

КРЕПКИЙ БРАК



ПРАВИЛА ДОЛГИХ
И СЧАСТЛИВЫХ
ОТНОШЕНИЙ

МИА ВАН

Миа Ван

Крепкий брак. Правила долгих и счастливых отношений

<https://litres.ru/74646073>

SelfPub; 2026

Аннотация

Когда вы в последний раз были вдвоём просто потому, что вам хорошо вместе?

Без обсуждения покупок, детей и того, кто опять что-то не сделал. Если брак незаметно превратился в хозяйство, эту книгу стоит открыть сейчас. Она обращена к женщине, которая хочет вернуть тепло в повседневную жизнь: через разговор, поддержку, домашние привычки и близость. Здесь есть и непростые темы: отношения со свекровью, ревность, семейные расходы. Начать можно с той, которая болит именно у вас. Ужин, за которым хочется задержаться вместе, заслуживает не меньшего внимания, чем годовщина свадьбы.

Содержание

От автора	4
Секрет третий: помните, ни в коем случае не разглашайте секреты мужа.	19
Глава 2. Любовь проявляется в мелочах повседневной жизни	78
Конец ознакомительного фрагмента.	100

Крепкий брак. Правила долгих и счастливых отношений

От автора

Каждая женщина мечтает, чтобы муж любил её всю жизнь, был предан ей и чтобы их брак оставался счастливым. Однако сохранить семейное счастье не так просто. Гармоничная, радостная и благополучная семья — заветная мечта многих женщин.

Чтобы построить счастливый брак, женщине важно развивать качества хорошей жены и понимать, на чём держатся прочные отношения. Эти качества не всегда даны от природы: их приходится воспитывать в себе. В этом и заключается один из секретов долгой любви и внимания мужа.

Некоторые женщины напоминают одиноких жён, запертых во дворцовых покоях: они целыми днями жалуются, но не пытаются разобраться, почему муж к ним охладел, и не стараются понять человека, с которым живут. Не зная, что у мужа на сердце, они тем не менее надеются на его любовь. Но рассчитывать на чувства другого, ничего не делая ради отношений, наивно: любовь требует усилий.

Почему же некоторым женщинам, которые не отличаются особым умом, не считаются образцовыми жёнами и матерями, не обладают ослепительной красотой и далеко не всегда покорны мужу, удаётся на всю жизнь завоевать его любовь? Дело не в особой благосклонности небес. Просто они сумели понять сердце мужчины, с которым живут.

Жена, которую муженек обожает, умеет быть благодарной и наслаждаться жизнью. Благодарность учит нас любить и быть любимыми, дарит нам радость любви и взаимной привязанности, а это и есть наше величайшее богатство, которое, подобно чистой воде озера, переполняет наши сердца. Ни одна женщина с опустошённой душой не сможет покорить чьё-либо сердце. Напротив, те, от кого невозможно оторваться и с кем трудно расстаться, — это как раз те женщины, чьё внутреннее миры изобилует журчащими ручьями и цветущими лугами.

Поэтому тем женщинам, которые испытывают трудности в браке, сейчас следует заново взглянуть на себя в браке и обязательно смотреть на мужа с восхищением. Если в сердце есть любовь и терпимость, то так называемые недостатки можно просто отбросить с улыбкой.

Автор верит, что эта книга поможет тем женщинам, которые мечтают о счастливом и гармоничном браке, осуществить свои желания, понять законы прочного брака и проникнуть в душу своего мужа.

Надеюсь, что все женщины мира станут зрелыми и очаро-

вательными, обретут счастливый и гармоничный брак; также желаю всем супружеским парам мира радости и счастья, а всем бракам — гармонии и благополучия на долгие годы.

Глава 1.

Станьте преданной поклонницей своего мужа

Над головой каждого мужчины висят многочисленные лавровые венки, такие как: «настоящий мужчина», «великий герой, стоящий на земле и упирающийся в небо», «целый мир», «опора семьи», «столп государства» и так далее. Из этих громких титулов видно, что мужчина — это воплощение мудрости и символ силы. Поэтому мужчина перед женщиной, особенно перед своей женой, так сильно жаждет и нуждается в восхищении и поклонении; он так хочет, чтобы жена обожала его, как поклонница любимого певца или кинозвезды, преклоняясь перед ним без остатка. Для своего глубоко любимого мужа жена должна быть поклонницей, а не угнетательницей; сторонницей, а не критиком.

1. Каждому мужчине нужна поклонница

Мужчина — опора общества, столп семьи, опора женщины на всю жизнь. На самом деле мужчины не так сильны, как себе представляют женщины; им тоже нужна женская поддержка, им тоже нужно плечо, на котором можно отдохнуть, когда они устали.

Поэтому каждый мужчина хочет, чтобы рядом с ним была верная поклонница, которая будет следовать за ним, и нуждается в женщине, которая будет преданно поддерживать его

в трудную минуту. Такая женщина не позволит любимому мужу навсегда погрузиться в отчаяние от неудачи, а вовремя подбодрит его после неудачи, развеет его уныние, поможет ему вновь обрести уверенность в себе и с надеждой вернуться в жесткую конкурентную борьбу.

Как, например, счастливый мистер Генри Форт, который в молодости был техником в Детройтской электроэнергетической компании в Мичигане, работал по 10 часов в день, а после смены продолжал трудиться в старом сарае за домом, стремясь разработать новый двигатель для повозок.

В то время все, кроме его жены, смеялись над ним.

По окончании дневной работы жена начинала помогать ему в исследованиях. Миссис Форт держала в руках керосиновую лампу, а от холода её руки посинели, но она твёрдо верила, что её муж однажды добьётся успеха. Мистер Форт ласково называл её «верующей».

В 1893 году соседи, привлечённые странными звуками, вышли к окнам и увидели, как Генри Форт и его жена сидели в повозке без лошадей. Повозка покачивалась, но, к удивлению всех, смогла свернуть за угол и вернуться обратно!

В тот вечер так родилась новая отрасль промышленности, оказавшая огромное влияние на всю страну.

Спустя 50 лет, во время интервью, мистеру Форду задали такой вопрос: «Если бы существовала загробная жизнь, кем бы вы хотели стать?» Он ответил: «Мне всё равно, кем быть, главное — чтобы я мог жить вместе со своей женой».

Однако в реальной жизни многие женщины не понимают этой истины и не умеют всецело поддерживать и заботиться о своих мужьях. Когда наступают беды, такие женщины своими резкими словами и поступками подрывают и без того истощающую энергию мужчины. Такое душевное и физическое истязание со стороны женщины не позволяет мужчине держать голову высоко и может даже привести к тому, что он окончательно сломается. Если бы женщина сказала своему любимому мужу: «Не стоит переживать из-за такой мелочи. Такие вещи не сломают моего настоящего мужчину, я верю, что ты справишься!», — то развитие событий было бы совсем иным.

Как правило, уверенная в себе женщина оказывает своему мужу огромное доверие, смотрит на него особым взглядом и видит в нём качества, которые остаются незаметными для других. Она смотрит на него не только глазами, но и с любовью в сердце.

•

Каждому мужчине нужна поклонница, женщина, которая будет защищать его в трудную минуту. В критической ситуации, в момент неудачи мужчине нужна верная поклонница, которая будет его защищать, нужна жена, способная помочь ему обрести стойкость и уверенность.

2. Мужчина жаждет обожания со стороны женщины

В глубине души каждый мужчина надеется на обожание со стороны женщины. Это обожание — не поверхностная

лесть и беспочвенное подхалимство, а искреннее восхищение, то есть признание и восхищение его личностью и нравственными качествами. Когда добродетельная жена обожает своего мужа и гордится им, в его душе непременно возникает чувство удовлетворения от того, что его обожают, и чувство достижения от того, что его признают... Для него это, без сомнения, огромное моральное воодушевление, которое еще больше разжигает его боевой дух и помогает ему достичь новых высот в карьере!

В реальной жизни часто встречается следующая картина. Две женщины беседуют, и когда разговор заходит о их мужьях, одна из них говорит: «У моего мужа нет ни денег, ни внешности. Эх, я, наверное, ослепла, раз вышла замуж за такого неудачника!»

Другая женщина, говоря о своём муже, жестикулирует, говорит без умолку, с сияющим лицом, полностью погружённая в безграничное восхищение им; её восторженный вид вызывает у других как зависть, так и ревность.

На самом деле в жизни мужчины самым дорогим и незаменимым человеком являются не родители, вступившие в пожилой возраст, и не маленькие, ничего не понимающие дети, а та женщина, которая будет сопровождать его всю жизнь — его жена. В сердце мужчины родители и дети — лишь те, кого он должен содержать или воспитывать; это его обязанность и ответственность. А та женщина, с которой он делит радости и горе, — это любовь всей его жизни; именно она

дает ему мужество противостоять всему и уверенность в себе, чтобы справляться с неудачами.

Поэтому для мужчины встретить хорошую женщину — это счастье на всю жизнь. Если же ему встретится женщина, которая не ценит его, то даже самый способный и целеустремленный мужчина станет ни на что не годным, и это, без сомнения, станет несчастьем всей его жизни!

Как же сильно мужчина хочет получить признание и восхищение со стороны любимой жены! Добродетельная жена должна понимать, что она — опора мужчины на всю жизнь, а его успех или неудача зависят от одного её решения. Ваша поддержка может заставить мужчину удвоить усилия, а ваши резкие слова превратят его в сдувшийся мяч, лишив уверенности и воли к преодолению трудностей. Сила обожания огромна: многие великие люди стали великими именно потому, что за их спиной стояла любящая жена, которая обожала его, постоянно давая ему духовную силу, мужество и уверенность — эту силу, достаточную для того, чтобы продвигать его к достижению своих целей.

3. Восхищение женщин — движущая сила мужчины

В современном обществе много поклонников знаменитостей: фанатов музыки, спорта, кино и т. д. Они слушают каждую песню, исполненную их кумиром, и смотрят каждый фильм с его участием. Более того, они с увлечением покупают альбомы и пластинки своих кумиров, собирают всевозможную информацию о них — от даты рождения, знака зо-

диака, роста, веса, увлечений и брендов одежды до любовных романов... как свои пять пальцев. В глазах поклонников эта «звезда» сияет ярким светом и обладает безграничным очарованием; они наделяют своего кумира образами идеала. Именно благодаря таким сильным чувствам обожания со стороны поклонников те звезды, которых так «любят», постоянно стимулируют себя к усердной работе и, таким образом, достигают еще большего успеха.

Бурная и извилистая история любви великого поэта Сюй Чжимо и талантливой женщины Линь Хуэйинь оставила в душе Сюй Чжимо неизгладимый след, который он запомнил на всю жизнь. Даже когда они не были вместе, Сюй Чжимо по-прежнему чувствовал, как Линь Хуэйинь восхищается им и уважает его. Именно восхищение Линь Хуэйинь Сюй Чжимо вдохновляло его на непрерывный творческий порыв, благодаря которому он взошел на вершину китайской поэзии. Можно сказать, что именно Линь Хуэйинь создала «святого поэта» Сюй Чжимо, именно она сформировала эту яркую звезду на китайском поэтическом небосклоне. Как писал Сюй Чжимо в предисловии к сборнику «Сборник тигра»: «Несколько десятилетий назад меня обвеял странный ветер, возможно, осветил какой-то необычный лунный свет, и с тех пор мои мысли склоняются к выражению в стихах, а глубокая меланхолия овладела мной...» Именно нежность Линь Хуэйинь и её восхищение Сюй Чжимо незаметно изменили курс его жизни, позволив ему с полной страстью бро-

дить по раю поэзии.

Поэтому в будущем, если ты, умная женщина, будешь относиться к мужу как фанатка к своему идеальному кумиру — поклоняться ему, восхищаться им и заботиться о нём, — то этот «кумир» обязательно оправдает твои ожидания, будет ещё усерднее работать и ещё больше любить тебя. Он почувствует себя самым счастливым мужчиной на свете и поймёт, что ты — самый достойный его любви человек.

Поклонение звездам — это модное явление, которое не ограничивается только обществом, но может быть применено и в семейной жизни. Жена может использовать подход поклонницы, чтобы выразить свою бесконечную любовь и безграничную заботу о муже. Это сможет пробудить в мужчине боевой дух, максимально раскрыть его чувство ответственности и помочь любимому мужу преодолевать все препятствия на пути к карьерному успеху и достичь вершин.

4. Как относиться к мужу как к своему кумиру

В повседневной жизни, если вы будете относиться к любимому мужу как к своему кумиру, вы естественным образом будете заботиться о нём по стандартам «фаната»: познавать его внутренний мир, понимать его различные пристрастия и по-своему передавать ему свою любовь, удовлетворяя его духовные потребности. Если вы будете строго следовать следующим восьми принципам, ваша семейная жизнь обязательно станет гармоничной, полноценной и счастливой.

(1) Ни в коем случае не будьте эгоцентричной. Ни один

муж не любит, когда жена ведет себя как тиранка. У него есть своя карьера и круг общения, и если вы будете целыми днями требовать, чтобы он крутился вокруг вас, он обязательно раздражится, посчитает вас обузой и, скорее всего, в следующий раз, когда пойдет на коктейльную вечеринку, оставит вас дома одну.

(2) Даже если муж не прав, не высказывайте ему претензии при посторонних. Если вы будете публично упрекать мужа, это серьезно ущемит его самолюбие и заставит его почувствовать себя униженным перед друзьями. Хотя вы и руководствовались благими намерениями, результат будет противоположным ожидаемому: это заложит семена конфликта в браке и станет искрой, которая разжигает противоречия.

(3) Не стоит жаловаться на мужа. Жалобы на мужа — признак недовольной жены. Если вы часто говорите такие слова: «Я замужем за тобой уже столько лет, а посмотри на наш дом — он ничем не отличается от того, каким был десять лет назад; знаешь ли ты? все, что я делала, я делала ради тебя; разве я стала бы этим заниматься, если бы не ты?», — такие жалобы заставят мужа ошибочно полагать, что ты больше его не любишь, и постепенно любовь в его сердце превратится в бремя, в давление. Будешь ли ты счастлива, глядя на то, как твой муж каждый день живет, неся на себе тяжелый груз?

(4) Часто задавать мужу вопрос «Ты меня любишь?» — признак неуверенности в себе. Если вы часто задаете мужу этот вопрос, это доказывает, что вы не уверены в себе. В гла-

зах мужчины уверенность в себе — это источник гордости для женщины; если вы не уверены в себе, то этот источник гордости значительно уменьшается.

(5) В ваших глазах муж — единственный в своём роде. У каждого человека есть свои особенности и индивидуальность, у каждого есть то, что отличает его от других. Все мужчины хотят, чтобы жена хвалила их за уникальность и индивидуальность, ценила их как неповторимых мужчин. Ни в коем случае не говорите, что он такой же, как все остальные, и не игнорируйте его индивидуальность — это подорвёт его боевой дух и приведёт к упадку духа.

(6) Хвалите мужественность мужа. Все мужчины хотят казаться сильными и независимыми, чтобы скрыть свою внутреннюю уязвимость. Если вы часто говорите: «Ты что, не мужчина?», «Ты просто трус!» и т. п. — слова, подрывающие мужской имидж, — это глубоко ранит самолюбие мужа.

(7) Предоставьте мужу полную свободу. Мужчины не любят, когда ими управляют или ими распоряжаются. Настоящий мужчина обязательно умеет распоряжаться своим временем, деньгами и решать различные проблемы. Поэтому мужчины стремятся к праву свободно распоряжаться своей жизнью. Если вы будете пытаться контролировать его или манипулировать им, он, возможно, решит сбежать — не будет возвращаться домой и не захочет вас видеть.

(8) Своими поступками покажите мужу, что будете верны ему всю жизнь. Мужчины боятся предательства со сторо-

ны близких, особенно со стороны любимой жены. Если жена предаст своего мужа, в глазах общества он станет никчемным человеком, а это равносильно тому, чтобы обречь его на гибель. Если вы своими действиями продемонстрируете ему полную верность, тем самым доказав, что он настоящий мужчина, его чувство семейной ответственности и сострадание сразу же пробудятся.

Британский писатель Лоуренс говорил, что в глубине души каждого мужчины таится сильный инстинкт верности. Как современной образованной женщине пробудить в муже этот инстинкт верности и самодисциплину? С помощью ограничений, конфликтов или же женской доброты и искренности? Станьте верной спутницей своего мужа, чтобы пробудить в нём осознание верности вам — это, безусловно, лучший из всех возможных вариантов. Кроме того, следует постоянно учиться и повышать свой общий уровень развития, чтобы адаптироваться к образу жизни мужа.

5. Поддерживайте действия мужа

Выйти замуж за способного мужчину — это цель всей жизни для любой женщины. Многие считают, что жена Гейтса, Мелинда, очень повезла, выйдя замуж за такого выдающегося мужчину. Но те, кто знаком с Гейтсом, знают, что с ним очень сложно ладить. Его коллеги говорили, что Гейтс очень серьёзный человек, обладающий сильным любопытством, но при этом не умеющий выражать свои чувства словами.

Тем не менее, Мелинда уделяет большое внимание тому, чтобы поддерживать увлечения и интересы мужа, поскольку она знает, что увлечения и хобби — это то, что мужчинам нравится на протяжении всей жизни. Поэтому они часто играют в интеллектуальные игры, такие как загадки и пазлы, а также участвуют во многих сложных мероприятиях. Гейтс любит играть в настольный теннис, и Мелинда старается совершенствовать свои навыки в этой игре, чтобы играть вместе с мужем. Гейтс также очень любит участвовать в гонках на собачьих упряжках, и Мелинда без малейших жалоб сопровождала его в путешествии по Аляске на расстояние более 40 километров при температуре минус 30 градусов по Цельсию.

Если Гейтс хочет отправиться в путешествие, Мелинда отправляет детей к родителям, поручает соседям присмотреть за домом, планирует маршрут, быстро собирает вещи и отправляется в путь; если муж хочет устроить дома вечеринку для друзей, она немедленно отправляется в супермаркет за полуфабрикатами, а затем наряжается красиво, элегантно и уместно и устраивает вечеринку в формате «шведского стола»... Такая женщина позволяет мужчине с уверенностью любить и заставляет мужа обожать её до глубины души.

Когда любимая жена поддерживает его, мужчина испытывает безграничное счастье. Умная женщина с энтузиазмом будет участвовать вместе с мужем в играх, путешествиях и занятиях спортом, а не подавлять его увлечения.

Помните: подавляя увлечения мужа, вы одновременно разрушаете свой изначально счастливый брак. 6. Всегда будьте верной слушательницей мужа

Умные и добродетельные жены умеют быть хорошими слушательницами для мужа, что приносит огромную пользу семье и счастью в браке. Это не только утешает душу мужчины, обремененную тяготами жизни, но и дарит ему максимальное утешение, позволяя избавиться от внутреннего давления. В то же время вы незаметно узнаете больше о мыслях и чувствах мужа, что дает вам возможность занять все его внутреннее пространство.

Женщина, которая готова выслушивать жалобы мужа, может служить ему «мусорным ведром» для слов, не притворяется и не ведет себя напыщенно, внимательно прислушивается к его разговорам и в нужный момент подбадривает его, пробуждая в нем боевой дух, необходимый для преодоления трудностей. Относясь к делам мужа так же заботливо, как к своим собственным, она не только завоюет его расположение и доверие, но и получит от него вдвойне больше любви и ласки.

Стать хорошим слушателем — дело не из лёгких, и женщине необходимо постоянно совершенствоваться и извлекать уроки из опыта.

Итак, как же научиться быть «хорошим слушателем» для мужа? Ниже приведены три ключевых принципа, которые должна соблюдать каждая хорошая слушательница.

Секрет первый: слушайте не только ушами, но и глазами, выражением лица, всем телом.

Секрет второй: умело поднимайте темы, которые подталкивают мужа к разговору.

Секрет третий: помните, ни в коем случае не разглашайте секреты мужа.

Умение слушать и быть верной слушательницей мужа — это самое основное условие счастливого брака. Слушая мужа, вы одновременно познаете его внутренний мир, а также людей и события из его окружения. При этом постарайтесь умело подстегнуть его мужской дух — это окажет огромное положительное влияние на его карьеру, и никто, кроме вас, не сможет дать ему эту силу.

7. Узнайте о предпочтениях мужа

У каждого человека есть свои интересы и увлечения, и жене следует в меру понимать увлечения мужа — это очень полезно для укрепления супружеских отношений.

После свадьбы Мэйцзы часто чувствовала себя опустошённой, потому что исчезла та романтика, которая была до брака. Мэйцзы — очень жизнерадостная женщина, в праздники она любит кататься на велосипеде за город, ходить по магазинам, ходить на концерты и т. д. Но её муж — человек крайне замкнутый, он не любит разговаривать, а в свободное время предпочитает заниматься чем-то в одиночестве, например, читать, смотреть телевизор или играть в игры. Мэйцзы очень хотела проводить каждое свободное мгно-

вание вместе со своим мужем, но в большинстве случаев он вежливо отказывал ей, поскольку его совершенно не интересовали те вещи, которые нравились Мэйцзы. Это заставляло Мэйцзы с ностальгией вспоминать те времена, которые они проводили вместе до свадьбы, но те дни уже никогда не вернутся.

Интересы и увлечения человека определяются множеством факторов. Поскольку у каждого человека разные условия взросления и круг общения, интересы и увлечения, естественно, сильно различаются. Нереально мгновенно изменить чьи-то интересы и увлечения, а навязывание своих интересов и увлечений другому человеку доставит ему большие страдания. Жена должна уважать и приспособливаться к интересам и увлечениям мужа, заниматься вместе с ним тем, что ему нравится, и в процессе взаимного обучения делиться советами и впечатлениями, а также развивать у себя широкий круг интересов и увлечений — вот что является действительно эффективным подходом.

Пытаться изменить чьи-то интересы и увлечения — дело не из лёгких, это просто бесполезное занятие. Лучше попробовать присоединиться к мужу и заниматься вместе с ним тем, что ему нравится. Так вы не только укрепите ваши отношения, но и сами узнаете много нового, расширите свой кругозор, а это, в свою очередь, будет способствовать укреплению брака и сохранению семьи.

8. Терпите плохие привычки мужа

Жена меньше всего может терпеть плохие привычки мужа: ложиться спать, не помыв ноги; разбрасывать газеты и журналы после прочтения; разбрасывать пепел; превращать дом в беспорядочный хаос, где нет ни одного чистого места.

На самом деле, обнаружив эти вредные привычки у мужа, жене не стоит злиться: раз уж она решила выйти замуж за этого мужчину, ей следует принимать его таким, какой он есть, с его достоинствами и недостатками. Возьмем, к примеру, всем известного Билла Гейтса: его привычки в области личной гигиены действительно трудно выносить, и в американской компьютерной индустрии они уже давно стали предметом насмешек. Он может не мыться несколько дней подряд, а если летит на самолете на встречу, то по возвращении домой от него обязательно исходит запах пота. Но его жена Мелинда терпела всё это и не выходила из себя из-за Гейтса, поэтому в глазах Гейтса Мелинда не только деловая женщина, но, что ещё важнее, она обладает качествами добродетельной жены, «похожей на кроткое овечку».

На самом деле в семье почти все жены жалуются на плохие привычки мужей, без конца ворчат, пытаются всеми силами избавиться от них, а некоторые даже прибегают к методам дрессировки домашних животных, чтобы превратить мужа в идеального супруга. На самом деле в этом нет никакой необходимости — ведь муж — это тоже человек. Помню, как одна мать сказала своей дочери перед свадьбой: «Цени своего мужа. Все мужчины одинаковы, у всех есть те или

иные вредные привычки. Не думай, что не сможешь терпеть привычки первого мужа — следующий может оказаться ещё хуже».

У большинства мужчин есть множество привычек, которые жены не могут принять и терпеть. В таких ситуациях злиться, ворчать и выходить из себя бесполезно; нельзя топтаться с результатом, нужно постепенно направлять его в нужное русло.

Некоторые привычки мужчин кажутся женщинам просто невыносимыми, но избавиться от них не так-то просто. Назойливые замечания и вспышки гнева не решают проблему, ведь эти привычки сопровождают мужчину уже слишком долго. Лучше начать с терпения, а затем перейти к мягкому убеждению, постепенно решая проблему. Счастливый и гармоничный брак на самом деле зависит только от вас самих.

9. Сдерживание вспыльчивости — ключ к гармоничной семье

Каждая женщина мечтает выйти замуж за прекрасного, безупречного мужчину, но что делать, если жизнь складывается не так, как хотелось бы? Вместо того чтобы жаловаться на судьбу, мучить себя беспокойством и целыми днями жить в атмосфере ссор и разборок, лучше заново присмотреться к мужчине, который рядом с вами, постараться сдерживать свой характер, чтобы приспособиться к нему, и таким образом создать ключ к гармоничному браку.

Дом — это место, где мужчина чувствует себя наиболее

расслабленно, где он может говорить и поступать без каких-либо ограничений, в отличие от общественных мероприятий, где приходится быть осторожным во всём, чтобы не дать повода для пересудов и не навредить своей карьере.

В результате, расслабившись, муж может сделать что-то, что вам не понравится, или сказать несколько слов, которые вы сочтёте неприятными. Эти вещи могут вызвать у вас эмоциональные перепады, вследствие чего вы впадаете в ярость, чтобы облегчить внутреннее раздражение и выплеснуть накопившееся недовольство. В такой ситуации ссоры между супругами — вполне естественное явление.

Однако частые вспышки гнева очень вредны: они наносят огромный ущерб здоровью и ускоряют старение. Кроме того, они наносят мужу психологический удар и причиняют ему страдания, создавая невидимые препятствия для гармонии в браке и семье. Если не сдерживать себя, ваш гнев станет неуправляемым, а эмоции — ещё более трудноконтролируемыми. Поэтому постоянное сдерживание своего гнева — главное условие счастливого брака.

Вспыльчивость — это скрытый убийца брака. Если муж весь день вынужден гадать, как к нему отнестись, он станет действовать осторожно и нерешительно, а в итоге может даже уйти. Поэтому, если женщина хочет выйти замуж за достойного мужчину, ей самой нужно помнить о том, что нужно быть мягкой и спокойной.

10. Как приспособиться к мужу-трудоголику

В обществе многие женщины хотят, чтобы их мужья добились успеха в карьере и при этом оставались внимательными и чуткими в повседневной жизни. На самом деле, чтобы добиться успеха в карьере, мужчинам необходимо прилагать огромные усилия. И пока они усердно работают, они, естественно, временно откладывают в сторону личные удовольствия, что неизбежно приводит к пренебрежению близкими людьми.

Мужчинам приходится много времени проводить на деловых встречах, поэтому времени на семью остается меньше — в конце концов, сутки имеют ограниченную продолжительность. Умная и благоразумная женщина, если она не испытывает недовольства материальным благополучием, должна ценить ту реальную, осязаемую жизнь, которая у нее есть, и с большим пониманием относиться к трудностям, с которыми сталкивается ее муж на работе.

Однако в успехе мужа незаменимая роль играет жена. Каждый шаг мужа на карьерном пути пропитан ее душевными усилиями. И когда вы вместе с мужем делитесь радостью успеха, он испытывает чувство гордости, исходящее из самой глубины души. Не стоит из-за успеха мужа чувствовать себя неполноценной, что может привести к подозрительности и беспочвенным переживаниям. Ваш муж благодаря своим усилиям и вашей поддержке достиг вершин карьеры. Как жена, вы должны гордиться им, радоваться его успехам и аплодировать ему, давая мужу почувствовать, что вы — его ду-

ховная опора и надежная поддержка.

В глазах посторонних ваш муж выглядит таким блестящим и элегантным, но как жена вы должны еще больше заботиться о своем любимом муже и проявлять к нему чуткость, сопровождая его на каждом этапе его трудного и полного трудностей жизненного пути.

Мужчина усердно работает именно для того, чтобы его любимая жена могла жить в достатке и в полной мере наслаждаться радостями жизни, которые даёт материальное благополучие, что неизбежно приводит к сокращению времени, которое он может уделять семье. Женщина должна понимать, поощрять и поддерживать своего мужа. Умные женщины знают: только успех в карьере может по-настоящему отразить ценность мужчины.

11. Различия в характере — это совершенно нормально

Два главных героя брака изначально жили в двух разных средах, получили совершенно разное образование и воспитание от родителей, поэтому индивидуальность каждого из них уникальна и глубоко укоренилась. Однако время, прошедшее от знакомства до влюбленности, а затем до вступления в брак и создания семьи, было очень коротким, поэтому конфликты личностей неизбежны в любом браке.

Была одна такая супружеская пара: муж любил покупать военные и модные журналы, его книжный шкаф был забит под завязку, а на кровати и письменном столе они валялись в беспорядке. Его жена, как только заводилась речь об этом,

просто сходила с ума от злости. Еще одна супружеская пара: жена любила говорить откровенную правду, но в жизни некоторые вещи нельзя высказывать прямо, их нужно формулировать деликатно, поэтому она легко обижала окружающих. Муж же считал, что для гармоничных отношений с соседями правду лучше не говорить, так как она ранит больше всего. В результате из-за разницы во взглядах их брачные отношения становились все более холодными.

Жена, которая обижается на мужа за то, что он беспорядочно покупает журналы, возможно, перед свадьбой именно из-за его стремления к знаниям и энергичного характера решила связать с ним свою жизнь. А тот муж, которому не нравится прямолинейность жены, когда-то решил провести с ней всю жизнь именно потому, что ценил её откровенность и прямоту. То, что раньше было достоинством, теперь стало источником конфликта. На самом деле изменился не другой человек, а собственное сердце. Нужно бережно относиться к отношениям и не позволять несоответствию характеров заглушить настоящие чувства обидой от вынужденного сосуществования, что приведет к постепенному исчезновению взаимных чувств.

У каждого человека есть своя уникальная индивидуальность, и несовпадение характеров в браке — вполне нормальное явление. Полностью совпадающих личностей очень мало, и на самом деле именно яркие черты его характера так сильно привлекли вас; именно благодаря этим различиям вы

и вступили в брак. Не позволяйте тому, что привлекало вас до свадьбы, превратиться в источник конфликтов после нее. Регулярно анализируйте себя, корректируйте свое отношение, и тогда гармоничный и счастливый брак станет вашей реальностью.

12. Вы не всегда правы

Американский писатель Сэмюэл Джонсон так понимал брак: «Успех брака зависит от двоих, а для его краха достаточно одного человека. В мире нет абсолютно счастливых и идеальных браков; счастье проистекает лишь из безграничной терпимости и взаимного уважения».

В жизни часто возникает такая ситуация: когда супруги совместно занимаются чем-то, жена считает, что только её способ правильный, и, как только видит, что поведение мужа не соответствует её представлениям, сразу же громко указывает на это и требует, чтобы он немедленно исправился. В этот момент муж, видя столь высокомерное отношение жены, чувствует, что его самолюбие сильно ущемлено, и в результате перестаёт обращать на неё внимание, продолжая поступать по-своему. Жена же считает мужа слишком упрямым и неразумным.

На самом деле каждый считает свой способ решения вопросов правильным и не хочет тратить время на объяснение причин, из-за чего его часто ошибочно принимают за деспота. На самом деле жена может пойти на контакт с мужем, выбрав подход, который ему будет легче принять: так она не

заденет его самолюбие, а проблема будет решена наилучшим образом. Главное условие — уважать привычки мужа: в отношении поступков, где грань между правильным и неправильным размыта, нужно проявлять терпение и направлять его; в отношении поступков, где грань между правильным и неправильным четко обозначена, следует проявлять правильное и мягкое отношение.

В семье грань между правильным и неправильным поведением бывает весьма размытой, и в зависимости от точки зрения на ситуацию она может интерпретироваться по-разному. Обнаружив, что мнения мужа и ваши противоречат друг другу, не стоит указывать пальцем или громко ругать его — это, напротив, вызовет у мужа желание противиться. Лучше всего изложить свою точку зрения в вежливой и конструктивной манере. Так вы избежите конфликта, проблема будет решена наилучшим образом, а муж искренне примет вашу точку зрения. Это пойдет на пользу укреплению отношений и сохранению брака.

13. Каждый день дарите мужу чуть больше любви

На самом деле мужчины очень хотят получать любовь от своей женщины. В период страстного увлечения мужчина, как правило, может получить то, чего желает, и насладиться вкусом любви. Однако после свадьбы мужчину окружают уже не сладкие проявления любви, а постоянные придирки, непрекращающиеся упреки и громкие ругательства.

Однажды был задан такой вопрос: «Если бы была следу-

ющая жизнь, вы бы снова вышли замуж за своего нынешнего мужа?»

Некоторые женщины отвечали так: «Ни за что, я больше никогда не выйду замуж за такого скупого, неряшливого, ленивого и эгоистичного мужчину. Я просто не могу терпеть эти плохие привычки, как я могу снова выйти замуж за такого мужчину?»

Другие отвечали так: «Конечно, если бы была следующая жизнь, я с удовольствием вышла бы за него замуж. Хотя у него много недостатков и мелких причуд, со мной он самый честный. Он терпимо относится к моим недостаткам, умеет заботиться обо мне и проявлять внимание, а также очень ответственно относится к семье и чувствует себя ответственным за семью. С таким хорошим мужчиной я с удовольствием жила бы вместе».

Мужчина трудится на износ ради счастья семьи; ради того, чтобы его любимая жена могла жить без забот; ради того, чтобы реализовать себя как мужчина. Жизнь мужчины очень утомительна, и он очень уязвим. Мужчине очень нужно, чтобы любимая жена дарила ему больше любви и поддерживала его в карьере. Эта «машина» под названием «мужчина» нуждается в том, чтобы жена каждый день подпитывала её своей любовью, поэтому, пожалуйста, дарите мужу побольше любви каждый день.

Любовь — это тихое приветствие, нежное «спасибо», заботливый взгляд; любовь проявляется в мелочах повседнев-

ной жизни, в трёх ежедневных приёмах пищи, в повседневных заботах о быте. Если каждый день дарить мужу чуть больше любви, это поможет мужчине с новым энтузиазмом погрузиться в работу и укрепит отношения, брак и семью.

14. Ни в коем случае не остужайте энтузиазм мужчины

В представлении людей мужчина — воплощение силы, мужества и стойкости; даже перенеся удар, он должен стиснув зубы преодолеть трудности. Но сколько людей действительно знают мужчин, сколько обид, горечи и слёз течёт в их душах? Однако всё это теряет смысл без поддержки жены, если не ради неё и детей. Мужчина станет тогда подобен парящему в воздухе воздушному шарик, который в любой момент может лопнуть.

Успех мужчины во многом зависит от его любимой женщины. Ключ к тому, разрушит ли женщина мужчину или сделает его успешным, заключается в её безусловном доверии и степени поддержки мужа — между ними существует прямо пропорциональная зависимость.

Мужчина, который изначально мог бы многого добиться в обществе, стремительно продвигается по карьерной лестнице и имеет безграничные перспективы, но его жена не даёт ему покоя: она постоянно упрекает мужа в том, что он из-за работы не заботится о семье, не думает о ней как о супруге, подозревает его в том, что он заводит романы на стороне и т. д. Эти упреки, как холодный душ, обрушивающиеся на мужа, равносильны тому, чтобы отправить его в восемна-

дцатый круг ада.

Напротив, если у мужчины есть стремление к самосовершенствованию, то независимо от того, насколько скромно его происхождение, насколько плохи условия для начала дела или насколько его путь усыпан терниями и препятствиями, — если его любимая женщина окажет ему всемерную поддержку и воодушевление, он непременно сможет удивить многих, заставить их по-новому взглянуть на него, добиться успеха и создать свой собственный мир, принеся при этом своей женщине беспрецедентное счастье.

На самом деле счастье находится в наших руках. Однако многие женщины не понимают этой истины и упорно льют холодную воду на быстро вращающийся двигатель; такие действия не только не способствуют эффективной поддержке мужчины, но и могут разрушить отношения между ними.

В глазах женщин мужчина — это легко поддающийся импульсам и действующий опрометчиво высший вид животных; если не облить его холодной водой, то, боятся они, может случиться опасность, и это тоже делается для его же блага. Однако один западный философ сказал: «Доброжелательность, выраженная неправильным способом, равносильна злонамеренному вреду».

В глазах женщины мужчина — это импульсивное и опрометчивое существо; если не «облить его холодной водой», то, как она боится, может случиться что-то опасное, и все это

— ради его же блага. Однако один западный философ сказал: «Доброжелательность, выраженная неправильным способом, равносильна злонамеренному вреду». «Обливание холодной водой» мужского сердца лишь заставит мгновенно исчезнуть счастье, которое было на расстоянии вытянутой руки, а вам останутся лишь неизгладимые воспоминания. Умная и добродетельная жена будет считать себя рулем своего мужчины и, используя общение и разъяснения, позволит его горячему двигателю доехать до берега счастья, а не будет лить холодную воду в двигатель. Поэтому, если вы хотите, чтобы ваш мужчина добился успеха в карьере, ни в коем случае не совершайте такой глупости, как «лить холодную воду».

15. «Обвинения» приносят в семейные отношения плохую погоду

Некоторые жены имеют привычку постоянно упрекать своих мужей: «Ты? Ты сможешь добиться успеха? Хм! Посмотри на себя в зеркало — с твоим характером успех возможен разве что тогда, когда солнце взойдет на западе». Такие обидные и злые слова неизбежно ухудшают отношения между супругами, охлаждают их до предела и накрывают всю семью густыми тучами.

Каждый мужчина мечтает добиться успеха, завоевать своё место в обществе и не хочет прожить жизнь в посредственности. Жена играет в этом решающую роль и должна всем сердцем помогать мужу в достижении его целей. Чтобы это

сделать, нужна немалая мудрость: не придирайтесь к нему, не сравнивайте его с друзьями и, тем более, не заставляйте его переутомляться на работе, нанося вред здоровью. Напротив, нужно нежно поощрять его, хвалить, поддерживать и быть его надежной опорой.

В жизни произведения искусства вызывают у многих людей восторг, но что именно вызывает это чувство радости в душе? Учёные провели специальные тесты с людьми, любующимися известными картинами и слушающими симфоническую музыку, и обнаружили, что во время восприятия функционирование всех систем их организма находится в состоянии баланса и гармонии, а жизненные показатели, такие как дыхание и артериальное давление, остаются стабильными. Это свидетельствует о том, что «восприятие искусства» само по себе является полезной для здоровья деятельностью, дарящей душе умиротворение.

По той же логике женщина, владеющая искусством семейной жизни, будет смотреть на мужа с восхищением, сохраняя те чувства обожания, которые были в начале отношений, и тем самым не только даря себе удовольствие, но и даря мужу чувство удовлетворения от того, что его ценят!

Поэтому, будучи женой, нужно отказаться от придиричьевого отношения: умная женщина будет только поддерживать мужа и служить ему надежной опорой.

В семейных отношениях нужно помнить одно: не переносите свои эмоции на близких и тем более не позволяйте

те неудачам на работе влиять на супружеские отношения. Некоторые женщины, пережив обиду или неудачу на работе, часто начинают придираться к мужу дома, что неизбежно ухудшает хорошие отношения между супругами. Оставьте свои упреки за дверью — только так вы сможете наполнить семейные отношения позитивными эмоциями.

16. Помогайте мужу воплощать его мечты

У каждого мужчины есть своя мечта, и он постоянно стремится к её осуществлению. Как его жена, женщина должна помогать мужу в реализации его мечты — это её обязанность и долг. Мечта мужа — это и твоя мечта, ведь вы уже супруги.

Успех мужчины немыслим без поддержки жены, а добродетельная жена, как правило, является для мужа надежным помощником. Когда мужу это нужно, окажите ему моральную поддержку, вселите в него твердую уверенность, например: «Ты сможешь, обязательно сможешь, я верю в твои силы, я знаю, что мой муж не сломается под тяжестью трудностей». Этих ободряющих слов достаточно, чтобы ваш муж смог преодолеть трудности. Когда ваш мужчина, получив поддержку, делает большой шаг вперёд, он больше всего хочет, чтобы жена поделила с ним радость успеха, ведь именно ваша поддержка привела его к сегодняшнему успеху. В этот момент добродетельная жена должна смотреть на него внимательным взглядом, хвалить его с серьёзным и счастливым выражением лица, а затем снова поддержать его морально. Он ещё глубже прочувствует радость успеха, что ещё больше

укрепит его уверенность в достижении новых высот.

Чтобы любимый муж прогрессировал и реализовал свои идеалы, ни в коем случае нельзя прибегать к угрозам и давлению. Это только заставит его задыхаться от давления, и даже если он изнурится до изнеможения и сгорбится, его идеалы так и останутся нереализованными.

Помогать мужу на пути к успеху — это неотъемлемая обязанность добродетельной жены, а также главное условие для того, чтобы ваша с мужем жизнь стала ещё счастливее и полнее. Когда возникают проблемы, ругань и упреки не решают их; это только приведёт к появлению трещин в вашем браке, а впоследствии — к его разрыву. Только позитивное отношение и искреннее ободрение помогут мужу выйти из затруднительного положения, укрепить твёрдую веру в себя и, не оглядываясь назад, уверенно идти вперёд.

17. Искренняя похвала очень важна для мужа

Искренняя похвала оказывает положительное влияние на мужчину. Следует вовремя хвалить его, чтобы он почувствовал себя успешным человеком, а каждое его слово и действие соответствовали стандартам успешного человека.

Хвалите его за то, как он элегантно выглядит, даже если его любимый стиль одежды давно остался в 60-х; хвалите его любимый галстук, даже если он выглядит в нём несколько старомодно; хвалите его манеры, не упоминая о тех невежливых словах, которые он произнес вчера вечером на вечеринке с друзьями. Скажите ему, что вы верите: он сможет

убедить всех клиентов, и тогда в итоге он обязательно добьётся успеха!

В этом нет ни преувеличения, ни нелепости — достаточно взглянуть на историю Джона, чтобы в этом убедиться. Джон — выдающийся игрок в бридж, хорошо известный в местном сообществе. На самом деле, когда Джон только приехал в США, все его начинания заканчивались провалом, и он даже считал себя самым плохим игроком в бридж. Однако после того, как он женился на красивой и очаровательной учительнице бриджа, его удача начала меняться к лучшему. Благодаря своей похвале и поддержке она убедила Джона в том, что он — талантливый игрок в бридж с большим потенциалом. Поддержанный женой, Джон наконец решился сделать бридж своей профессией на всю жизнь и, приложив усилия, в конце концов добился успеха.

Успех каждого мужчины немыслим без искренней похвалы и поддержки со стороны жены — это то, что стоит попробовать каждой жене, и это непременно поможет раскрыть скрытый потенциал любимого мужчины.

В жизни, если добродетельная жена будет постоянно дарить любимому мужу самые искренние похвалы и мощную поддержку, можно быть уверенной, что ваш любимый муж обязательно станет лучше и успешнее, а брак и семья — счастливее, благополучнее и гармоничнее.

18. Самое ценное достояние успешного мужчины — это хорошая женщина

За каждым успешным мужчиной обязательно стоит хорошая женщина, которая умеет создавать для него условия для успеха; нежная, заботливая и понимающая женщина. Для мужчины возможность жениться на такой хорошей женщине — это бесценное достояние на всю жизнь.

Каждая женщина хочет помочь своему мужу добиться успеха в карьере, помочь ему продвинуться как в профессиональной сфере, так и в межличностных отношениях. На самом деле это несложно: с помощью нескольких простых приемов можно помочь ему наладить хорошие отношения с окружающими. Эти методы не требуют особых навыков, но нуждаются в постоянной практике.

Миссис Йозериф добилась успеха именно в этом. Её муж был председателем одного из обществ, и она проявила исключительную смекалку, помогая ему, проявив свой талант в полной мере. Друзья называли её «экспертом по перебиванию», потому что у неё было интуитивное чутьё: она знала, когда и как нужно перебить собеседника, чтобы добиться желаемого результата.

Если ее муж на вечеринке отклонялся от темы разговора, она, выбрав подходящий момент, говорила: «О, дорогой, а почему бы нам не поговорить о таком-то депутате?» Таким образом ей удавалось быстро перевести разговор с неприятной темы на другую.

Миссис Йозери также знала, как не допустить, чтобы её муж переутомился из-за деловых встреч. Каждый раз, когда

её муж заканчивал выступление, многие люди хотели пожать ему руку, пообщаться с ним, окружали его и стояли, беседуя, целую вечность. Это очень вредно для его здоровья. Миссис Йозери в подходящий момент отвлекала их, например, говоря, что машина ждёт снаружи или что они уже опоздают на следующую встречу.

Хорошая женщина должна также помнить об одном важном секрете: не допускать, чтобы у мужа из-за текущего успеха возникло чувство самодовольства или высокомерия. В такие моменты мужчине нужно получить небольшой удар, чтобы удержать его в рамках и не дать ему превратиться в надменного тщеславца. Женщина, способная успешно справиться с этой задачей, станет той, которой мужчина будет вечно благодарен и без которой не сможет прожить всю жизнь.

Хорошая женщина знает, как проявить свои способности, и в любой социальной обстановке ведет себя с достоинством, завоевывая для мужа дружбу и создавая новые возможности. Более того, она помогает любимому мужу оставаться скромным и не поддаваться гордыне. Мужчине, у которого есть такая жена, трудно не добиться успеха. И наоборот, любая женщина, способная на это, может не беспокоиться о том, что муж оставит её дома одну. Ведь твой любимый муж знает, что в этой жизни ему в любой момент понадобится твоя помощь.

19. Будьте для мужа крепкой опорой, не оставляйте его

одного

В Китае есть пословица: «Выходи замуж, выходи замуж — и будешь одета и накормлена». Эта идея глубоко укоренилась в сознании женщин. Женщины всегда считают, что муж должен брать на себя всю ответственность за семью, независимо от того, в каком положении он находится: хорошо или плохо; независимо от того, идет ли его карьера в гору или на спад. Но женщины забывают об одном очень важном моменте: супруги изначально являются единым жизненным целым, и страдания мужа — это и твои страдания, а слава мужа — это и твоя слава.

Семья подобна повозке, катящейся по дороге: иногда она погружается в грязь или болото, и в такие моменты женщина должна взять на себя обязанности жены, с усилием толкая повозку сзади, чтобы придать своему любимому мужу хоть немного сил.

В этом плане Кэси поступила просто замечательно, что в итоге помогло её мужу выбраться из жизненного кризиса. Её муж работал курьером, но из-за ухудшения финансового положения компании его уволил начальник. У него не было ни профессиональных навыков, ни специального образования, поэтому найти работу было очень сложно, тем более что он уже вступил в средний возраст.

Супруги посоветовались и решили вложить все домашние сбережения в открытие пекарни. Поскольку дело только начиналось, они не могли позволить себе нанять персонал, и

Кэси полностью посвятила себя пекарне, усердно занимаясь этим новым делом, принадлежащим им обоим.

В то время, помимо огромного количества домашних дел, ей приходилось помогать мужу в пекарне, обслуживая посетителей: каждый день она проводила на ногах более десяти часов, кланяясь, кивая и наклоняясь перед гостями, а в свободное время ещё убирала как внутри, так и снаружи магазина. Такой огромный объём работы был действительно изнурительным — обычная женщина бы этого не выдержала.

Однако Кэси с радостью говорила: «Это наш с мужем мир, и мы должны упорно бороться за своё будущее». Так дело в пекарне с каждым днём шло всё лучше и лучше.

Благодаря такой разумной и готовой делить с мужем и радости, и горе жене, как Кэси, её муж смог выбраться из жизненного кризиса. В реальной жизни много мужчин среднего возраста, оказавшихся без работы, как муж Кэси, но из-за того, что их жёны не хотят помогать им преодолеть трудности, финансовое положение семьи начинает ухудшаться, что в итоге приводит даже к распаду семьи.

Никто не может предсказать, какие неожиданные события произойдут в будущем, которые могут внезапно лишить семью источника дохода. Мудрая жена не должна решать семейные проблемы руганью, ссорами и упреками, а должна вместе с мужем взять на себя ответственность за семью, не отступая и не уклоняясь от проблем. Только так супруги смогут вместе пройти через все жизненные испытания.

В семейной жизни могут возникнуть определенные кризисы, такие как долги, болезни или потеря мужем работы, и в такие моменты часто приходится жене брать на себя ответственность за семью. В этот момент вы, как жена, должны проявить мужество и помочь семье преодолеть трудности. Ведь вы боретесь за счастье семьи и стараетесь облегчить душевное давление, испытываемое мужем. Такая жена вызывает у мужа наибольшее уважение, и он будет вам за это еще более благодарен.

20. Хорошие отношения вырабатываются хорошими словами. Чувства между супругами вырабатываются нежными и ласковыми словами. Эти слова, словно роса, питают цветок любви. В искреннем общении два сердца находят друг друга, две души поддерживают друг друга, и так они счастливо живут, оставаясь верными друг другу на всю жизнь.

Однако некоторые люди зачастую не уделяют должного внимания выбору слов, особенно женщины, склонные говорить прямо и откровенно, чьи слова могут ранить. На самом деле супруги — это партнеры, разделяющие и славу, и позор; любые попытки повысить себя за счёт унижения другого — тщетны, глупы и неразумны.

В повседневной жизни супруги могут использовать следующие приёмы, чтобы их речь была как можно более мягкой, приятной и теплой.

(1) Старайтесь как можно чаще выражать искреннюю похвалу

Например: «Дорогой, ты действительно отлично готовишь — это блюдо не только красиво, но и ароматно, и вкусно; оно ничем не уступает творениям шеф-поваров». Иногда, даже если еда едва проходит по горлу, лучше всё же сказать несколько слов похвалы — ваш муж, услышав это, наверняка будет очень рад. Как гласит пословица: «Если не за заслуги, то за старания».

Достоинства и недостатки человека сосуществуют; если жить, обращая внимание только на его недостатки, это станет настоящей мукой. Поэтому в повседневной жизни женщине следует чаще замечать достоинства своего мужа и вовремя выражать ему признательность — тогда ваша семейная жизнь станет гораздо счастливее.

(2) Для гармоничной жизни необходимы уважение и забота

Например: «Подождем, пока папа вернётся, и поужинаем вместе». «Ты должен быть вежливее с мамой, не стоит так часто выходить из себя». «Как ты думаешь, можно ли поступить так в этом деле?» Эти слова уважения в глазах мужа звучат как проявление заботы и уважения, отражая добротельность и мудрость женщины.

Все это — самые обычные фразы из повседневного общения супругов, но они заставляют мужа еще больше ценить ваше уважение и заботу.

(3) Сдержанность и взаимопонимание — главные условия гармоничных отношений

Например: жена очень недовольна некоторыми вредными привычками мужа, но если сказать об этом прямо, он наверняка обидится. В таком случае лучше с юмором заметить: «Мой муж точно не заведет роман на стороне — мужчины, у которых есть романы на стороне, больше всего заботятся о своей внешности и манерах».

Слова любви, подобно акварельной картине, туманны: чем менее они ясны, тем больше в них таинственности и тем сильнее их художественное очарование. Эта фраза как раз и является примером такой сдержанности. Если вы будете умело давать намеки, оставляя мужу пространство для воображения, он, несомненно, правильно поймет ваши намерения и вступит с вами в искренний диалог.

(4) Свободно выражайте свои страсти и любовь

«Дорогой, я тебе так благодарна, ты мне так сильно помог». «Если мы объединим усилия, то обязательно справимся с этим делом». Эти слова наполнены красотой страсти. Иногда страстные слова нуждаются в определенной обстановке, чтобы создать нужную атмосферу. Внимательная женщина сумеет уловить мимолетный момент, открыто выразить свои чувства и с помощью нежных слов разжечь в сердце мужа пламя любви, заставив искры любви сиять еще ярче.

В общении между супругами необходимо соблюдать меру; в речи нужны искусство и умение создавать гармонию. Научитесь быть остроумными и юмористичными, чтобы на-

строение обоих оставалось в наилучшем состоянии. Если так поступить, вы обнаружите, что брак вовсе не так страшен, как казалось. На самом деле, семейная жизнь — это продолжение романтики и увлекательных приключений, вечно оставаясь прекрасным и очаровательным пейзажем!

21. Понимайте, а не ворчите

Каждый день мы сталкиваемся со множеством сложных и запутанных ситуаций, и все эти объективные явления отражаются в нашем сознании: есть и горе, и радость, и счастье, и печаль. Ворчание — это лучший способ выплеснуть эти негативные эмоции.

На самом деле, склонность женщин к придиркам — это проявление их первоначальной природы, стремления выразить себя и выделиться. Однако чрезмерные придирки зачастую приводят к результату, противоположному ожидаемому: чем больше вы пытаетесь решить проблему с помощью придирок, чем больше пытаетесь привлечь внимание мужа, тем легче вызываете у него отвращение. Как же женщине сдерживать свою болтливость, чтобы сделать семейную атмосферу более приятной и уютной?

Чтобы сдерживать болтливость, в первую очередь нужно стать более терпеливой и меньше жаловаться. Следует работать над самосовершенствованием: сталкиваясь с чем-то, что вызывает недовольство, старайтесь сдерживать свои эмоции, проявляя терпимость. В отношениях с мужем и его семьёй следует руководствоваться принципом «пойти на

уступки ради общего блага» и не быть слишком строгой по отношению к людям. Помните: никто не хочет общаться с придиричивой женщиной, никто не хочет открываться перед строгой женщиной, и никто не хочет дружить с болтливой женщиной.

Кроме того, чтобы сдерживать болтливость, нужно больше взаимопонимания и теплоты. Мы часто говорим: «Да здравствует понимание!» — и подчёркиваем, что в отношениях между людьми необходимо учитывать чувства собеседника. В отношении недостатков мужа нужно с пониманием помогать ему исправляться, а в случае его трудностей — помогать преодолевать препятствия. Только благодаря таким усилиям отношения между супругами станут более гармоничными.

Женский придиричивый тон — это разъедающий агент счастливой семьи, посторонний шум, нарушающий гармоничную мелодию, а также главный виновник, разрушающий семейное спокойствие, наносящий ущерб супружеским чувствам и разбивающий счастливую семью.

22. Не будьте женщиной, говорящей не то, что думает

Неискренность — любимый трюк женщин. Во время просмотра фильма девушка внезапно отводит взгляд от экрана. Парень удивлённо спрашивает: «Что с тобой, тебе плохо?» «Эти чёрные волосы на груди у того мужчины — просто отвратительно!»

Оказалось, что в этот момент на экране появился обнаженный до пояса и покрытый грудными волосами иностран-

ный мужчина.

Услышав это, парень почувствовал себя так, будто его бросили в ледяную камеру, ведь у него самого тоже были волосы на груди. Парень подумал: раз она так этим отвращается, разве его ухаживания за ней не окажутся напрасными?

На самом деле мальчик совершенно не понимал психологии девочки. Если бы он тогда намеренно спросил её: «Тебе очень нравятся такие мужчины, да?», она наверняка покраснела бы и категорически отрицала: «Чепуха, я бы ни за что не полюбила такого мужчину!» Однако её язык тела уже выдавал, что её слова не соответствовали действительности. В основном здесь играл роль женский инстинкт самозащиты.

На протяжении тысячелетий, под влиянием традиций, женщинам с детства прививали принципы «трех послушаний и четырёх добродетелей», что заставляло их одновременно и жаждать противоположного пола, и бояться его; они хотели жить в достатке, но не хотели, чтобы окружающие считали их жадными до денег. Поэтому, чтобы защитить себя, женщины не хотят раскрывать свои истинные мысли перед другими, чтобы не вызвать сплетен.

Многие женщины порой более привычны к образному мышлению; по сравнению с мужчинами их мыслительные способности слабее, и для оценки ситуации и вывода заключений им часто требуется больше времени. Поэтому, когда им приходится решать сложные вопросы, они запутываются, попадают в противоречия, теряют уверенность и вынуждены

говорить что-нибудь подряд, руководствуясь лишь интуицией. Это также одна из причин, по которой женщины часто говорят не то, что думают.

Когда женщина говорит не то, что думает, в присутствии своего мужа, это часто приводит его в полное замешательство. Ему кажется, что его жена настолько непредсказуема, что он не решается действовать самостоятельно, постоянно боясь совершить ошибку, не оправдать ожиданий жены и подвергнуться упрекам, в результате чего его усилия остаются незамеченными. Поэтому дома не стоит быть женщиной, говорящей не то, что думает: так вы будете жить в напряжении, а ваш муж — ещё больше.

23. Не пытайтесь изменить характер мужчины

Арон изначально была очень талантливой поэтессой, в университете она была самой красивой девушкой в кампусе, и парней, ухаживавших за ней, хватило бы на целую роту, но она выбрала себе в мужа грубого, неуклюжего и имеющего несколько странные причуды студента, изучавшего древнюю культуру и не обладавшего каким-либо состоянием.

Чтобы уделять больше времени помощи мужу, она даже отказалась от собственного творчества. Они переехали в маленькую деревушку, вдали от шума большого города, чтобы её муж мог писать, не отвлекаясь на посторонние дела.

Арон с радостью стала бережливой домохозяйкой, заботилась о муже и старалась развеять его давнюю меланхолию. Когда литературные произведения её мужа привлекли

внимание общественности, она общалась только с теми, кто умел ценить талант её мужа. В светских кругах Востока многие красивые женщины восхищались её мужем, но она терпеливо относилась к ним, поскольку благодаря им произведения её мужа привлекали ещё больше внимания публики.

Самым ценным качеством Арон было то, что она никогда не пыталась изменить характер мужа.

Арон писала в дневнике: «Я не хочу его менять, и я не хочу поощрять его становиться тем, кем я его себе представляю, — тогда он утратит всю свою аутентичность. Я предпочитаю, чтобы он был гением с небольшими недостатками, а не безупречной восковой фигуркой. Я хочу, чтобы он в полной мере раскрывал свою уникальную индивидуальность — вот в чём суть».

Для Аронь её муж и так был очень мудрым гением, поэтому она не хотела превращать его в вежливого мастера общения. Она очень ценила его неловкость и его упорство и несгибаемость, поэтому они с мужем жили очень счастливо.

Однако в реальной жизни многие женщины стремятся избавиться от тех черт характера мужа, которые они считают недостатками, чтобы превратить его в мужчину, каким они его себе представляют. Женщины субъективно полагают: «Я делаю это ради его же блага». На самом деле это ошибочное, одностороннее и субъективное мышление, которое не следует поощрять.

К сожалению, не каждая жена так хорошо понимает свое-

го мужа. В реальности многие мужчины испытывают огромное психологическое давление из-за того, что их заставляют делать то, что превышает их возможности, и даже оказываются на грани срыва. Как определить пределы возможностей мужчины и не заставлять его делать то, что ему не по силам, — вот задача, которую может выполнить только выдающаяся женщина.

24. Бессмысленная критика ранит мужчину

Женские слова — это настоящий нож, который всегда пронзает романтические мечты. Согласно опросам, одной из главных причин, по которой более 50 % браков не приносят счастья, является именно такая бесконструктивная и разбивающая сердце критика. Ведь даже самый сильный мужчина в мире не выдержит безжалостной критики и упреков со стороны своей жены.

До свадьбы каждый из супругов был для другого сокровищем, которое он бережно держал в руках и охранял со всей заботой. После свадьбы, когда они начали жить вместе и ежедневно сталкиваться с испытаниями в виде различных проблем, они обнаружили, что романтика ушла навсегда, и стали ссориться из-за мелочей.

Из-за того, что муж, войдя в спальню, не выключил бра в гостиной, ты можешь три дня вести с ним «холодную войну», не разговаривая с ним; из-за разницы в том, как выдавливать зубную пасту, и из-за того, что ты требуешь, чтобы муж делал это так, как хочешь ты, вы спорите целых три дня, критикуя

друг друга, и ссора становится всё ожесточеннее.

Если приготовленное мужем блюдо не соответствует вашему вкусу — слишком соленое, несоленое или слишком кислое — вы впадаете в ярость, обвиняя его в безразличии к вам, и доходите до того, что бросаете тарелки, чашки и приборы, в результате чего соседи с обеих сторон прибегают, чтобы разнять вас.

«Раньше ты же говорила, что я готовлю лучше всех, что мои блюда вкуснее, чем у шеф-поваров пятизвездочных ресторанов, а теперь ты говоришь, что мне не нравится, и что я не забочусь о тебе. Как ты можешь так меня обвинять?»

«Свои кулинарные навыки ухудшились, а ты винишь чужой вкус. Ешь сама, я ни за что не буду».

На самом деле, одна из самых страшных угроз для брака — это бессмысленная критика. Многие мелочи повседневной жизни преувеличиваются в сто, а то и в тысячу раз под лупой, которую женщины держат у рта, и такие ссоры по своей ярости превосходят даже злобные нападки во время выборов в США.

Одной из главных причин несчастливого брака являются эти бесконструктивные, разбивающие сердце критические замечания. Поэтому ни при каких обстоятельствах не прибегайте к злобным нападкам и бесконструктивной критике. Каким бы крепким ни было сердце мужчины, оно всё равно сделано из плоти. Не раньте его словами, острее ножа. Если душа мужчины однажды будет ранена, никакие последу-

ющие усилия не смогут это исправить.

25. Нервная жена — это кошмар, от которого мужчина не может избавиться

Мужчины мыслят просто: если разобраться в его душе, то заставить мужа оставаться рядом с вами всю жизнь — проще простого.

Однако многие женщины не понимают этой истины и, напротив, вынуждают своих мужей уходить из дома и даже бросаться в объятия другой женщины, в то время как сами остаются дома в одиночестве.

Американские психологи провели опрос среди нескольких тысяч разведённых мужчин и обнаружили, что многие из них развелись именно потому, что не могли терпеть невротичность своих жён. Слишком чувствительная жена, которая порой выдумывает проблемы из ничего, безосновательно подозревает мужа и принимает поспешные решения, основываясь на своих субъективных суждениях, не выяснив причин, — это то, чего мужчины боятся больше всего.

В реальной жизни не только разведённые мужчины боятся нервных жён — все мужчины больше всего боятся жён, которые «сходят с ума». Именно это и произошло с Атао. Каждый раз, когда Атао возвращался с работы домой, первое, что делала его жена, — подходила к нему и нюхала его одежду, проверяя, нет ли на ней женского запаха. Она также тщательно осматривала его куртку в поисках женских волос.

Сначала жена всегда находила на Атао несколько длинных

женских волос, поэтому считала, что он изменяет ей, и начинала громко кричать, не слушая объяснений Атао: «Возможно, эти волосы остались от того, что я ехал в переполненном автобусе. Я действительно не сделал ничего, чем бы тебя обидел».

Так Атао стал очень осторожен, стараясь не допустить, чтобы волосы других женщин прилипали к его одежде, и перед тем, как войти в дом, тщательно осматривал себя на предмет подозрительных предметов. Со временем Атао был измотан физически и морально, ему вообще не хотелось возвращаться домой, а отношения в семье с каждым днём ухудшались.

Брак строится на взаимном доверии. Неуравновешенные женщины не уверены в себе и боятся, что муж их покинет. На самом деле мужчинам гораздо больше нужна помощь женщин, и на пути вперед им особенно нужна поддержка жены; сила, с которой мужчина идет в бой, часто проистекает из любви к жене. Совершенно не нужно быть невротичной женщиной — лучше создайте для мужа уютный дом с помощью женской нежности.

26. Научитесь ценить точку зрения мужа

На пути развития истории и культуры «соревнование школ и расцвет ста цветов» является лучшим способом процветания культуры и искусства. В нашей повседневной жизни «соревнование в одной семье и превосходство одной ветви» — лучшее лекарство от ослабления семейных чувств и

душевного отчуждения.

Если двое людей стали мужем и женой, значит, у них есть общие цели и надежды, то есть они разделяют общие взгляды. В традиционных семейных отношениях это обычно выражается в том, что жена следует за мужем. При обсуждении вопросов, обсуждении дел и работе искренне ценить некоторые точки зрения мужа на вещи очень способствует длительной и счастливой семейной жизни.

В общении, даже если ваши взгляды расходятся с точкой зрения мужа, даже если различия значительны, не следует упорно настаивать на своём предложении. Следует защищать право мужа высказываться и излагать свои мнения, не затаивая его слова в себе. Это не только проявление уважения к мужу, но и отличная возможность создать в его глазах образ добродетельной жены.

Между мужчинами и женщинами изначально существуют различия в мышлении, поэтому их взгляды на проблемы естественным образом различаются. Обмениваясь мнениями, даже если точка зрения мужа кажется вам слишком простой, лучше не опровергать его сразу, а сказать в консультативном тоне: «Как ты думаешь, а не будет ли так лучше?». Муж наверняка с удовольствием примет вашу точку зрения. Таким образом разногласия легко устраняются, а фундамент брака становится еще более прочным.

27. Поддерживайте мужа в том, что ему нравится

Психологи считают, что жизнь человека очень насыщена,

а интересы мужчин весьма разнообразны. Вы часто видите, как друзья мужа заходят к вам в гости, а он сам часто навещает их. Как жена, вам следует проявлять инициативу и общаться с друзьями мужа, узнавая о его прошлом и настоящем — это очень важно для понимания его интересов и увлечений.

Когда муж собирается куда-то выйти, попробуйте предложить ему пойти с ним — создайте себе такую возможность и сознательно постарайтесь развить в себе те же увлечения и интересы, что и у мужа. Так у вас появится больше общих тем для разговора, и ваши сердца естественным образом станут ближе друг к другу. Если же вы будете слишком жестко ограничивать поведение мужа и предъявлять к нему слишком строгие требования, то, скорее всего, он будет слушаться вас только в вашем присутствии, а за вашей спиной будет поступать по-своему. Тогда вы будете ещё больше злиться и скрежетать зубами от ярости. Возможно, он будет полностью подчиняться вашим указаниям и не отходил от вас ни на шаг, но разве это значит, что всё сложилось так, как вы хотели?

Дать мужу возможность заниматься тем, что ему нравится, — это конкретное проявление уважения к нему, а также лучший выбор для счастливой семейной жизни. Уверенная в себе женщина никогда не заперёт мужа в оковы рутинной жизни и не затянет его в женские кандалы.

Древние литераторы когда-то восклицали: «Жестокое

правление страшнее тигра»; современные же восклицают: «Сварливая жена страшнее жестокого правления». Слишком строгий контроль над мужем лишит его многих возможностей для развития. Поэтому не стоит слишком сильно контролировать любимого мужа — создать ему свободную среду для развития и поддерживать его в его усилиях — вот что является мудрым поступком со стороны женщины.

Развитие мужчины немыслимо без поддержки жены; без этой поддержки у него не будет прочной опоры, поэтому женщине совершенно не нужно слишком строго контролировать мужа. Мужчина подобен воздушному змею: пусть он взмывает высоко в небо, но нить, удерживающая змея, прочно держится в ваших руках; стоит лишь слегка потянуть за нее, и даже если он взлетел очень высоко, он послушно вернется к вам.

28. Не становитесь камнем преткновения для мужа на работе

В жизни много женщин, которые считают себя надежными советниками мужа по вопросам работы и очень любят давать ему советы. Однако, следуя советам жены, муж в итоге теряет работу, а не получает повышение и прибавку к зарплате. На самом деле жена действует из лучших побуждений, желая помочь мужу и облегчить его труд, но результаты всегда оказываются противоположными ожидаемым.

Некоторые жены любят давать советы, вмешиваться и влиять на своего мужа, а также отбирать ему коллег по ра-

боте, или же жалуются на то, что у мужа слишком низкая зарплата, слишком долгий рабочий день, слишком большая ответственность и так далее, повсюду считая себя советником мужа по вопросам работы. Такие жены часто подрывают успех мужа, и серьезность последствий этого очевидна.

Как же жене поступить, чтобы помочь мужу добиться успеха? Здесь есть два самых основных требования: во-первых, любить его, воодушевлять и всегда поддерживать; во-вторых, доверять ему, спокойно позволять ему самостоятельно добиваться успеха, а не вмешиваться во все дела.

Если вы — заботливая и внимательная жена, то обязательно сможете создать для мужа приятную и уютную семейную атмосферу. Позвольте любимому мужу не отвлекаться на бытовые мелочи и сосредоточиться на своих рабочих делах — только так он сможет полностью раскрыть свой потенциал и добиться успеха.

Руководитель одной частной компании на Тайване в начале своего предпринимательского пути постоянно работал день и ночь, испытывая все тяготы. Но больше всего его радовало то, что жена всецело поддерживала его работу, полностью беря на себя домашние дела без малейших жалоб, благодаря чему он мог не беспокоиться о бытовых проблемах.

В тот вечер, в выходной день, он вернулся домой и обнаружил, что его сын, которому было всего несколько месяцев, плачет в колыбели. Тогда он вспомнил, что уже давно не

приносил денег домой, чтобы жена могла купить молочную смесь для ребенка. Жена, чтобы не отвлекать его, не сказала ему, что в доме снова нет денег, и была вынуждена кормить ребенка рисовой кашей.

Впоследствии этот руководитель частной компании, желая отблагодарить жену за поддержку в работе, стал трудиться ещё усерднее, и в конце концов его предприятие превратилось в известную транснациональную корпорацию. Все без исключения были безгранично восхищены его усердием в ведении дел и с ещё большим уважением относились к самоотверженности его жены.

Умная жена должна взять пример с самоотверженности героини этой истории, с уверенностью позволять мужу самостоятельно добиваться успеха и не вмешиваться в его работу и отношения с деловыми партнерами.

29. Игры с мужем

В семьях часто можно увидеть такую сцену: муж вместе с детьми безудержно резвится на полу или на кровати. Но некоторые женщины совершенно не понимают, как взрослый мужчина может так весело играть с детьми, и даже удивляются этому. Как у обычно строгого главы семьи может быть такая детская сторона?

Муж Сяо Я — именно такой глава семьи: после работы он всегда играет с сыном в машинки, а с дочерью — в куклы, и Сяо Я в душе думает, что, наверное, солнце действительно взошло на западе. Тогда её муж объясняет: «Современ-

ная жизнь довольно напряжённая и суетливая, из-за чего у взрослых нет времени обращать внимание на чувства детей, а ведь родители — первые наставники в жизни ребёнка. Частое общение с детьми делает их душу здоровее, поведение — более живым, а в будущем они лучше поймут, что такое дружба, и будут более покорными родителям, поэтому это нужно воспитывать с раннего возраста». «Оказывается, мой муж действительно так заботится о детях», — подумала она.

Теперь, каждый раз, когда она видит, как муж и дети играют и дурачатся рядом, радуясь, как дети, Сяо Я невольно присоединяется к ним: то помогает дочери заново заплести распушенную косичку, то стряхивает пыль с одежды сына, а на губах у неё играет сладкая улыбка. Дом становится таким уютным и радостным, что в душе спонтанно рождается чувство счастья.

Такие игры мужа — это не бессмысленная суматоха и беспорядочные шалости, а целенаправленные и продуманные действия, направленные на то, чтобы дети росли здоровыми и чувствовали любовь родителей. Играя вместе, они могут обсуждать вопросы воспитания и образования детей, что позволяет детям расти здоровыми в атмосфере веселья, укрепляет супружеские отношения и помогает ощутить счастье и радость жизни.

30. Умиляйте мужа, чтобы он любил вас ещё сильнее

Мужчины тоже очень уязвимы, их сердца подобны стеклу: снаружи кажутся крепкими, но на самом деле ломаются

от малейшего удара. Общество возложило на мужчин слишком много обязанностей — по содержанию семьи, работе, социальным обязательствам и т. д., — что приводит их в состояние полного изнеможения. При этом, будучи запертыми в рамках традиционных представлений, под натиском материалистических устремлений и в условиях жестокой и ожесточённой конкуренции, мужчины, хотя и часто испытывают беспокойство, растерянность, разочарование и недовольство, вынуждены притворяться беззаботными: снаружи они весело шутят, а внутри тихо плачут. Они не могут жаловаться на свои страдания, не могут многословно высказываться, а могут только закрываться в себе. Однако в то же время зарождается и накапливается иная, противоположная тенденция — потребность в ласке, жажда нежности, поиск опоры. Как только она достигает определённой степени, эта «анти-сила воли» прорывает ограду сознания и разливается повсюду. Возможно, именно поэтому, когда мужчина сломается, он становится ещё более уязвимым и беззащитным, чем женщина.

Между тем жизненные традиции требуют, чтобы мужчина утешал женщину: даже если он находится в состоянии душевного дисбаланса, даже если ему тяжело и утомительно, он должен сам успокаивать сентиментальность жены, добиваться её благосклонности и удовлетворённости. Капризы женщин кажутся чем-то само собой разумеющимся, а доброжелательное отношение к женщинам и стремление угодить

им — неотъемлемой обязанностью и миссией мужчины.

В сравнении с этим уставшая душа мужчины гораздо больше нуждается в утешении, а скрытые в глубине души тревоги гораздо сильнее жаждут выхода; мужчина, долгое время находящийся в роли того, кто утешает женщину, с нетерпением ждет возможности испытать счастье, когда женщина скажет ему несколько утешительных слов. В конце концов, даже самый сильный мужчина не застрахован от моментов уязвимости, а в душе даже самого энергичного и мужественного мужчины скрывается эмоциональность большого мальчика. Когда они устают или раздражаются, им очень хочется, чтобы любимая женщина их утетила, дала им немного мотивации, приливу сил, утешение... Если женщина сможет искренне и с пониманием утешить мужчину, у него появится надежное средство от тяжелого груза на душе.

Ощущения, которые испытывает мужчина после того, как его утетили, часто превосходят те, что испытывает женщина: эта сладкая теплота, как помощь в беде, способна развеять и смягчить многие проявления усталости и печали мужчины. Утешать мужчину — это, по сути, значит, что женщина своим чутким сердцем согревает другое сердце, жаждущее понимания и близости. Утешение мужчины — это начало счастливой жизни, которую хорошая женщина создает для себя. Утешение мужчины заставляет его ещё больше любить женщину. Утешение мужчины демонстрирует особую силу и душевность женщины. Благодаря этому муж, пусть

даже путешествуя за тысячи миль, будет тосковать по дому. Поэтому утешать мужчину — это выгодно и для него, и для себя, так почему бы этим не заняться?

Если женщина не будет ублажать мужчину, между ними обязательно возникнет отчуждение; если мужчине не нравится, когда женщина его ублажает, значит, он имеет к ней претензии или его сердце не полностью принадлежит ей. Когда женщина ублажает мужчину, это проявление нежности, расслабления и тепла, в которых так нуждается мужчина!

Однако утешать мужчину нужно в меру: утешать, но не потакать его слабостям; утешать, но не сковывать его свободу действий; заставлять его подчиняться, но при этом не лишать его мужского достоинства; позволять ему вести себя непринуждённо, но не терять прежнюю нежность. У каждой женщины есть свой способ умилять мужчину, и если все женщины, умиляющие мужчин, могут наслаждаться любовью и нежностью, то все пути ведут к одной цели!

Хотя мужчины и женщины и являются самостоятельными личностями, им всё же необходимо взаимное понимание, поддержка, утешение и близость. Женщина, умеющая ублажать мужчину, — это гавань, где его душа находит покой, и та спутница, о которой он мечтает. Мужчина, находящийся в такой атмосфере, почувствует больше нежности и сладости, а в свою очередь, женщина получит в ответ ещё больше любви.

31. Позволь мужу постепенно «заразиться»

Если ты хочешь стать женщиной, без которой твой муж не сможет жить, женщиной, которая сведет его с ума, — тогда «отравь» своего мужчину! Пусть он постепенно «заражается» твоими чувствами, а ты станешь для него единственным противоядием. Подумай только: как он сможет тогда не любить тебя и как сможет от тебя уйти? Не говори, что это мысли «плохой» женщины — знай, что это ощущение, будто она «плохая», но на самом деле нет, обладает для мужчины чрезвычайно сильной притягательностью. Оно заставит его глубоко опьянеть, и эта «плохость», возможно, станет лучшим смазочным материалом для ваших отношений...

(1) Сохраняйте независимость

Сохраняйте независимость: неважно, чем вы занимаетесь и сколько зарабатываете — главное, не полагаться в жизни на мужчину. У вас есть своя честь, не стоит выживать за счет чужого милосердия.

(2) Не приставайте к партнеру

Некоторые женщины, стремясь удержать мужа, постоянно пристают к нему по поводу всего на свете, в результате чего легко вызывают отвращение. Не приставайте к нему — это правильно. Дайте ему пространство для свободного дыхания, только так расстояние сможет породить красоту.

(3) Будьте загадочной

Честность и откровенность — это не одно и то же. Вы честны, но это не значит, что вам нужно раскрывать всё. Не выкладывайте все свои козыри на стол. Помните: слишком

близкие отношения приводят к неуважительному отношению, а чрезмерная близость может посеять семена пренебрежения и даже скуки.

(4) Заставьте его с нетерпением ждать

Не встречайтесь с ним каждый вечер и не оставляйте длинных сообщений на его автоответчике. Оставьте между вами пространство для тоски — это чувство тоски ещё сильнее разжигает любовь мужчины.

(5) Не показывайте ему, как вы страдаете

Не позволяйте ему видеть, как вы изнуряетесь из-за потери его любви, не показывайте ему свою убогую сторону; напротив, пусть он видит, что вы прекрасно справляетесь с жизнью и без него. Оставаться самой собой — это неплохо; тот, кто вас любит, даст вам право на ошибки. Никогда не забывайте, кто вы есть и в чём ваша уникальная ценность: любить кого-то не означает терять себя.

(6) Самостоятельно распоряжайтесь своим временем

Намеренно сбавляйте темп, особенно когда он не терпит-ся. Действуйте в своём ритме, а не подстраиваясь под его темп, чтобы не дать ему манипулировать вами.

(7) Сохраняйте умеренное чувство юмора

Твой юмор позволяет ему почувствовать, что ты мыслишь самостоятельно. Однако ты не будешь над ним смеяться и не будешь проявлять к нему неуважение.

(8) Будьте уверены в себе

Когда он делает вам комплимент, вы говорите «спасибо»,

не прерывая его похвалы. Вы не расспрашиваете его о внешности бывшей девушки и не вступаете в соперничество с другими женщинами.

(9) Сохраняйте энтузиазм по отношению к некоторым вещам, превосходящий вашу потребность в нём

Когда он почувствует, что вы не относитесь к нему по принципу «раз получил, больше ничего не нужно», он сочтёт вас ещё более привлекательной. Поскольку у вас есть дела, вы не будете злиться из-за того, что не можете увидаться с ним.

(10) Умейте ценить себя

Уделяй внимание своей внешности и здоровью. То, как женщина поддерживает свою внешность, отражает степень её самоуважения. Если он скажет, что ему не нравится красная помада, но она заставляет тебя чувствовать себя хорошо, ты можешь продолжать её использовать.

Успешный брак существует у тех, кто взаимно ценит друг друга, понимает друг друга на душевном уровне и при этом свободно перемещается в атмосфере таинственности. Если ты ради того, чтобы угодить партнеру, пренебрегаешь всем, что касается тебя самой, то в его глазах ты естественным образом станешь прозрачной, лишишься ощущения собственного существования. Оставайся самой настоящей собой, сохраняй свою уникальную ценность — только тогда любовь будет длительной. Если ты будешь слепо стремиться быть «хорошей женой», утратив при этом свою яркость, любовь

из-за этого закончится. В жизни иногда нужна небольшая доля «яда» со стороны женщины, чтобы разорвать эту невыносимую тишину, эту «боль» любви; любовь, в которой есть и близость, и дистанция, заставит мужчину запомнить тебя надолго.

32. Никогда не захватывай всю жизнь мужа

Женщины после свадьбы любят ограничивать свободу мужчины, считая, что, раз они поженились, их жизнь должна принадлежать только им двоим, и они должны полностью владеть друг другом — это роковая идея. Каждый человек — самостоятельная личность, не принадлежащая никому; даже брак не означает, что вы полностью принадлежите друг другу, и не дает права распоряжаться всем, что касается другого человека.

Возможно, поначалу мужчина будет рад, что кто-то так заботится о нём, но постепенно он начнёт воспринимать это как постоянное давление на личность, а в конце концов просто увидит в этом стену, отделяющую его от мира, и задыхаться от удушающей атмосферы. Самый яркий пример «чрезмерного обладания» со стороны женщины — это постоянные звонки, частые расспросы о том, где он находится, и необходимость согласовывать с ней каждое решение, как с мамой дома. Из-за бесконечно растущей «любви-владения» со стороны женщины мужчина также начинает без всякой причины испытывать чувство вины по поводу любой мелочи. Например, когда девушка во время совместной поездки

вдруг говорит: «Почему ты не надел ту рубашку?». Глядя на её расстроенное лицо, ему становится очень жаль её, и он сразу же извиняется, а то и возвращается, чтобы переодеться. Если же спросить её, хочет ли она сахар в кофе, она тут же снова расстраивается, как будто он относится к ней так невнимательно. Как только «обладание» доходит до невыносимой степени, мужчине не остаётся ничего другого, как бежать от неё, не глядя на последствия.

Мужчина по своей природе очень независим, в отличие от женщин, которые любят полагаться на других; у мужчины, в конце концов, есть свой собственный мир. В современном обществе, особенно мужчинам, имеющим высокий статус, положение и карьеру, в целях делового общения неизбежно приходится бывать в крупных отелях, караоке-барах и танцевальных залах. Женам не следует беспокоиться и подозревать мужа во всем, нужно проявлять к нему достаточную уверенность. Следует часто поощрять его, позволяя ему спокойно участвовать в различных общественных мероприятиях, чтобы он мог с легкостью справляться с многочисленными и сложными делами вне дома и без труда выполнять свои профессиональные обязанности. В карьере нужно быть помощницей мужа, часто напоминая ему, что следует делать, а чего не следует. Как гласит пословица: «В доме, где есть мудрая жена, муж редко подвергается несчастьям» — именно в этом и заключается смысл.

В наше время мужчины уже не привыкли замыкаться в

маленькой квартире, а женщины не могут занимать всю жизнь мужчины. Для ответственного мужчины центр жизни ни в коем случае не может быть женщина. Любовь в годы после свадьбы постепенно превращается в родственную привязанность, в нечто, что, находясь в руке, уже не горит, а тает. Она остается в самом нежном уголке сердца, уже стала частью его привычек и частью его тела. Женщине достаточно занять этот самый нежный уголок в его сердце и наслаждаться тишиной, сладко спящей в его объятиях.

Брак не должен быть кандалами и клеткой. Свежий воздух, свободное небо — к этому стремится каждый. После свадьбы у обоих супругов по-прежнему должен быть свой круг общения. Право заводить друзей и участвовать в различных мероприятиях не должно прекращаться из-за вступления в брак. У каждого из нас должно быть собственное личное пространство; ни один из супругов не является частной собственностью другого. Умная женщина умеет в меру и с легкостью удерживать мужчину, свободно регулируя степень близости. Мужчина похож на воздушного змея: если дергать за нить слишком слабо, он улетит, а если слишком сильно — нить легко порвётся. Поэтому женщина должна уметь то сжимать, то ослаблять хватку, а расстояние между ней и мужчиной всегда должно оставаться «то близким, то далёким», иначе это приведёт к обратному результату.

На самом деле, каким бы увлекательным ни был внешний мир, он всего лишь череда небольших пристанищ, а вечное

пристанище для уставшего душой и телом мужчины — это тёплый семейный очаг.

Мужчина никогда не хочет, чтобы им управляли в любовных отношениях, и не хочет подвергаться манипуляциям в любой форме. Поэтому умная женщина никогда не наложит на мужчину «уз». Раз уж говорят, что мужчина — это небо над головой женщины, то дай ему пару крыльев, чтобы он мог взлететь. Каким бы высоко и далеко ни летел воздушный змей, тебе не о чем беспокоиться, ведь нить крепко сжимается в твоей руке. Помни: если оставить в браке немного пространства, чтобы партнер мог свободно дышать, это, напротив, сблизит мужчину с тобой.

33. Привяжите мужа своей нежностью

Внешний мир полон соблазнов, и это заставляет женщин, которые всецело посвящают себя любви к мужу, постоянно беспокоиться, что их мужчина тоже уйдет в этот мир. На самом деле «привязать» мужчину не так уж и сложно — женщинам стоит воспользоваться несколькими небольшими хитростями, чтобы удержать его.

(1) Пусть он одновременно любит и боится тебя

Если женщина способна вызвать у мужчины только страх, но не любовь, или только любовь, но не страх, это считается провалом. Настоящая привлекательность женщины заключается в том, чтобы заставлять мужчину тосковать по ней, но при этом бояться слишком близко к ней подойти.

(2) Использовать материнские инстинкты и детей

Мужчинам по природе свойственно не довольствоваться существующим положением дел. Если женщина хочет удерживать мужчину рядом с собой надолго, секрет заключается в красоте и детях. В расцвете сил женщина естественным образом привлекает мужчину — это первый период, когда она может удержать его рядом с собой. Но женская красота быстро увядает, поэтому после окончания этого периода ситуация становится весьма опасной. Не бойтесь, у вас ещё есть дети — мужчины любят детей. Материнство женщины в сочетании с важностью детей вполне достаточно, чтобы удерживать мужчину. Когда дети подрастут, женщине следует проявить широту духа и дружескую теплоту, чтобы мужчина, уставший от суеты и усталости, находил в ней тихую гавань и человека, которому можно довериться.

(3) Удовлетворяйте его вкусы

Есть одно умение, которое женщина просто обязана освоить, — это кулинарное мастерство. Как гласит пословица: «Сначала завоюй желудок мужчины, а потом — его сердце».

(4) Дайте ему чувство уверенности

Все мужчины опасаются, что красота их жены может привлечь посторонних ухажеров. Если ваш муж или парень когда-то гордился вашей внешностью, то, если вы хотите остаться с ним до конца жизни, вы должны дать ему достаточное «чувство безопасности». Скажите ему, что вы верны только ему, успокойте его и заставьте довериться вам, не позволяя ему представлять вас как женщину, которую любят

все.

(5) Пусть твои фотографии «следят» за ним

Чтобы завоевать сердце мужчины, женщине необходимо время от времени напоминать ему о своём существовании. Подарите мужу свою красивую фотографию, напишите на обратной стороне несколько слов любви, положите её в его кошелёк, чтобы он носил её с собой. Этот простой способ очень эффективен: он служит предупреждением для него, чтобы он не позволял себе лишнего, и одновременно сигнализирует другим женщинам, что этот мужчина уже «занят».

(6) Сделайте так, чтобы он чувствовал, что дом — лучшее место

Независимо от характера работы, каждый мужчина испытывает напряжение и стресс и надеется, что, вернувшись домой, он найдет уютную и спокойную обстановку, где сможет избавиться от рабочего напряжения и усталости. Поэтому создание приятной и умиротворённой атмосферы, в которой мужчина чувствует себя комфортно, — вот лучший способ удержать его сердце.

(7) Проявляйте свою любовь всегда и везде

Некоторые жены не обращают внимания на мелкие детали, демонстрирующие любовь. Муж уходит из дома, а она продолжает лежать в постели; муж возвращается с работы, а она по-прежнему листает новый журнал о моде, не обращая на него никакого внимания и не интересуясь его делами. Муж, безусловно, будет недоволен таким холодным от-

ношением.

(8) Покорите его

Женщине действительно нелегко заставить мужчину любить тебя безраздельно на протяжении долгого времени. Мужчина не требует от жены, чтобы она была особенно красивой, но она должна всегда быть приятной на вид: фигура и внешний вид важны, но самое главное — заставить мужчину искренне восхищаться тобой. Он должен быть покорен не только твоей внешностью, но и твоим внутренним миром: великодушием, щедростью, умением учитывать общие интересы, заботой о других и о будущем. Иногда женщина может и нарядиться по-праздничному, чтобы мужчина хоть раз потерял голову от тебя!

Кто-то говорит, что отношения между мужчиной и женщиной похожи на старую выдержанную выноску: чем дольше она лежит, тем насыщеннее становится ее вкус. Однако мужчины и женщины, действительно живущие в отношениях, в будничной рутине часто чувствуют, что страсть угасла. И тогда всегда найдутся один-два человека, которые незаметно начинают заглядываться на кого-то на стороне. Чтобы удержать этого «кота, жаждущего приключений», женщине нужно на основе строгого контроля своевременно корректировать стратегию и тактику, а также искать недостатки в себе и оттачивать «искусство удержания мужа». Поймите: если проявить немного нежности и романтики, как в первые дни брака, и придать себе немного соблазнительной женственно-

сти, то было бы странно, если бы это не удержало его сердце!

34. Будь внимательной к своему мужчине в мелочах повседневной жизни

Когда мужчину мучают болезни, ему нужен заботливый уход со стороны женщины... Женщина, умеющая проявлять заботу и сочувствие, дарит мужчине самое непосредственное чувство счастья.

Поэтому, чтобы покорить сердце избранника, нужно начинать с мелких деталей повседневной жизни, чтобы тронуть его. Множество примеров из жизни влюблённых показывают: забота, проявляющаяся в мелочах и повседневных делах, лучше всего отражает глубину любви. Забота до свадьбы — это роса, поливающая цветок любви; после свадьбы — это солнечный свет и дождь, гарантирующие вечную зелень дерева любви. Можно без преувеличения сказать, что забота — это нектар, наполняющий душу любимого человека.

Мужчина больше всего нуждается в заботе жены, когда он устал. В этот момент забота — это утешение, проявление внимания, излияние чувств. По сравнению с клятвами вечной любви под луной и среди цветов она еще больше опьяняет, еще ярче дает почувствовать сияние солнца и еще глубже позволяет насладиться сладостью вина любви.

В течение жизни мужчина сталкивается со множеством больших и малых радостных событий. Когда у мужа происходит радостное событие, вы ни в коем случае не должны

оставаться равнодушной и безразличной, а должны своевременно поздравить его — это даст мужу почувствовать душевное участие. Благодаря этому его радость удвоится, а любовь станет ещё глубже. Формы поздравления могут быть самыми разными: покупка качественного и недорогого подарка, несколько искренних и сердечных слов поздравления или даже милое обещание — всё это способно привести его в восторг.

У каждого человека есть свои сильные и слабые стороны. Супруги, глубоко знающие друг друга, не только способны глубоко ощущать достоинства партнера, но и обязательно ясно видят его недостатки. Как же поступать, сталкиваясь с недостатками мужа? Презрительное и насмешливое отношение, безусловно, недопустимо, но и простое бездействие также неверно. Настоящая заботливая жена должна делать всё возможное, чтобы компенсировать недостатки мужа и поощрять его к постоянному самосовершенствованию. Такая забота — это забота высочайшего уровня. Без широты духа и искренних чувств невозможно проявить трогательную заботу.

Проявляя заботу о мужчине, относитесь к нему как к своему возлюбленному, брату, другу, отцу, ребенку. Любите его, не наваливайте на него бремя, дайте ему свободу и себе тоже. Как женщина, вы должны знать, когда нужно выходить на первый план, а когда — отступать; когда нужно встать перед ним, а когда — спрятаться за его спиной. Заботьтесь о

нем так же, как о себе самой: способствуя его счастью, вы способствуете и своему собственному счастью.

Одним словом, чтобы проявлять заботу о своём мужчине, нужно в повседневной жизни проявлять к нему внимание, заботиться о нём и иметь в сердце любовь. Зачастую одно ваше внимательное слово или приветствие позволит ему ощутить семейное тепло и счастье жизни, что укрепит супружеские отношения.

Забота и внимание к партнеру проявляются в мелочах повседневной жизни. Забота, тепло, внимание и забота о партнере — это то, что скрепляет счастливую семью, а также проявление любви. Это позволяет мужчине почувствовать тепло семейного очага и очарование своей жены, усиливая его привязанность. Чувства между мужчиной и женщиной заключаются не в бурных эмоциях, а в повседневной заботе, ласке и бережном отношении. Бескорыстная забота о своём мужчине может глубоко тронуть его и заставить с теплотой вспоминать о твоих добрых поступках, что, в свою очередь, с большей вероятностью побудит его отплатить тебе тем же.

35. Умеренная ревность дарит мужчине ощущение любви

Ревность женщины — это проявление любви, признак преданности и исключительности, а также катализатор, продлевающий любовь. Влюбленная женщина погружена в море ревности, потому что она хочет удержать его сердце и завоевать его любовь: чем сильнее ревность, тем глубже любовь.

Если женщина любит своего мужчину, она будет во всём и

везде обращать внимание на всё, что с ним связано: на его тело, настроение, увлечения, а также на окружающих его женщин. Когда она видит, что её мужчина слишком близко общается с другой женщиной или ведёт себя подозрительно, у неё естественным образом возникает рефлекс. На самом деле этот рефлекс — это защита любви и семьи, ведь любая женщина, любящая своего мужчину и семью, не хочет, чтобы он изменял ей, и хочет, чтобы в его сердце была только она одна. Поэтому ревность женщины в такой ситуации — это нормально, естественно и вполне оправданно. Если же женщина перестает интересоваться тем, как мужчина проводит время в ночных клубах и за вечеринками, и относится к этому безразлично, то это, пожалуй, печально для мужчины и, по сути, доказывает, что она больше его не любит.

Как видно, ревность — лучший критерий для проверки того, любишь ли ты человека.

Когда женщина ревнует, она становится ещё более очаровательной, а мужчины в её ревности ощущают невиданную ранее сладость. Умеренная ревность позволит любимому человеку еще сильнее почувствовать вашу любовь, вашу глубокую заботу и то, как вы его цените. Но женщина, которая ревнует слишком сильно, часто теряет свою женственность, и чувства мужчины превращаются из сладких в горьковато-кислые. Это не только убьет любовь между вами, но и помешает карьере хорошего, полного энергии мужчины, а то и вовсе лишит его перспектив.

Поэтому, хотя ревность и является для женщины инстинктом, ей не следует быть слишком чувствительной к ней. У всего есть две стороны, и как только что-то переходит границы, это приводит к обратному результату. Еще один шаг — и истина превращается в заблуждение! В наши дни, когда конкуренция становится все более жесткой, никому не удастся избежать необходимости пересмотра своих отношений с окружающим миром. Когда рядом с мужем появляется красивая и способная коллега, если вы будете подозревать их во всем и считать, что у них есть тайны, о которых нельзя говорить, это только разрушит изначально гармоничные супружеские отношения. На самом деле, если хорошенько подумать, многие печальные последствия являются результатом того, что люди невольно сеют семена проблем.

Любовь — это сладкое вино, а не вызывающий отвращение «уксус». Если женщина принимает «уксус» за вино, она неизбежно лишится настоящей любви.

Умная женщина умеет ревновать, причём делает это с умом, и тогда это не только не повлияет на чувства между супругами, но и углубит их взаимную любовь.

Настоящая ревнивая женщина — это та, которая умеет соблюдать меру в любви. Немного ревновать в подходящий момент — это довольно приятно, ведь так мужчина поймёт, что его ценят и о нём заботятся. Но если действовать без разбора, ревновать без причины, не выяснив всех обстоятельств, беспочвенно подозревать партнёра, придираться,

перебирать старые счёты и искажать его слова, то даже супруги, у которых раньше были хорошие отношения, незаметно для себя отдалятся друг от друга.

Глава 2. Любовь проявляется в мелочах повседневной жизни

Когда мужчина и женщина заключают брак, им всегда задают вопрос: «Готовы ли вы в будущем делить с вашим партнером радости и горести, быть вместе в болезни и здравии, до конца своих дней?» Отвечая на этот вопрос, каждый скажет: «Да, готов». Однако обещания не должны оставаться пустыми словами — они должны воплощаться в мелочах повседневной жизни, в повседневных заботах о быте. Настоящая любовь — это не только сладкие слова, но, в первую очередь, искреннее самоотдание, постоянная забота о любимом мужчине и искреннее желание, чтобы он был счастливее и жил радостнее, чем раньше. Однако для этого нужны высокие нравственные качества, понимание и терпимость — это добровольный поступок.

1. Нельзя разглашать секреты мужа

Секрет — это слова, которые хранятся в сердце и, как правило, не должны выходить наружу. Например, мужчина, пробивающийся в обществе, везде проявляет осторожность и осторожность, как будто ходит по тонкому льду, в одиночку терпит трудности и страдания — кому же он может об этом рассказать? Если рассказать своей жене, то очень боишься добавить ей ненужных забот и заставить её беспоко-

иться о себе.

Один американский психолог однажды сказал: «Самое важное, что может сделать жена, — это дать мужу возможность излиться перед ней дома о тех переживаниях, которые он не может выразить на работе, и не рассказывать об этом посторонним».

Однако некоторые мужья очень неохотно делятся своими переживаниями с женой, и обычно это обусловлено тремя причинами: во-первых, многие мужчины считают, что заставлять жену беспокоиться о неудачах в карьере — это ущерб для их достоинства и репутации; во-вторых, мужчина очень хочет поделиться с женой своими переживаниями, но она не проявляет интереса и не хочет слушать; в-третьих, жена разносит слова мужа повсюду, и это является самой главной причиной.

Менеджер Линь однажды дома рассказал жене о том, что он недоволен одним из сотрудников компании. Однако спустя всего несколько дней об этом заговорили во всей компании. Менеджер Линь очень сожалел: «Я давно должен был понять, как трудно женщинам хранить секреты!»

Подобные ситуации больше всего раздражают мужчин и вызывают у них чувство беспомощности. После такого случая муж наверняка больше не станет обсуждать с женой никакие вопросы, связанные с работой и общением.

Неспособность хранить секреты мужа равносильна тому, чтобы собственными руками разрушить его доверие к вам,

а в некоторых случаях даже привести к потере стабильной семьи, основанной на этом доверии. Поэтому, ради счастья и гармонии в семье, лучше все-таки бережно хранить секреты мужа.

2. Дайте своим губам отдохнуть

Супруги-бегемоты рыбачили у реки, а бегемотиха все время болтала без умолку. Вскоре рыба клюнула. Бегемотиха сказала: «Какая же эта рыба жалостная!» Бегемот ответил: «Да! Если бы она просто закрыла рот, с ней бы ничего не случилось!»

В тот день, когда бегемот с женой пошли по магазинам, они увидели своего бывшего соседа, который тоже шел с женой с противоположной стороны улицы. Две женщины начали бесконечно болтать на улице, а мужчинам пришлось ждать рядом. Вернувшись домой, бегемот-мужчина пожаловался на свою жену, что вызвало целую череду упреков с её стороны. Сначала господин Бегемот ещё пытался оправдаться, но вскоре понял, что такие оправдания бессмысленны и только вызывают неумолимые упреки жены. Тогда он перестал спорить с женой о том, кто прав, а кто виноват, — всё равно не смог бы выиграть.

К чему же приведут такие отношения между супругами-бегемотами? Это и так понятно.

На самом деле в супружеской жизни нет понятий «правильно» и «неправильно», «победа» и «поражение», поэтому нет необходимости придирается к тому, что правильно, а

что нет. Умение молчать — это проявление терпимости по отношению к мужу. Поэтому умение молчать в нужный момент — обязательный урок для каждой женщины. Когда красота достигает определенного уровня, её обязательно нужно дополнять молчанием, а не слепо пытаться оправдываться.

В жизни повсюду существуют противоречия и разногласия. Это происходит главным образом потому, что у каждого свой отправной пункт при рассмотрении вопросов, поэтому и подходы к решению дел у всех разные, но цель одна — как сделать дело более совершенным. Умная женщина лучше откажется от бессмысленных оправданий и придилок, а в нужный момент даст своим губам отдохнуть. Ведь в прекрасных пейзажах есть не только тысячи оттенков великолепия, но и безмолвное молчание.

3. Не стоит выпытывать у мужа о его прошлом

Возможно, приведенный ниже диалог часто встречается в семейной жизни, и многие жены задают своим мужьям подобные глупые вопросы.

Жена: «Кто был твоей первой любовью?»

Муж: «Это же ты!»

Жена: «Разве это не та красавица из третьего класса первого курса?»

Муж: «Она же была красавицей класса, как она могла на меня обратить внимание?»

Жена: «Кто красивее — она или я?»

Муж: «Конечно, ты красивее».

Жена: «Я не верю. Ты просто обманываешь меня! Тогда зачем тебе эта групповая фотография из её класса?»...

Можно догадаться, что этот диалог наверняка закончился жалобами жены.

Как правило, женатые мужчины не любят говорить о своих бывших возлюбленных, и умная жена должна уметь ценить настоящее, а не без конца расспрашивать о прошлом. Зрелый человек не спрашивает о прошлом, умный — о настоящем, а широкий взглядом — о будущем. Супруги, живущие в браке, должны доверять друг другу, а не подозревать, должны быть терпеливыми, а не придирчивыми.

Раз уж ты его любишь, то должна создать мужу спокойную обстановку, чтобы он мог наслаждаться жизнью. Раз уж ты его любишь, то нет нужды выяснять, насколько романтическим он был раньше. Умная женщина должна понимать: прежний муж принадлежал кому-то другому, а нынешний — только тебе. Выяснение прошлого мужа принесет тебе только лишние переживания, так что лучше просто люби своего нынешнего мужа!

Если ты будешь расспрашивать мужа о прошлом, а он не захочет отвечать, он, возможно, даже обманет тебя. Слишком подробные расспросы только добавят тебе ненужных переживаний, так что лучше не спрашивать — так душе будет спокойнее. Лучше пусть он оставит прошлое в тайне, тогда вам обоим будет легче. Раз уж ты выбрала этого мужчину, тебе следует принимать его прошлое и будущее, а не выпы-

тывать у него подробности о прошлом.

4. Не выпытывай у мужа, любит ли он тебя

В первые дни после свадьбы Сяоли часто спрашивала своего мужа: «Ты меня любишь?» Её муж всегда с нежностью отвечал ей: «Я очень, очень тебя люблю». Позже, когда она стала спрашивать об этом слишком часто, мужу это стало надоедать, но он не мог злиться на жену и мог только отмахиваться от вопроса.

Женское сердце всегда полно романтических фантазий, а для мужчины это настоящий кошмар. Для женщины день без слова «Я люблю тебя!» — это день, прожитый в постоянном беспокойстве. А у мужчин с ярко выраженной мужественностью укоренилось убеждение: «Постоянно повторять «Я люблю тебя» — это очень «женственно»!» Поэтому мужчина предпочитает выражать свою бесконечную любовь к жене усердной работой и зарабатыванием денег на семью — и это, на самом деле, лучшее доказательство любви.

Женщины от природы любят ласковые слова, но если вы хотите получить отмазку, то спрашивайте мужа каждый день, любит ли он вас. На самом деле, чтобы понять, любит ли вас муж, достаточно внимательно и чутко прислушиваться к нему в повседневной жизни — и вы найдете удовлетворительный ответ.

Женщины часто спрашивают мужа, любит ли он их — это проявление неуверенности в себе, а полученный ответ может оказаться лишь формальностью. Поэтому благоразум-

ной жене лучше перестать задавать такие глупые вопросы. Любовь мужа к вам не будет постоянно звучать в его устах, а станет частью повседневной жизни; если вы будете внимательно прислушиваться, то сможете почувствовать его глубокую любовь к вам.

5. Ни в коем случае не разоблачайте мелкие уловки мужа. Муж Сяо Вэй часто рассказывал ей анекдоты, чтобы разрядить атмосферу в доме, а Сяо Вэй, сколько бы раз ни слышала эти анекдоты, всегда поддерживала его, смеясь от души, покачиваясь от смеха. Однажды кто-то спросил Сяо Вэй: «Я слышал этот анекдот уже не знаю сколько раз, а ты почему до сих пор так весело смеешься?» Сяо Вэй ответила: «Он же делает это, чтобы меня порадовать, так что я должна пойти ему навстречу и поддержать его».

На самом деле мужчины всегда прибегают к небольшим уловкам — может быть, ради романтики в отношениях, может быть, чтобы завоевать расположение жены, а может быть, просто чтобы похвастаться, удовлетворить своё самолюбие и почувствовать себя настоящим мужчиной. В таких случаях благоразумной жене ни в коем случае не следует разоблачать его уловки. Если муж получает от этого радость и удовлетворение, то стоит отнестись к этому с легкостью: притвориться, что ничего не поняла, и поддержать его — в этом нет ничего плохого. Зачем же спорить о том, кто прав, а кто виноват?

Мужчины всегда прибегают к небольшим уловкам в при-

сутствии женщин, чтобы порадовать свою возлюбленную, поэтому умной жене лучше не разоблачать эти уловки мужа. Притворившись наивной и веселой, она не только даст мужу психологическое удовлетворение, но и укрепит отношения между супругами, сделав брак более прочным.

6. Болтливые женщины вызывают наибольшее раздражение

Как гласит пословица: «Много слов — много ошибок». В этой старинной пословице есть большой смысл. Однако, несмотря на столь опасные последствия болтливости, многие женщины по-прежнему любят говорить без умолку — возможно, это одно из их самых больших удовольствий в жизни.

Последствия, которые болтливые женщины наносят межличностным отношениям, весьма серьезны. Вот, например, одна супружеская пара: муж прекрасно ладил как с коллегами по работе, так и с соседями, и все коллеги называли его образцовым мужем. Однако спустя несколько лет после свадьбы самым большим источником беспокойства для мужа стала его жена, которая постоянно обсуждала сплетни о соседях и распространяла слухи. То речь шла о том, что ребенок семьи Чжан поссорился с дочерью семьи Ли, то о том, что ребенок семьи Чжао в этом году снова не поступил в престижный вуз и т. д. Иногда муж, вернувшись домой, рассказывал ей о кадровых перестановках на работе, а на следующий день об этом уже ходили слухи по всему коллективу, что ставило его, как ответственного за кадровые вопросы, в

очень неловкое положение, сильно ухудшало его отношения с коллегами и сказывалось на его карьерном росте.

Для сплетницы обсуждение чужих дел кажется настолько важным, что, если она ничего не скажет, ей становится не по себе, а если она не услышит сплетен о других, она не может ни спать, ни есть. Однако, удовлетворяя своё любопытство, необходимо придерживаться одного важного принципа: ни в коем случае не распространять слова, которые могут ранить других. Хотя невозможно заставить других замолчать, нужно гарантировать, что то, что попало в ваши уши, не выйдет из ваших уст: услышав, просто забудьте об этом и не пересказывайте другим, ведь язык — самое ядовитое в мире оружие, которое ранит, не проливая крови.

Женитьба на болтливой женщине — самая головная боль для мужчины. Возможно, болтливые женщины и не осознают, какое негативное влияние это оказывает на мужа. Все же рекомендую болтливым женам ни в коем случае не передавать третьим лицам то, что муж сказал вам наедине: так вы не только завоюете доверие мужа, но и положительно повлияете на счастье вашего брака.

7. Во время ссор не стоит чрезмерно обвинять

В жизни неизбежны трения, и ссоры между супругами — вполне нормальное явление. Однако в любом деле есть своя мера, и если переборщить, дело может закончиться плохо.

Возможно, вы тоже слышали такую историю: пара, пережившая бурный роман, вступила в брак. У этой жены был

довольно вспыльчивый характер, она любила злиться, и даже мелочь размером с семечко кунжута могла стать поводом для ссоры. Не вынесенный мусор — повод; слишком сильный толчок при открывании двери, в результате чего она удари-лась о стену, — повод; шум при еде — тем более повод... Поскольку супруги знали друг друга очень хорошо, жена во время ссор без зазрения совести упрекала мужа: «Посмотри на себя, ты действительно бесполезен. Разве нельзя открывать дверь помягче? Смотри, как ты ударил дверью. Сколько раз я тебе говорила, а ты ни разу не послушал. Я действительно неудачница, что вышла за тебя замуж». Её упреки становились всё более резкими. Так, в бесконечных ссорах, прошло несколько лет, и в их семейной жизни не произошло никаких перемен. Просто супруги всё реже разговаривали друг с другом: они перестали ссориться, но и перестали общаться. Такой брак напоминал застоявшуюся воду, лишившись всего того, что должно быть в браке.

В повседневной жизни муж часто слышал от жены такие упреки: «Я в этой жизни попала в настоящую беду, выйдя за тебя замуж. Ты такой неудачник, ничего не умеешь делать!» «Ты никогда не думаешь о моих чувствах, заботаешься только о себе, ты такой эгоист». «Почему моя судьба такая тяжелая, что я вышла замуж за такого неудачника, как ты?»... Все это жена говорила постоянно.

А доктор философии Джон Гертман считает: «Презрение ускоряет распад брака». Когда жена в душе презирает своего

мужа, не заботится о его чувствах и произносит слова, сильно ранящие его самолюбие, любовь подходит к концу.

Ссоры — это способ выразить внутреннее недовольство, но во время ссоры нельзя чрезмерно указывать пальцем на мужа, потому что это только подрывает мужское самоуважение, ведет мужчину к деградации и не способствует его мотивации. Вместо того чтобы ссориться, лучше подумать о том, как поддержать мужа и помочь ему добиться успеха в карьере.

8. Разоблачение недостатков только усугубляет конфликт

Во время ссор супруги находятся в состоянии сильного эмоционального возбуждения, их разум работает на пределе, поэтому неизбежно, что они произносят слова, разоблачающие недостатки друг друга, а это только приводит к тому, что семейный конфликт продолжает разгораться, а спор становится ещё более ожесточённым.

В США жила такая супружеская пара: на протяжении более десяти лет муж не проронил ни слова в адрес жены. Звучит невероятно, не правда ли? А всё потому, что во время одной ссоры жена обрушилась на мужа со словами: «Ты, мужчина, выросший на свалке». Эти слова любимой жены глубоко ранили мужское самолюбие. Позже разумные дети и пожилые родственники пытались придумать множество способов помирить их, но все попытки оказались тщетными. Жена безмерно сожалела об этих словах, вспоминая, что тогда ссора разгорелась из-за пустяков, и если бы она проявила боль-

ше хладнокровия, то не произнесла бы столь резких слов.

Профессор психологии Университета Денвера доктор Хервард Маркман считает: «Обычно главная жалоба жен на мужей заключается в том, что те вообще с ними не разговаривают, тогда как мужья единодушно считают, что слишком много разговоров приводит к ссорам». Поэтому он советует: «Если вы хотите, чтобы муж не только слушал вас, но и больше общался с вами, всегда сохраняйте спокойствие».

Мужчины не могут смириться с тем, что их недостатки выставляют напоказ, особенно когда эти резкие слова исходят из уст любимой жены. Это причиняет мужчине самую большую душевную боль и наносит наибольший ущерб его самолюбию. Мудрая жена, вступая в спор с мужем, не должна говорить всё, что приходит на ум, чтобы выплеснуть злость. Такое безрассудное излияние эмоций приводит к весьма серьёзным последствиям для неё самой и наносит огромный ущерб браку.

9. Достоинство — это самое ценное для мужчины

Достоинство — это самое ценное для мужчины; нельзя наносить ущерб ничему, кроме его достоинства. В душе мужчины может не быть денег, но ни в коем случае не может не быть достоинства. Мужчина заботится не только о своём достоинстве в кругу общения, но и о достоинстве в семье; только так он может занять своё место в обществе и преодолеть любые препятствия.

В жизни часто можно услышать такие слова: «В этой жиз-

ни не стоит рассчитывать, что ты заработаешь деньги на машину; с твоими нынешними способностями будет уже хорошо, если ты сможешь прокормить семью!»

Такие язвительные слова в адрес мужа наносят самый сильный удар по его самолюбию. Если умная жена не осознает этого, а наоборот, усиливает натиск, произнося ещё более резкие слова, то ваш любимый муж, возможно, станет робким и застенчивым, в итоге ничего не добьётся, и его жизнь превратится в мучение, а не в наслаждение; возможно, он сдастся и станет алкоголиком, погрязнув в пьянстве. Тогда ваши слова действительно оправдаются: «Выйти за тебя замуж в этой жизни — это настоящая беда».

Обычно перед вступлением в брак пара проходит период страстного увлечения, и тогда этот мужчина в твоих глазах был совсем не таким, каким он является сейчас, а обладал сильным чувством справедливости и ответственности. Так почему же сегодня он стал таким подавленным?

Все потому, что жена не учла достоинство мужа и глубоко ранила его самолюбие. Мужчина ценит свой престиж больше, чем саму жизнь; в его глазах, как можно жить в обществе, не имея престижа?

Дома, из-за своей любви к тебе, он во многом уступает тебе, ведет себя так, будто боится тебя, и даже не оказывает тебе никакого сопротивления. Однако в общественных местах он по-прежнему остается настоящим мужчиной, ему нужен престиж, поэтому ни в коем случае не обвиняй мужа

в некомпетентности на глазах у других, не порочи его личность и не рани его самолюбие. Тебе нужно поступать как раз наоборот: перед всеми давать ему достаточно престижа, защищать его достоинство и позволять ему чувствовать себя настоящим мужчиной.

Умная жена понимает, что достоинство мужа неприкосновенно: чем больше публичное место, тем больше нужно защищать его достоинство, давать ему достаточно престижа и вдохновлять его преодолевать препятствия, чтобы занять своё место в обществе, где царит острая конкуренция.

10. Будьте женой, которая «в мудрости притворяется глупой»

В современном обществе мужчины ломают голову и изо всех сил стараются заработать деньги ради репутации, статуса, денег, жилья и автомобилей. Мужчинам приходится нелегко в социальной борьбе, и мудрой жене лучше не высмеивать его и не подвергать его насмешкам. Зачастую именно стремление мужа сохранить лицо пробуждает в нем безграничную силу и мудрость, благодаря которым он достигает своих нынешних успехов.

Ради воплощения своих идеалов и обеспечения жене более благополучной жизни мужчина готов работать не покладая рук. Один предприниматель хорошо это понимает. В то время на его заводе наблюдался острый дефицит средств, возникли проблемы с оборотом капитала, но, будучи владельцем предприятия, он не мог позволить себе утратить

этот статус, опасаясь презрения со стороны коллег по цеху. Поэтому он потратил все свои сбережения на покупку автомобиля известной марки, чтобы поддержать свой имидж. Но на самом деле он был «бедняком» за рулем этого автомобиля: ему часто приходилось беспокоиться о том, где взять деньги на бензин, и он тайком забегал в фаст-фуд, чтобы перекусить готовым обедом... Однако сколько людей знали о его истинном положении? Люди из деловых кругов, видя его столь престижный образ, считали его очень влиятельным, что еще больше укрепило его репутацию. Позже, используя метод «забирать с одного места, чтобы заплатить за другое», он сумел завоевать доверие. Именно благодаря этому некоторые решились предоставить ему кредит и сотрудничать с ним; после долгих усилий он в конце концов стал настоящим предпринимателем.

Представьте, что жена этого предпринимателя не понимала поступков мужа, считала его поведение непостижимым и начала рассказывать родственникам и друзьям: «Мой муж сошёл с ума. У фабрики нет денег на сырьё, она вот-вот остановится, а он покупает машину, чтобы выглядеть богачом. У него даже на бензин нет денег, но он всё равно разъезжает на ней повсюду, хвастаясь. Как я только вышла замуж за такого мужчину?» В результате, после того как жена разнесла эту новость, планы мужа были сорваны, а его будущее — разрушено.

Поэтому мужчины любят, когда их жена — человек, кото-

рый «мудр, но притворяется глупым». Такая хорошая жена внешне делает вид, что не слышит решений мужа, и хранит их в тайне, но втайне молча поддерживает его, молится за него и желает ему, чтобы все его замыслы сбылись...

В реальной жизни жена, которая «мудра, но притворяется простодушной», на самом деле всё понимает, просто перед мужем она ведёт себя немного наивно, чтобы сохранить его достоинство и дать ему уверенность в себе, когда он борется за успех, а сама тихо поддерживает его из-за кулис.

В глазах большинства мужчин самая милая — это жена, которая «мудра, но притворяется глупой». Такая жена умеет притворяться «глупой», знает, когда нужно закрыть глаза, когда — — держать рот на замке, а когда — отвечать остроумно, потому что она понимает мысли мужа. Жена, которая «мудра, но притворяется глупой», в любой ситуации будет защищать самоуважение мужа, не позволит ему потерять лицо или достоинство на глазах у других, и это заставит мужа ещё больше уважать и любить тебя.

11. Некоторые слова ни в коем случае нельзя говорить мужу

Брак — это дело судьбы: два незнакомых человека вступают в брак, и без этой «судьбы» они никогда бы не стали супругами. Раз уж судьба свела вас и вы живете вместе, ради этой самой судьбы вам следует бережно относиться к достоинству мужа и категорически избегать слов, которые могут его обидеть, особенно тех, что задевают его достоинство.

Когда супруги обсуждают довольно деликатные темы, лучше сначала «профильтровать» то, что вы собираетесь сказать, обдумать оптимальную формулировку, а уже потом высказаться — так вы сможете ловко избежать ущемления достоинства мужа. Ниже приведены семь тем, которые чаще всего задевают эту чувствительную струну в душе мужа, поэтому, обсуждая их, обязательно обращайте внимание на то, как вы выражаете свои мысли.

(1) Не критикуйте родителей мужа в его присутствии. Если вы постоянно говорите: «Посмотри на свою маму, она целыми днями только телевизор смотрит, это меня просто бесит...» или «Твоя мама такая старая снопа, с моей мамой она даже сравниться не может», — такие слова обязательно заденут самолюбие мужа.

(2) Не рассказывайте о вредных привычках и вредных увлечениях мужа. Если вы будете рассказывать друзьям о вредных привычках и вредных увлечениях мужа, используя это в качестве темы для разговора, он, узнав об этом, обязательно очень разозлится, потому что вы предали его личную жизнь. Если вам нужна тема для разговора, лучше выделите достоинства мужа и похвастайтесь ими перед другими; если он узнает, что вы так его хвалите, он обязательно будет очень рад.

(3) Не унижайте мужа, сравнивая его с достоинствами других мужчин. Если вы будете сравнивать своего мужа с достоинствами других мужчин, это незаметно подорвет его

самолюбие и заставит его почувствовать, что вы презираете его, высмеиваете и не любите; он станет беспокойным и в итоге опустит руки. Если вы понимающая жена, вам следует хвалить мужа, чтобы он чувствовал себя лучше других мужчин.

(4) Когда муж бросает несколько взглядов на красивую женщину, не стоит язвить в его адрес. Каждому мужчине нравится любоваться красавицами — это совершенно нормально. Однако, если он бросает на красавицу несколько взглядов, а вы не можете этого вынести и начинаете язвить, ему будет очень больно. Умная жена должна действовать на упреждение и открыто похвалить ту женщину, сказав, что она очень красива. Так вы сможете понять мысли мужа и узнать, как следует украсить себя.

(5) Не стоит без всяких принципов уговаривать мужа делать то, чего он не хочет. Если вы очень хотите, чтобы муж добился повышения, прибавки к зарплате или сменил работу, и даже если он сам об этом мечтает и тайно прилагает усилия, то ваше постоянное давление может невольно усилить его стресс, что приведет к обратному результату. Умная жена должна, напротив, стараться снять с мужа напряжение и поощрять его стремиться к успеху.

(6) Не выпытывайте у мужа, куда уходят его «личные деньги». У мужчин обычно есть расходы на деловые встречи, сигареты, алкоголь, встречи с друзьями и т. п., поэтому не стоит выпытывать, на что именно уходят его личные деньги,

иначе это сильно ущемит его самолюбие.

Уважать мужа и защищать его достоинство — это лучшее проявление уважения со стороны жены. Когда муж чувствует, что любимая жена так его уважает, его уверенность в себе укрепляется, он верит, что способен взять на себя ответственность за семью, и верит, что их брак будет становиться всё лучше и лучше! Такая уверенность — лучшая награда за ваши усилия.

12. Хороший муж — результат похвалы

С виду мужчины часто кажутся очень сильными, и кажется, что ничто не может сломить их. На самом деле мужчина — это просто большой ребенок с бородой, внутри он очень уязвим и нуждается в утешении и одобрении со стороны жены, а ещё больше — в нежных прикосновениях и словесных похвалах. Уважение к мужу, доверие к нему и уважение к его решениям — это основные качества хорошей жены.

Представители старшего поколения часто говорят, что хорошего мужа «воспитывают» похвалой, а не давлением. Поэтому благоразумная жена ни в коем случае не должна скупиться на слова похвалы: при малейшем проявлении мужа с хорошей стороны нужно вовремя похвалить его, чтобы он глубоко прочувствовал нежную любовь и сердечную заботу жены. Так он пробудится под вашими похвалами, воодушевится и возьмет на себя мужские обязанности.

Похвала — это огромное моральное подкрепление для мужа. Добродетельная жена должна руководствоваться сле-

дующим принципом: все усилия, которые любимый муж прилагает вне дома — будь то карьера или зарабатывание денег — преследуют только одну цель: обеспечить своей жене счастливую и полноценную жизнь. Это и есть ответственность каждого мужчины, и цель, к которой он стремится, и, более того, движущая сила, ради которой мужчина готов отдавать все силы. Поэтому добродетельная жена должна всегда хранить в сердце благодарность и в подходящий момент своевременно выражать словами свою внутреннюю признательность, демонстрируя свое восхищение им. Получая от жены похвалу, признание и одобрение, мужчина станет более уверенным в себе, будет работать еще усерднее и не будет жалеть о потраченных усилиях.

В любое время и при любом деле хвалите своего мужа с благодарным сердцем, поддерживайте его авторитет, удовлетворяйте его потребность в чувстве достижения и самоуважении, чтобы укрепить его мотивацию. Это также одна из добродетелей, которыми должна обладать хорошая жена: тогда ваш муж будет доверять вам и полагаться на вас ещё больше, а ваш брак станет ещё счастливее и гармоничнее!

13. Хвалите мужа: «Ты — хороший мужчина, ответственный за семью»

Мужчина ради карьеры и ради семьи усердно трудится на работе; даже если ему приходится переносить много трудностей и усталости, он молча терпит это; сколько бы обид и горестей ни было, он глубоко прячет их в душе и не ста-

нет легкомысленно рассказывать о них жене, чтобы не беспокоить свою любимую женщину. Умная женщина понимает это и осознает, насколько велик мужчина. Если женщина с благодарностью в сердце будет вовремя и без скупости хвалить своего любимого мужа, позволяя ему глубоко почувствовать вашу любовь и заботу, то сладкая семейная жизнь будет складываться гладко.

(2) Хвалите мужа за помощь по дому. Иногда мужу приходится в голову по собственной инициативе помыть пол и прибрать дом до блеска. В этот момент заботливой жене лучше сразу же похвалить его, чтобы он почувствовал себя тронутым. Не стоит думать, что он обязан мыть пол, что это само собой разумеется, и в конце концов говорить ему неприятные язвительные слова: «Сегодня что, солнце с севера вошло? Совесть проснулась, что ли, и ты притворяешься?» Честно говоря, такие женщины вызывают наибольшее отвращение.

(2) Хвалите мужа за то, что он готовит. Независимо от того, насколько вкусно он готовит, если он делает это с удовольствием, уже одно это заслуживает похвалы со стороны жены. Можно сказать: «Дорогой, блюда, которые ты готовишь, так мне нравятся! Ты настоящий мастер кулинарии, жалко, что не показываешь свои навыки чаще!»

(3) Хвалите мужа за его ответственность. Это очень важно для вашего мужа: чем бы он ни занимался, всегда хвалите его за ответственность — так он почувствует, что жена ценит

его за это.

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.