

## Брак не для слабонервных

Все сказки обычно заканчиваются так: «жили они долго и счастливо, и умерли в один день». А что такое «долго» и «счастливо».

Категория «долго» в браках наших прадедов и в современной семье – это две разные вещи. Тысячу лет назад брак был другим. Наряду с эволюционированием человечества, эволюции подвергался и брак.

Наши предки не были счастливее нас в браке, у них просто было меньше возможностей жить долго вместе. Брак в среднем длился около 7 лет, т.к. средняя продолжительность жизни человека была короткой и была не развита медицина. Супруги не успевали долго прожить вместе, как сегодня – 15 и больше лет. Следовательно, у них не возникало тех трудностей, которые возникают сейчас у супругов. В связи с эволюцией человечества и брака изменились и трудности, переживаемые современной семьей, в основном находящиеся в области психологии отношений. Сегодняшние отношения между мужчиной и женщиной характеризуются наличием повышенных требований и обвинений по отношению друг к другу:

- ты меня недостаточно ценишь, любишь;
- ты мало уделяешь мне внимания;
- ты мало проводишь со мной времени;
- ты делаешь меня несчастной (ым) и т.д.

Виновником всех своих «несчастий» в современной семье мы считаем другого, но не себя. Интересно получается, что я испытываю внутри себя дискомфорт, пустоту, «голод», а причину ищу вне себя, в другом. Выходит, что задача другого человека, который живет рядом со мной, заключается в том, чтобы делать меня счастливой (ым), удовлетворять мои желания и стремления. Смысл жизни другого – жить для меня.

Эгоизм заставляет нас требовать, чтобы мой партнер был «заточен» под меня. И это не удивительно, ведь природа создала нас такими. Наш эгоизм работает на самонаполнение за счет другого. В результате скандал, развод, развал семьи как социального института, одиночество и дети в неполных семьях. Выходит, что отношениями управляю не я и не мой партнер, а наши ненасытные эгоизмы. Насколько мне хватит того, что я получаю от другого. Мне всегда будет мало. Что делать?

Психология говорит нам о том, что мы наделяем весь внешний мир своими проекциями. По Фрейду проекция это когда я присваиваю другому мои мысли, желания, переживания, состояния, которые неосознанно мне тяжело в себе видеть и принимать.

Получается, я делаю другого ответственным за то, что я чувствую и переживаю. Я, таким образом, использую ближнего. А на самом деле партнер отражает все мои искажения в восприятии реальности как в зеркале. Следовательно, другой просто «помощник» мне в видении своего искаженного восприятия. И если я хочу быть счастливым в отношениях, то есть единственный рецепт: учитывать нашу природу, а именно то, что нами правит эгоизм. Не жить как слепые котята, и не ждать, что кто-то или что-то кроме меня поможет нам в решении наших трудностей в отношениях.

И наша задача – приподняться над эгоизмом. Но это возможно, только если супруги договорились между собой о выполнении такого правила: вместо того, чтобы предъявлять требования друг другу, предъявлять их к себе. При этом важно говорить о своих чувствах. Каждый своим старанием, показывает пример другому. Получается, что мы организовываем такую взаимозависимость, что мы становимся настоящими партнерами – одним целым в борьбе с нашим эгоизмом. А это под силу только сильным духом, т.к. брак не для слабонервных!!!

Катричева Лилия, Бондаренко Наталья.

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

*Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:*

- [Телеграм](#)  
- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:  
[newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

Автор текста: **Артур  
Скальский.**

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)  
Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь  
Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова  
Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская  
Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [krasyar.babr@gmail.com](mailto:krasyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская  
Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин  
Телеграм: [@tomsk24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

[Прислать свою новость](#)

#### ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"  
Телеграм: [@babrobot\\_bot](#)  
эл.почта: [equatoria@gmail.com](mailto:equatoria@gmail.com)

#### СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: [babrmarket@gmail.com](mailto:babrmarket@gmail.com)

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)