

Лес и Лесли Пэрротт

ЛЮБЛЮ ТЕБЯ ВСЕ БОЛЬШЕ

КАК ЖИТЕЙСКИЕ ПРОБЛЕМЫ МОГУТ
УКРЕПИТЬ ВАШ БРАК



ВИССОН
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Санкт-Петербург
2010

СЕГОДНЯ БОЛЬШЕ, ЧЕМ ВЧЕРА

Пойми, я с каждым днем люблю тебя все больше. Сегодня больше, чем вчера, и завтра — снова больше.

Розамунда Жерар

*Н*и один брак, как бы счастливы ни были в нем супруги, не застрахован от столкновения с житейскими трудностями. Некоторые из них подкрадываются незаметно, без малейшего шороха. Другие же по их «незаметности» можно сравнить с военным оркестром.

В чем бы эти трудности ни проявлялись, они становятся неотъемлемой частью супружеской жизни. Каждая супружеская пара страдает от своих, сугубо частных проблем, а иногда и от общественно значимых. Сексуальная неудовлетворенность, которая помаленьку ожесточает наши сердца. Вгоняющие в краску денежные долги. Надежды, убитые звучащим как приговор диагнозом «бесплодие». Срывы в общении, искушающие прекратить старания «ужиться под одной крышей». Дурная привычка или болезненная зависимость, толкающая к ведению тайной жизни. Раздражительность, заставляющая наших близких ходить на цыпочках. Сердечная боль из-за тяжелого прошлого, мешающая любить в настоящем. Этот список можно продолжать и продолжать. Крупным и мелким житейским невзгодам, которые мешают счастливому супружеству, нет числа.

Все мы знаем, что даже у самого крепкого брака есть проблемы. Но вы, возможно, не знаете, что они способны сделать

вашу любовь более глубокой. Поверьте, именно совместно решенные проблемы заставляют супругов говорить друг другу: «Пойми, я с каждым днем люблю тебя все больше».

Поэтому нашу книгу мы посвятили супругам, которые вступили на путь любви с верой в свое будущее, но потом споткнулись о какое-то неожиданное препятствие. А ведь это все мы. Наша книга написана для *каждой* супружеской пары, ибо кто из нас вправе утверждать, будто его супружеская жизнь никогда не получала ни одного удара? Кто из нас настолько искусен, настолько совершенен в отношениях с любимым человеком, что не даст вмешаться в них ничему плохому?

Как мы уже говорили, всем известно, что даже самый крепкий брак сталкивается с житейскими трудностями. Но в нашей книге мы хотим сказать вам не это и обращаемся к вам не для того, чтобы доказать, будто супружеская жизнь — это тяжелый труд. Вы и без нас это знаете. Мы также обращаемся к вам не для того, чтобы убедить вас в том, будто, приложив усилия, вы защитите свое супружество от проблем. Это было бы ложью. Наоборот, мы хотим вам сказать, что житейские трудности, неизбежно возникающие в союзе двух любящих людей, вовсе не обязательно вредят их отношениям. Мы хотим вам сказать, что правдой может стать диаметрально противоположное — на крепкий брак проблемы действуют так же, как холодная вода — на раскаленный металл: они могут не только разрушать, но и закалять, укреплять и сплачивать ваш союз.

Я много раз влюблялся... и всегда в тебя.

Неизвестный автор

Переходя к практической стороне дела, мы обещаем дать вам пять главных инструментов, необходимых вашему супружескому союзу, для того чтобы успешно справляться с житейскими трудностями. Среди прочего мы вам покажем, что вы можете изменить в своих взаимоотношениях, тем самым улучшив свою супружескую жизнь.

Суть этой книги проста: мы хотим показать, что ваше супружество далеко от идеала, но вы, узнав секреты того, как вас могут сблизить житейские трудности, будете любить друг

друга еще больше. «Сегодня больше, чем вчера, и завтра — снова больше».



*В начале любви нужно быть осторожным:
бежать по лугам в объятия любимого можно
позже, когда придет уверенность в том, что
если вы споткнетесь, он не станет смеяться
над вами.*

Джонатан Кэрролл

Глава 1

ОДНОЙ ЛЮБВИ НЕДОСТАТОЧНО

*Супружеский союз живет и здравствует,
когда супруги учатся обращать себе на пользу
свои проблемы*

Всякое начало очаровательно.

Французская пословица

Через два дня после нашей свадьбы в Чикаго мы с Лесом приехали на тихоокеанское побережье штата Орегон, где и обосновались в коттедже посреди высокого леса. В нескольких милях к югу находились знаменитые дюны, в которых мы ближе к концу недели собирались покататься на лошадях. А чуть севернее по побережью была колоритная рыбацкая деревушка, куда мы тоже хотели наведаться, походить по местным лавочкам и поужинать при свечах в трактирчике, который рекомендовали нам друзья. Больше ничего в наши планы на следующие пять дней не входило, за исключением прогулок по пляжу — хоть в дождливую, хоть в солнечную погоду — и наслаждения обществом друг друга.

Ни один из нас и мечтать не мог о лучшем способе провести медовый месяц. Ну, не то чтобы все было идеально. Для начала на следующий же день по приезде мы случайно захлопнули дверцу арендованной нами машины. Я (Лесли) комментировала робкие попытки солнца пробиться сквозь облака, когда Лес вдруг понял, что ключи остались в замке зажигания, а все дверцы намертво закрыты.

— Ты подожди меня в хижине, — сказал Лес, вживаясь в роль мужа, у которого «все под контролем». — Я сейчас схожу к той автозаправке на шоссе и кого-нибудь позову на помощь.

— Я хочу пойти с тобой, — ответила я.

— Ты уверена? А вдруг польет дождь?

— Ну и пусть. Пойдем.

За разговорами мы незаметно прошли две или три мили и нашли телефон-автомат, по которому позвонили автомеханику, чтобы он подобрал нас на шоссе и мы вместе проследовали к нашей машине. Усевшись на бордюр, мы молча ждали. Лес вертел в руках какую-то подобранную по дороге ветку, и тут мне пришло в голову, что за прошедшие несколько минут ни

один из нас не проронил ни слова. Впрочем, это было не принужденное молчание, выразительная тишина, которую нам было удобнее и приятнее не нарушать.

Каждый влюбленный верит в невозможное.

Элизабет Барретт Браунинг

Думаю, что именно тогда, сидя под хмурым небом на бордюре у телефона-автомата, я прониклась светлой, как луч солнца, мыслью. Я поняла, что нашла настоящую любовь. То, к чему я стремилась с тех самых пор, когда поняла, что ее можно обрести, теперь было у меня в руках. Я вышла замуж за человека, который любит меня так же сильно, как люблю его я. Мы оба преданы этой любви навсегда. Прямо у меня на глазах раскрывалась неземная тайна любви. Настоящая любовь больше не была за облаками. Как раз наоборот. Даже когда я, ничего не делая, просто к чему-то прислушивалась, любовь окутывала все мое существо. Я говорю вовсе не о головокружении от влюбленности, которое случается на ранней, безмерно романтической стадии новых взаимоотношений, ведь мы с Лесом встречались перед нашей свадьбой и медовым месяцем на орегонском взморье почти семь лет.

Любовь, которую я так остро ощутила в тот день, была вполне земной и надежной. Это не был сопровождаемый проникновенной мелодией кинокадр с огромным заходящим солнцем на весь экран. Это была реальность, и я просто принимала ее, наслаждаясь тишиной и покоем. У меня не было другого жела-

ния, как только быть вдвоем. Муж и жена. Мы создали супружеский союз, и он получился чудесным. Наша любовь в начале супружества была так прекрасна, что мы практически могли жить ею одной. И жили. Какое-то время.

Можно ли добиться того, чтобы хорошее продолжалось вечно?

Как и большинство любящих друг друга супругов, научиться сохранять и укреплять свою любовь мы с Лесом мечтали еще до заключения брака. Отчасти нас подтолкнуло к этому чтение книги «Суровое милосердие», в основу которой легла подлинная история Шелдона и Дейви Ванаукен — двух влюбленных, которые не только стремились создать нерушимый союз, но и разработали для этого специальную стратегию, названную ими Защитный барьер. Цель этой стратегии — сделать любовь неуязвимой, средство — делиться друг с другом *всем*. *Всем!* Если одному из них что-то нравится, решили супруги, значит, там есть чему нравиться и другому и он должен это «что-то» отыскать. Будь то страсть к поэзии, или любовь к клубнике, или интерес к кораблестроению, Шелдон и Дейви обязались делиться друг с другом *всем* тем, что любит один из них или что одного из них интересует. Таким образом они протянут друг другу тысячи нитей и ниточек, и те свяжут их воедино. Как рассчитывали супруги, делясь друг с другом абсолютно *всем*, они станут так близки друг другу, что для каждого из них покажется невозможным даже предположить, что он мог бы установить подобную близость с кем-то другим. Полная общность интересов, считали они, — главный секрет длящейся вечно любви¹.

Заодно Шелдон и Дейви решили учредить так называемый Совет по навигации — совещательный орган супругов для выяснения того, в каком направлении движется их союз. Раз в

Нет других таких пленительных любовных или дружеских отношений, другой такой общности или союза, как счастливое супружество.

Мартин Лютер

месяц, даже чаще, они целенаправленно обсуждали свои отношения, а затем, оценивая все то, что они делают, задавали себе вопрос: «Крепка ли наша любовь?»

Это отличный вопрос! Почему бы и нам, подобно Шелдону и Дейви, не воздвигнуть Защитный барьер? Почему бы и нам не выставить брони или заслона для охраны своей любви? В конце концов, кому не доводилось видеть, как гибнет нежная душа супружества из-за того, что супруг или супруга считает любовь само собой разумеющейся? Переставая все-все делать вместе, находя свои особые интересы, многие супруги превращают «мы» в два «я», и тогда из их любви уходит жизнь. Еще до свадьбы мы имели возможность наблюдать, как в иные семьи практически незаметно прокрадывается взаимообособленность супругов — каждый погружается в свою особую жизнь в своем особом мире, и эта отстраненность потихоньку разрушает союз. Зачем же делать рискованное предположение, что подобное никогда не произойдет и с нами? Почему бы нам своевременно не воздвигнуть Защитный барьер?

В идее предотвратить угасание нашей любви было нечто затрагивающее чувствительные струны наших сердец. Эта же идея овладевает умами едва ли не всех влюбленных, когда у них дело идет к тому, чтобы пожениться. Но возможно ли такое? Во власти ли человеческих существ уберечь свою любовь от невзгод? И даже если да, то достаточно ли одной любви, чтобы супружеский союз был крепок и нерушим? Ответ, по нашему мнению, отрицательный. И это доказывает история супругов Ванаукен. Шелдон и Дейви делали все возможное, чтобы сохранить свою любовь, но в конечном счете это у них не получилось. Смерть разъединила их, когда Дейви умерла на больничной койке.

Мы снова и снова будем повторять: любовь не в состоянии защитить брак от невзгод, и одной любви недостаточно для сохранения единства даже самых любящих пар.

Для счастливого супружества одной любви недостаточно

У нас в Сиэтле редко проходит неделя, чтобы почтальон не доставил к нашей двери хотя бы одно приглашение на свадьбу.

Поскольку на наших лекциях, семинарах и консультациях мы работаем с очень многими помолвленными парами, нас зовут прийти на свадьбу гораздо чаще, чем мы можем это себе позволить. А те свадьбы, на которые мы ходим, все снова и снова показывают нам, каким замечательным бывает начало любви длиною в жизнь. Вы стоите рядом с любимым человеком и перед лицом друзей и родственников заявляете о силе вашей способности выдержать все испытания любви. Вы клянетесь всю жизнь посвятить стремлению к этой любви, ее раскрытию, проверке, воплощению и постоянному обновлению. Вы так убеждены в ее святой силе, что ставите на нее саму вашу жизнь. Вы клянетесь любить, «пока смерть не разделит вас».

Без любви не было бы свадеб и, естественно, браков. Преданность порождается любовью. Именно любовь способствует тому, чтобы каждый брак начинался счастливо, но рано или поздно всякая, даже самая счастливая семья натывается на что-то плохое. Именно тогда честные перед собой супруги начинают осознавать, что одной любви, какой бы она ни была сильной, недостаточно.

Выскажемся предельно ясно: все мы вступаем в брак, будучи убежденными в том, что наш союз не только устоит, но будет счастливым и плодотворным. Эта убежденность питается нашей любовью. Но вот в чем заковыка: никто не может оградить свою любовь от того плохого, что ей вредит (этого не смогли даже Шелдон и Дейви). Более того, любовь редко бывает настолько сильной, чтобы поддерживать супругов, когда они неизбежно сталкиваются с чем-то плохим. Фактически именно угасание любви чаще всего указывается в качестве главной причины расторжения брака². Любовь, хотя и порождает супружеский союз, сама по себе его питать не может.

В качестве психологов мы консультировали бесконечно большое число супружеских пар, застрявших на сентиментально-

Одному человеческому существу любить другое — это, может быть, самая трудная из наших задач, это высшая, последняя проверка, это труд, для которого все остальные наши труды оказываются лишь предварением...

Райнер Мария Рильке

романтическом представлении о любви, почерпнутом из песен, романов и кинофильмов. Подобными представлениями большинству из нас навязывается весьма сомнительный миф о супружеской жизни — «все, что есть хорошего в таких взаимоотношениях, со временем будет становиться только лучше». Но факт, что не все хорошее со временем становится лучше. Кое-что благодаря супружеству улучшается, но кое-что становится более трудным. Например, всякий успешный брак с неизбежностью заставляет нас чем-то поступаться. Прежде всего, супружеская жизнь требует от нас смирения с определенными ограничениями нашей личной свободы. Это подразумевает отказ от прежней беззаботной жизни. Даже для людей, годами мечтающих о вступлении в брак и считающих, что они совершенно не выносят одиночества, супружеская жизнь не может не предстать неким посягательством на независимость их личности. Никому еще не удавалось начать супружескую жизнь без крайнего удивления беспардонностью таких посягательств, и у

Разве может быть что-то важнее для двух человеческих душ, нежели чувствовать, что они соединены на всю жизнь, чтобы помогать друг другу во всех трудах, полагаться друг на друга во всех невзгодах, утешать друг друга во всех печалях?

Джордж Элиот

многих пар это стало первой реальной угрозой их любви. Но далеко не последней.

Подобно двум засевающим в траншее усталым солдатам, каждая супружеская пара ошеломлена тем непрерывным штурмом, которому подвергается их любовь. Супружеский союз постоянно бомбардируют непредсказуемые инциденты, мешающие нам быть такими супругами, какими нам хотелось бы быть. Мы измучены своим напряженным деловым расписанием, тем, что напрасно сказанные слова уже не вернешь, и тем, что не даем друг другу всего того, что требует от нас любовь.

«Любовь требует от нас всего, — пишет Майк Мейсон. — Не кое-чего и не очень многого, а просто всего»³. А ведь как трудно отдавать все! В самом деле, это же невозможно! Мы можем воздвигнуть Защитный барьер, или все отдать широким сим-

волическим жестом, или с торжественным видом заявить об этом на церемонии бракосочетания, но это лишь начало, не более чем декларация о намерениях. Только после, как говорят французы, «месяца меда» начинается настоящая проверка любви. И никто, как бы сильно он ни любил, не может выдерживать такое испытание — отдавать не только все, что *у него есть*, но и все, что *есть он сам*. Можете быть уверены: вы со своим супругом или супругой эту проверку не выдержите. Почему? Да потому, что ни один смертный не может жить исключительно романтической любовью.

Мужья и жены обжигаются ею. В браке случается не только хорошее, но и плохое. Тем не менее пару, которая способна осознать, что не все в семейной жизни становится только лучше, и взростеть в своей любви, ждет замечательный поворот сюжета: она, хотя и переживет тысячи неприятностей, останется счастливой или в крайнем случае снова станет счастливой.

Благодаря чему брак становится счастливым?

Задайте людям этот вопрос, и большинство наверняка ответит вам что-нибудь о любви. Но спросите тех, кто этот вопрос обдумал серьезно, кто посвятил себя его исследованию, и вы услышите нечто другое. Будет еще лучше, если вы зададите свой вопрос супружеской паре, которая счастлива в браке несмотря на все, с чем ей приходится сталкиваться, — вы получите самый осмысленный ответ. Мы это проделали, благодаря чему у нас и появилось право написать эту книгу. Вот что нам рассказали: *счастливый брак основан на умении супругов приспособливаться к плохому*. В одном опросе за другим, когда мы предлагали супружеским парам сформулировать свои представления о том, на чем основано благополучие их супружеского союза, они отвечали именно так. А когда мы настаивали на том, чтобы они конкретизировали свой ответ, мы узнавали известные этим счастливым парам секреты.

Хотя страсть — плохой регулятор хода, зато она отличная пружина.

Ралф Уолдо Эмерсон

Удачный супружеский союз состоит из... мужа и жены, признающих за собой не только хорошее, но и плохое. Это ответственность супругов.

Удачный супружеский союз состоит из... мужа и жены, верящих в то, что хорошее возобладает над плохим. Это оптимизм супругов.

Удачный супружеский союз состоит из... мужа и жены, умеющих поставить себя на место друг друга. Это эмпатия супругов.


Удачный супружеский союз состоит из... мужа и жены, умеющих игнорировать обиды. Это умение супругов прощать.

Удачный супружеский союз состоит из... мужа и жены, живущих в той любви, в которой они поклялись жить. Это преданность супругов.

—  —

ДЛЯ РАЗМЫШЛЕНИЙ

1. Обращаясь к началу своего супружества, вспоминаете ли вы то время, когда чувствовали, как вас «окутывает любовь»? Как бы вы описали это ощущение и насколько оно вероятно на последующих стадиях брака?
2. Отождествляете ли вы себя с Шелдоном и Дейви Ванаукен в их стремлении с помощью Защитного барьера сберечь свою любовь? Что конкретно вы делаете друг для друга, чтобы защитить свою любовь?
3. Как вы относитесь к утверждению о том, что в счастливом супружестве, чтобы пережить все невзгоды, нужно нечто большее, чем любовь? Вы с этим согласны? Если да, то почему? Если нет, то как вы обоснуете свою позицию?
4. Приступая к рассмотрению неизбежных случаев столкновения супружеских пар с житейскими трудностями, какие вы испытываете страхи и на что надеетесь?

—  —

Если убрать любовь, наша планета станет склепом.

Роберт Браунинг

Оглавление

Решение проблем в реальной жизни	7
Благодарности	9
Сегодня больше, чем вчера	14
Глава 1. Одной любви недостаточно	17
<i>Супружеский союз живет и здравствует, когда супруги учатся обращать себе на пользу свои проблемы</i>	
Глава 2. Почему любой брак сталкивается с житейскими трудностями	25
<i>Все ваши житейские трудности возникают по одной из пяти причин, и очень важно знать эту причину</i>	
Глава 3. В первую очередь займитесь этой проблемой... и все остальное встанет на свои места	47
<i>Лишь тонкая грань отделяет препятствие от возможности, и это сразу становится очевидным, как только супруги начинают по-новому смотреть на происходящее</i>	
Глава 4. Кто сказал, что секс — это проблема?	66
<i>Чудо супружества неминуемо исчезнет, если вы не поймете и не примете тот факт, что и хорошие, казалось бы, вещи (близость, секс, не говоря уж о рождении детей) могут быть источником проблем для супругов</i>	
Глава 5. Шесть проникающих в каждый супружеский союз диверсантов	89
<i>Научитесь защищать свой супружеский союз от коварных диверсантов, и вы построите несокрушимую крепость любви</i>	

Глава 6. Как решить любую проблему, сделав пять не таких уж простых шагов.....	109
<i>Разбудите «дремлющие силы» своего супружества и примените их для его преображения</i>	
Глава 7. Ранее не испытанное духовное единение	134
<i>В глубине ваших душ живет жажда единения, утолить которую можно, только приникнув к высшему источнику любви</i>	
Глава 8. Благо решения семейных проблем.....	161
<i>Ваша любовь друг к другу возрастает с каждым днем, когда вы видите, что вместе вы духовно обогащаетесь больше, чем мог бы каждый из вас поодиночке</i>	
Приложение. Практическая помощь переживающей кризис семье	170
Примечания	197