

НАТАЛЬЯ СТРЕМИТИНА

СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ – МИФ ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ?



16+

Наталья Стремитина

**Счастливая семья –  
миф или реальность?**

«ЛитРес: Самиздат»

2020

## **Стремитина Н.**

Счастливая семья – миф или реальность? / Н. Стремитина —  
«ЛитРес: Самиздат», 2020

Свою первую книгу о семье Наталья Стремитина напечатала еще до перестройки в 1989 г. в издательстве «Московский рабочий» под названием «Как быть любимой». Тираж 100 000 тысяч разошелся за пять дней. Затем автор оказалась со своей семьёй в Вене, она издавала прозу и поэзию, совмещая литературу с организаторской деятельностью в области русской культуры. В это время она занималась практикой в своей собственной семье, где происходили маленькие и большие открытия, шла борьба с рутинной и предстояло вписаться в новый европейский быт. Будучи философом по образованию, автор вносит в эту почти банальную тему новые, неожиданные решения, которые помогут понять, в чём ценность семьи и как можно сделать её счастливой.

## Содержание

Семья сегодня завтра и всегда...	5
Праздник в собственном доме	13
Выхожу на дистанцию,	18
Страшнее скуки зверя нет	27
Конец ознакомительного фрагмента.	30

## Семья сегодня завтра и всегда...

(Предисловие автора)

*Благослови, господь, семью – творения венец,  
На головёночках детей покоится Земля,  
Святая троица земли – Ребёнок, Мать, Отец,  
И человечество само не что-нибудь – семья.*

*Евгений Евтушенко (Сб. «Отцовский слух». –  
М: Изд-во «Сов. писатель», 1974, с. 54)*

Если мужчина и женщина смотрят друг на друга с нежностью – значит, это влюблённые. А вдруг это муж и жена, да ещё с детьми, да ещё и со стажем? Семейным людям не до нежностей – скажет читатель, слишком много забот, проблем – семейная жизнь не сахар... Почему? Попробуем ответить на этот вопрос.

Многие мужчины и женщины как бы примирились с тем, что семья – это «гнёт, обуза, тяжкий крест». Кто-то несёт этот крест с завидным упорством, повинуюсь малейшей прихоти своего супруга или супруги, они говорят о себе: «Я делаю это для семьи, для детей», другая категория – поступают иначе: они в лучшем случае обеспечивают семью материально, выполняют со скучающими видом самые простые обязанности, но душа их рвётся на простор, подальше от дома: там, где смех, веселье, там душа, свободная от обязательств, вкушает радости жизни...

Есть разочарованные дамы, которые считают себя вечными жертвами: «Я делаю всё, чтобы у моих детей был отец...»

И вот целая армия супругов «страдает»: кто-то открыто, демонстрируя свою «тяжёлую жизнь» друзьям, соседям, коллегам, а кто-то решает эту проблему по-современному: никаких браков, только «свободная любовь»! Однако в реальности «свободные отношения» свободны от чувства долга, подлинной привязанности и, наконец, от сильного чувства – и тогда можно ли называть такие отношения любовью?

И всё-таки как быть счастливым в семье с детьми, с заботами, с родственниками, которые далеко не всегда симпатичны, и всё же, всё же...

Автор отвечает – можно! Но как? Действительно – непросто! Даже если ты благополучный бизнесмен или народный артист, которого обожают публика и твоё имя не сходит с газетных страниц, это вовсе не значит, что ты счастлив в личной жизни... Счастье, особенно семейное, не подвластно ни чинам, ни должностям, ни профессиям... Человек может быть талантливым изобретателем, музыкантом, спортсменом, а в личной жизни быть скованным и измученным одиночкой...

Неслучайно в песне поётся: «Любим как невесту, бережём как ласковую мать...»

– А почему не сказать – «любим как жену?»

– Потому что нетипично. Семейным людям не до любви!

Герой одной итальянской пьесы говорит своей невесте: «Я, женившись на тебе, брал на себя и тягость будущих лет, и наших будущих детей, твою старость и мою, по-твоему, можно смеяться, когда это давит на плечи?»

А вот ещё один диалог Поэта с учителем жизни – Реалистом:

– У меня нет жены! – кричит Поэт, отшатываясь от пружинного матраца...

– Она будет. И я не поручусь, что она будет самая красивая девушка на свете. И не знаю, будет ли она добра. Приготовься ко всему. У тебя родятся дети.

- Я не хочу детей!
- Ты полюбишь их!»

Уже в начале 20-го века традиции семьи казались устаревшими и не очень-то привлекательными...

В диалог вступает великий русский писатель Лесков: «Как иногда люди женятся или выходят замуж? Хорошие наблюдатели утверждают, что едва ли в чём-то другом человеческое легкомыслие чаще проглядывает в такой ужасающей мере, как в устройстве супружеских союзов. Говорят, что самые умные люди покупают себе сапоги с гораздо большим вниманием, чем выбирают подругу жизни». (Из книги «Мы и наша семья».)

- Может быть, поэтому для многих мужчин и женщин семья скорее обуза, чем радость?
- И все-таки, отчего чаще всего «разбивается любовная лодка?»

- О берег быта?
- И всё?
- Ну, конечно, нет.

Мне кажется, что «любовная лодка» разбивается не только о «берег быта», но и тонет в «море равнодушия»... Об этом писал великий А. Герцен: «После венчания любовь не нужна, – вы перешли за границу естественного влечения. В сферу нравственности, где уж нет ни плача, ни воздыханий, никакой страстности, а есть скука и тупое исполнение долга...»

Так что же делать, чтобы брак не превратился в «тупое исполнение долга?»»

Как сохранить и преумножить те эмоции, которые привели мужчину и женщину к решению стать мужем и женой? Не кажется ли парадоксом, что многие умные и талантливые люди не могут организовать свой быт? Чем это объяснить? Всё очень просто: эти навыки человек должен получить ещё в детстве – постелить свою постель, убрать за собой тарелку, суметь сварить суп, сделать салат или сварить картошку.

Но поскольку вот уже более ста лет женщина всеми силами старается сделать домашнее хозяйство минимальным, то и на воспитание в мальчишке или девочке навыков, необходимых для выживания в семье, у неё не хватает ни времени, ни сил. Увы, мало кто может позволить себе помощницу по хозяйству – времена горничных, поваров и швейцаров остаются прерогативой богатых людей и царских династий...

Неслучайно в больших городах молодые люди заказывают пиццу на дом, только бы не прикасаться к кастрюлям и сковородкам... Служба сервиса для лентяев и лентяек, увы, растёт.

Ещё проще переложить домашние заботы на плечи мамы, бабушки или жены. Многие современные дамы, делая карьеру и получая высокую зарплату, – считают ниже своего достоинства заниматься этими бесконечными бытовыми делами...

А мужчине хочется домашнего уюта, и ходить в ресторан каждый день всё-таки надоедает и не всем по карману. Вот и остаются наши карьеристки в гордом одиночестве. Цветущий возраст прошёл, время для создания семьи безнадежно упущено, телефон молчит, последний поклонник женился на твоей подруге, и статистика зафиксировала ещё один печальный случай – профессия и личное счастье не совпали...

Увы, этот сценарий чаще всего проигрывается в жизни современной женщины, мужчина-холостяк может жениться в любом возрасте, а вот женщине, чтобы стать матерью, нельзя ждать слишком долго...

Многие современные «эмансипе» во всех своих несчастьях обвиняют мужчину – хотя чаще всего они сами (не отдавая себе в этом отчёта) гонят от себя реального будущего спутника бесконечными претензиями, недовольством, слишком высокой самооценкой, желанием получить от мужчины все или почти все блага жизни на блюде с голубой каёмочкой...

Из обширной почты газеты «Комсомольская правда» выделяется поток женских писем, вот одно из них: Виктория Воронцова, инженер, делится раздумьями о своей судьбе: «Нет, не мужчины измельчали, просто с высоты своей экономической самостоятельности современные

женщины часто переоценивают себя. Ждём сверхчеловека в чистом виде. Предъявляем слишком большие претензии, не видим достоинства своего коллеги на работе или школьного друга. Многие отвергнутые мною «кавалеры» обзавелись семьями, стали заботливыми и счастливыми отцами, и оказалось, что их прекрасные человеческие качества я просто не сумела разглядеть. В своём одиночестве виню только себя».

Далеко не всегда мужчине или женщине удаётся объективно и трезво отнестись к своим жизненным просчётам, но вот совет вполне счастливой женщины: «Мне чуть больше 30 лет, образование высшее техническое. Интересуюсь музыкой, кино, театром, литературой. Замуж вышла в 29 лет, воспитываю дочь. Попробуйте рисковать хотя бы в малом. Ведь замужество – это риск, но оставаться не замужем – тоже риск, и немалый».

Оказывается, даже очень знаменитые и успешные женщины правильно оценивают роль брака: «Семья для меня, – говорит Софи Лорен, – единственная надёжная и конкретная реальность в этой жизни. Мне никогда не хотелось чувствовать себя “независимой женщиной”, что сейчас так модно. Семья даёт мне чувство уверенности и надёжности. У меня двое сыновей, и я твёрдо уверена, что любая самая умная женщина может создать замечательную семью – дарить счастье и самой быть счастливой».

А вот ещё одна семейная история – из Голливуда. В наше время есть звёздные пары, которые являют собой не только образец трудолюбия и выдающегося таланта, но и крепких отношений. На своём примере они показали, что настоящая любовь, которая не гаснет десятилетиями лет, действительно существует.

Десять лет Стинг и Труды просто жили вместе. Их не интересовало общественное мнение. Они были необходимы друг другу. Нежная, заботливая и очень сильная Труды смогла оказать влияние на своего гражданского мужа. Только благодаря ей Стинг избавился от своих пагубных пристрастий к алкоголю и наркотикам, он занялся йогой, стал следить за своим здоровьем. Его перестали интересовать поклонницы и случайные связи с ними, ведь дома его ждала его нежная, любимая, такая любимая женщина. С ней он чувствовал себя настоящим мужчиной, её опорой и её поддержкой. Разве мог он не оправдать надежд той, которая сделала его счастливым?

В 1984 году у них родилась первая дочь Бриджит, в 1985 году сын Джейк и в 1990 году вторая дочь Элиот Паулина. А молодожёны, прожившие вместе уже 10 лет и имеющие троих детей, выглядели такими счастливыми, что поневоле на глаза наворачивались слезы от умиления. Их свадьба стала настоящей одой любви. В 1995 у них родился младший сын Джакомо Люк.

(Источник: <https://kulturologia.ru/blogs/210617/34994/>)

Прошло уже 35 лет с того момента, как Труды Стайлер и Стинг стали жить вместе. Тем более удивительным кажется их негаснущая пылкая влюблённость друг в друга. Певец признаётся, что не может воспринимать свою супругу как должное. Он точно знает, что стоит только перестать работать над отношениями, как он тут же её потеряет.

Итак, постараемся прежде всего избавиться от предрассудка, что создание семьи – дело второстепенное и совсем не рентабельное. Сначала образование, карьера, а семейное счастье само придёт. Самое интересное, что такая жизненная «философия» идёт часто от родителей, которые прожили свою жизнь в семье, вырастили детей, но когда те слишком рано хотят вступить в брак, считают это событие чуть ли не катастрофой. «Семья и дети для счастья не нужны, ведь это обуза и тяжёлые хлопоты», – говорят они своим взрослым детям, забывая о том, что жизнь современной семьи неузнаваемо изменилась.

Когда-то на заре нашего государства слышны были голоса, что семья постепенно отомрёт как институт отживший, ущемляющий интересы как мужчины, так и женщины. Однако время показало, что задача семьи как раз в обратном – стимулировать, освобождать от одиночества и потрясений, создавать условия для полноценной многообразной жизни.

В чём тут дело? Может быть, в старых ошибках на новый лад? В замаскированном эгоизме, слепоте, который прячется за маской неумения и нежелания что-либо сделать для партнёра в своей собственной семье?

Но вот как справедливо отмечает А.Моруа: «Только во времена Мольера брак знаменовал собою конец любви. Сегодня он – лишь её начало. Удачный союз двоих в наше время более тесен, чем когда-либо, ибо это одновременно союз плоти, души и интеллекта» (А.Моруа. Надежды и воспоминания. – М: Худ.лит. – Прогресс, 1983, с.190).

Семейные проблемы связаны с жизнью человека, он живёт в социуме и в них отражаются сложнейшие переплетения материального и идеального. Чувства – влечение и любовь – в семье реализуются в отношениях экономических и бытовых, дружеских и сексуальных. Если пренебречь хотя бы одной частицей этих отношений, то семья, если представить её кораблём, попадёт в трясину непонимания и ненависти и разобьётся о рифы эгоизма и слепоты. После «крушения», когда вы выберетесь из-под обломков «семейного корабля», неизвестно, хватит ли у вас сил и решимости начинать своё «семейное плавание на новом корабле...».

Ни для кого не секрет, что престиж семьи катастрофически падает. Более тридцати процентов молодых людей не рвутся осчастливить себя «приобретением» жены или мужа, и если у женщин стереотип жизненной программы более традиционный, то современный мужчина, особенно если он материально обеспечен и привлекателен во всех отношениях, часто становится настоящим браконьером по отношению к женщинам.

Здесь женщина попадает в ловушку «сексуальной свободы», которая кажется поначалу такой заманчивой, современной, новой... Но, увы, если мужчина вовсе не придаёт никакого значения короткой афере с женщиной, а она полна любви и рассчитывает на серьёзные отношения, мечтает родить ребёнка от любимого мужчины, то здесь начинается трагедия. Мать-одиночка, ребёнок без отца – трудности бытовые, материальные и моральные.

Сколько легкомысленных юных и не очень юных женщин поймались на эту удочку «свободной любви», и судьба наказала их за веру в лозунги, которые утверждали, что семья – это миф, кабала и можно обойтись без неё. На самом деле традиции брачных отношений оберегали от унижения и одиночества не только женщину, но и её будущих детей. Есть жена по закону, а есть просто любовница, и права и законы на стороне той, что вышла замуж и родила ребенка в браке.

Однако в наше время быть в законном браке вовсе не означает быть счастливой, конечно, нет, но в большинстве случаев побеждает тот мужчина и та женщина, которая не идёт на поводу «новой морали», а интуитивно чувствует, какой тип отношений ей или ему нужно выбирать.

Брак – это добровольное единство, в которое вступают по обоюдному согласию, но печать в паспорте вовсе не означает, что вы взяли в долгосрочное пользование супруга или супругу. Только взаимная симпатия, чувство привязанности, родство духовное и физическое могут сделать вашу пару счастливой.

Увы, большинство молодых людей сразу после свадьбы считают, что достигли вершины отношений, молодая жена думает: «Он меня будет любить, как бы я ни выглядела, – ведь я теперь его жена». А молодой муж думает: «Пойду, погуляю с друзьями, а жена пусть дома сидит – куда она от меня денется?» Разочарование супругов бывает очень горьким.

Оказывается, узаконить свои отношения, вступить в брак – это не означает пропуск в счастливую семейную жизнь; оказывается, это только первый шаг, за которым должна быть долгая дорога поиска и открытий, ошибок и трагедий. Путь к счастью в семейной жизни – это ежедневный труд, который потребует от вас сноровки и внимания, терпения и фантазии.

Однако далеко не всем удаётся создать идеальную семью, где царит радость и понимание, где каждый член этого сообщества чувствует, что любим и окружён заботой. И всё же так часто приходят разочарования: дети не хотят учиться, любимый муж стал равнодушным ко всему, что происходит в доме. И вдруг вы чувствуете, что ваша семья не спасает от одиночества – вам

не с кем поделиться своими проблемами, вас никто не хочет слушать... Что это? Кризис или вы сами сделали что-то не так?

Но жизнь не может состоять только из праздника, бывают ситуации, которые надо пережить, выстоять, преодолеть – это нормальный процесс, это жизнь со всеми радостями и горестями.

Создавая семью, вы рискуете, но рискуете в меру тех усилий, которые вы потратили на семью, ведь семья – это ваше общее произведение.

И всё-таки самые несчастные люди – те, кто не знал ни слёз радости, ни слёз отчаянья, кто отошёл в сторону от дороги жизни и только наблюдал за теми, кто шёл по ней.

И, конечно, никакие самые прекрасные теории не помогут. Семья – это только практика, это реальная жизнь с ошибками и просчётами, но и с прозрениями. Нельзя понять, в чём радость материнства, наблюдая со стороны за мамой с коляской, в которой смеётся или плачет малыш.

Семья – это риск, впрочем, как и сама жизнь. Но мужество и мудрость приходят к тем, кто испытал на своём опыте перипетии человеческих отношений. Плохой и даже горький опыт в семье лучше, чем *никакого!* Разведённые мамы с ребёнком на руках гораздо чаще выходят замуж, чем бездетные «старые девы».

Да, семья потребует от вас и физическую выносливость и умение восхищаться красотой. Если вы сами лишены чувства сострадания, то кто посочувствует вам во время болезни?

Весь ваш культурный багаж, прочитанные вами книги и интересы, которыми вы жили в юности, не теряйте их. Чем богаче вы как личность, тем богаче, щедрее ваша любовь, а значит, и ваши семейные отношения.

Наука психология открыла многие особенности развития и становления личности, взаимоотношений и в производственном коллективе, и в семье. К сожалению, очень редко эти знания входят в реальный быт каждой семьи, мало, кто знает о них и обращается к ним за помощью?

Современный брак существенно изменился, из сферы сугубо материальной он все более обращается к партнерству между супругами, к духовному единству. В наше время жену или мужа не удержишь дома дорогой мебелью или престижной маркой автомобиля, если муж или жена позволяют себе грубые выходки, которые ущемляют чувство собственного достоинства супруга или супруги.

А теперь возьмём интервью у счастливой семейной пары, нет, не у молодоженов, а супругов со стажем, они вместе вот уже двадцать лет.

Автор: – Вы любите своего мужа?

Она: – Да, очень.

Автор: – А вы?

Он: – Я тоже.

Автор: – Но прошло двадцать лет с тех пор, как вы стали мужем и женой. Неужели вы не надоели друг другу?

Она: – Нет.

Автор: – Почему?

Она: – Потому что он для меня самый лучший человек на свете.

Он: – Потому что она для меня самая лучшая на свете жена.

Автор: – Но ведь это не так?

Он: – Для меня только так.

Она: – Для меня тоже так же.

Автор: – Но почему?

Она: – Потому что никто не будет относиться ко мне лучше, чем мой супруг. Так понимать, так заботиться, так волноваться обо мне. Для кого-то «он» и не очень красив и не очень остроумен, а вот для меня он самый, самый лучший... Я ему доверяю...

Автор: – Скажите, что самое главное в семейных отношениях?

Она: – Не обращать внимание на мелочи. Если что-то не получилось сегодня так, как хотелось бы, постарайтесь завтра сделать лучше. Никаких упреков – лучше помогите партнёру, исправьте его ошибку, проявите великодушие. Не упрёк, а улыбка!

Как часто муж или жена буквально придираются к партнеру из-за какой-то ерунды – это попытка доказать, кто главный в семье. В результате – обиды, испорченное настроение. Я предпочитаю анализировать свои ошибки – следить за своим внешним видом, придумывать программу на выходные дни, или составить список гостей на день рождения сына или дочери – есть над чем работать, на всю жизнь хватит...

Автор: – Неужели вам всегда удается сохранить ровное хорошее настроение?

Она: – Конечно, нет. Иногда такие эмоции захлестывают! Но мы их не боимся. Это нормально. Счастье в семье – это не выжженная пустыня без слёз и без волнений, нет, это скорее океан, подвижный и подчас суровый – ведь бывают и штормы. И тогда нам «надо выплыть» во что бы то ни стало!

Автор: – Значит, надо бороться за жизнь и за счастье?

Она: – Именно бороться, но не кулаками, а бороться с первым побуждением сказать что-то обидное, как правило, не всегда справедливое. Сделать паузу, подумать и вместо ругани – остроумное замечание или шутка! И тогда вы спаслись от раздражения или даже скандала. А с этого и начинается раздор в семье – обиды, непонимание и развод...

Автор: – А всё-таки что самое главное в счастливой семье?

Он: – Главное, чтобы было интересно. Любое самое простое дело можно делать с выдумкой: жена приготовила новое блюдо на ужин – удивление. Поделились впечатлением о новой книге: жена рассказала спор с критиком, диалог в лицах – хохот! Нам всегда интересно вдвоём – есть что обсудить, есть о чём рассказать.

Автор: – Какой самый главный враг в семейной жизни?

Она: – Равнодушие – это настоящая ржавчина любви. И ещё закрытость, неискренность. Отсутствие доверия к партнёру. Порой супруги воздвигают символическую «стену между собой». Это происходит тогда, когда он или она не сумели понять и посочувствовать партнёру в трудную минуту. И наступает отчуждение и холод в отношениях.

Автор: – А что же делать, если случился момент непонимания?

Она: – Вдохновлять, объяснять, помогать, но только не быть равнодушным и раздражённым. Сколько супружеских пар расстались из-за поспешных выводов, мелких обид, придинок или необоснованной гордыни буквально на пустом месте!

Автор: – А разве можно любить человека, которого хорошо знаешь? Любовь без тайны разве возможна?

Он и Она: – У нас всё наоборот, чем больше мы знаем друг о друге, тем сильнее чувство привязанности и уважения. Каждый новый день – это новые обстоятельства, и поведение человека часто непредсказуемо, его реакция может быть неожиданной – вот вам и постоянная новизна в жизни.

Автор: – В чём основной просчёт молодожёнов? Почему молодые пары буквально через месяц совместной жизни бывают разочарованы друг в друге?

Он и Она: – Очень просто – молодые супруги начинают узнавать друг друга по-настоящему только после свадьбы, ведь, живя вместе, они открывают в своём партнёре то, чего они раньше просто не знали. Недаром есть поговорка: чтобы узнать друг друга – «надо съесть вместе пуд соли». И открытия далеко не всегда приятные, но при этом надо понимать, что идеальных людей не бывает.

У каждого из нас есть свои недостатки. Если они не носят «смертельный» характер, их можно исправить или хотя бы компенсировать другими достоинствами. Но для этого молодым порой не хватает терпения и выдержки, потому что они хотят сразу всё и без всякой борьбы и неприятностей. Они хотят получать от брака только удовольствия и удобства, будто бы сел в прекрасную новую машину и поехал... Но если за рулём неопытный водитель, самая прекрасная машина может попасть в аварию.

Автор: – Но как же быть в таком случае?

Он и Она: – Победить свою лень. Ведь молодые люди уверены, что кто-то за них всё приведёт в порядок, а сами они не хотят и пальцем пошевелить, чтобы «вытащить семейную машину из оврага».

Автор: – А как бороться с ленью?

Он и Она: – Ежедневным трудом – других лекарств нет. Только в этом случае семья перестает быть обузой, а станет радостной потребностью. Помните, у великого режиссера Станиславского: «Главное, сделать трудное – привычным, привычное – лёгким, а лёгкое – приятным!»

Автор: – Неужели так просто?

Он и Она: – Это непросто, но возможно. Впрочем, всё гениальное просто.

Итак, никаких смертельных приговоров семье! Ведь известны случаи, когда безнадежно больной пациент вдруг выздоравливает вопреки заключениям врачей, а что уж говорить о семейных раздорах. В семье можно исправить дурные привычки – например, бросить курить. Можно из юной хиппи воспитать очень аккуратную и стильную даму. А уж научиться быть хорошей хозяйкой – тоже не проблема. Но для этого нужно...

– А что нужно для этого?

Он и Она (хором): – Выдержка и терпение! Не ворчать или придирааться, а показать пример, что и как нужно сделать, чтобы было приятно и удобно за обеденным столом или в супружеской спальне. И ещё – партнер всегда должен чувствовать заботу о нём, в чём бы это ни выразалось, в мелочах или в чём-то очень важном.

Да мало ли интересных и увлекательных событий может произойти в семье? Главное – не превратиться в ленивого потребителя, вечно недовольного жизнью.

Скорее всего, эти счастливицы нашли важный стимул, чтобы сохранить свои чувства друг к другу. Вот что пишет об этом великий романист Андре Моруа: «Я был неправ, когда заявлял, что верность противна человеческой природе вообще. Тот, кто способен побороть власть инстинкта, сохранить верность взятому на себя обязательству, обратить любовь в дружбу, обретает в союзе душ, сердец и тел счастье, которое с лихвой вознаграждает его за принесённую жертву».

Итак, счастливая семья – это кладовая добра. Как приятно приходить в гости к тем, кто умеет любить друг друга, кто никогда не повышает голос на своих детей и не «поучает» своих родственников. Если вас любили родители, то вы на всю жизнь становитесь добрым и спокойным человеком.

Многие неприятности в мире происходят из-за недостатка любви в семье. Цепная реакция зла, а надо бы, чтобы цепная реакция добра!



## Праздник в собственном доме

*Объявить войну скуке у себя дома. Не уступать давлению грозных мелочей быта. Не уничтожать жизнь путём жизнеобеспечения. Но пусть каждый день будет у вас хоть самый маленький праздник – ваш общий праздник!*

*Владимир Леви*

Отгуляли свадьбу, съездили в отпуск, расслабились, а не успеешь оглянуться – ребёнок тут как тут. Если вам за тридцать – всё нормально, а если вы студенты, ну не начинать же семейную жизнь с аборта?! Вот и думай – рожать или не рожать? Даже Гамлет не поможет вместе с Шекспиром. А решать-то надо.

А ребёнка родишь – вот и пойдёт суета, заботы и проблемы без начала и конца. Может быть, количество детей в семье обратно пропорционально эгоизму родителей и детей? Может быть, мужество, терпение и оптимизм – это прерогатива бедных, но счастливых? Сплошные загадки!

Ответ очень прост – всё в мире требует знания, опыта и работы. Праздники в собственном доме – тоже! Только здесь особенно трудно проявить свою выдумку и фантазию, нужно преодолеть негласный закон: семья – это конец весёлой жизни, это каторга и домашняя тюрьма. Но граждане, мы уже в двадцать первом веке живём! Прежде всего, мы должны отказаться от этой устаревшей философии. Праздник в собственном доме – это нормальное и совершенно естественное явление, к нему можно и нужно стремиться!

И всё-таки, что же такое праздник в семье? Для кого-то это вкусная еда и бутылка пива, для кого-то поездка на рыбалку, а кто-то мечтает вырваться в горы и насладиться небывалым пейзажем. Если вы совершаете эти путешествия вместе со своими детьми и в компании с мужем или женой, это значит, что у вас состоялся семейный праздник!

Если сегодня ваша дочь или сын подготовили музыкальную программу, и вы пригласили несколько знакомых, и в вашей квартире проходит домашний концерт, то это тоже семейный праздник.

Если к вам пришли дети ваших соседей и вместе с вашими детьми обсуждают темы сочинений по русскому языку или играют в шахматы или монополию, это значит, что вам удалось научить своих детей очень важному качеству – дружить и делать что-либо сообща со своими ровесниками.

Если субботним утром вы просыпаетесь позже обычного, а ваш десятилетний сын приглашает вас к завтраку, который он сам приготовил в честь юбилея вашей свадьбы, то вас можно поздравить с двойным праздником – вы прекрасные родители: во-первых, научили сына или дочку быть самостоятельными, а во-вторых, вы не рабы своих детей, а мама с папой, которых любят и понимают свои собственные дети.

Чтобы получить такой «сюрприз», надо не сюсюкать около кровати сына или дочки, а учить детей навыкам бытовой жизни начиная с двух лет. Кухня для кого-то вечная каторга, а для талантливой супруги или супруга – уютный уголок, где волшебники делают кулинарные чудеса.

При желании можно увлечь детей не только музыкой и танцами, но и научить их сварить картошку, соорудить простенький салат или поджарить на сковородке котлетки из магазина. Очень важно научиться – не только играть или читать в семье, но и не сваливать на маму все заботы о совместной трапезе.

Но не так-то всё это просто – быть хорошими родителями! Как часто молодожёны уже через год семейной жизни разочарованы. В семье скучно, они ждут праздника, а где он, этот праздник?

Невеста была такая весёлая, а жена вечно чем-то недовольна. Чего ей не хватает? Ей не хватает воздуха свободы и мамы, которая делала всю домашнюю работу и не научила свою дочь элементарным навыкам кулинарии... Не заказывать же пиццу каждый день, быстро надоедает. Да и мужа надо развлекать остроумным разговором, но не на голодный желудок!

Вот тебе депрессия и стресс – «семейная лодка начинает раскачиваться на волнах быта...»

Итак, где найти волшебника, который сумеет вывести семейный корабль из тихой заводи скуки и раздражения? Ведь если мужчина более свободен, он-то лёгок на подъём, звонок приятеля может сразу сорвать его в самом неожиданном направлении, но этого не скажешь о жене, ведь от малых детей далеко не убежишь!

Наступит ли момент, когда она сменит халат и фартук на элегантное платье, преобразится не только внешне, но и внутренне – в движениях изящество и грация, а в разговоре остроумие и кокетство.

Хотите праздника – дайте жене хотя бы пару часов свободного времени и скажите ей, придя домой:

– Дорогая, я вижу, как ты устала. Сейчас иду на кухню и делаю ужин, а ты прими душ, надень своё любимое платье. Давай покормим детей, уложим спать и зайдём на чашку чая к нашим соседям – они давно зовут в гости, а мы всё никак не соберёмся.

Конечно, это возможно в том случае, если ваши дети уже достаточно выросли, чтобы остаться дома без взрослого родственника. Но в таком случае, почему они сами не готовят себе ужин?

Такие парадоксальные вопросы надо задавать себе почаще, ведь мы сами закабаляем себя тем, что никому не позволяем делать то, что вполне могли бы сделать и без вашего участия. Быть организатором в семье – это чуть ли не главный талант, который постепенно может освободить вас от многого, что вы несёте на своих не очень широких плечах.

Итак, нужно срочно преобразиться, подобно одной из героинь фильма Анжея Ванды «Девушка из банка». Была тихая неприметная служащая, никто её не замечал, и вдруг, став свидетельницей ограбления, она отправляется на курорт. Меняется гардероб, причёска, образ жизни! И в один прекрасный день все увидели, что она просто необыкновенно красивая женщина!

Как вы этого добьётесь? Может быть, пойдёте работать в банк и будете ждать ограбления? Конечно, это совсем необязательно. Хотя найти работу или поменять ту, что вам надоела, тоже неплохо, но главное не в этом. Важно сказать себе: я хочу праздника, и не где-нибудь на курорте, а дома в своей семье. А для этого, прежде всего надо выйти из роли домашней рабыни, вечно недовольной и усталой.

Может быть, вы сошьёте себе оригинальный домашний наряд, сделаете новую причёску, или попросту распустите вечно стянутые в узел свои прекрасные волосы, или станете по утрам цитировать любимых философов? Каждый выберет свой путь, но главное знать, что этот путь существует!

Нет ничего навек устоявшегося – ни бесконечного счастья, ни бесконечной трагедии – когда-нибудь все кончается и...начинается сказка или... Но пока вы молоды, полны энергии, не ждите, что кто-то откроет перед вами волшебную дверь в страну чудес. Нет, только вы сами трудолюбием, упорством и талантом сможете создать что-либо новое и удивительное на самой банальной бытовой почве!

А что, если в эту субботу мы устроим маленький карнавал – дети носятся по квартире и меняют наряды, делают немыслимые причёски – а это просто весенняя уборка в шкафах и на антресолях, когда мы ищем летние вещи, и прячем зимние. Даже такую нелёгкую процедуру, о которой многие хозяйки говорят как о тяжёлой работе, для вас и ваших детей может превратиться в настоящий домашний театр.

Всё зависит от того, как вы к этому относитесь и в каком настроении вы принимаетесь за нелёгкое дело привести в порядок груды вещей для детей, мужа и для себя. Если ваш муж увидит, как вам весело, как радуются дети вашим шуткам и смешным мизансценам, которые стихийно возникают по ходу дела: например, ваш сын прибегает на кухню вот уже пятый раз, меняя зимние шапки, а вы достали картонку со шляпами нескольких поколений и уселись пить кофе в шляпе с вуалью... Вполне возможно, что в этот субботний вечер ваш муж не пойдёт играть со своими друзьями с преферанс, а пригласит вас потанцевать в ближайшее кафе.

Вы можете сказать, что всё это из области фантазии, и я согласна, что без фантазии, без оригинальных решений жизнь в семье становится для всех тяжким бременем. Но если вы сами не в состоянии придумать что-нибудь из ряда вон, читайте книги, приходите в гости в счастливые семьи, и вы сразу поймёте, где «собака зарыта».

Праздники – это ваша главная «семейная продукция», а вовсе не модная мебель и дорогой сервиз в буфете. Материальные вещи безгласны, они могут ожить только в том случае, если к ним прикасаются счастливые и радостные люди, а хрустальные бокалы не пылятся на полке, а в них часто отражаются ваши счастливые лица и их поднимают ваши друзья, желая вам здоровья и многих лет жизни!

Именно в праздники, календарные и личные, особенно неуютно чувствуют себя «счастливые одиночки»?

Итак, день рождения сына или дочки – это не унылое застолье с тортом и бутылкой без детей, а шумная кутерьма – игры, сюрпризы, конкурсы на лучшее стихотворение, рисунок, это праздничная газета или альбом, где мы видим «жизненный путь» трёхлетнего сына или дочки. Пусть в доме всё летит вверх дном, играйте в жмурки, устраивайте викторину, пойте песни – радуйтесь! У вас растёт сын или дочь или два сына и три дочери – а это большое счастье!

Заботы и проблемы не должны закрывать в вашем сознании эту простую истину. Не мучайте детей нудными нотациями и постоянными нравоучениями! Счастливые лица родителей – лучшее воспитание, и только тогда дети станут маленькими помощниками и ласковыми друзьями.

Но как сделать жену счастливой? Всё очень просто – освободите жену от её семейных обязанностей хотя бы на один день, и вы её не узнаете: напряжённый усталый взгляд сменит радостная улыбка, и куда денутся ворчливые интонации, каким ласковым и задорным станет её голос. Кто-то скажет: что же, мне собственную жену по ресторанам водить? Такой праздник мне не по карману! На самом деле проблема вовсе не в деньгах, очень живуч предрассудок: развлечения не для жены – для этого есть друзья, случайная компания или незнакомые женщины...

А почему бы действительно не пойти в ресторан с женой? Это что, преступление доставить радость женщине, которая растит ваших детей и заботится о вас ежедневно вот уже не один год? Разве это не справедливо?

– О чём я буду говорить с женой в ресторане? Опять о семенных проблемах? Они мне и дома надоели. Вот поэтому я и хочу пойти в ресторан с прекрасной незнакомкой, которая ничего обо мне не знает. Тогда я могу ей представиться профессором философии и беседовать с ней на самые отвлечённые темы. А разве с женой о чём-нибудь, кроме домашних дел, поговоришь?

Интересно, что по этому поводу думает ваша жена. Хочет ли она идти с вами в ресторан?

– Конечно, хочу. Так приятно было бы надеть красивое платье, привести себя в порядок – пусть мой муж увидит, как на меня смотрят незнакомые мужчины, он-то привык к моей красоте, и ему кажется, что я самая обычная женщина, каких полным-полно. Кроме того, за то время, что мы живём вместе, во мне многое изменилось – последние два года я занимаюсь йогой и научилась о многом думать и медитировать. О, это особое состояние, когда ты как бы

заново открываешь мир. Дома, стоя на кухне, об этом не расскажешь, да и вечно некогда. Так хочется новой обстановки, когда ничто не отвлекает, когда можно смотреть в глаза друг другу.

Ваш муж слушает этот монолог и не верит своим ушам, оказывается, он совершенно не знает свою жену, потому что всегда видит её в домашней обстановке, в халате, на босу ногу.

Увы, с течением времени муж и жена как бы перестают замечать хорошие стороны характера друг друга, их внутренняя жизнь порой остается скрытой, а на поверхности только конкретные бытовые заботы: что купить к ужину или к обеду, что лучше приготовить, есть ли у тебя чистые рубашки, как ведёт себя твоя печень, давно ли ты принимал лекарство от бессонницы и т.д.

Рутинная, однообразная, заколдованный круг – семейная жизнь. Но если вы перестали замечать жену или вовсе не думаете о том, как она себя чувствует, что её волнует, а что печалит, то где гарантия, что она не найдёт это внимание в другом месте?

Выкиньте из головы разговоры о ремонте и о новой мебели, вспомните, какие разговоры вы вели каких-нибудь пять лет назад, как вам было интересно друг с другом!

Что мешает вам вновь почувствовать себя молодыми и влюблёнными? Да всё те же предрассудки: в семье надо заботиться о благополучии материальном, а праздник или хорошее настроение – это нечто эфемерное, что и потрогать нельзя и на полку не поставишь.

А между тем, укрепляют семью именно положительные эмоции, испытанные вместе: на прогулке, в театре, наконец, на собственной кухне или в спальне.

Даже приготовление ужина можно сделать праздничным, если муж не умеет готовить, то кто мешает ему рассказывать анекдоты в то время, когда жена жарит кабачки, а сын режет картошку на сковородку. Семья, где люди любят друг друга, всегда найдётся причина для радости, даже если это хорошая отметка в школе или хороший ужин, приготовленный вместе всей семьёй.

Но очень многие совсем ещё молодые люди, вступив в брак, убеждены в том, что, став мужем и женой, они должны, прежде всего заботиться о детях, а их собственная жизнь как бы «кончена». Проходят годы, и ваш единственный ребёнок, единовластный потребитель родительской любви, вырастает жестоким и холодным эгоистом! В данном случае вы сами добровольно отказались от радостей жизни, а ваши дети видят рядом усталых, рано постаревших людей, которые пытаются требовать от детей «полной отдачи» за свою родительскую любовь.

Однако автор вовсе не призывает вас к безответственности и родительской беспечности, нет, речь идёт лишь о том, чтобы преодолеть многие стереотипы, как бы закреплённые в сознании именно семейного человека, чтобы нам не пришлось с горечью воскликнуть, подобно герою романа «Дело Артамоновых» Максима Горького:

*– Я без праздника прожил!*

*– Это – ваша ошибка и ничья больше! Праздники устраивает для себя человек. Жизнь – красавица, она требует подарков, развлечений, всякой игры, жить надо с удовольствием. Каждый день можно найти что-нибудь для радости.*

*(М. Горький. Дело Артамоновых. – М.: Худлит, 1967, с.547)*



## Выхожу на дистанцию,

или Этот нескончаемый быт...

Включаешь телевизор или радио и на втором месте после политических новостей слышишь: спортсмен Иванов прыгнул выше всех и завоевал золотую медаль, стал чемпионом, спортсменка Петрова пробежала быстрее всех стометровку, и вот законная награда...

В спорте женщины участвуют наравне с мужчинами, недавно даже появились женские футбольные команды и женщины-тяжелоатлетки. Лично у меня они не вызывают восторга, но я за них радуюсь: ведь они живут полной жизнью, доказывают, что упорство, смелость и выносливость – обычные женские качества...

Представьте себе, что **домашний труд** – это тоже вид спорта, где можно при желании стать чемпионкой?! К сожалению, ни районные, ни городские, ни международные конкурсы домашних хозяек у нас пока не проводятся (гораздо проще продемонстрировать длинные ноги на конкурсах красоты), однако, я думаю, что какому-нибудь организатору придёт когда-нибудь в голову и эта идея.

А как было бы здорово, если бы телевидение наконец обратило внимание на талантливых, изобретательных женщин, которые работают на своём «маленьком производстве – в семье», ведут дом и растят детей, при этом у них вовсе не изможденный вид, а совсем даже наоборот, они привлекательны по-своему.

Надо признаться, что в этом «виде спорта» победителей у нас пока мало. Однако, как ни тяжёл наш социальный и бытовой климат, женщины-чемпионки в нелёгком виде спорта – «Домашнее хозяйство» – всё же есть...

Для начала заметим, что чемпионом становится тот, кто долго и упорно тренируется. Организация домашних дел – это искусство и спорт одновременно и включает в себя и бег с препятствиями, скалолазание, решение головоломок, а иногда и борьбу, если не физическую, то психологическую...

Бег полезен всегда, и когда вы отправляетесь на работу – бег за автобусом или спринт к кассе или бег по коридору своей квартиры, особенно в то время, когда в ванной надо выключить стиральную машину, а на кухне жарятся кабачки.

Разумеется, я пытаюсь иронизировать, но опыт «чемпионок» показывает, что рациональное ускорение всех без исключения домашних дел может принести вам самую главную награду. Какую? Восхищение мужа! Но ещё важнее – ваше личное свободное время! Выучить французский язык и отправиться в Париж на премьеру Оперы в постановке знаменитого режиссёра или слетать на пару дней в Вену и побывать на Русском балу?

Разве не чудо, когда женщина в сорок лет начинает рисовать? А всё потому, что она наконец освободилась от быта, у неё появилось время для творчества.

Но если вас не тянет ни к какому искусству, разве перестать быть рабом кастрюль и пылесоса не чемпионский кубок?

Но меня могут спросить: возможно ли, имея детей и мужа, быть прилежной хозяйкой, заботливой мамой, умудриться иметь профессию, отдыхать на Канарских островах и получать удовольствия от жизни?

Даже в американских фильмах, когда благополучная семья завтракает на хорошо оборудованной кухне, а замужние дамы ездят в магазины только на машине и, конечно, имеют бытовую технику, какая только есть в мире, разве эти женщины не испытывают стресс от этих бесконечных домашних дел?

Вот я и предлагаю вам избавиться от стресса. Для начала проанализируем ситуацию. В реальной городской жизни мы видим два типа замужних женщин: унылые, усталые домохо-

зайки в более-менее убранных квартирах, и женщины деловые, работающие, у которых дома всё вверх дном, дети накормлены кое-как, муж не может найти чистую рубашку и постепенно приучается пользоваться прачечной, кругом хаос, скандалы и недовольство.

Но бывают и исключения: красивая квартира, вкусный обед, воспитанные дети и счастливый муж – при этом жена вовсе не загнанная лошадь, а даже вполне хороша собой и с удовольствием посещает концерты, водит детей в театры в свободное от работы время. Что это? Чудо или инопланетянка какая-нибудь?

– Да у этой дамы, наверно, домработница или мама на подхвате, вот и всё, – отвечает мне недоверчивая собеседница. И в пятидесяти процентах случаев будет права. Делают карьеру и живут нормальной профессиональной и семейной жизнью те женщины, которым помогают растить детей мамы или другие родственники хотя бы в то время, когда дети были маленькие и требовали полной отдачи.

Те юные и зрелые жёны, кому не на кого переложить свои домашние дела, часто вынуждены менять место работы, чтобы поближе к дому, или вообще остаются без профессии, и не так часто им удается съездить в нормальный отпуск на Золотые пески в Болгарию или в экзотические страны...

И всё-таки даже в самой критической бытовой ситуации есть два подхода к домашнему хозяйству – загонять себя в тупик или отнестись к быту по-научному, и тогда происходят настоящие чудеса.

Итак, для начала сделаем небольшой исторический экскурс, вспомним, как относились к быту каких-нибудь пятьдесят-семьдесят лет назад? Откуда устойчивый стереотип в сознании многих мужчин и женщин, что домашняя хозяйка – это бездельница и лентяйка, а поддержание порядка в доме, уход и воспитание детей – это суцая ерунда по сравнению с профессией кассирши или секретарши.

В нашей стране после революции, когда старый уклад семьи был разрушен, предан анафеме, энтузиасты нового строя подчас жили в землянках и палатках и буквально на голой земле создавали основы нашей индустрии. Быт в бараках – это целая эпоха нашего государства. По сравнению с ним коммуналки – это просто рай. И вот то поколение, которое прошло военный коммунизм, те, что делили корку чёрствого хлеба на пятерых и спали буквально под открытым небом, долгие годы убеждённо провозглашали: «Долой быт!» Женщина в фартуке, женщина за руку с ребёнком – какая скучная картина, – говорили рьяные поборники женской эмансипации шиворот-навыворот. Пусть лучше женщина с отбойным молотком, пусть в скафандре, пусть в шлеме лётчика или за рулём трактора, но только не у плиты.

Фильмы далёких лет – это апофеоз знатной ткачихи, доярки или трактористки, но лишь в наше время появляются фильмы о счастливой многодетной семье, где героине маме и герою мужу приходится проявлять чудеса изобретательности, чтобы вырастить десятерых детей!

Женщину, так же как и крестьянина, как бы «согнали с его земли» – первую из дома выставили на работу, где многие женщины при социализме лишь отсиживали свои часы и получали сугубо «женскую» зарплату. А труженика-крестьянина раскулачили и загнали в дальние края, и теперь мы имеем в городе – самостоятельную женщину, которая не желает выходить замуж и рожать детей, а в деревнях доживают свой век одинокие старухи...

В лозунгах пролеткульта прославлялась «идея самозарождения героя, именуемого «мы», и он, этот герой, подобно божеству, и возникает-то не так, как у нормальных людей, а вопреки биологии и «буржуазному пережитку прошлого». Ранний А.Безыменский был очень увлечён этой идеей:

*Из солнцетона и стали я скован,  
Отец мой безликий, космический зодчий.  
Во чреве заводов, под сердцем станковым  
Я зачат и выношен,*

*Я – рабочий.*

*(И. Васильев. А. Платонов. Очерк жизни и творчества. М. Изд. Современник» 1982г., с. 22)*

Итак, проповедовалось официальное отрицание «жизни» и всего того, что её сопровождает, – необходимость если не комфорта, то хотя бы минимальных удобств – в те далекие времена это называлось ругательным словом – мещанство.

Молодой человек в рубашке и в галстуке клеймился позором как буржуазный прихвостень. Отголоски психологии той далекой эпохи живы и поныне: элегантно одетая женщина в общественном месте каких-нибудь пятьдесят лет назад вызывала раздражение и воспринималась как чуждый элемент... или в крайнем случае – как иностранка...

Представить себе замужнюю женщину с двумя детьми в модном пальто и шляпе с улыбкой на устах почти невозможно. Гораздо реальнее увидеть женщину с сумками, с озабоченным лицом, усталую и нервную...

Экономисты стыдливо упоминают о том, что женщина в быту работает в пять раз больше мужчины, а о том, что в нашей стране долгие годы был самый непроизводительный домашний труд, стараются не упоминать.

*Заметим, что до тех пор, пока государство и мужчина не оценит труд домашней хозяйки в реальных денежных знаках, ничего не изменится ни в психологии, ни в технологии домашней бытовой жизни. Если труд не уважается, не оплачивается и не охраняется профсоюзом, то, значит, его носители будут медленно, но верно вымирать... Класс энергичных и талантливых домашних хозяек можно смело заносить в Красную книгу...*

Однако сам автор, пройдя многие мытарства освоения бесконечной домашней работы, берётся доказать, что домашний труд, несмотря ни на что, по-своему прекрасен! Именно этот труд позволяет мужчинам, женщинам и детям сохранять своё здоровье и долголетие, именно этот труд сближает людей разного возраста, наконец, этот возвышенный труд растит будущее поколение людей на планете Земля.

Увы, давно доказано не в теории, а на практике, что никакой самый замечательный детский дом или интернат не может (бывают редкие исключения) воспитать полноценную гуманную личность. Целая плеяда жестоких следователей НКВД вышла из стен Детских домов (беспризорники в России после революции), где, увы, трудно было научиться любить и уважать людей.

*Можно ответственно заявить, что только в личном непосредственном контакте с родителями в семье происходит воспитание неповторимой индивидуальной личности, если не идеальной, то приемлемой для современного уровня общества в данную эпоху и в данной стране.*

Без семьи, где папа и мама уважают друг друга и любят своих детей, никакая демократия и прогресс просто невыполнимы на практике.

Роль домашнего труда в жизни общества определила Организация Объединенных Наций: **«Понятие “домашнее хозяйство” основывается на индивидуальном или групповом согласии лиц в отношении обеспечения дома продовольствием и другими необходимыми для жизни предметами».**

Итак, попробуем подсчитать, сколько стоит ежедневный домашний труд в современной городской семье, которая состоит из трёх взрослых: мама, папа и бабушка – и одного или двух детей. Представьте себе, что вы внезапно разбогатели – папа стал бизнесменом, – и вы хотите избавить женщин от бесконечных домашних дел. Боюсь, что вам понадобится нанимать трёх женщин и делить между ними обязанности: кто-то займётся уборкой квартиры, кто-то готовкой еды, а кто-то должен встречать и провожать детей в детский сад или в школу, кормить их и проверять домашние задания. Но мы забыли о стирке, ведь кто-то должен следить за порядком и чистотой в одежде всех членов семьи. Не могу себе представить, какие нынче цены на эту

работу в России, а вот в Австрии подсчитали, что труд домашней хозяйки в семье с двумя детьми, без бабушки, стоит 7.500 евро.

Вы скажете: неужели так дорого стоит эта ежедневная суэта женщины на кухне и в квартире? Если не верите, то попробуйте найти няню для месячного ребёнка, и тогда вы узнаете, сколько стоит уход за младенцем. Попробуйте найти добросовестного человека, который бы согласился разобрать вашу одежду и навёл бы порядок в шкафах и на антресолях к летнему или зимнему сезону, и тогда вы узнаете, как дорого стоит этот всеми не замеченный, но такой необходимый и прекрасный труд в руках расторопной хозяйки жены и мамы – **ДОМАШНИЙ ТРУД**.

Могу вас уверить, что даже если нанятые работницы будут добросовестно выполнять свою часть работы в вашей семье, останется еще достаточно маленьких дел и делишек, которые придется делать самим...

Многие мужчины предпочитают всю жизнь провести в горячем цеху литейного завода, лишь бы не прикоснуться к кастрюльке с супом или к стиральной машине... Увы, им успешно подражают многие наши современницы, чудо-девочки, и мальчики, которые и в двадцать лет не умеют сварить куриный бульон или накормить своего ребёнка котлетками из готового фарша. А ведь ещё нужно содержать в порядке свою одежду и хотя бы свою комнату! Но, увы, многие сердобольные родители продолжают обслуживать своих плохо воспитанных инфантильных детей...

На Западе это называется «мамин отель», в котором дети порой задерживаются до сорока лет, особенно часто остаются у мамы под крылышком сыновья...

Что же делать? Обедать в ресторанах и кафе? Нанимать служанок из далёких республик?

Заметим, что любая нормальная семья хочет вести цивилизованный образ жизни: есть разнообразную и калорийную пищу каждый день, жить в красивой удобной обстановке, принимать в доме гостей.

Все премудрости семейной жизни были известны нашим бабушкам и прабабушкам, но далеко не всегда необходимые навыки есть у наших современных мам...

И дело за немногим: для начала – овладеть профессией повара, а чтобы создать уют в квартире – станьте архитектором или дизайнером. А если ломается кран или стул, то без сантехника и столяра не обойтись! И конечно, кто-то должен всё время следить за порядком и чистотой в помещении, где резвятся дети и где вкушает разнообразные завтраки, обеды и ужины ваша замечательная семья...

Однако в семье даже тремя профессиями не обойтись и одного таланта мало. В организации жизни семьи нужна какая-то особая сноровка, терпение и воля, потому что никто в доме почему-то не хочет убирать со стола грязную посуду и уже тем более её мыть; никому неохота нести бельё в прачечную или аккуратно и правильно пользоваться стиральной машиной – всех домочадцев нужно вечно уговаривать, вдохновлять, заставлять или всё делать самой... Это какой-то бесконечный водоворот дел в природе... Но главное – преодолеть психологический барьер и как бы сказать всем домочадцам:

**«МЫ ДОЛЖНЫ ЗАНИМАТЬСЯ ДОМАШНИМИ ДЕЛАМИ НЕСМОТЯ НИ НА ЧТО, ИБО ТАКИМ ОБРАЗОМ МЫ СОХРАНЯЕМ ЗДОРОВЬЕ СЕБЕ И СВОИМ БЛИЗКИМ, МЫ СОХРАНЯЕМ СЕМЬЮ».**

Эта магическая фраза должна звучать как заклинание... Но после того, как вы осознали важность домашней работы, надо приступить к ней по-научному. Прежде всего, ответим на вопросы – сколько времени в день мы тратим на:

- приготовление пищи,
- покупки в магазинах,
- уборку квартиры,
- стирку (и никакого глажения),

мелкий ремонт одежды, шитьё, вязанье,  
разговоры по телефону,  
воспитание детей,  
чтение газет, журналов, книг,  
посещение кино, театров, кафе и ресторанов,  
встречи с друзьями, праздники, юбилеи,  
занятия спортом, прогулки, поездки,  
приём гостей дома.

Проанализируйте ответы на эти самые общие вопросы, и вам станет ясно – как вы живёте в семье, на что вы тратите своё время, что для вас важно, а что второстепенно. Разумеется, этими вопросами жизнь семьи не исчерпывается. Многое и очень важное происходит в вашей семье только так, а не иначе и совсем не так как у друзей или соседей, ибо каждая семья живёт как бы по своим индивидуальным законам. Поэтому так трудно «навести порядок» там, где у власти неповторимые черты характера, сугубо индивидуальные представления о счастье и красоте...

Например, сколько времени вы тратите на совместный завтрак в субботу, когда дети отправились на лыжную прогулку? Если только полчаса, а затем муж отправляется играть в преферанс, а жена мечется по квартире... Но драматургия семейной жизни может быть самой разнообразной, и в этом её прелесть, а иногда и трагедия...

Однако в этой главе нас интересует, можете ли вы сварить обед на четырёх человек за час? Сделаете вы это с радостью или это для вас мука и унижительное занятие, от которого вам так хочется избавиться? Вот здесь и зарыта собака. Если вы не любите готовить, то есть ли в семье человек, который это сделает с удовольствием, чтобы все были довольны. Если такой человек есть – бабушка, или мама, или ваш муж, который так вас любит, что готов делать всё в семье – тогда всё в порядке. Если нет, то есть много разнообразных выходов из этой ситуации – пойти на курсы кулинарного искусства, покупать полуфабрикаты или быстро развестись с этим мужем и выйти замуж за другого, который с радостью будет вас кормить буквально из ложки...

Однако попробуем дать пару советов тем женам, которые хотят понять, как сварить обед быстро, не утомляя себя и своих близких. Во-первых, как и в любом деле, в домашнем хозяйстве очень важно всё делать заранее и не приниматься за обед в тот момент, когда муж и дети уже садятся за стол... Итак, лучший вид спорта для домашней хозяйки – это пятиборье.

Вы уже сбегали в магазин и начинаете готовить обед с вечера предыдущего дня. Для этого вынимаем из морозилки кусочек мяса (когда вы его купили, это ваше дело), вы быстро ставите на плиту кастрюлю с водой, положив в неё морковку и головку лука, надеюсь, что мясо уже в кастрюле. Итак, в то время, когда вы смотрите свою любимую серию по телику, или читаете книгу, или помогаете сыну сделать уроки, бульон уже варится, и через какой-то час-полтора нужно успеть его выключить...

Утром вы сокращаете до минимума разговоры с сыном, который не хочет вставать и делать зарядку, с мужем, который не может найти галстук и требует чистые носки. Вы делаете лёгкий макияж и можете оставаться в халате, но при этом быстро кладёте в бульон почищенную картошку, морковку и свёклу, если это борщ (что требует, конечно, больших затрат), но если бульон куриный, то достаточно положить в него рис – и главное блюдо для ужина уже готово до того, как вы отправитесь на работу... Но главное, не забыть выключить плиту.

А после работы – надеюсь, что вы приходите домой раньше всех – вам остается лишь сделать маленький салатик. Если вы днем позвонили мужу и попросили его зайти на рынок за зеленью и сметаной, то тогда за ужином вы наслаждаетесь замечательным первым блюдом. Суп украсит вашу жизнь в любом случае, тем более, что пока вы заканчиваете накрывать на стол, ваш муж убирает в шкаф одежду, которую утром вы не успели положить на место.

Внимательный читатель спросит: а что мы будем есть на второе? Что же это за обед? Но мы сегодня говорим не о вашем рациональном питании, а о том, как найти выход из вечной загадки – нет времени и сил для... На второе может быть кусок жареной курицы из кулинарии или омлет и гречневая каша – всё зависит от ваших запасов и пристрастий.

Однако главное достоинство жены состоит не в том, чтобы приготовить обед из пяти блюд, а в том, чтобы остаться привлекательной и весёлой. Если после семейного ужина у вас есть силы и желание пойти в кино или совершить небольшую пробежку в парке с сыном или с мужем – это и есть самый важный результат правильной организации домашнего труда...

Итак, вы научились продумывать заранее некоторые семейные мероприятия, на которые раньше у вас уходило всё свободное время, и сразу можно заметить, как меняется ваш образ жизни. Вдруг появится время для друзей и для прогулок, а может быть, вы запишетесь на курс современных танцев? Или будете брать уроки игры на виолончели?

Спросите себя, удастся ли вам весело и энергично общаться с детьми и мужем, и тогда вполне возможно, они станут вашими помощниками, а не пассивными наблюдателями вашего кухонного марафона...

Если вам удастся опережать потребности своих домочадцев, если вы знаете, как их привлечь к активной помощи – это и есть главная спортивная задача «чемпионки» по домашним видам спорта.

Однако, те женщины, у которых карьера на первом месте, могут возразить – мы не для того получали высшее образование, чтобы обслуживать мужа и детей. Но в том-то и дело, что в семье важно увлечь кулинарными и другими видами спорта всех домочадцев и, конечно, уметь быть заразительной, как удавалось это Тому Сойеру, который так увлекательно красил забор...

Кстати, кулинарное искусство было присуще многим великим людям, они не гнушались готовить роскошные блюда для своих гостей, детей и жён. И какая бы профессия ни ставила вас на самый высокий социальный уровень, вспомните Маргарет Тэтчер: она была прекрасной домашней хозяйкой в своей семье и вырастила трёх сыновей...

Если честно, то надеяться на то, что кто-то милый и добрый приготовит для вашей семьи вкусный обед, наведёт порядок в квартире, а потом пригласит вас во дворец на бал – это всё из области фантазии. А пока вы не встретили мужчину-повара, которого прекрасно сыграл актер Лев Дуров в одном современном фильме, повесьте на кухне плакат, текст примерно такой:

**«ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ДОМАШНИХ ДЕЛ НЕВОЗМОЖНО – ЗНАЧИТ, НАДО ДЕЛАТЬ ИХ РАДОСТНО, УВЛЕЧЁННО, БЫСТРО, РАЦИОНАЛЬНО И ВСЁ ВРЕМЯ С НЕКОТОРЫМ ОПЕРЕЖЕНИЕМ...»**

Итак, подойдите к зеркалу, улыбнитесь, представьте себе, что вам восемнадцать лет, что у вас ещё всё впереди и... что надо срочно сварить обед за сорок минут. Вот вам и марафончик – картошку и морковку быстро почистить, порезать и в бульончик положить, мы его сварили на предыдущих страницах накануне вечером или утром – главное, что он уже есть. А теперь кладём отбивную на сковородку, а в кастрюльке варим вермишель для гарнира. Если вы хотите попасть в сборную мастеров, то готовьте оригинальный салат с авокадо. Никто не мешает вам в это время слушать политические дебаты по радио или диск с любимыми шлягерами и думать о докладе на конференции, куда вы едете через неделю...

Но позвольте, а что делают наши дорогие мужчины и дети? В лучшем случае они режут лук, а если они сидят в другой комнате и ждут обеда, то они, несомненно, восторгаются вашей ловкостью и сноровкой, с удовольствием съедают всё, что вы им дадите. Но никогда не теряйте надежду привлечь их к кухонной работе. Может быть, пора сделать это уже сегодня? Например, так:

– Петечка, – ласково обращаетесь вы к десятилетнему сыну, – тебе понравился сегодня салат из морковки?

– Да, очень, – отвечает вам ни о чём не подозревающий сын.

– А знаешь, как его легко сделать? Нужно взять морковь, почистить, помыть, а потом натереть на тёрке. Выжать половинку лимона и залить оливковым маслом.

– Мамочка, а можно я попробую в следующий раз сделать салат?

– Конечно дорогой, – говорите вы и не верите своим ушам...

В один прекрасный день происходит чудо – ваш десятилетний сын кинется к холодильнику и сделает к обеду свой первый салат: из моркови, из редиски с луком или из огурца с помидором...

Однако наш книжный обед окончен, но кухня опять требует работы – надо подмести или помыть пол, разобрать и помыть кастрюли, привести в порядок обеденный стол. А делать всё это уже так не хочется, от кухни просто тошнит, вот бы сейчас сесть в кресло и почитать... И тогда вы обращаетесь к мужу елеинным голосом:

– Милый, я так устала, положи, пожалуйста грязную посуду в машину и включи её. А ведь хорошим обедом я вас сегодня накормила? – как бы напоминаете вы мужу о только что совершенном подвиге.

– Умоляю, ну хотя бы чуть-чуть подмети пол...

Разумеется, никто не поручится за то, что ваш муж с готовностью схватит щётку и примется выполнять ваше задание. Однако, может быть, вам удастся улыбнуться, рассказать забавный анекдот и создать такую атмосферу, в которой вашему мужу будет трудно вам отказать. Никто не мешает вам быть привлекательной и кокетливой в самый неожиданный момент. Даже если вы работаете над серьёзным государственным проектом – жилой район нового образца, но дома гораздо важнее быть женщиной ласковой и влекущей...

Но не будем обольщаться – помогают жёнам на кухне столь редкие мужчины, что мы должны скорее представить себе, что жене самой придётся мыть посуду и заниматься уборкой, может быть, удастся уговорить сына вынести мусор – это уже большая бытовая победа. Но не надо принимать эту ситуацию как вечно установленный порядок. Если наших мужей воспитывали наши свекрови и они научили их быть равнодушными к домашним заботам, поскольку сами никогда не работали, а были только домашними хозяйками, то никто не мешает вам воспитать своего сына в новых традициях – поровну делить домашнюю работу и уважать любой труд, даже самый «женский»...

Далеко не всем женам удаётся быть морально и экономически независимыми от мужей, поэтому если вашему партнёру нужно срочно закончить статью или бухгалтерский отчёт, то, пожалуй, лучше оставить его в покое. В городах, где женское население превышает мужское, он может найти себе более покладистую жену.

Но, несмотря на то, что советские социологи во главе с Харчевым утверждали, что *«бытовая перегрузка женщин нерентабельна ни морально, ни экономически, она невыгодна ни семье, ни обществу, лишая их (женщин) времени, сил, которые могли быть потрачены на улучшение воспитания детей, интенсификацию профессионального труда. Такая перегрузка отнимает у женщины те часы, которые можно было бы использовать на повышение образования, культуры, наконец, на отдых, «сохранение формы». Наконец, она создаёт напряжённость в супружеских отношениях, нервозность в общении с детьми, увеличивает конфликтность в семье, а значит, и опасность её распада...»*

Но кто и когда сможет перебороть стойкое мужское упрямство и поможет, наконец, женщине хотя бы изредка заняться «сохранением формы»? Ответ до банальности прост: сама женщина!

Наша жизнь полна парадоксов, и вот один из них: сама женщина всем своим поведением отучает мужчину от домашнего хозяйства! Вспомните, как это было у вас в самом начале семейной жизни. Ведь тогда вы не боялись получить отказ на любую свою просьбу. Но на вопрос мужа: «Не нужна ли тебе моя помощь?» – вы гордо отвечали: «Да что ты, дорогой! Я сама всё сделаю! Не беспокойся, милый!»

В первые месяцы семейной жизни мужской характер был подобен воску, из которого можно лепить всё, что угодно. В лучах любви даже самый твёрдый характер как бы расплавляется. Что делает любящая молодая супруга? Она начинает активно оберегать мужа от бытовых проблем. Она ухаживает за ним как за ребёнком, и он становится капризным, а потом и злым и непослушным мужем-ребёнком...

Итак, жена не разрешает мужу пальцем пошевелить, чтобы ей помочь, а через пару лет он становится равнодушен к её делам и заботам.

Что делать тем неосторожным женам, которые безнадёжно избаловали своих мужей? Если вы проиграли первый тайм супружеской жизни, не отчаивайтесь! У вас есть дети, которые при разумном воспитании могут стать вашими добрыми и энергичными помощниками, но начинайте с самого раннего возраста – ведь нужно не отнимать кастрюльку у мальчишки, а объяснить, какая это полезная вещь: в ней можно сварить вкусный суп, который ты так любишь!

Однако в большинстве случаев огромная армия женщин, с высшим образованием и без, приучили мужчину чувствовать себя в семье господином. Как будто какой-то таинственный инстинкт делает жену чуть ли не рабыней далеко не перегруженного супруга. Но мама-прислуга не вызывает уважения ни у детей, ни мужа, и постепенно в интонациях и манерах появляется снисходительное пренебрежение к маме или жене.

Вы хотите такой роли? Тогда обслуживайте вашего великовозрастного сына или дочь, бегайте, заглядывайте в глаза – результат не заставит себя ждать – высокомерное презрение уже накапливается в ваших домочадцах, оно вот-вот проявит себя в нетерпеливом жесте, в приказном тоне...

В реальной жизни мы наблюдаем чаще всего альтернативу: или уютный дом и высокое кулинарное искусство жены-хозяйки при полной или частичной бездуховности, или бытовой хаос и творческая натура... «Бедняге мужу, наверно, сильно доставалось. Наверное, капризная. Дурака валяет. Целый день, наверно, на диване валяется с немой мордой. И всё время свои стишки вслух читает. А муж-дурак сидит: “Ох, – восклицает, – это изумительно, пупочка, гениально!”» (М.Зошенко, Избр. в 2 тт. – Минск, 1983., с.69). Прямо скажем, грубоватая пародия на семейную жизнь с поэтессой... Какой уж тут быт, какое уж тут домашнее хозяйство, когда рифмы просятся...

Но что для мужа важнее? Духовное общение или вкусный обед? Вкусный обед выбирают большинство мужчин, поскольку духовного и прочего общения им хватает и без жён, а вот кризис домашнего запустения трудно компенсировать только рифмами... А ведь бывает и так: в доме идеальная чистота, обед – пальчики оближешь, но говорить супругам не о чем, потому что общие интересы отсутствуют...

И всё-таки большинство современных женщин предпочитают упрощённый быт. В развитых европейских странах обед из трёх блюд – большая редкость. Муж и жена возвращаются с работы примерно в одно время, готовят что-нибудь на скорую руку – или пиццу из морозилки в духовку, или салат с пивом, или просто бутерброды с сыром и чаем... Каждый берёт из холодильника то, что нравится, и ест там, где ему или ей удобно. Сын ютится у телевизора с бутербродом, жена ест салат, сидя в ванной с горячей водой, с импровизированным столиком, где лежит мобильный телефон или любимая книга... Никаких церемоний, никаких совместных трапез, каждый моет свою тарелку сам – удобно и просто. И никто никого не обслуживает. Вам нравится такой быт? Мне, честно говоря, не очень.

Но если в данный период жизни это спасает домочадцев от стресса и лишних хлопот, то тогда я «за», ведь главное – хорошее настроение и общение, которое возникает спонтанно и вовсе не обязательно для этого сидеть за красиво накрытым столом...

В Москве я знала семью известных учёных, которые принимали гостей в просторном кабинете, все стены занимали стеллажи с книгами, вёлся очень интересный разговор, а на письменном столе красовался таз с замоченными рубашками профессора физики, которые он сам

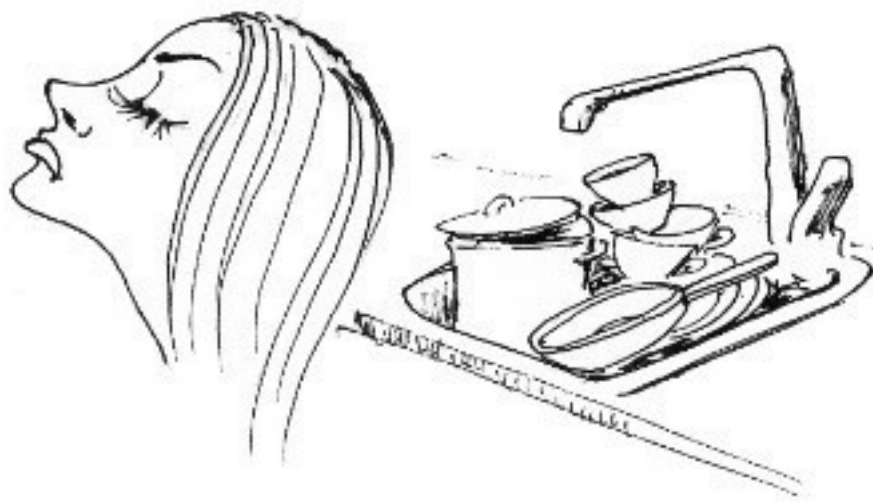
стирал в удобное для него время, чтобы не обременять жену, тоже доктора наук – физика. А между тем, можно было бы сдать рубашки в прачечную, но вот пришить метки было всё время некогда...

Действительно, быт в наших городских семьях строится по-разному, и в большинстве случаев люди интеллектуального труда как бы нарочно подчеркивают: нас не волнуют эти мелкие вопросы, лишь бы не упасть в собственной квартире, натолкнувшись на завал книг в коридоре, и лишь бы не умереть с голоду, а всё остальное – пустяки, дело житейское, как приговаривал Карлсон, который живёт на крыше...

Итак, главное понять, что для вас важно в вашем семейном доме – элегантная мебель, красивая посуда, дорогие ковры или удобная и уютная кухня, где вы готовы провести лучшую часть своей жизни, или спальня, полная книг, где вместо двуспальной кровати на полу лежит обыкновенный матрас или... Но главное не в том, на чём мы сидим, а главное, что мы делаем в нашем сложном или простом интерьере, о чём думаем, куда тратим своё время, переступая порог своего дома?

У Алексей Толстого в его замечательной трилогии «Хождение по мукам» есть эпизод – в оригинальном доме, где происходит пирушка декадентов, на двери кухни прикреплён плакат: «Станция по борьбе с бытом». Название как нельзя лучше подходит к содержанию нашей главы. Если расшифровать его с нашей точки зрения, то звучало бы оно так: «Станция по борьбе с лишним временем, потраченным на быт» или «Быт нужен, но бороться с ним приходится, чтобы он не пожирал всего нашего времени». В конце концов, не жизнь ради быта, а быт ради Жизни!

Как легко запутаться в этом вопросе...



## Страшнее скуки зверя нет

*Где найти волшебника, который сумеет вывести семейный корабль из тихой заводи скуки и раздражения?*

– Ах, как всё надоело! Каждый день одно и то же, одно и то же! Работа, магазин, кухня... глаза бы мои ни на что не глядели! На собственного ребенка ору по пустякам, мужа в упор не вижу. А ведь он у меня хороший человек, даже замечательный, но вот темперамент вовсе отсутствует, флегма и всё тут. Не могу больше так жить! Помогите!

Примерно такой монолог произносит молодая симпатичная женщина, которая врывается в мой кабинет, будто убежала с пожара... А, ведь у неё действительно пожар в душе! «Принудительный режим» её семейной жизни загнал её в тупик. У этой дамы сенсорный голод!

– А что это такое? – спросит читатель.

Попробую объяснить: каждый человек, чтобы жить, должен получать материальную пищу – еду и воду, дышать воздухом, двигаться в пространстве. Но современный человек – это человек социальный и духовный, ему нужна к тому же – другая, «нематериальная пища». Это «пища» для ума, для глаз, для чувств, это радость или печаль, которые мы получаем от наших впечатлений.

Если у человека одна и та же картина перед глазами, если он находится в водовороте одних и тех же действий, он может сойти с ума. Разнообразие, новизна – вот что нужно нашей молодой особе!

– Надо срочно сменить краски бытия – пусть серая, однообразная заменится, например, на чёрную! Пусть будет эмоция отрицания!

– Я боюсь отрицательных эмоций!

– Если вы не сможете отрицать то, что вам не по душе, тогда не будет и эмоций положительных!

– Но дома у меня всегда отрицательные эмоции!

– Может быть, вы очень устаёте на работе?

– Ничего подобного. Мне энергию девать некуда.

– Значит, вы «выкладываетесь» не туда и не так – отсюда и нервные срывы.

– Что же мне делать? Завести скандал с мужем на пустом месте?

Такого рода вопросы я слышу довольно часто. Разочарованные жёны клеймят свою семейную жизнь и никак не могут понять, чего же им не хватает. Действительно, где «собака зарыта»?

Чаще всего не хватает выдумки и фантазии, чтобы сделать свою жизнь интересной. Если молодые люди создали семью, но получили однобокое воспитание – в детстве и юности ничем не увлекались, то и в совместной жизни они не знают, что можно предпринять в свободное время. Чаще всего в этой роли оказываются женщины, поскольку она наивно полагает, что, став женой, она может довольствоваться тем, что хороша собой и муж будет любоваться её прекрасными глазами всю оставшуюся жизнь. Это случается, но редко. К красоте, как и к уродству, привыкают очень быстро (сказал один классик), и начинаются трудовые будни... Но есть целых два дня в неделе, когда вы можете распорядиться своим временем по своему усмотрению – но порадовать себя и других удастся далеко не всем.

Так как же изменить свою скучную однообразную семейную жизнь?

Начинаем с самого простого – делаем маленький социологический опрос. Звоним своим друзьям и знакомым и спрашиваем их, как они проводят выходные дни. И уверяю вас, вы узнаете много интересного и даже неожиданного. Например, один ваш коллега, невзрачный и молчаливый человек на работе, оказывается, увлекается джазом и каждую субботу пропадает

в клубе на репетиции, где он играет на саксофоне, его жена в это время вовсе не скучает, а ходит с дочерью на занятия гимнастикой.

Одна знакомая дама, подруга вашей мамы, которой уже за шестьдесят, увлекается йогой, и имеет несколько друзей гораздо моложе себя, с которыми она встречается чаще, чем со своими родственниками.

Эта новость была для вас просто неожиданная – вот тебе и пожилая дама! А мы, молодые, и не знаем, чем заняться в воскресенье.

Итак, теперь становится ясно, чего не хватает нашей паре – активного образа жизни! Где же им искать таланты, а порой и скрытые желания, которые подавлялись деспотичным отцом или не проявили себя из-за собственной нерешительности? Однако мы очень надеемся, что у каждого человека есть свои особые интересы и даже таланты, но только не всем удастся их раскрыть...

Но сказано в библии: «Не хлебом единым жив человек!» Нужны самые разнообразные события, чтобы жизнь стала интересной, и в семье, это особенно важно.

Вспоминаю утро воскресного дня в знакомой семье. Зима, яркий морозный день, а по квартире ходят, как сонные мухи, родители и дети, и не знают, чем им заняться. Я зашла к соседям с семилетним сыном, мы едем кататься на лыжах, предлагаю ту же программу для всей семьи. У хозяйки дома, оказывается, лыж и в помине нет, и она остается в мятом халате на диване с журналом мод, а вот её мужа и двоих детей мне удастся сманить на свежий воздух.

Лыжи, изрядно запылённые, находим на антресолях, к ним вот уже много лет не прикасалась рука человека. Дети долго ищут спортивные штаны и куртки, но мы с сыном терпеливо ждём. И вот, наконец солидный папаша шагает со спортивной амуницией на плече и очень удивляется, почему он раньше не додумался до такого простого развлечения в воскресный зимний день. Через пятнадцать минут автобус привозит на горку. Тут и взрослые, и дети: царит гомон и веселье. Никакого подъёмника нет, но горнолыжники скрупулёзно отрабатывают технику слалома, терпеливо поднимаются по не очень крутому склону, я в их числе, чтобы на пять-семь секунд ощутить себя в полёте... Здесь же рядом катаются дети от мала до велика, кто на санках, кто на простых лыжах, а кто и на фанерной дощечке – все осваивают крутизну горки. Дима и Соня просто задыхаются от счастья, даже их неспортивный папаша расхрабрился и спускается с горы на лыжах, застыв в позе вопросительного знака. Его тело сопротивляется изо всех сил, ведь оно привыкло только отсиживать часы за чертёжной доской.

– Ну что, нравится? – спрашиваю я своего соседа.

– Здорово-то как, – отвечает он и благодарно пожимает мне руку, – если бы не ты, вот так и сидели бы дома целый день. Жена на диване с сигаретой, дети во дворе, а я кухонный мужик – в магазин да картошку чисти... Скука, ох, скука! Ненавижу выходные дни!

– Да что же вам массовик-затейник нужен? Неужели «кто-то» должен за вас решать, как жить и как отдыхать? Вот этот «кто-то» взял за руку, да и вывел из дома, и – о, счастье, о, восторг. А сам-то ты, голубчик, разве не знаешь, что детям нужен чистый воздух, и движение, и радость! – говорю я, а сама вспоминаю, что в моей семье без меня мой муж и дети так редко сами куда-нибудь выбирают. Если я сама не предложу поход на выставку или в кино или на каток – тоже будут крутиться по квартире, а после ужина усядутся возле телевизора, и тут уж наших домочадцев не оторвёшь от экрана...

И всё же что мешает семейным людям интересно и с пользой для здоровья проводить своё свободное время? Целых два дня – богатство или наказание?!

Оказывается, многое зависит от образа жизни и от образа мысли... Но есть и объективные причины – плохая организация домашних дел – воскресный обед лучше готовить не в субботу, а в пятницу, уборку же квартиры не затевать в воскресенье. Если вы не успели или забыли что-то сделать к выходным дням, не отнимайте у семьи праздник – иначе домашнее хозяйство превратится в спрута, щупальца которого прочно привяжут мужа к пылесосу, а вас

к кастрюле с недоваренным борщом. Даже если ваш муж будет терпелив и выполнит все ваши поручения, горечь от потерянного выходного останется в душе надолго, а следующее воскресенье он предпочтёт провезти в компании своих друзей, а не дома с детьми и с нерадивой хозяйкой, которой вечно не хватает времени...

Причина вторая – отсутствие инициативы и плохие традиции. Почему-то многие считают, что в семье должна быть только «работа до седьмого пота», а отдых и праздники предполагается проводить в другом месте... Вот эта странная привычка, увы, подготавливает почву для развода, ибо если отдых и удовольствия партнёры предпочитают получать вдали от дома, то семья разваливается как картонный домик...

Итак, хотите избавиться от скуки – следуйте правилу: «Наши выходные дни – только развлечения, поездки, приём гостей, приятные сюрпризы».

– Какие ещё сюрпризы? – спросит недоверчивый читатель.

– А вот какие: новый велосипедный маршрут, спуск на воду надувной лодки в честь открытия летнего сезона, запуск змея или турнир по настольному теннису на собственной даче или на даче друзей. Никто не мешает устроить соревнования мальчишек и девчонок, кто выше прыгнет или быстрее пробежит отрезок до ближайшего дерева, если вы расположились на поляне в летнем лесу. А уж на природе все игры хороши: и бадминтон, и салочки, и прятки. Если погода не располагает к походу, почему бы не поиграть в «буриме» или «скребл»? Если литературные игры вас не привлекают, устройте конкурс на лучший пирог? Итак, было бы желание, а сюрприз всегда найдётся...

А ведь мы ведём речь о самых простых развлечениях, которые не требуют ни дорогой экипировки, как, например, подводное плавание или горные лыжи, ни дорогих средств передвижения – машина или планер, яхта или катер. Однако виндсерфинг можно одолжить у друзей или взять напрокат, а купить абонемент для игры в большой теннис стоит не дороже какой-нибудь импортной куртки, на которую в некоторых семьях тратятся большие средства.

Конечно, катание на лошади или прогулка на яхте – эти развлечения требуют серьёзной подготовки и больших средств, но поверьте, что даже на велосипеде и пешком можно путешествовать так далеко и так увлекательно, что нет нужды огорчаться, если у вас нет собственной лошади или собственного «Мерседеса». Главное – желание вырваться из привычного круга дел и забот, жажда приключений, а всё остальное лишь отговорки и всеобщая лень... Вот она – вечный персонаж нашего семейного бытия.

ЛЕНЬ. Сидите дома, лежите на диване, отдыхайте, отдыхайте...

СЫН. Я хочу в поход на велосипеде!

ЛЕНЬ. Это опасно, это вредно. Сиди дома. Не бегай, не прыгай, отдыхай, отдыхай.

Стремление к покою во многих людях не случайно, вспомните об энтропии. Напомню, что это такое, – один из важнейших законов физики: любое вещество со временем стремится к распаду, только живое борется со вторым законом термодинамики и побеждает, создавая новую жизнь и продлевая свою собственную. Могучая стихия Жизни может из пустыни сделать оазис, а из слабого болезненного ребёнка сотворить богатыря, но без воли к движению и развитию здесь не обойтись.

## **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.