СВЯЩЕННИК
НИКОЛАЙ КОНЮХОВ



СЕМЬЯ КАК ПУТЬ

ЗРЕЛОСТЬ, ДОВЕРИЕ И СИЛА НАСТОЯЩИХ ОТНОШЕНИЙ

Иерей Николай Павлович Конюхов

Семья как путь. Зрелость, доверие и сила настоящих отношений

Серия «Семья и вера»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72871477
Николай Конюхов , свящ. \ Семья как путь: зрелость, доверие и сила настоящих отношений: Никея; М; 2026
ISBN 978-5-907984-87-5

Аннотация

Эта книга – честный и глубокий разговор о настоящей семье: не как о красивом идеале, а как о реальной, живой дороге, полной сложных выборов, внутренних перемен и осознанных решений. Автор размышляет о ролях в семье, об ответственности, которая не подавляет, а укрепляет, о доверии, которое не слепое, а зрелое. Здесь нет места поверхностным советам или розовым мечтам – только честный взгляд на то, что делает брак настоящим: взрослая любовь, верность, внутренняя сила, командная работа и понимание ценностей друг друга.

В книге обсуждаются ключевые современные вызовы – утрата знания о браке, размывание гендерных ролей, кризис

отцовства, внутренняя уязвимость женщин – и то, как с ними можно справиться, опираясь на здравый смысл, веру и мудрость поколений.

Это книга для тех, кто хочет быть готовым к браку по-настоящему. Для тех, кто ищет не идеального партнера, а путь зрелости, ответственности и любви.

Содержание

Здравствуйте, мои дорогие друзья! 6
Глава первая. Что такое семья? 10
Брак как путь к духовному развитию и истинной любви 11
От формальных признаков к глубинному пониманию 14
Глава вторая. Начало отношений 22
Самопознание и сила: внутренняя готовность к настоящим отношениям 23
Конец ознакомительного фрагмента. 27

Николай Конюхов
Семья как путь: зрелость, доверие и сила настоящих отношений

Допущено к распространению Издательским советом Русской Православной Церкви

© Конюхов Н. П., 2025
© ООО ТД «Никея», 2025

* * *

Здравствуйте, мои дорогие друзья!

Когда-то в детстве я, помню, лежал на небольшой кровати, смотрел на колышущуюся занавеску перед черным окном и думал о будущем. Это бывает у всех детей, поскольку думать об уроках скучно, а вспоминать прошлое пока не особо интересно. И вот в своих мечтах я представлял себе, что у меня будет семья. Такая, знаете, красивая жена, с длинными волосами, тонкими чертами лица и загадочной улыбкой и несколько (желательно больше трех) детишек. Таких веселых, смешных и почему-то послушных.

И мне представлялось, что это все понятно, закономерно и достаточно легко: я буду любить жену, она будет мной восхищаться и вкусно кормить, мы будем баловать детей, а они будут счастливы иметь таких добрых родителей.

И вот прошло с того времени немало лет, я пятнадцать лет в браке, и у меня четверо детей. Вдобавок исполнилась еще одна детская мечта – я стал священником, как мой папа.

Но вот один нюанс во всем этом, которым я хотел бы с вами, мои дорогие, поделиться.

Оказалось, что это все совсем не просто!

Трудно быть любящим супругом, когда, бывает, нет внутренних сил и опоры. Тяжело быть добрым отцом, когда видишь в детях отражение своих худших недостатков. Горько быть недостойным священником, когда осознаешь уровень

своей ответственности.

Особенно тяжела оказалась история построения отношений. Оказывается, для того, чтобы у тебя была счастливая семья, для начала должно быть счастливое супружество. И если поначалу, пока чувства имеют решающую силу, както все решается, со временем ты начинаешь осознавать уровень своей неподготовленности и некомпетентности во многих вопросах, что приводит к кризисам, разочарованиям и разрушению красивой картинки.

Я несколько раз серьезно сокрушался, что многие знания про отношения пришли ко мне достаточно поздно и через боль мою и моих близких. Так бы хотелось, чтобы была некая инструкция, которая пусть не даст ответы на все вопросы (поскольку многие вещи очень индивидуальны), но, по крайней мере, разберет типовые ошибки, даст общее понимание, покажет вектор, куда надо двигаться в познании этой сложной науки под названием «любовь».

Эта книга – попытка изложить опыт, который у меня накопился по данной теме. Хочу сразу обозначить, это не сугубо мой опыт. Я очень благодарен тем людям, которых на разных этапах жизни посылал мне Господь. Это в первую очередь моя семья. Близкие – от слова «близко», соответственно, они больше всего повлияли на формирование моего опыта, особенно в части понимания своих ошибок. Не могу особенно не отметить роль моей любимой супруги. Ей больше всего пришлось пострадать от моей неопытности и во мно-

гом понести тяжесть моего становления. В браке именно через супруга или супругу Бог порою показывает человеку его реальное положение (а не ту сладкую картину, которая есть в голове).

Также я благодарен тем учителям и наставникам, которые щедро делились со мною своим опытом в этой сложной теме. Среди них хотел бы особенно выделить протоиерея Александра Гаврилова, замечательного священника и опытного духовника, чьи лекции и размышления сильно повлияли на меня и чья пастырская поддержка помогла мне в сложный период моей жизни.

Также я благодарен огромному количеству людей, которые за время моей пастырской практики приходили и делились своими проблемами, рассказывали истории, доверяли самые сокровенные переживания и просили совета в построении их личных отношений.

Все эти бесценные, подчас болезненные, знания я постарался сформулировать, немного структурировать (спасибо большое редакторской команде издательства «Никея») и поделиться с вами, дорогие друзья.

Не хотел бы, чтобы мои заметки рассматривались как монументальный научный труд или как жесткие и бескомпромиссные поучения. Скорее я предлагаю вам размышления на очень важную, очень непростую, но такую актуальную тему построения отношений.

Искренне надеюсь и молюсь Богу, чтобы какие-то мысли

нашли отклик в ваших сердцах, дали ответы на ваши вопросы и, возможно, помогли вам в прохождении этого нелегкого, но спасительного и радостного пути под названием «семья».

Прошу ваших святых молитв за меня и мою семью.

С любовью, священник Николай Конюхов

Глава первая. Что такое семья?

Простой вопрос, который при внимательном рассмотрении открывает глубину и сложность. В разные эпохи семья воспринималась по-разному: от инструмента выживания и социальной защиты до статуса и культурной нормы. В условиях стремительных перемен, кризиса идентичности и духовного поиска перед нами встает необходимость пересмотра самого смысла брака и семейной жизни. Почему мы вступаем в брак? Достаточно ли просто быть рядом, делить быт и растить детей, или за этим стоит нечто большее?

Семья – это не только объединение двух людей, но и пространство, где человек может научиться любви. Не случайно в христианской традиции брак рассматривается как особое служение и путь к спасению, а не просто формальность или удобство. Именно в семье человек сталкивается с собой, своими слабостями и надеждами, необходимостью прощать, заботиться, терпеть и развиваться.

Брак как путь к духовному развитию и истинной любви

Если обратиться к истории, то в древности брак был вопросом выживания: без семьи шансы на безопасность были минимальными. Женщины нуждались в защите, а мужчины стремились продолжить род и воспитать наследников. В те же времена женщин ограничивали в работе и брак для девушки был единственным способом обеспечить свое будущее. Но одно время сменялось другим, общество развивалось, и брак стал социально-культурной нормой. Однако брак – это не только социальная необходимость или традиция, за ним стоит идеологическая составляющая: высокое призвание и смысл. Сейчас эта идеология выходит на передний план.

Я часто общаюсь с молодежью, и в таких беседах мы обсуждаем необходимость семьи. Мотивация к вступлению в брак должна быть основана на высоких идеалах. Существует множество шуток о том, что брак хорошим делом не назовут, что семья не является чем-то серьезным. И, конечно, эти шутки отражают некое общее разочарование в семейной жизни. Именно поэтому сегодня молодые люди все реже решаются на создание семьи, и это связано в первую очередь с их непониманием сути и значимости брака.

Мы стремимся осмыслить семью с исторической, социо-

логической и, конечно, религиозной точек зрения. И, говоря о духовном контексте, важно обратиться к Священному Писанию. Господь создает семью как особый проект для человека с целью его развития как личности. Действительно, у человека через семью есть возможность стать чем-то большим: главное, он может получить то, что не всегда легко получить в одиночку.

Согласно библейскому повествованию, сначала Господь создает одного человека – Адама, но Он видит, что ему грустно и он нуждается в помощнике. И тогда появляется Ева – жена, которая должна помочь мужу спастись. Этот союз был благословлен Богом и стал первым примером семейных отношений. Господь благословляет этот союз, и это уже не может рассматриваться как нечто негативное. Напротив, это – благое дело, задумка Бога, через которую мы можем многому научиться.

У Бога есть одна великая идея: чтобы люди жили счастливо и вечно в Царствии Божием. Как любящий Отец, Он желает своим детям только лучшего. Я сам являюсь отцом четверых детей и искренне стремлюсь к тому, чтобы они были счастливы, и прилагаю для этого немалые усилия, которые отнюдь не всегда оканчиваются успехом. Однако у Бога, безусловно, гораздо больше замыслов и возможностей для того, чтобы обеспечить своим детям счастье. Чтобы войти в Царствие Божие, ***человеку необходимо развить главное качество***, отличающее тех, кто живет в этом Царствии, –

любовь.

Научиться истинной любви, особенно высшей – любви к Богу, – непросто. Человеку необходимо сначала научиться любить другого человека. Давайте вспомним Первое соборное послание Иоанна Богослова: невозможно полюбить того, кого ты не видишь, если ты не любишь тех, кто рядом с тобой[1]. В семье человек получает возможность развивать это чувство, ведь **семья – это своего рода школа любви**. Это доступный способ научиться заботиться о другом, разделять радости и горести.

Брак открывает возможность для личностного роста и духовного развития. Через него человек может научиться любви, стать более полноценным и духовным. Взаимоотношения в семье учат нас заботиться о других, развивать терпение, сострадание и понимание. То есть мы вступаем в брак, потому что есть высокая идея. Таким образом, брак становится не просто формальностью, а настоящим инструментом для достижения высших целей в жизни.

---

[1] Первое соборное послание св. ап. Иоанна Богослова (4: 20): «Кто говорит: „Я люблю Бога“, а брата своего ненавидит, тот лжец: ибо не любящий брата своего, которого видит, как может любить Бога, которого не видит?»

От формальных признаков к глубинному пониманию

Современные признаки семьи можно рассматривать через формальные аспекты: совместная ипотека, общее жилье, фотографии на страницах социальных сетей или статус «замужем» или «женат», люди могут говорить, что они находятся в браке, носить обручальные кольца как внешний символ этого союза. Однако как у христиан есть внешняя и внутренняя сторона таинства, так и в браке существуют видимые и невидимые признаки.

К внешним символам брака, как я уже отметил, можно отнести совместное проживание, ведение общего хозяйства, наличие совместно нажитого имущества и общих детей. Пара может также разделять интересы друг друга, например посещать кино или рестораны, смотреть любимые сериалы и завести симпатичную собачку. Некоторые могут даже иметь штамп в паспорте, но де-факто не быть семьей. Важнее всего – это внутренние характеристики, которые действительно определяют семью. Истинная семья характеризуется тем, что двое людей учатся любить друг друга, преодолевая свой эгоизм и открываясь для другого. Митрополит Антоний Сурожский однажды сказал, что любовь – это жизнь пережи-

ваниями другого человека[2]. Это очень сильно. То есть человек выходит за рамки зоны комфорта, за рамки своей эгоистической оболочки и начинает думать о втором человеке и глубинно вкладываться в отношения.

Основная характеристика семьи заключается в том, что человек мотивирует свои поступки не просто по какой-то выгоде, не из корысти, а по любви. И это всегда заметно. В христианской семье этот аспект особенно важен: здесь люди учатся любить друг друга искренне и безусловно. В такой семье Бог является неотъемлемой частью семейной жизни: вместе к Нему апеллируют, вместе к Нему обращаются, вместе, может, даже участвуют в таинствах, но это именно признаки христианской семьи. А вот любовь – это то, к чему должен стремиться каждый и что должно составлять цель, как я уже говорил в самом начале, общесемейной жизни.

Безусловно, у семьи есть свои утилитарные функции. Существует семейный бюджет, а также ожидания супругов относительно того, что они могут получить от своих отношений и как они будут развиваться. У каждого из них есть своя картина совместной жизни, основанная на ролевых моделях и сценариях, которые они перенимают от своих родителей,

---

[2] «Любовь – удивительное чувство, но оно не только чувство, оно – состояние всего существа. Любовь начинается в тот момент, когда я вижу перед собой человека и прозреваю его глубины, когда вдруг я вижу его сущность. Конечно, когда я говорю: „Я вижу“, я не хочу сказать „постигаю умом“ или „вижу глазами“, но – „постигаю всем своим существом“» (Антоний Сурожский «Таинства любви. Беседы о христианском браке»).

они могут находиться под влиянием культурного контекста – книг, фильмов и современных медиа, что тоже формирует представления о семье.

Люди предполагают, что семья выполняет функцию социальной поддержки, а совместная жизнь и общие ресурсы укрепляют это ощущение. Статусы в обществе – замужняя женщина и женатый мужчина – также играют свою роль: например, в прошлом считалось, что мужчина не может быть полноценным членом общества, пока не женится и не заведет детей; кроме того, такому мужчине не нужно давать даже право голоса. Так было в древности, и связано это, конечно, с тем, что семейная жизнь воспринималась как важный этап на пути к становлению и формированию человека.

Конечно, социальная наука описывает семейную жизнь, но если выходить уже за рамки таких земных категорий и восходить к категориям более высоким, духовным, то здесь ставится вопрос несколько иначе: ***что я могу дать в этих отношениях и что я могу в себе взрастить***?

Возвращаясь к вопросу развития личности, нужно учесть, что в семье люди учатся тому, чего они не умеют, особенно когда мы говорим о классической семье. Мужчина, получивший после грехопадения определенные травмы, сталкивается с эгоизмом, ленью, жадностью и похотью – все это вместе накладывает на мужчину определенное ярмо и мешает взять на себя ответственность. Однако именно в семье он начинает осваивать эту важную функцию. Бог возлагает на него се-

рьезную задачу, и ***в семейной жизни мужчина приобретает сознательность***.

Женщина же, обладая эмоциональной природой, часто сталкивается с трудностями дисциплины. Она старается контролировать все аспекты жизни, особенно в отношении заботы о детях. В этом контексте послушание мужу становится для нее вызовом. У Господа есть идея, что ***женщина, входя в брак, входит в послушание к своему мужу***, то есть она должна учиться этому послушанию, а это требует от нее непростых усилий.

В таких обстоятельствах брак не только несет социальную и эмоциональную нагрузку, но и предлагает возможность развивать духовные качества. Через такое классическое понимание семейной жизни люди приобретают важнейшие навыки и добродетели. Это соответствует тому, о чем писал апостол Павел: жены должны подчиняться мужьям, как Господу, а мужья – любить своих жен так, как Христос любит Церковь[3]. Мужчина должен заботиться о жене и брать на се-

---

[3] Апостол Павел сказал великие слова: «Жены, повинуйтесь своим мужьям, как Господу, потому что муж есть глава жены, как и Христос глава Церкви. Но как Церковь повинуется Христу, так и жены своим мужьям во всем. Мужья, любите своих жен, как и Христос возлюбил Церковь и предал Себя за нее. Так должны мужья любить своих жен, как свои тела: любящий свою жену любит самого себя. Ибо никто никогда не имел ненависти к своей плоти, но питает и греет ее, как и Господь Церковь, потому что мы члены тела Его, от плоти Его и от костей Его. Посему оставит человек отца своего и мать и прилепится к жене своей, и будут двое одна плоть. Тайна сия велика; я говорю по отношению ко Христу и к Церкви. Так каждый из вас да любит свою жену, как самого себя; а жена да

бя ответственность за семью, а женщина – учиться доверять своему мужу, уважать его и передавать ему контроль. Это серьезная задача для обоих супругов.

В наше время мы сталкиваемся с серьезной проблемой: 8 из 10 браков[4] распадаются, а количество неполных семей продолжает расти. Даже в тех семьях, которые выглядят полноценными, супруги часто живут в таком ритме мегаполиса, что почти не проводят времени вместе и редко общаются. Дети, которые раньше воспитывались в полноценной семье, теперь так же редко бывают рядом с родителями. Это, безусловно, оставляет свои следы.

Важно понимать, что любой проект требует вложений. Если вы хотите, чтобы он развивался, необходимо уделять ему внимание и вкладывать ресурсы. Например, если человек решает открыть кофейню, он на подготовительном этапе инвестирует много сил, денег, времени и здоровья, чтобы все организовать. И если ему удается привлечь клиентов и начать получать доход, но он перестает заботиться о бизнесе – не будет уделять должного времени, не будет контролировать процессы, – вскоре может обнаружить, что кофейня уходит в убыток и ее нужно закрывать. С браком происходит примерно то же самое. Многие люди, сыграв свадьбу, полагают, что отношения будут развиваться сами собой. Супруги про-

боится своего мужа» (Еф. 5: 22–25,28-32).

[4] ТАСС: информационное агентство России: сайт. – URL: https://tass.ru/obschestvo/22702277?ysclid=mayhz3z5 rh385781864 (дата обращения: 21.05.2025).

сто выполняют свои домашние обязанности, как я уже говорил выше, одни продолжают работать и зарабатывать деньги, другие – готовят и занимаются домашними делами. То есть простые заключения: «Ну, я же хожу на работу, приношу какие-то деньги…» или «А я готовлю, убираю дом и воспитываю детей…», конечно же, имеют место, но любые отношения, даже самые крепкие и долгие, требуют постоянного внимания и усилий, в них постоянно нужно вкладываться. Это серьезный, тяжелый и иногда неприятный труд.

И этот труд заключается в преодолении собственных обид, несбывшихся ожиданий, усталости. Часто человеку удобнее и проще поступать по своему эгоизму, но мы учимся делать что-то исходя из принципа любви. Полноценная семья – это не просто внешняя картинка, а место, где соблюдаются важные условия, поэтому оба супруга должны быть вовлечены в семейную жизнь. В противном случае отношения начинают деградировать.

Я часто показываю детям простую иллюстрацию: ставлю горку и шарик. Если отпустить шарик, он будет катиться вниз. Но если мы хотим, чтобы он двигался вперед, его нужно беспрерывно толкать. Так же обстоит дело и с отношениями. Многие люди не понимают, почему в нашем обществе так много неполных семей и почему разводы стали массовым явлением. Ответ кроется в том, что людям становится тяжело поднимать этот «шарик» отношений.

Кроме того, каждый думает, что он вкладывается значи-

тельно больше, тащит на себе всю тяжесть, а второй отдыхает. Но проблема в том, что мы универсальные эгоисты. Каждый из нас видит ситуацию через призму собственного опыта: я вкладываюсь на миллион, а мой супруг – на копейку. Но на самом деле и супруг может чувствовать то же самое, считая, что он делает гораздо больше, чем другой.

Поэтому, конечно, в этом смысле очень важно, чтобы семья, особенно на начальном этапе, училась вкладываться в отношения в общей гармонии. Нужно развивать отношения так, чтобы они могли выполнять свои текущие задачи – экономические, социальные, бытовые. И, конечно, стремиться к духовности. Людям необходимо осознать, что если они будут вкладываться в отношения, то отношения будут развиваться. А если нет – не стоит удивляться, если брак сначала даст трещину, а потом, через 5, 10 лет (а иногда даже через 20 или 30) просто закончиться.

У меня есть похожие примеры в практике: муж, совершенно убитый тем, что жена ему изменила, говорит: «Батюшка, у нас все было в порядке, никаких проблем не было. Жили душа в душу, двое детей, зарабатывал деньги, ездили на отдых». В его голове все действительно казалось идеальным, потому что он считал, что вкладывается на миллион. Но вот его жена подходит после встречи и плачет – у нее боль началась еще до измены. Один человек был уверен в стабильности отношений, а другой – просто терпел и страдал. Когда терпение иссякло, произошла трагедия. Конечно,

это никак не оправдывает грех, но важно видеть трещины в отношениях, которые могут привести к таким последствиям. Поэтому нужно бороться за полноценность семьи, а главное, оба супруга должны быть вовлечены в этот процесс семейной жизни и быть заинтересованными в том, чтобы сохранить отношения.

Глава вторая. Начало отношений

Когда человек решает вступить в брак, он сталкивается не просто с романтическим выбором, а с необходимостью глубоких внутренних изменений. Семья – это не случайная встреча двух людей, это пространство, где раскрываются глубинные черты характера, проявляются слабости, проверяется зрелость. ***Любить – это действие, которому нужно учиться.*** И если человек не научился заботиться, понимать, уступать, слышать и прощать – никакая влюбленность не поможет выстроить прочные отношения.

Многие вступают в брак с надеждой, что отношения сами по себе «настроятся», что со временем все как-то станет лучше. Но на самом деле устойчивые отношения требуют внутренней готовности: умения не убегать от трудностей, брать на себя ответственность, не обвинять, а разбираться. Прежде чем искать «того самого» или «ту самую», стоит задать себе важный вопрос: а готов ли я быть мужем или женой в самом глубоком смысле этих слов?

Подлинная подготовка к браку – это не про поиск подходящего человека, а про формирование в себе тех качеств, без которых настоящая близость невозможна. Это время, когда человек учится быть взрослым, понимать свои чувства, уважать чужие границы, отличать любовь от зависимости. Именно с этого и начинается путь к настоящей семье.

Самопознание и сила: внутренняя готовность к настоящим отношениям

Жизнь порой напоминает дикую природу: непредсказуемую, жестокую и требующую внутренней выносливости. В такие моменты важна не только способность выжить – но и умение остаться собой, не потеряв свои ориентиры. ***Проблемы, с которыми мы сталкиваемся, – будь то неудачи, одиночество, взросление или необходимость принимать решения – проверяют нас на зрелость.*** Чтобы построить прочный союз, важно сначала научиться справляться с трудностями и понимать себя.

Представьте себе ситуацию: завтра мужчина окажется один на улице. Что он будет делать? Умеет ли он зарабатывать на жизнь? Готов ли он обеспечить семью, если появится ребенок? Или скажет: «Слушай, денег стало меньше, ртов больше. Иди на работу, а я сейчас переживаю творческий кризис, поэтому буду сидеть дома и смотреть старые фильмы». Конечно, это несерьезный подход. ***Способность брать ответственность за себя – важный признак того, что мужчина готов к отношениям.*** И это считывается не как героический жест, а как естественная форма зрелости. Это значит – не убегать при первых трудностях, не обвинять обстоятельства, родителей или жену, а уметь оставаться и справляться. Сегодняшний мужчина часто растет в усло-

виях, где границы между взрослением и инфантильностью размыты. С одной стороны, ожидается, что он будет *добытчиком, опорой, лидером*, но с другой – мужчине часто не дают пространства для эмоционального взросления: не учат слышать себя, справляться с внутренними конфликтами, проявлять заботу без контроля и силу без агрессии.

В результате появляется внутренний перекос: мужчина внешне может казаться взрослым – с работой, машиной, мнением, – но внутри остаться тем, кто избегает боли, страха и ответственности. Он может годами не понимать, чего хочет, а потом внезапно уйти *искать себя*. Может заводить семью, не имея готовности обеспечивать не только финансово, но и эмоционально. Может требовать уважения, но сам не уметь уважать – ни границы женщины, ни ее чувствительность, которая сильно отличается от мужской.

Но при этом факт остается фактом: если мужчина не способен справиться с трудностями и даже вид таракана приводит его в панику, если он при первой же неудаче бежит к родителям за помощью, то он не готов к серьезным отношениям. Как он сможет взять на себя ответственность за другого человека, если не может справиться с собственными страхами и проблемами? Поэтому девушка, которая намерена вступить в брак, должна обратить внимание на то, насколько мужчина готов взять ответственность хотя бы за себя.

Женщины также могут быть не готовы к отношениям, как и мужчины, но только в другой плоскости: если не понимают

себя и не могут сформулировать свои желания. Для мужчины девушка часто выглядит как загадочный предмет – красивый, но непонятный, как, например, замысловатая техника, – чтобы разобраться в этом «устройстве», необходима инструкция. Эта инструкция заключается в том, чтобы девушка хотя бы примерно понимала свои чувства и переживания и знала, как ей можно помочь в конкретной ситуации. Но для этого ***нужно пройти важный путь – путь самопознания***. Ведь женщина по своей природе тонкое, сложное, изменчивое существо. Ее состояние может меняться от дня ко дню, от фазы к фазе, и это не недостаток, а особенность, которая требует чуткости – прежде всего от нее самой. Принятие этой переменчивости и умение называть свое состояние – это уже зрелость.

Бывает, что девушка эмоционально заморожена: сдержанная, «удобная», внешне спокойная, но без внутреннего доступа к своим чувствам. Часто за этим стоит боль или опыт, в котором ее эмоции были не нужны, неуместны, высмеяны или подавлены. Такая женщина может быть предсказуемой, даже приятной – но словно без огня внутри.

Если же девушка не понимает, что происходит внутри нее, если ей никто не помог раскрыть и назвать свои переживания – ни родители, ни наставники, ни опыт эмоциональной близости, – она может оказаться в состоянии внутренней растерянности. Например, ей будет трудно сказать, какие цветы ей нравятся, какое действие приносит радость, ка-

кой поступок вызывает благодарность. В этом случае мужчина оказывается рядом с *непознанным*: он старается, но как будто ходит на ощупь. А женщина рядом молчит, злится, плачет, но сама не знает почему. Это и есть то болезненное недопонимание, из которого вырастают обиды, ощущение одиночества и разочарования, даже если присутствуют любовные чувства. И чтобы этого избежать, важно начинать путь самопознания до того, как отношения станут серьезными: в первую очередь, не ради избранника, а ради себя.

Давайте опишем совершенно обычную будничную ситуацию. Мужчина искренне делится с женщиной своими предпочтениями: какие черты характера ему нравятся, какое поведение он считает женственным, какие увлечения кажутся ему привлекательными. Он говорит, что ценит скромность, легкость, покладистость, может быть, непритязательность и даже наивную непосредственность. И женщина, влюбленная, желающая быть принятой, старается соответствовать этому образу. Она подстраивается, сглаживает углы и становится «удобной». Начинает носить одежду, которая нравится мужчине, отказывается от хобби, которые не вписываются в его картину мира, и даже подавляет свою эмоциональность, если он не любит драмы. В этом нет злого умысла – девушка просто хочет быть любимой.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

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