Автор: mariahmerritt
04.01.2014 18:15 -

# Как избежать ссор с любимым?

Ну кто из нас не помнит случаев из жизни, когда ссора с любимым, начатая из-за сущего пустяка, постепенно перерастает в настоящий скандал? И вот уже в лицо друг другу летят оскорбления, а вместе с ними и попавшаяся под руку посуда. Страсти накаляются, хлопает входная дверь за разъярённым супругом, а вы остаётесь одна в квартире. На душе гадко и мрачно, вам жалко себя, жалко стынущий на кухне ужин, который с таким старанием готовили для любимого мужчины. Вы без сил опускаетесь в кресло (можно прямо на пол, какая теперь разница, где сидеть?!), и хлюпая носом, думаете: «Что же я сделала не так?».

Очень плохо, что в нашем обществе не принято готовить девушек к замужеству с самого детства, как это делают мамы в некоторых странах.

Я вспоминаю себя на пороге супружеской жизни: что я знала о психологии отношений женщины и мужчины? А об интимных отношениях и говорить нечего... Думаю, что современная молодёжь не сильно продвинулась вперёд в этом направлении. Стали более развязными, осведомлёнными в вопросах техники секса, хорошо, что любая литература на такую тему более чем доступна. Вывод: браки непрочные, легко знакомятся, ложатся в постель, бравируют количеством партнёров, легко расстаются, оставляя после своей мимолётной связи невинные плоды любви, которыми пополняются детские дома.

Я бы открыла школу, где можно было учиться взаимоотношениям между супругами и просто между людьми. Моя мудрая бабушка учила меня простым правилам, которых должна придерживаться женщина, если хочет сохранить уважение окружающих, мир в семье и любовь мужа.

**Правило первое:** «Накорми мужа (сына), а потом решай все проблемы». Как часто этого простого правила многие женщины не придерживаются.

Вспоминаю случай из жизни. Суббота, утро. Семья из четырёх человек: отец, мать, двое довольно взрослых сыновей. Все пробудились и дружно высыпали на кухню. Мамаша тут же даёт задание всем: пылесосить, трясти, идти в магазин… Потом находится ещё

множество мелких полезных и бесполезных поручений. Мужчины выполняют просьбы, стараясь напомнить о своих урчащих желудках. Мамаша пеняет на то, что чистота главнее в доме, а она устала всё делать одна за всех… К обеду обедом ещё и не пахнет, а мужички теряют терпение, огрызаются, хватают и тащат в рот, что под руку попадётся. Скандальчик не заставляет себя ждать. Все разбежались кто куда, а мамаша с мигренью валится на диван и обвиняет во всех смертных грехах своих неблагодарных мужчин… А ведь скандала можно было запросто избежать, если бы она всех накормила завтраком.

**Правило второе.** «Не можешь себя сдержать – набери в рот воды». Не удивляйтесь, пожалуйста, а попробуйте хотя бы ради смеха этот простой и древний способ испытать на себе, когда вы не в состоянии сдерживаться от гнева.
…В определённый момент вы начинаете испытывать острое недовольство мужем (сыном, подругой…), чувствуете в себе злость, раздражение, но не спешите вылить своё настроение на голову своим близким, пусть даже они и неправы. Наберите в рот воды и держите. Глотать и выплевывать нельзя  минут пятнадцать. Вы почувствуете, что начинаете успокаиваться, а окружающие, видя ваше молчание, потеряют к вам интерес. Глядишь, и ссориться уже незачем.

С детства и  до сей поры у меня есть друг в мужском обличье. Мы дружим семьями. Невозможно выразить словами способность моего приятеля заводиться с полуоборота. В детстве  частенько доходило до драки между нами. А когда повзрослели, нам одно время казалось, что у нас любовь, но дело до свадьбы не дошло, так как мы не могли мирно существовать – ни дня.
Шло время. Мы обзавелись семьями. Но дружить не перестали. У жены моего друга, Светланы, я многому научилась. Она никогда не ругалась с мужем. Если  тот заводился и орал как бешенный, жена спокойно молчала. Иногда я пыталась защищать Свету, но она рассудительно мне говорила: «Оставь его, не связывайся, сейчас поорет, пар выпустит и будет всё нормально». Так оно и было. Брак моего друга оказался счастливым, они живут и поныне, серебряную свадьбу справили, внуков нянчат. А строптивый, вспыльчивый друг с годами стал намного спокойней и рассудительней.

**Правило третье:** «Никогда не обзывайте, не материте друг друга». Плохие слова пагубно влияют на вашу защитную оболочку – ауру, разрывают её, открывая путь болезням и невзгодам.

Попробуйте придерживаться в жизни этих трёх простых правил: с мужем и детьми проблем будет намного меньше, на работе вас будут ценить за уравновешенный характер, а друзья уважать и любить.
Не верите? Попробуйте! И пусть спокойствие поселится в вашей душе и в окружающем вас мире. Да будет так!

Автор - **Элла Ольха**
Источник