

ПАВЕЛ ЭРЗЯЙКИН

СУПРУЖЕСТВО
КАК
ПАРТНЕРСТВО



РИПОЛ
КЛАССИК

МОСКВА

УДК 159.922.1
ББК 88.5
Э76

Эрзяйкин, Павел

Э76 Супружество как партнерство / П. Эрзяйкин. —
М. : РИПОЛ классик, 2017. — 194 с. : ил.

ISBN 978-5-521-75870-8

В супружество каждый вкладывает свой смысл. Для кого-то это способ существования, привычный и удобный, как старые тапочки: вот мой дом, вот моя жена, вот мои дети, а вот и мой обожаемый диван, дотащиться до которого — предел мечтаний. Для других — это сознательно выбранная жизнь рядом с любимым человеком. Правда, есть и такие, кто считает, что супружество — это конец любви, но так говорят неисправимые циники, которые к концу жизни, как правило, остаются у разбитого корыта. Чтобы сохранить свой брак, автор этой книги предлагает относиться к супруеству как к партнерству. Как к своего рода игре, в которой у каждого есть своя роль. Однако эта роль не единственная, предупреждает он, и не факт, что главная.

УДК 159.922.1
ББК 88.5

ISBN 978-5-521-75870-8

© Эрзяйкин П.А., 2017
© Капустин С. А.,
иллюстрации, 2017
© Издание, оформление.
ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2017

Предисловие

Здравствуйте, дорогие читатели! Вы держите в руках книгу, которая родилась исключительно благодаря вам. Благодаря вашим историям и опыту, вашим семейным проблемам, горестям и радостям у меня сначала появилась авторская программа «Супружество как партнерство», а затем и желание перенести на бумагу накопившиеся знания об отношениях между людьми.

Вступая в брак, многие остаются личностями незрелыми, поэтому, вместо того чтобы относиться к супружеству как к взаимной партнерской игре, воспринимают его как некую повинность, как подвиг, совершаемый непонятно ради чего. Мне бы хотелось научить людей в этом мире искренне любить и заботиться друг о друге.

Эта книга адресована тем, кому тесны строгие социальные рамки. Тем, кто хотя и живет, следуя стереотипам, но чувствует, что в жизни есть нечто большее — загадочное, таинственное, прекрасное. Я очень хочу помочь таким людям обрести себя. Причем принципы, о которых здесь пойдет речь, применимы не только в отношениях между мужем и женой. Будучи универсальными, они помогут, к примеру, наладить связи между родителем и ребенком, партнерами по бизнесу и т. д.

Хочу поблагодарить свою первую супругу Елену за тот бесценный опыт, который я получил за время совместной жизни с ней. Во время наших конфликтов и ссор мне часто бывало обидно и непонятно, почему так происходит. Но если бы я тогда не прожил с этим человеком 10 лет, то никогда не стал бы тем, кто я есть сейчас. Кланяюсь ей за то, что она позволила мне обрести видение и окрепнуть как личность.

Мой второй брак, с Ольгой, вышел по-настоящему партнерским. Правда, в один момент наша жизнь начала напоминать мне мой предыдущий брак, но я вовремя избавился от контроля, и наша жизнь превратилась в рай с тотальным принятием, заботой и уважением. Благодарю Ольгу за это прекрасное партнерство.

Также в этой книге я хотел бы донести до читателей, что если в браке закончилась игра — то это тоже нормально. И оправдывать отсутствие партнерства, терпеть и обманывать друг друга нет никакого смысла, потому что жизнь у нас одна и не стоит тратить ее на страдания. Если в отношениях нет развития, участия, интереса, выбирайтесь из этого болота и идите навстречу новому счастью.

Я хочу сказать спасибо всем моим клиентам, которые доверяли мне свои истории, начиная с далекого 1991 года. Теперь ко мне за советом обращаются дети некоторых из них, и это очень приятно.

Отдельная благодарность студентам, обучающимся на моих программах, за то, что они выбирают рисковать, а не тормозить. Управлять своей жизнью, а не ждать манны небесной. Они принимают вызов быть авторами своей жизни, и их опыт обогащает меня.

Также моя горячая благодарность — тем великим людям, у которых я учился. И даже тем уникальным местам, в которых я побывал и которые заставляли меня остановиться, задуматься и открыть в себе что-то новое.

Отдельное спасибо Центру новых возможностей, сотрудники которого всегда поддерживали мои начинания, вдохновляли и радовали меня.

Также благодарю за помощь в создании этой книги и искренний интерес к теме Надежду Шинкаревскую, которая собрала мои мысли воедино и помогла красиво их оформить.

Приятного прочтения!

Глава 1

Контекст, в котором мы живем

Семейная жизнь — это игра

«Супружество как партнерство» — это книга о семейной жизни, которую можно прожить играючи, легко и радостно. Для крепкого союза у супругов должна быть общая цель, объединяющая их и вдохновляющая на счастье. Но найти такую цель, ради которой стоит идти по жизни вместе, не всегда получается с первого раза.

В качестве примера можно привести известную многим кривую Гаусса, которая представляет собой такое математическое понятие, как нормальное распределение. Если бизнес начинается с инвестиций, то отношения между мужчиной и женщиной формируются в период ухаживаний, затем

идет медовый месяц, а его неизменно сменяет стабильзация — точно так же, как и в бизнесе. Цель достигнута, оружие сложено, и рано или поздно начинается деградация — абсолютно естественный процесс, характерный как для семейных отношений, так и для взаимоотношений в различных коллективах. Сначала мы завоевываем друг друга, страсти накалены, и нам хочется проводить с партнером каждую секунду своей жизни. Когда эмоции утихают, мы смотрим на того, кто рядом с нами, совсем другими глазами. Так происходит и в быту — сначала мы слушаем новую песню взхлеб, и она нам нравится, мы готовы прокручивать ее снова и снова. Но постепенно мелодия приедается, и через какое-то время нас от нее начинает тошнить. Если в партнерстве мы достигли какой-то определенной цели, а новой не наметили, то союза уже нет, закончился. Почему же так происходит?

А дело все в том, что когда человеку необходимо достичь цели, он меняется: он готов к любым поступкам, он не боится любых препятствий, лишь бы добиться внимания партнера. Адреналин зашкаливает, драйв, азарт, кураж! Мысли и желания любимого человека с лету угадываются, и кажется, что такая идиллия навсегда.

Когда цель достигнута (партнер завоеван), наступает новый период в отношениях, новое ощущение — «мы вместе». И если в этот момент не будет поставлена следующая цель, то в скором времени совместная жизнь обрстет массой проблем и станет настоящей обузой. Люди могут жить вместе достаточно долго — пять, десять, пятнадцать лет, — но их семейная жизнь будет сродни болоту. Рано или поздно одному из партнеров начнет казаться, что он выплачивает алименты тому периоду своей жизни, когда рискнул соединить себя узам с своей «половиной».

Выход из этой ситуации есть, и он очень простой. Когда вы почувствуете, что один этап игры под названием «совместная жизнь» подходит к концу, начинайте следующий. Если новых смыслов нет (новые цели не поставлены), вы будете платить по счетам своей молодости и наивности, а значит, ваша семейная жизнь покроется пылью, и взаимное раздражение очень быстро перерастет во взаимные обвинения.

Книга, которую вы держите в руках, о том, как сделать семейную жизнь увлекательной игрой, в которой оба партнера чувствуют себя естественно, реализуют все свои таланты и ощущают себя счастливыми. Она о том, что супружество — это

вовсе не рутина, отягощающая существование грузом забот, а гармоничное партнерство, вдохновляющее и придающее силы.

Социальные роли: вся жизнь — театр

У многих из нас есть ошибочное представление о том, что если мы успешны на работе, состоялись как специалисты, доказали свой профессиональный авторитет, то и дома нас автоматически должны уважать, холить и лелеять. Но на самом деле совершенно не важно, каких высот человек достиг на службе, какие медали завоевал, на какую ступеньку пьедестала почета взобрался, одновременно с этим он может не реализоваться как муж или как отец.

Именно по этой причине бесполезно требовать от партнера уважения и доверия к себе, любимому, — и то, и другое можно только заслужить. В жизни любого человека существует множество социальных ролей, которые он меняет в зависимости от ситуации, и каждый раз игра идет на каком-то поле. Мы сами когда-то выбрали эти роли и теперь пытаемся подобрать к каждой из них свой набор поведенческих тактик. Например,