Если вы не достигли желаемых результатов, измените свои действия. Если ваш супруг не отвечает должным образом, найдите другой способ действовать, чтобы получить желаемый ответ. И если ваш супруг не хочет предпринимать никаких действий, сделайте первый шаг.

Мужчины независимы, женщины зависимы

Мужчины независимы по своей природе и прекрасно могут действовать самостоятельно (если они хорошо обучены). Но, имея дело с женщинами, они не могут быть независимыми. Они должны взаимодействовать с женщинами в соответствии с потребностями женщин, потому что женщины занимают зависимое положение. Многие мужчины этого не знают или не хотят признавать, что так оно и есть. Вот что значит быть мужчиной. В противном случае они останутся большими детьми и будут ожидать, что жена будет похожа на маму и станет заботиться о них. Если они действительно независимые люди, то не станут такими.

В противном случае жена не будет счастлива, так как он захочет, чтобы она была ему как мать (за исключением того, что он захочет заниматься с ней сексом). Тогда муж становится подобен одному из детей в семье, потому что никогда не учился (или не хочет) быть независимым. Вероятно, он вырос очень эгоистичным. Мужчинам нужно учиться радовать других людей и сотрудничать с ними. Если он не был этому обучен, ему может быть трудно

заботиться о семье – и он может даже не знать, как сотрудничать с другими мужчинами.

Что делает вас мужчиной

Завоевание империи – это дело техники. Мирное проживание с женщиной – это больше, чем просто техника. Это требует огромных усилий. Хороший мужчина действует в соответствии с потребностями женщины. Что делает вас мужчиной, так это то, что вы совершаете действие, чтобы удовлетворить потребности женщины.

Мужчина является субъектом, а женщины – объектом. Мужчина выполняет действие в соответствии с тем, что хочет женщина. Это делает его мужчиной. Женщин не устраивают мужчины, которые ведут себя как женщины, думая только о своих нуждах. Если он думает о ее потребностях, то само собой она будет думать о его потребностях. Это позволяет женщине чувствовать себя комфортно и уверенно.

Все дело в чувствах

Женщинам нужны ситуации, вызывающие эмоции, которые она хочет испытать, и эти ситуации должны обеспечивать мужчины.

Ситуации – это внешняя среда, вызывающая эмоции. Мужчины любят доводить дела до конца; женщины любят проживать какой-то опыт. Если машина может сделать работу, мужчина счастлив. Но машина важна для женщин тем, что она генерирует опыт, который они хотят получить от того, что создает машина. Говорят, что мужчина хочет ехать быстро, чтобы добраться до места назначения, а женщина хочет наслаждаться поездкой и временем, проведенным с мужем. Для женщины все дело в эстетике. Если шторы выглядят красиво, благодаря этому она чувствует себя хорошо. Но мужчина сосредоточен на том, чтобы просто повесить шторы.

Для женщины все дело в отношениях

Женщина хочет, чтобы мужчина общался с ней. Она более ориентирована на отношения, чем он. Но он часто бывает счастлив, просто имея дело с материей, перемещая объекты или совершая какие-то дела. Женщина же

хочет, чтобы это было сделано, с целью получить эмоции. Например, если мужчина получает в подарок от друга ручку, то, даже если отношения между ними разрушатся, он все равно будет использовать ее. Но женщины не будут использовать эту ручку, потому что она не создает положительных эмоций. Она может даже выбросить эту ручку.

Женщины ищут эмоции и в процессе, и в результате. Мужчина хочет результатов, и готов вытерпеть что угодно, чтобы получить результат. Женщины хотят получать эмоции во время процесса. Мужчина может сказать правильные слова, но при этом у него будет «не подходящее настроение», поэтому она расстраивается. Он фокусируется на том, что правильно внешне, а не на настроении. Для нее более важно настроение.

Для женщины важно разнообразие; мужчины более последовательны. Но женщинам нужны последовательные мужчины, у которых есть разнообразие. Поэтому, если мужчина думает, что женщина скучная, это, вероятно, означает, что он сам скучный.

Завоевание империи – это дело техники; это довольно просто. Мирно жить с женщиной сложнее. Это означает, что хороший мужчина действует в соответствии с потребностями женщины. Что делает его мужчиной, так это то, что он выполняет действия, которые удовлетворяют потребности женщины.

Что такое женское начало

Женское начало означает «Я контролирую ситуацию, и все, что я чувствую, хорошо». Когда мужчина действует таким образом, он действует как женщина. Мужское качество – это умение примиряться с настроением женщины. Если вы не послушны женщинам, они не будут послушны вам. Если вы не уважаете их, они не будут уважать вас. Собака уверена в себе рядом со своим хозяином. Уличная собака не обладает силой. Точно так же женщина с хорошим мужчиной будет уверена в себе; без хорошего мужчины она не будет сильной.

Мужчина должен уметь примиряться. Не все женские качества положительны с точки зрения мужчины, но он должен мириться с субъективными недостатками. Мужчине никогда не следует сердиться на женщину или ругать ее, когда она расстроена или испытывает трудности. Когда она гневается, ему

следует занять смиренную позицию. В разные дни женщины по-разному себя ведут в одних и тех же ситуациях. Таким образом, мужчина должен мириться и с этим. Он должен «уступить». Когда человек «уступает», это значит, что ему не все равно. Это делает женщину уверенной в себе, и, таким образом, она может хорошо выполнять свои обязанности. Мужчине обычно намного легче это сделать, чем женщине.

«Женщина всегда права»

Женское эго таково, что ей обычно труднее признать, что она неправа, чем мужчине. Поэтому мужчина должен быть достаточно чутким в этом вопросе.

Балуйте их

Женщины хотят, чтобы их баловали. Это показывает им, что вы заботитесь о них. Тогда они будут чувствовать себя в безопасности и проявят свои самые лучшие стороны. Другими словами, мужчины должны приспособливаться к женскому настроению и характеру.

Что такое мужская природа

Быть мужчиной означает вести себя с женщиной подобающим образом, даже если вам кажется, что это неразумно. Давайте им прибежище, когда они ведут себя безрассудно и безумно. Не обижайтесь на них.

Помогайте женщине оставаться счастливой

Если женщина счастлива, в доме светло. Если женщина несчастна, в доме пасмурно. Не делайте то, что ее беспокоит.

Мужчина – главный

Искусная жена – это женщина, которая побуждает мужчину чувствовать себя ответственным. Быть ответственным для мужчины означает делать все вышеперечисленное.

Не слушайте других мужчин

Не слушайте рассказы других мужчин о том, как они справляются со своей женой, и не старайтесь применять это в отношении вашей жены. Вы можете

усвоить сам принцип, если это имеет смысл, но при этом понимать, что отдельные детали могут не подходить в отношении вашей жены так, как подходят для их жен.

Женщины более умны

Женщины обладают более практичным интеллектом, чем мужчины, но их интеллект менее философский. Они умны в достижении цели. Они обычно управляют материальной энергией в четыре раза лучше, чем мужчины; ценят хорошие вещи в шесть раз больше, чем мужчины; ценят еду, одежду, дом и т. д. в шесть раз сильнее, чем мужчины.

Природа женщины

Природа женщины не является недостатком; она просто такая, какая есть. Лимон кислый – это не его вина, это в порядке вещей. Таким образом, чтобы использовать его в приготовлении пищи, вы должны знать, как это делать.

Используйте колючку, чтобы вынуть другую колючку

Используйте семейную жизнь, чтобы избавиться от привязанности к семейной жизни.

Женщины зависимы

Женщины зависимы от вещей, которые доставляют им удовлетворение. Им необходимы подходящие условия, поступки и т.д., иначе они не будут счастливы. Мужчина может быть удовлетворен и без надлежащих условий. В этом уникальность этих двух натур.

Настоящие мужчины должны быть внимательны

Женщинам просто необходимы внимательные мужчины. Когда проходит храмовая программа, убедитесь, что женщин подвезут до дома, и если не хватает места для всех мужчин, пусть они идут пешком или сядут на автобус.

Не используйте свое положение в отношениях

Вы можете быть премьер-министром, но с другими вам надо общаться так, как они вас видят. То есть с матерью вы общаетесь как сын, с женой – как муж и т.д., но не как премьер-министр!