





Сергей Степанов

**Что ОН имеет в виду, когда  
спрашивает: «Хочешь  
большой, но чистой любви?»»**

«Автор»



## Степанов С. С.

Что ОН имеет в виду, когда спрашивает: «Хочешь большой, но чистой любви?» / С. С. Степанов — «Автор»,

«Забавно было бы написать охотничьи рассказы от имени зайца», – записал однажды в своем дневнике французский писатель Жюль Ренар. Сverшилось! Опытный психолог и интересный мужчина Сергей Степанов, неоднократно побывав добычей прекрасных обольстительниц, решил поделиться впечатлениями и опытом, полученным во время нахождения «в плену» у представительниц слабого пола. Наблюдения и навыки, приобретенные «жертвой» сердеедок, очень ценны еще и потому, что профессиональному психологу-консультанту не раз приходилось выводить иную ретивую охотницу из тех дебрей, в которые она забредала, наслушавшись «полезных» советов из дамских журналов. У вас появилась прекрасная возможность узнать, где на самом деле находятся у мужчин наиболее уязвимые места, что действительно думают мужчины о женщинах, и освоить приемы, которые помогут вам всегда добиваться поставленной цели и легко ловить в свои сети самых прекрасных принцев.

© Степанов С. С.

© Автор



## Содержание

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| От автора                          | 5  |
| 5 иллюзий, навязанных женщинам...  | 7  |
| О подлинном счастье                | 9  |
| Старая дева или свободная женщина? | 14 |
| Конец ознакомительного фрагмента.  | 18 |



# **Сергей Степанов**

## **Что Он имеет в виду, когда спрашивает: «Хочешь большой, но чистой любви?»**

### **От автора**

Во всем мире неизменным успехом у читателей обоего пола пользуются два сорта книг. Первый – «Как стать богатым и счастливым» (как будто это одно и то же!), второй – «Как найти, обольстить и удержать мужчину (женщину) вашей мечты».

С первым сортом вроде бы все ясно. Миллионеры таких книг не читают, а неудачникам от них нет никакого прока. Потому что в этой области на каждый полезный совет нужно еще десяток персональных уточнений – как им воспользоваться в твоей конкретной жизненной ситуации. Польза от этих книг нулевая, а вред очевиден – они только распаляют амбиции и заставляют страдать от их несбыточности.

Второй сорт имеет тот же изъян и еще много других. Серьезный мужчина, который сумел найти настоящее счастье с любимой женщиной, ни с кем не станет делиться своим опытом. Хотя бы потому, что это было бы просто не по-мужски. К тому же он понимает – это его личный опыт, и не для каждого он будет поучителен. Руководства для мужчин обычно написаны самодовольными плейбоями, которые, несмотря на все словесные реверансы, женщин ни в грош не ставят. Их книги повествуют о том, как побыстрее добиться от капризных девиц того единственного, на что те только и пригодны. У любой уважающей себя женщины после прочтения пары страниц такой «литературы» появляется сильное желание вымыть руки (у уважающего себя мужчины, поверьте, тоже). И еще возникает мысль: «Ну и дураки же эти мужики, если верят в такой бред!»

Забавно, что та же самая женщина может вскоре с упоением зачитываться одним из пособий, которые для таких, как она, написаны корыстными искательницами приключений и повествуют о том, как заарканить дикого человеческого самца, а потом кнутом и пряником превратить его в послушную домашнюю скотинку. Бедная читательница даже не отдает себе отчета, что такая литература для нее не менее оскорбительна, потому что проводит обидную идею: «В этом и есть твое, глупая, единственное бабское счастье! Вцепляйся в него крепче и не выпускай!» Мужчины над этим чтивом могут вволю позабавиться, хотя к веселью порой примешивается обида: «За кого они нас держат?!» Утешает лишь то, что все такие откровения и рекомендации, так же как и советы для мужчин, высосаны из пальца и практически бесполезны. Тем не менее не переводятся желающие им следовать. Вот этих наивных охотниц и хотелось бы предостеречь от неизбежных разочарований.

Французский писатель Жюль Ренар в своем дневнике однажды записал: «Забавно было бы написать охотничьи рассказы от имени зайца». Нечто подобное я задумал сделать. Ибо в качестве дичи довелось побывать неоднократно, а потом в качестве психолога-консультанта еще и выводить иную ретивую охотницу из тех дебрей, в которых она заплуталась, наслушавшись «полезных» советов из дамских журналов. Так появилась моя первая книга о женщинах. Правда, предприимчивые издатели придумали ей слишком вызывающее название – «Голая правда о женщинах». Мне оно кажется не очень удачным, хотя книгу и раскупали хорошо. С той поры, как она увидела свет, мною на эту тему было написано еще несколько очерков, составлено несколько тестов. Ими я и дополнил «Голую правду», так что в результате получи-



лась новая книга, по объему почти вдвое больше первой. Так что даже те, кто прочитал первую и нашел ее небезынтересной, кое-что новое найдут и во второй.

Женщины совершенно справедливо полагают, что ни один мужчина просто в силу своей мужской природы не способен проникнуть в загадки женской души. Так оно и есть на самом деле. Тот, кто уверяет, будто «разбирается в женщинах», на самом деле может лишь похвастаться, что «разбирается» в тех двух-трех, ну пускай десяти-пятнадцати бедняжках, которых ему удалось уговорить. С другой стороны, женщине в силу своей женской природы так же очень трудно понять мужчину. И та, которая берется давать подругам советы по обхождению с нашим братом, на самом деле всего лишь делится собственным субъективным опытом стреноживания двух-трех (десяти-пятнадцати) жеребцов. А ведь большинство «полезных» советов даются женщинам именно женщинами. По-настоящему полезен тут мог бы быть именно мужской взгляд.

Эта книжка написана мною не для того, чтобы раскрыть какие-то мужские секреты. Просто потому, что никаких особых секретов у нашего брата нет. Вернее, то, что считается секретами, на самом деле настолько прозрачно, что любая неглупая женщина способна сама все эти «тайны» разгадать без посторонней помощи. Иное дело, что большинство и не пытаются сами что-то понять, разобраться, догадаться, а предпочитают мыслить шаблонами, стереотипами, почерпнутыми из «поучительной» литературы, из болтовни «опытных» подруг и т. д., и т. п. Вот эти-то непродуктивные, вредные стереотипы, которые можно даже назвать предрассудками, я хотел бы в своей книжке развенчать.

Идея ее примерно такая же: побудить читательниц отказаться от наивных иллюзий и вздорных амбиций, начать жить своим умом. Ведь порядок в голове – залог порядка во всех делах, как денежных, так и сердечных.



## 5 иллюзий, навязанных женщинам...

Испокон веку мужчины строили цивилизацию, основанную на их представлениях о благополучии, порядке и счастье. Женщин убеждали (а чаще – заставляли) вопреки их интересам принять эти представления. И надо признать, мужчины в этом изрядно преуспели. Сегодня многие представительницы прекрасной половины человечества даже не отдадут себе отчета, что живут иллюзиями, которые им навязала другая, не столь прекрасная, половина. И, добившись такого «счастья», которое придумали мужчины для своих подруг, многие женщины начинают недоумевать: неужели именно этого и хотелось от жизни? Первый шаг к подлинному счастью – освобождение от иллюзий, чуждых женской природе. А для этого в них надо сначала разобраться. Вот какие представления, по наблюдениям психологов, женщины неосмотрительно позаимствовали у мужчин.

### **Женщина может быть счастлива только...**

**...рядом с мужчиной.** На самом деле в первую очередь самому мужчине, чтобы почувствовать себя комфортно, необходимы женская ласка и забота. Без этого он либо «звереет», либо опускается. К тому же мужские амбиции требуют, чтобы рядом был кто-то, кто от него зависит. Иначе как почувствовать свою силу и достоинство? Умные женщины это понимают и тонко подыгрывают этим амбициям, стараясь не уязвить мужчину даже намеком на собственное превосходство. Женщины гораздо более самодостаточны, способны сами о себе позаботиться. Прекрасно, если рядом есть верный друг, на которого можно положиться. Но далеко не каждый мужчина способен составить женское счастье. При виде иного скорее думается: «Какое счастье, что я не с ним!» Чаще всего та, кто ожидает, что счастье ей подарит мужчина, рискует бесплодно прождать всю жизнь. Гораздо лучше чувствует себя та, чье счастье не зависит от прихотей мужчины и даже от самого его наличия.

**...если выглядит как супермодель.** По наблюдениям психологов, писанные красавицы, как правило, не чувствуют себя более счастливыми, чем их не столь яркие подруги. Большинство женщин относятся к ним ревниво и откровенно недолюбливают. Многие мужчины их просто побаиваются, опасаясь рядом с ними оказаться не на высоте. К тому же мужчины отказываются верить, что красота и ум могут ужиться в одном человеке. Зато они безотчетно приписывают красивым женщинам повышенную сексуальность и в этом плане бывают разочарованы тем, чем были бы вполне довольны с менее блистательной подругой. Естественно стремление женщины выглядеть привлекательно, но для этого вовсе не обязательно быть похожей на Памеллу Андерсон. Очаровательной может быть каждая, если умело использует свои индивидуальные достоинства.

**...если она молода.** На самом деле свои преимущества есть у любого возраста. Умные люди (а о других и заботиться не стоит) умеют ценить те достоинства, которые приходят с опытом. Молоденькими девчонками увлекаются только их неопытные сверстники да престарелые ловеласы: и те и другие опасаются, что опытная женщина невысоко их оценит. Стремление выглядеть моложе похвально, но особо усердствовать тут не стоит. Полюбуйтесь на старшеклассниц: как отчаянно они пытаются выглядеть старше!

**...если она не обременена деловыми заботами.** Как свидетельствуют социологические опросы, только женщины, занятые неквалифицированным трудом, видят свое счастье в праздности. Большинство женщин, занятых интересной творческой работой, указывают, что не оставили бы ее, даже если бы не нуждались в заработке. С другой стороны, специалистам известен своеобразный «невроз домохозяйки» – ощущение одиночества, подавленности, бессмысленности своей жизни. Так что если вам чего-то не хватает для счастья, то, может быть, интересного дела?



**...как заботливая мать замечательных детей.** Материнская роль органична для женщины, но она же часто загоняет ее в психологическую ловушку. Редко бывает счастлива та, кто «всю себя отдала детям», ибо дети не умеют оценить такую самоотверженность. К тому же дать детям что-то полезное можно лишь тогда, если у тебя есть что дать, если ты сама что-то собою представляешь. А для этого необходимо уделять внимание самосовершенствованию.



## О подлинном счастье

Быть женщиной – ужасно трудная задача, поскольку, решая ее, в основном приходится иметь дело с мужчинами – существами эгоистичными и скуповатыми. В день, который мужчины согласились считать Женским, они скрепя сердце изменяют своей натуре и проявляют невиданную щедрость: с улыбкой на устах желают женщинам счастья. Но при этом редко задумываются, в чем же состоит конкретный смысл их пожелания. А если и задумаются, то, не найдя ответа, успокаивают себя тем, что каждая женщина все равно понимает его по-своему. То есть, по сути дела, и в этот раз мужчины не изменяют себе, предоставляя женщине самой решать свои проблемы. И она с благодарностью принимает доброе пожелание, прекрасно понимая, что брошку или духи получит в подарок наверняка, а вот о счастье придется, скорее всего, позаботиться самой. Мужчина, конечно, в этом поможет, но много ли на свете мужчин, о которых хоть кто-то сказал: «Он подарил мне счастье...»

Если именно с таким мужчиной вам посчастливилось связать свою жизнь, то смело переворачивайте страницу, не читая. Все дальнейшие размышления психолога (да к тому же еще и мужчины, который наверняка уступает вашему избраннику по всем параметрам) для вас совершенно излишни. Но если вам, как и подавляющему большинству женщин (как, впрочем, и мужчин), чего-то для счастья не хватает...

Нет, не ищите тут готовых рецептов и рекомендаций! Потому что их просто не существует. Вернее, существует так много, что выбрать полную, исчерпывающую и надежную формулу лучше и не пытаться. А вот вместе подумать, чего же все-таки не хватает для счастья, – совсем бесполезно. Автор, конечно, типичный мужчина и большую часть ноши переложит на ваши хрупкие плечи. Но при этом с чисто мужской галантностью постарается взгромоздить груз поудобнее. А отсюда до решения остается всего несколько шагов. Правда, сделать их, как всегда, потребуется самой.

Для начала попробуем ответить на вопрос, кого можно считать счастливым?

Наверное того, кто:

- а) доволен собой;
- б) доволен, как протекает его жизнь (то есть человеку удастся то, чего он желает);
- в) доволен окружающими людьми.

Вероятно, примерив эту формулу на себя, трудно найти полное совпадение. И тому видится много причин.

Быть довольным собою вообще очень трудно, а для женщины – вдвойне. Сегодня благодаря гляцевым журналам, телевидению и видео создается впечатление, что мир просто перенаселен умницами и красавицами, супермоделями и кинозвездами. У них никогда не мнутся платья, не морщатся чулки и не сбивается прическа. С плакатов и экранов они расточают лучезарные улыбки. Еще бы – с такими фигурами, кавалерами и гонорарами... А чему тут улыбаться, если нос длинноват, ноги толстоваты, волосы секутся, да еще на губе выступила лихорадка! Эти стенания можно продолжать до бесконечности, но самое мудрое – вообще их не начинать. Всегда можно найти такой эталон, сравнение с которым повергнет вас в уныние. Только зачем это делать? У этой блистательной особы – своя жизнь (поверьте, не лишенная огорчений – иначе просто не бывает!), у вас – своя. И в своей собственной жизни именно вы выступаете точкой отсчета. Это не значит, что надо безоговорочно принять себя, любимую, со всеми недостатками. Самосовершенствование – прекраснейшее занятие. Но лишь в том случае, когда вам удастся встать на ступеньку выше своего собственного вчерашнего положения, а не приблизиться на йоту к какому-то постороннему идеалу. Боритесь со своими недостатками, совершенствуйте свою фигуру, старайтесь стать лучше и красивее. Только не пытайтесь стать кем-то другим – все равно не получится, да это и не нужно. Вряд ли вы были бы счастливы,



случись вам перевоплотиться в Клаудию Шиффер или Шарон Стоун. Кстати, рассказывают, что в Великобритании живет женщина, внешне удивительно похожая на Шарон Стоун, просто как близнец. Ее жизнь – настоящий кошмар, и она проклинает этот каприз природы, мечтая затеряться среди заурядных сверстниц. Наверное, счастье в том, чтобы на сто процентов быть самой собой.

На тему о том, как быть довольным своей жизнью, психологи исписали тонны бумаги. Но, пожалуй, никто не выразился точнее американского богослова Рейнгольда Нибура, молившего бога: «Дай мне душевный покой, чтобы переносить то, чего я не могу изменить, дай силы изменять то, что могу, и мудрость – чтобы отличать одно от другого». Перестаньте беспокоиться о том, что не в вашей власти. Поверьте: останется еще много всего такого, к чему следует приложить свои силы. Вот тут-то и развернитесь. Только не ставьте перед собой слишком грандиозных задач и не ждите их немедленного решения. Ропщет на жизнь, как правило, тот, кто требует от нее слишком многого. Подлинное счастье испытывают люди, стремящиеся к цели и верящие в возможность ее достижения. Само по себе достижение приносит пускай и сильную, но кратковременную радость. Будете ли вы счастливы, когда ничего больше не хочется? Поэтому, желая счастья, правильнее пожелать не того, чтобы исполнялись все желания, а того, чтобы они всегда были. И конечно, чтобы исполнялись... сменяя друг друга.

Наверное, самое трудное – быть довольной окружающими людьми. Увы, никто не совершенен, и люди порой раскрываются перед нами не самыми благовидными своими сторонами. Ну и не надо ждать от них совершенства. Вернее, надо понимать, чего же от них можно ждать, и не требовать большего. Если человек неприятен – зачем вообще с ним общаться? Если общение неизбежно, надо постараться, чтобы его неприятные свойства не оказались задействованы в этом общении. Сильнее всего в людях нас раздражает их неблагоприятное отношение к нам. Но тут мы склонны к преувеличению. Как правило, грубость, злость, агрессивность направлены не персонально на вас, а есть просто излияние накопившегося в душе человека раздражения от нерешенных личных проблем. Так что, если речь идет не о близком человеке, просто не превращайте чужие проблемы в свои. То, что кто-то недоволен своей жизнью, не должно быть помехой вашему душевному спокойствию.

Все сказанное в изрядной мере касается и мужчин, однако для женщин все же более важно. Ибо мужчина по натуре своей максималист, не склонный придавать большое значение подробностям. К тому же он более ориентирован на достижения. Череда жизненных целей естественным образом выстраивается на его пути, и их достижение приносит ему удовлетворение. Для мужчины испытать счастье – значит чего-то добиться. Женщине зачастую этого оказывается мало. Ощущение женского счастья складывается, как мозаика, из мельчайших подробностей, к большинству из которых мужчина равнодушен. Но в этом и уязвимость женщины, потому что не все мелкие подробности приятны. Более того – одна какая-то мелочь может послужить ложкой дегтя в бочке меда. Женская память обладает удивительной способностью, ухватившись за какое-то неприятное переживание, накручивать на него миллион похожих и непохожих прошлых огорчений. Неправда, что женщины расстраиваются по пустякам. Просто они умеют из пустяка, как из снежка величиной с кулак, вылепить огромный ком, который растопить очень трудно. Зная за собой эту особенность (поверьте: весьма распространенную), сделайте своим девизом: «Если есть повод для огорчения – стоит огорчаться только по этому поводу». Всячески пресекайте поток побочных ассоциаций. И вы убедитесь, что на самом деле огорчений в жизни совсем немного.

Но цепкость женской памяти может быть обращена и во благо, чем большинство женщин, к сожалению, совсем не пользуются. Попробуйте наоборот: вместо того чтобы слепить ком обид, старайтесь на любую, самую маленькую радость нанизать еще одну родственную ассоциацию. Проще говоря – побольше думайте о приятном. Ведь недаром сказал кто-то из древних: «Наша жизнь – это то, что мы о ней думаем». Так отчего же нам не жить счастливо?



## **Тест: счастливая женщина**

Счастье, увы, понятие абстрактное, если не сказать – эфемерное. Мы всегда ясно чувствуем, когда несчастливы, знакомы нам и мгновения радости. Но на вопрос, счастливы ли вы, большинство затрудняется ответить определенно. Психологами разработан тест, с помощью которого, если, конечно, отвечать честно, каждая женщина сможет выяснить, счастливый ли она по натуре человек или не очень. Из предлагаемых вариантов ответа надо выбрать один, наиболее вам подходящий.

### **1. Вы имеете возможность выбрать себе работу. Какой вариант вы предпочтете?**

- а) работу в какой-либо престижной сфере, где я всегда на виду, а блага и почести сыплются как из рога изобилия;
- б) трудную работу, успешное выполнение которой сулит взлет карьеры;
- в) работу, которая мне по силам и которая полностью соответствует моим интересам и способностям;
- г) относительно скромный пост, который, однако, позволит мне работать в тесном контакте с влиятельными и неординарными людьми.

### **2. Нравится ли вам помогать людям?**

- а) да, мне приятно быть полезной другим, я редко отказываюсь, когда меня просят о помощи;
- б) не могу сказать, что мне это нравится, однако я всегда помогаю людям, если чувствую, что обязана это сделать;
- в) готова помочь, если мне самой это не доставляет неудобств;
- г) люблю помогать близким людям, но абстрактный гуманизм мне чужд.

### **3. Бывают ли у вас ситуации, когда вам необходимо побыть абсолютно одной?**

- а) да, когда я одна – это самое спокойное для меня время, самые лучшие мысли приходят ко мне именно в одиночестве;
- б) нет, я слишком люблю общество, мне нравится, когда вокруг меня много народа;
- в) я могу побыть и одна, но не могу сказать, что мне это жизненно необходимо;
- г) если меня окружают нудные и неинтересные люди, мне хочется одиночества, но если вокруг симпатичные люди, то я и не думаю о нем.

### **4. Какого мужчину вы менее всего хотели бы видеть рядом с собой?**

- а) претенциозного, кичливого мужчину, к месту и не к месту упоминающего свои заслуги и важные знакомства;
- б) плохо воспитанного буяна, который вечно задирается;
- в) человека, который любит показать свое превосходство над более слабыми;
- г) ворчливого, самоуверенного, но ничтожного.

### **5. Представьте себе, что вам предложили работу, о которой только можно мечтать, но вы-то прекрасно знаете, что ее не заслуживаете (например, главную роль в фильме, должность министра или президента крупной компании). Ваша реакция?**

- а) обязательно приму предложение. Справлюсь я или нет, но это же возможность, которая никогда не повторится;
- б) откажусь. Зачем менять свою жизнь ради того, чтобы побыть калифом на час;



- в) соглашусь, если у меня есть хоть минимальный шанс достичь на новом поприще успеха, а если почувствую, что абсолютно неспособна, – откажусь;
- г) если работодатель будет настаивать, то в конце концов приму предложение.

**6. Вы собираетесь поехать в отпуск за границу и вдруг узнаете, что страна, куда вы едете, охвачена волнениями, там произошло стихийное бедствие, государственный переворот и т. п. Сдадите ли вы билеты?**

- а) конечно, нет. Это звучит так романтично!
- б) меня это несколько беспокоит, но, скорее всего, менять своих планов не буду;
- в) внимательно изучу этот вопрос (средства массовой информации, официальные источники, мнение знакомых). Если реальная опасность невелика, то поеду;
- г) кому нужны неприятности во время отпуска? Конечно, не поеду.

**7. Вас несправедливо обидели. Как долго вы будете сердиться?**

- а) довольно долго: я не могу легко простить плохого обращения с собой;
- б) и не подумаю сердиться. Несправедливо обижают других люди ущербные, их стоит лишь пожалеть;
- в) недолго. Я, бывает, разозлюсь, но зла не таю;
- г) не буду долго сердиться, просто перестану общаться с этим человеком.

**8. Из следующего перечня выберите три качества, которые вы находите наиболее привлекательными в мужчине. Итак, ваш избранник должен быть:**

- а) очень красивым внешне;
- б) богатым и влиятельным;
- в) умным, хорошо образованным;
- г) общительным, разделяющим ваши интересы;
- д) популярным и принятым в обществе;
- е) сексуальным, отличным любовником;
- ж) забавным и остроумным;
- з) добрым, мягким, понимающим;
- и) артистичной натурой и чувствительным человеком;
- к) сильным человеком, лидером.

**9. Общительный ли вы человек? Какое из следующих утверждений лучше всего характеризует отношения между вами и обществом?**

- а) я очень строго отношусь к выбору друзей и опираюсь в жизни на узкий круг близких, проверенных временем друзей;
- б) я очень активна, у меня буквально сотни знакомых;
- в) у меня много друзей и знакомых, но я не общаюсь со всеми постоянно. Чаще всего я общаюсь с теми, кто живет ближе или кто сам заходит ко мне;
- г) мои друзья – единая группа, где каждый дружит с каждым, и видимся мы довольно часто.

**10. Последний вопрос – самый сложный, но постарайтесь ответить на него. Ваши ощущения от ситуации прямо сейчас. Как обстоят у вас дела на личном, семейном, служебном уровне? Каковы перспективы?**

- а) дела – лучше не бывает. Все идет хорошо, и будущее тоже представляется прекрасным;
- б) все очень хорошо. Возможно, ситуация и не сказочная, но все в порядке, а дальше будет еще лучше;



в) можно сказать, что хорошо, но мне этого недостаточно. Я буду бороться за лучшее будущее;

г) иногда все хорошо, иногда плохо. В данную минуту не могу сформулировать свой ответ.

Теперь сравните ваши ответы со «счастливыми». За каждое совпадение – 1 балл. Счастливые ответы: 1 г, 2 в, 3 в, 4 в, 5 в, 6 б, 7 в, 8 г, 9 в, 10 б.

По наблюдениям психологов, счастливая женщина:

любит заниматься полезной, продуктивной деятельностью, полностью используя свои возможности (1, 5);

стремится помогать людям, но без самопожертвования (2);

является как бы самодостаточной: ее не тяготит одиночество, она уверенно чувствует себя в любой компании (3, 9);

терпима к небольшим слабостям, но не переносит жестокости и несправедливости (4);

без лишних предрассудков (5); не любит заострять внимание на своих и чужих негативных эмоциях (7);

уверенно чувствует себя в рискованной ситуации (6);

выбирая себе пару, ищет мужчину, равного себе, не падка на богатство и блеск (8);

наконец, у счастливой женщины должно быть ощущение, что все хорошо, но, если приложить старание, будет еще лучше (10).

Если вы набрали свыше 6 баллов (чем больше, тем лучше), то вы – счастливый человек по самой своей природе. Хотя и у вас бывают огорчения, они не мешают вам любить жизнь и наслаждаться жизнью. А вот если набралось меньше 6 баллов, впору задуматься: не слишком ли вы пассивны перед лицом тревог, огорчений и обид?



## Старая дева или свободная женщина?

Широко бытует мнение, что главная задача любой женщины – создать семью, то есть выйти замуж и родить ребенка. Достижению этой цели она посвящает лучшие годы своей жизни – выбрав достойного партнера, всеми средствами стремится отвести его в загс. Мужчина, напротив, не расположен связывать себя лишними обязательствами, взваливать на себя груз семейных забот, а потому стремится получить от женщины (предпочтительно – не одной) максимум плотских радостей, обходя загс стороной. Соответственно и отношение к одиноким людям зрелого возраста – мужчина считается свободным (он своей цели достиг), женщина – невестребованной (ей добиться своего не удалось). Общественное мнение удивительно лояльно к холостякам, но презрительно нетерпимо к «старым девам».

Те мужчины и женщины, которые разделяют это убеждение, на самом деле впадают в наивную иллюзию. Так уж традиционно повелось, что в браке мужчина приобретает гораздо меньше обязанностей и забот, чем женщина. Наоборот, его жизнь становится более упорядоченной, ухоженной, в целом более благополучной. Неудивительно, что женатые мужчины болеют значительно меньше холостяков, и живут в среднем на несколько лет дольше. А стоит присмотреться к иному «вольному стрелку», лишенному женской заботы, так проникаешься к нему не столько завистью, сколько сочувствием – не так уж сладко его одинокое жите-бытье.

Если женщина тяготится своим одиночеством, то в первую очередь – под давлением общественного мнения, потому что на самом деле этот груз для нее легче, чем супружество. Когда говорят, что семейная жизнь – залог здоровья, счастья и благополучия, это касается прежде всего мужчин. Женская судьба, похоже, складывается по совсем иным законам.

В последние десятилетия в Европе и США проводятся масштабные исследования продолжительности жизни, физического и психического здоровья населения. Результаты исследований в самых разных странах поразительно совпадают в том, что здоровье замужних женщин значительно хуже, чем у тех, кто никогда не состоял в браке либо разведен.

Сегодня каждому известно, что женщины живут дольше мужчин: в большинстве стран – на семь-девять лет, в некоторых – даже на десять-одиннадцать. Но когда ученые подсчитали продолжительность жизни не прекрасного пола вообще, а только замужних женщин, результаты их поразили: оказалось, что они-то живут всего на пару лет дольше мужчин, а вот незамужние – в среднем на 13 лет! Это благодаря им, незамужним, и создается такой разрыв между продолжительностью жизни мужчин и женщин.

Но этим дело не ограничивается. Известно, что от десяти до пятнадцати процентов жителей развитых стран страдают тревожными или депрессивными расстройствами такого уровня, при котором требуется помощь специалиста-психотерапевта. Известно также, что женщины страдают от таких нервно-психических нарушений вдвое чаще, чем мужчины: во всем мире до 70 % клиентов психотерапевтов составляют женщины. Но какие женщины? По данным статистики, из ста замужних в психотерапевтической помощи нуждаются 17 женщин, из ста незамужних – от силы три-четыре.

Сенсационным оказалось недавнее исследование английского врача Р. Харви: он обнаружил, что 93 % транквилизаторов и 97 % антидепрессантов, приобретаемых женщинами, потребляют именно замужние англичанки. А ведь в браке состоят только 65 % жительниц туманного Альбиона!

В прежние времена казался не подлежащим сомнению аргумент, что лишь супружество может обеспечить женщине регулярную и полноценную интимную жизнь, а незамужние вынуждены хранить унылое воздержание или довольствоваться эпизодическими связями. Недавно французские психологи М. Лерой и Д. Рю сравнили интимную жизнь 150 замужних парижанок и 150 формально одиноких. Результат сравнения оказался не в пользу замужних:



для них секс занимает менее 5 минут в неделю, тогда как «одинокие» предаются этому упоительному занятию вдвое дольше. Причем в первой группе свыше трети женщин жаловались на проблемы с оргазмом, а во второй таких едва набралось 10 %.

Но этим исследования не ограничились. Были тщательно изучены две большие группы замужних женщин. Одну группу составляли работающие жены, другую – домохозяйки, то есть тоже работающие, но не на предприятиях и в учреждениях, а дома. Ведь домашнее хозяйство и воспитание детей – тоже работа, и нелегкая. А ею как в России, так и в якобы цивилизованных странах Запада занимаются преимущественно женщины.

Выяснилось, что женщины из второй группы страдают нервно-психическими расстройствами в четыре раза чаще, чем из первой. Особенно распространенными у женщин второй группы оказались различные невротические страхи (фобии), а также расстройства сна и депрессии. Выходит, что домашний очаг – самое вредное производство!

Психологи давно заметили, что жены, работающие только дома, оказываются лишены той психологической поддержки, тех возможностей повышения самооценки, которые дает профессиональная деятельность, общение с коллегами. Эти жены оказываются материально, а главное – психологически зависимы от своих мужей, которые этим нередко злоупотребляют. В результате возникает своеобразный «синдром домохозяйки» – сочетание подавленности, тревожности, неуверенности в себе. Некоторым женам, страдающим этим синдромом, специалисты даже рекомендуют всерьез задуматься о разводе во избежание более тяжелой патологии.

Публикации всех этих данных в специальных журналах произвели настоящую сенсацию. А тем психологам и публицистам, которые десятилетиями расписывали ужасы женского одиночества и прелести семейной жизни, пришлось приумолкнуть и задуматься.

Сегодня большинству специалистов ясно, что многим чувствительным и ранимым женщинам замужество не под силу, оно разрушительно для их организма и психики. Для некоторых гораздо предпочтительнее длительный роман, «гостевой брак» и иные подобные формы отношений, еще недавно считавшиеся аморальными, а ныне находящие все больше приверженцев. Это явление наблюдается по всему миру, представляет собой новую реальность, и от этой реальности никуда не денешься. Те, кого в дофеминистскую эпоху полупрезрительно-полусочувственно называли старыми девами, вдруг начали открывать для себя непреходящую прелесть независимой жизни.

Социологов это явление настолько озадачило, что они даже предприняли попытки его исследовать на высоком научном уровне. И в результате пришли к выводу, что современные «холостячки» делятся на две основные категории. Первая – «суперзанятые» – карьеристки всех профилей, от науки и искусства до бизнеса. Для таких дом – всего лишь почтовый адрес. Вторая категория – это те, для которых дом, наоборот, что-то вроде тихой пристани посреди житейского моря, это уголок, который надо оберегать от посторонних. Для тех и других на первом месте покой – свой собственный, так, как он ими понимается, – и возможность более полной самореализации. Как правило, у таких женщин есть партнеры, столь же одинокие и независимые, способные понять и принять желание женщины быть одной.

Разумеется, существуют и те, у кого просто «не сложилось». Посочувствовать им или позавидовать?

Рассказывают, что в давние времена к Сократу обратился за советом один из его учеников – жениться ему или нет? На это мудрец ответил: «Поступай как знаешь – все равно потом будешь жалеть». То же, наверное, можно сказать и про замужество.

### **Тест: всерьез или понарошку?**

Если вы живете в гражданском («гостевом» и т. п.) браке или не исключаете для себя такую возможность, впору задуматься, насколько такой образ жизни соответствует вашей



натуре и какие перспективы у вас впереди. Постарайтесь честно ответить на вопросы данного теста. Это поможет вам лучше понять свои жизненные установки и их возможные последствия.

**У своих родителей вы были...**

- А. Старшим ребенком
- Б. Единственным ребенком
- В. Средним ребенком в многодетной семье
- Г. Младшим

**Хотели бы вы, чтобы ваши отношения с партнером в принципе складывались так, как у ваших родителей?**

- А. Лучше всего жить по-своему
- Б. Ни в коем случае, только не это!
- В. Вряд ли такое возможно, ведь мы живем в другое время
- Г. Да, мои родители – достойный пример для подражания

**Какие качества вы особенно цените в партнере?** (выберите один, самый предпочтительный вариант ответа)

- А. Уверенность в себе, независимость суждений, самодостаточность
- Б. Незаурядные сексуальные достоинства
- В. Хороший характер, порядочность, преданность
- Г. Способность к пониманию, сопереживанию, умение слушать и находить общий язык

**Считаете ли вы, что партнеров должны связывать общие интересы, вкусы и пристрастия?**

- А. Лучше даже наоборот – когда сходятся совсем непохожие люди
- Б. Не обязательно
- В. Главное – общие жизненные ценности, а вкусы могут и различаться
- Г. Да, это очень желательно

**Какие ваши достоинства, как вам кажется, больше всего ценит ваш партнер?**

- А. Самостоятельность
- Б. Особые достоинства и умения, которые проявляются в интимной сфере
- В. Яркий ум, умение решать деловые и житейские проблемы
- Г. Хороший характер

**Каким, по-вашему, должно быть справедливое распределение домашних обязанностей?**

- А. Быт – нудная рутина, чем меньше оба партнера уделяют ему внимания, тем лучше для их отношений
- Б. Каждый делает то, что может и что хочет
- В. Это зависит от конкретных людей, надо просто прийти к взаимно приемлемому соглашению
- Г. Готова взять на себя большую часть бытовых забот, чтобы дать партнеру возможность творческой, профессиональной самореализации

**Как вы относитесь к перспективе рождения общего ребенка?**

- А. Пока не время об этом думать
- Б. Это исключено, лишняя обуза абсолютно ни к чему



В. В принципе, почему бы и нет?

Г. Порою подумываю, что это было бы здорово

**Случались ли в вашем роду (у родителей, близких родственников) разводы?**

А. Да, и это научило меня держаться настороже

Б. Родители так и не решились развестись, а похоже – зря, только отравили жизнь себе и мне

В. Да, как и у многих – это ведь обычное явление

Г. Нет, родители прожили жизнь в единственном браке, да и у родственников разводов не припомню

**Как скажется на ваших отношениях резкое ухудшение здоровья или финансового положения партнера?**

А. Боюсь, что это может испортить отношения и заставит расстаться с ним

Б. Не собираюсь нянчиться с инвалидом или неудачником

В. Проблемы близких людей – общие, и решать их постараемся сообща



## **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.