

то эту мудрость мы научились, а вот правильно понимать и адекватно применять — далеко не всегда. Чтобы убедиться в этом, просто ответьте себе на несколько вопросов. Итак, что бы вы могли позволить себе по отношению к вашим друзьям:

- командовать, диктовать, как вести себя;
- устанавливать запреты;
- распоряжаться их вещами, как вам заблагорассудится;
- злиться и переживать из-за того, что друзья поступают не так, как вам хочется;
- диктовать, с кем им дружить;
- указывать публично на их недостатки;
- упрекать в том, что они вас недостаточно любят.

Ответили? А теперь ответьте на те же самые вопросы по отношению к своим «половинкам». Разница, собственно, и покажет, насколько ваши супруги вам — друзья...

А между тем по-настоящему счастливые браки невозможны без дружбы между партнерами — она являются их основой. Дружба — это не только общие интересы и взгляды, это еще и уважение друг к другу, и умение прийти на помощь, а не осудить, умение принимать друга таким, какой он есть, а не видеть таким, как нам хочется, умение быть внимательным к чужим проблемам, а не только к собственным. Именно потому, что все это улаждается нам в дружбе, дружеские отношения являются чаще всего раздо более долговечными, чем брачные или любовные: накал страстей и слишком эмоциональное восприятие друг друга мешают нам научиться всему тому, что делает людей по-настоящему близкими. Как бы там ни было, а дружба — цемент куда более надежный, чем секс.

Что же делать, чтобы подружиться с собственным мужем или женой? Да все то же, что делаете с другими друзьями: проводить вместе свободное время, быть внимательными, выслушивать, помогать, искренне интересоваться мыслями и идеями друг друга, участвовать в каких-то совместных мероприятиях. Ищите точки соприкосновения, и чем их больше, тем меньше вероятность развода: все то, что вас сближает, перевесит груз конфликтов. И не ждите, что партнер первым должен сделать шаг навстречу: проявите инициативу, покажите пример — и вы увидите,

насколько давать приятней, чем ожидать и тем более требовать от другого.

Терпимость, желание и умение слушать, слышать друг друга и идти навстречу партнеру, а не отстаивать в первую очередь свои интересы и желания.

Терпимость — не просто красивое слово, оно означает, что есть что терпеть. Умение мириться говорит о том, что есть с чем мириться. Желание идти навстречу свидетельствует о наличии расстояния. И даже сам факт того, что мы выделяем своего партнера, выбираем именно его, мы объясняем в первую очередь тем, что он «не такой, как другие». Но мы сами тоже ведь входим в понятие «другие», и это означает, что у нас с нашими любимыми людьми много не только общего, но и очень разного. Если поначалу эти различия имеют для нас прелесть и шарм, то с течением времени начинают раздражать, особенно те моменты, где они не похожи не просто на «других», но конкретно на нас самих — и вот тогда мы становимся чудовищно нетерпимы. Нам отчего-то кажется, что только при полном единодушии по всем вопросам у нас могут получиться «настоящие» отношения. Отсутствие полного совпадения и обнаружение различий часто воспринимается как крах любви. На самом деле это не так. Во-первых, полное единодушие — такой же мифический идеал, как и линия горизонта: можно идти к ней всю жизнь, вот только идти не получится. А кроме того, разве интересно жить с собственной копией, с зеркальным отражением самого себя? Когда вас в очередной раз потянет на поиски «идеала», подумайте об этом: любой идеал — плод нашей фантазии, а значит, это попытка найти самого себя, но в другом человеке, что в принципе невозможно. Умение принимать партнера таким, какой он есть, — признак зрелых отношений. Что же делать, чтобы не расстаться по причине нетерпимости друг к другу?

Для начала — признать существование различий. Вторым шагом будет попытка найти в них хорошее, а не плохое, полюбить эти отличия. Следующим важным моментом является осознание, в чем вы могли бы сами уступить, как можно к особенностям другого «подстроиться» ваши, чтобы они не вступали в конфликт, а дополняли друг друга. Но главное — избавиться от страха