

ГИЛА МАНОЛСОН

Автор книги Волшебное Прикосновение

ОТ УМА К
СЕРДЦУ

ЧТО ТЕБЕ НАДО ЗНАТЬ
ДО ЗНАКОМСТВА И БРАКА

16+

Ги́ла Ма́нолсон

От ума к сердцу: Что тебе надо знать до знакомства и брака

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=23268248

SelfPub; 2019

Аннотация

Покончи со страданиями, поставь точку неудавшимся отношениям! Узнай, как найти своего спутника жизни и как построить прочные и счастливые отношения. Сведи риск развода своего будущего брака к нулю. Эта книга раскроет тебе тайны еврейской мудрости, как подготовить себя к браку и как сделать правильный выбор для создания прочной и счастливой семьи. Ги́ла Ма́нолсон – консультант по семейным отношениям в еврейском обществе, участвует в многочисленных программах по семейным отношениям в качестве преподавателя и является популярным лектором в Израиле и за рубежом.

Содержание

*	5
*	7
Предисловие автора	8
Введение	10
ЧАСТЬ 1.	12
*	12
Глава 1.	13
ЧАСТЬ 2.	32
*	32
Глава 2.	34
Глава 3.	58
ЧАСТЬ 3.	74
*	74
Глава 4.	75
Глава 5.	92
ЧАСТЬ 4.	116
*	116
Глава 6.	117
Глава 7.	145
ЧАСТЬ 5.	170
*	170
Глава 8.	171
Глава 9.	176

Заключительное слово

186

Об авторе

189



Gila Manolson

Head to Heart:

What should you know before Dating and Marriage

Jerusalem

2003

Ги́ла Ма́нолсон

От ума к сердцу:

Что тебе надо знать до знакомства и брака

Перевел Гедалия Спинадель

Художник: Аня Лихтикман

Иерусалим

2007

Никакая часть данной публикации не может быть воспроизведена, переведена, сохранена в информационно-поисковой системе или передана в любой форме и любыми средствами, включая электронные, механические ксерокопирования, записи или иным образом, без предварительного письменного разрешения издателя.

© Все права защищены



*Моему мужу
Аврааму,
за создание нашего благодатного брака*

Предисловие автора

Меня часто спрашивают: «Что тебя побуждает писать»? Ответ простой: разочарование. Когда у меня есть, что сказать людям, чтобы они больше получили от жизни, я расстраиваюсь, потому что не могу это сказать каждому, и тогда пишу книгу.

От ума к сердцу дает практический и философский совет как подготовиться к знакомству и браку. По этому поводу уже существуют замечательные книги, и я очень рекомендую вам их почитать. Цель этой книги – добавить к обсуждению некоторые важные пропущенные моменты.

От ума к сердцу, как и мои предыдущие книги: *Магическое прикосновение* и *Снаружи/Внутри* обращены ко всем людям, независимо от того выросли они в соблюдающей семье, приняли соблюдение традиции недавно или только сейчас. Все найдут здесь важные и исполнимые на практике советы, не противоречащие здравому смыслу. Хотя некоторые из них чисто еврейские, большая часть основана на практической мудрости и принятых принципах психологии. Но при этом все сказанное в книге согласуется с философией Торы.

Еще одно отличие этой книги от двух прежних. Те посвящены одной теме (отсутствие физических контактов до свадьбы и определение себя по своей внутренней стороне), а эта

разбирает много взаимосвязанных вопросов. Часть первая разъясняет, зачем встречаются до свадьбы. Вторая часть занята личностным ростом. Третья проливает свет на любовь, брак и еврейскую женственность. Четвертая рассказывает о практических аспектах предсвадебных знакомств, и пятая касается галахических (законодательных) вопросов, связанных с брачной жизнью. Хотя некоторые главы будут для вас важнее других, все они основополагающие. А кроме идей я представляю в книге факты, полученные от консультантов, психотерапевтов, раввинов, социальных работников, педагогов, сватов и членов раввинских судов. Что касается законов, их проверяли два авторитета, рав Ицхак Беркович и рав Зеев Лефф.

Но цель моя, как и прежде, дать вам больше еврейской мудрости для жизни. Независимо от вашего прежнего опыта эта книга поможет вам жить лучше, полнее и радостнее благодаря знаниям, полученным до начала знакомств и свадьбы.

Ги́ла Манолсон

Иерусалим

Введение

В браке всегда есть сюрпризы. Одни приятные, другие нет. Эта книга написана, чтобы у вас было больше приятных сюрпризов и меньше неприятных. Конкретнее, она стремится помочь вам заключить брак наиболее удачный, чтобы осуществить свои надежды и ожидания, и быть счастливее.

В 21-м веке все сложно, взаимоотношения уже не такие, как были и должны быть. Многие «впадают в любовь» и женятся, не имея понятия о том, что такое любовь и брак. Другие по сердечному зову вступают в трудные отношения, иногда с партнерами склонными к насилию, даже не подозревая о таких явлениях. В итоге, большая часть браков кончается разводами. Когда я познакомилась с еврейской традицией и в 22 года начала соблюдать, у меня было чувство, что я спаслась от моря безумия и попала на остров душевного здоровья. Со временем я осознала, что проблемы всего общества оказывают влияние и на еврейский мир, например, возникают специфические трудности при разводе или проблемы феминизма.

К счастью, вы можете избежать большинства этих бед, если подойдете к сватовству и браку как ко всякому другому серьезному предприятию. Вы не попадете ни в один из лучших университетов, если не сдадите, как следует, выпускные

экзамены. И не пройдете интервью, чтобы вас приняли на хорошую работу, если не вложите в это достаточно сил и времени. Успешные сватовство и брак, которые принесут вам такое счастье, как почти ничто другое, тоже требуют подготовки. И начать ее следует не за три месяца до свадьбы (или после нее), а сейчас. Одиночество не остановка автобуса, которую следует бездумно проехать на пути к жизни вдвоем. Это время и состояние нужно использовать наилучшим образом: для обдумывания, учения и, более всего, личностного роста. Если вы решите обрести мудрость благодаря этой работе, вы можете получить в награду прочные и радостные отношения в браке на всю жизнь.

Эта книга поможет вам в этом.

Примечание: Все приведенные здесь истории подлинные или основаны на событиях с реальными людьми и событиями. Но имена изменены.

ЧАСТЬ 1. УСТАНОВКА



«Встречаться» для разных людей означает разное. Первая глава посвящена цели свиданий, во время которых делают выбор и оценку, вы решаете, стоит ли заключать брак с этим человеком.

Глава 1.

Пересмотр понятия

Встречи – самая большая эмоциональная приманка нежных людей. Если вы встречаетесь или собираетесь с кем-то встретиться, вы можете еще думать о школе или работе, но, пожалуй, больше о ваших встречах. Я хочу, чтобы вы посмотрели на них под другим углом и максимально честно, потому что я собираюсь поставить под вопрос некоторые общепринятые истины.

Люди встречаются по разным причинам. Когда я спрашиваю, зачем они это делают, у подростков или иных пока свободных людей, они обычно дают примерно такие ответы:

«Приятно»

«Увлекает»

«Гормоны»

«Все это делают»

«Чтобы не быть одному»

Если задаю вопрос, почему это делают другие, они говорят:

«Социальный статус»

«Самоуверенность»

«Эго»

А более чувствительные люди отвечают: «Чтобы было с

кем поделиться, почувствовать близость».

Я много могу сказать об этих ответах, но, по-моему, все они нехорошая причина для встреч. Вы предлагаете кому-то развить к вам сильное чувство, и нечестно, если ваш основной интерес не в искренних отношениях. И хотя встречи могут давать чувство тепла и того, что вы желанны, они не исцелят вас от одиночества и неуверенности. И не оправдают ваших ожиданий (сознательных или неосознанных) на подлинную близость душ.

Есть более обещающие аргументы в пользу свиданий: «Встречаясь со многими людьми, вы развиваете себя. Это учит общаться, понимать противоположный пол и раскрывает ваши потребности. Это самый эффективный способ узнать как выбрать правильного человека и потом построить с ним хорошие семейные отношения». Иными словами, ответ в том, что встречи готовят к реальности. Родители, которые придерживаются этой идеи, часто отговаривают детей от длительных отношений с кем-то из опасения, что это затормозит их эмоциональный рост. Или из опасения, что они женятся на первой любовнице или выйдут замуж за первого бой-френда. Как же они могут иначе подготовиться к семейной жизни без этих свиданий?

То есть встречи – Подготовка к Браку. Из всех причин эта кажется самой разумной. Но так ли это?

Сомнение в идее добрачного опыта

Ведет ли обилие встреч к лучшим бракам?

Посмотрим на мир. Сейчас большинство людей много встречаются до брака, все быстрее и быстрее переходя к физической близости. Значит, мы должны стать мудрее, лучше развиваться как личности, наш брак должен приносить больше радости. Но согласно отчету 1995 года Американского Совета по Вопросам Семьи, процент разводов среди новых пар, вступающих в брак, вырос до 60%. Добавьте к этому тех, кто не разошелся, хотя несчастлив, и современный брак окажется тотальной ошибкой. То есть добрачные встречи и связи не оправдывают себя.

Некоторые скажут, что браком хорошую вещь не назовут, он всегда банкротство. Выполняя социальные задачи, он никогда не обеспечивает продолжительную любовь и счастье, и разводы сейчас чаще происходят лишь потому, что стали проще (они экономически доступнее для женщин). «Не думай о вечности, – слышала я от людей. – Воспринимай отношения такими, какие есть, а кончатся, уходи». Иными словами, хватит фантазировать о любви навек, надо быть реалистами.

Однако мы, евреи, верим в брак. Мы знаем, что, вкладывая в отношения достаточно труда, два человека могут ра-

довать и любить друг друга всю жизнь. И даже подозреваем, что в глубине сердец самые разочарованные циники еще не отчаялись в таких отношениях. Но мы не верим, что к этому ведет добрачный опыт.

Как же эти «встречи ради опыта» стали такими популярными?

С начала современной истории до середины прошлого века практические аспекты брака почти не менялись от поколения к поколению. Социальные и сексуальные установки и мораль, роль полов и брачные отношения, в общем, оставались теми же. Все изменилось в шестидесятих годах прошлого века. Молодые люди стали иначе определять мужественность, женственность и отношения между полами, отодвигать брак в сторону и праздновать сексуальную свободу. За десять лет статус кво был полностью взорван. Когда я и мои друзья уже повзрослели, общество все еще не могло прийти в себя от шока, люди чувствовали, что все насчет мужчин и женщин изменилось, включая любовь. У наших родителей было множество советов насчет коллег и карьеры, но не об отношениях. Многим из нас говорили: «Смотри, мы знаем, как удался наш брак. Но мир теперь другой. Иди, набирайся опыта. Выясняй. И удачи тебе».

Так мое поколение вышло и получило Опыт – с катастрофическими результатами! И большая часть молодежи по-прежнему делает то же самое.

Не поймите меня неправильно. Вы, конечно, чему-то научились из ваших встреч, но не обязательно тому, что нужно, чтобы преуспеть в браке. После разрыва вы можете узнать, в чем вам или вашему бывшему нужно вырасти. Отчего вы привлекаете не тех людей, или почему противоположному полу нельзя доверять. Вы можете научиться, как получить любовь, или тому, что это несбыточная мечта.

Несколько лет назад я говорила с одной профессионалкой, обремененной грузом провалившихся отношений. «Опыт научил меня больше ни на что не надеяться, – сказала она мне спокойно. – Я обрела такую независимость, что мне даже все равно, есть в моей жизни мужчина или нет». Но то, чему она «научилась», сделало ее лишь менее пригодной для того, чтобы обрести настоящую любовь, о которой за этой болью и отрицанием она не прекращала мечтать. Возможно, встречи учат, но образование – не мудрость.

В то же время, любое знание, которое вы при этом приобретете, окажется, в основном, непригодным, когда вы вступите в брак. Брак отличается от всех даже самых длительных внебрачных отношений. Он совершенно не похож на совместное проживание, которое для большинства людей просто «игра» в дом. Чтобы соединить два «я» в одно нерасторжимое «мы», требуется потрясающее преобразование. И пока союз не подписан и не скреплен печатью, вы, хотя бы подсознательно, полагаетесь на то, что вам хочется. А когда «дело сделано», начинается реальность.

Я знаю пару, которая долго встречалась до брака. Однажды утром в воскресенье муж сказал, что идет в офис.

– С каких это пор ты работаешь по воскресеньям? – спросила удивленная жена.

– До сих пор не работал, но теперь начинаю.

– А что же с нашей воскресной прогулкой?

– Я знаю, дорогая, но пришло время продвинуться на работе, и это способ.

– Но ты же всегда спокойно относился к работе и деньгам.

– Ну, если я хочу продвинуться, я должен меняться.

Этот маленький эпизод показывает *непредвиденные события, которые происходят в браке*. Независимо мыслящая одинокая женщина, став женой, теперь хочет больше времени проводить с супругом. А прежний давний знакомый может, в качестве мужа, вдруг решить «сделать что-то свое». Трудоголик выходит из чулана. Часто брак выявляет более традиционные ожидания, чем были во время встреч. Все это значит, что, если неженатая пара может знать «правила» своих отношений, *брак – это совершенно новая игра*. И здесь прежние отношения часто могут повредить. Трудно научиться новому виду спорта, *но особенно разочаровывает, если вы считаете, что им уже владеете*. Возникшее разочарование может даже разрушить брак. Поэтому неудивительно, что статистика показывает: пары, которые до брака имели отношения, чаще расходятся.

Короче, встречи могут научить вас, как устраивать встре-

чи, но не брачной жизни. А крушение иллюзии может быть очень болезненным. К браку надо подходить с открытым сознанием и наименьшими предрассудками. Это совершенно новый опыт.

Как обрести мудрость и необходимый рост для успешного брака? Ответ простой. Если многие практические аспекты брака (например, кто варит, а кто зарабатывает) могут меняться в течение лет, то качества и образ жизни, которые создают продолжительную любовь, сохраняются. Каждому поколению приходится трудно на собственном опыте изобретать колесо. А необходимая нам способность учиться всегда была и есть, до всяких встреч.

Посмотрим, что нужно для хорошего брака. У каждого из партнеров должна быть достаточно здоровая, взрослая личность. Это зрелость, автономность, самооценка, доверие, способность к эмоциональной интимности и знание себя (все это мы обсудим в главе 2). Все эти качества нужно приобретать не при встречах, а в *жизни*. Встречи только отвлекают от них наше внимание. Вопросы типа «Как я выгляжу?», «Произвожу ли хорошее впечатление?», «Захочет ли она снова придти?», «Идет ли все так, как я хочу?» не оставляют много времени и энергии, чтобы сосредоточиться на качествах, необходимых для успешного брака. В итоге, как мы можем считать, что достигли необходимой зрелости или самопознания? Скорее, даже снизится способность

к душевной близости, потому что она основана на доверии, а разрывы (неотъемлемая часть встреч) вызывают его эрозию. Эмоциональная зависимость, часто возникающая во время периода добрых встреч, не поможет вам достичь автономии. И самооценка, ключ ко всему (включая истинную интимность), может пострадать во временных отношениях, потому что нам трудно оценить, кто мы есть на самом деле.

Вспоминаю, как изменились многие мои школьные подружки, когда стали встречаться. Что бы они собой ни представляли до этого, теперь их популярность вдруг стала зависеть от привлекательности для противоположного пола. И чем больше был их успех, тем больше они теряли себя. Если вы сильно зависите от внешней оценки (особенно такого рода) и ждете ее, вам уже трудно найти себя, добиться внутренней победы, самоуважения. Зрелые, несущие удовлетворение отношения, требуют *самооценки*, основанной не на том, как вы выглядите снаружи, а на том, что вы собой представляете изнутри, и исходить эта самооценка должно не от других, а от вас самих.

Для того, чтобы семейная жизнь была счастливой, партнеры должны понимать, что такое любовь и брак (это обсуждается в главе 4). Несмотря на изменения, вызванные феминистским движением и сексуальной революцией, любовь и брак, по существу, не стали другими. Их суть вечна, для их понимания не нужно особой фантазии. Лучший учитель для этого – еврейская традиция, а худший – добрые связи.

Встречи редко связаны с истинной любовью (что бы нам тогда ни казалось), скорее, они учат нас тому, что *не есть* любовь. И понимание что такое брак, как мы увидим, вряд ли может материализоваться из каких-либо отношений, кроме него самого.

Успешный брак также требует понимания различия полов. Люди часто думают, что уж это они точно приобретут, когда начнут встречаться. Но ветераны таких встреч, которые потом вступили в брак, могут поделиться с вами, насколько неправильными были их предпосылки.

Джоэл и Лиз стали религиозными после двадцати пяти лет и через несколько лет после этого поженились. Мы встретились с Лиз через два месяца после свадьбы: «Я полагала, что несколько длительных добрачных связей научили Джоэла чему-то о женщинах, – сказала она мне честно, – но этот парень ничего не знает. Несколько раз в день мне приходится объяснять: «Дорогой, я же женщина, а женщины чувствуют... или так: Это может годиться для тебя, потому что ты мужчина, но мне нужно...» Он просто *не имеет об этом малейшего понятия*».

«Но ты, конечно, прекрасно понимаешь своего мужа?», – спросила я с улыбкой.

Она смущенно улыбнулась: «Сказать по правде, несмотря на все мои прежние отношения, и для меня мужчины – полные потемки».

Если бы встречи до брака так просвещали относительно

противоположного пола, миллионы взрослых пар не покупали бы и не поглощали бестселлер Джона Кэри, *Мужчины с Марса, женщины с Венеры*. Не встречи, а книги, наверное, лучший способ получить сексуальное образование до брака и после. Чтобы обрести его, вы должны, и это одна из целей брака, научиться жить с кем-то, давать кому-то, и любить того, кто фундаментально от вас отличается, то есть научиться оценивать мир глазами другого человека.

Так что, если вы вкладываете много времени и сил во встречи, скорее всего, вы не извлечете из них того, на что надеетесь. Роза Айнхорн, популярный консультант невест и соавтор книги *Цель разговора*, сказала об этом проще: «Весь этот опыт ничего не стоит».

Остаться нетронутым

Даже если бы этот опыт стоил нам только времени и чувств, это уже было бы печально. Жизнь коротка, стыдно тратить ее на иллюзии об основных понятиях, если можно воспользоваться существующими знаниями. Но этот опыт очень эмоциональный.

Отношения не игра. Они означают общность, открытие для интимности, уязвимость. Поэтому, когда они кончаются, это больно: «Я чувствую, что с моей подругой утратил

часть себя, – сказал мне молодой человек. – Ты отдаешь себя, а потом не можешь взять обратно. Теперь я боюсь, что это случится опять». Даже один такой разрыв, облом, может оставить рану на всю жизнь, так что вы больше не захотите вкладывать себя в другие отношения.

Когда светский мир взвешивает ценность эмоциональной нетронутости по сравнению с сексуальным опытом, последний кажется безусловным победителем. Опыт открывает горизонты, умудряет, дает билет во взрослую жизнь. А эмоциональная нетронутость? Многие люди даже не знают, что это такое. Но и те, кто знают, полагают, что все отказываются от этого с возрастом, как ящерица сбрасывает кожу. К сожалению, большинство людей воспитывается именно так.

Еврейская традиция смотрит на это иначе. Житейская искушенность и умудренность могут быть полезными или болезненными, приносящими вред, но сами по себе не представляют ценности, это ни в коем случае не синонимы мудрости. А эмоциональное здоровье? Цельное сердце, способность доверять, верить, что все будет хорошо, чувствовать, что жизнь хороша? Это драгоценные качества, и хотя сначала они зависят от того, как вас воспитывали, дальнейшие отношения могут укрепить или сломать их. Даже если опыт имеет большую ценность, можно много сказать в пользу невинности. И она не означает наивности, ибо, как я сказала, есть другие (несравненно лучшие) способы учиться жизни, чем на своих ошибках.

Даже если вы считаете, что на вас разрыв не произведет особого впечатления, вы не можете предвидеть реакции бывшего партнера. Встречи ради опыта не предполагают большой чувствительности к другой стороне. Они могут быть просто «использованием» другого человека.

Может быть, вас поразила грубость этого выражения. Но именно это продемонстрировала мне Сандра, кругосветная путешественница, у которой было множество кратковременных связей в пути.

«Я с тобой полностью не согласна по поводу взглядов на опыт, – заявила она. – Если бы не все мои опыты, я бы не была тем, что я сегодня. Не знала бы себя как сейчас, не понимала бы мужчин, как понимаю, не была бы такой уверенной в себе, что я...».

«Я, я, я, – перебила я. – А что с этими парнями? Может быть, кто-то из них чувствовал к тебе что-то большее, чем ты имела в виду? Может быть, он почувствовал бы себя использованным, если бы ты сказала ему: очень приятно было познакомиться, я на тебе многому научилась?»

Сандра опешила: «Это не честно. Каждый мужчина, которого я встречала, соглашался на эти краткие отношения, зная, что и он от этого что-то получит. Это было не только для меня, но и для него».

«Ну, так ты, на самом деле, хотела сказать: Если бы *мы* не имели всех этих опытов, которые у *нас* были, *мы* не были бы тем, что *мы* есть сегодня».

Она себя почувствовала неудобно.

«Иными словами, вы оба использовали друг друга для вашего роста. Так лучше?»

Теперь Сандра ответила резко: «А что тут плохого? Мы же взрослые люди, действовали по согласию».

К сожалению ищущих опыта, в иудаизме нет понятия «соглашающихся взрослых». Если два взрослых человека согласились делать то, что других не касается, это еще не значит, что все в порядке. Они могут травмировать себя и друг друга. Хуже того, один может пользоваться другим, тем, кто меньше знает и понимает, не осознавая о глубоких отношениях, к которым стремится в глубине души. «По взаимному согласию» – часто лишь удобный термин для прикрытия эгоизма. Для светского закона с этим нет проблем, но еврейский закон заботится об эмоциональном и духовном благе людей, что предполагает знание, как любить. Два человека, которые встречаются ради опыта и удовольствия, ищут возможности *брать*. Любовь, наоборот, учит *давать*.

Конечно, Сандра – крайний пример. Даже если вы склонны к «приключениям», вы можете искать чего-то другого, кроме двухнедельного флирта в чужой стране. Но и это проблема. Признаем мы это или нет, всякие отношения питают подсознательную надежду на близость и взаимность. Если они не ориентированы на постоянный союз со всеми взятыми на себя обязательствами, они кончаются – и мы это знаем.

Моя подруга недавно подвела итог своему опыту добрач-

ных встреч: «Я всегда была хорошей *герлфрэнд* – приятной, милой, заботливой – никогда никому не хотела причинить боль. Но каждый раз, когда сознавала, что эти отношения никуда не могут привести, я рвала с очередным другом, и его это ужасно ранило. Его доверие было подорвано, и я знала, что другой он уже не сможет дать то, что давал мне долгое время. Теперь, оглядываясь назад, я понимаю, что система добрых связей в корне порочна».

Дженни тоже прошла этот тяжелый путь. Туристка в Израиле, двадцати четырех лет, она никогда не искала серьезных отношений, пока не встретила Ури, двадцати двух лет, который родился в Израиле. И вдруг почувствовала к нему что-то романтическое: «Каждое мгновение с ним как на небе, – сказала она мне, сияя». А через три месяца рыдала, выплакивая глаза. После незначительного спора Ури совершенно порвал с ней. При внимательном рассмотрении, причина оказалась ясной. В ходе развития отношений Дженни осознала, как хочет иметь мужа и детей. А Ури недавно отслужил в армии, поступил в университет и совсем не собирался обзаводиться семьей. Чувствуя, что Дженни хочет большего, чем он готов ей дать, он воспользовался этим спором, как поводом, чтобы порвать их отношения, и Дженни осталась с разбитым сердцем.

Немногие отношения ведут к браку, если у обеих сторон не было такого изначального намерения. Неважно, насколько они хороши и добры, один или оба окажутся травмиро-

ванными. Даже если эти встречи прямо не предполагают «использования» другой стороны, они построены на нечувствительности, отсутствии сочувствия. Мы играем с чем-то самым глубоким в себе.

Так подумайте дважды, прежде чем вступать и вовлекать в отношения, которые не ведут никуда (потому что он или она не то, что вы ищете, или вы недостаточно серьезны, или по иной причине). «Все это делают» – еще не значит, что это правильно. «Встречаться» ради «эксперимента», значит не уважать ни своих, ни чужих чувств.

Реальные встречи

Смысл ясен. Догма «опыт – лучший учитель» редко бывает правдой в добрых отношениях и, безусловно, это более трудный и менее интеллигентный способ чему-либо научиться. Сделать акцент на заблаговременное обретение мудрости и работу над собой – значительно эффективнее, умнее и менее болезненно. Как говорится: «Все учатся на ошибках. Глупые – на своих. Умные – на чужих». В традиционном иудаизме свидания предназначены не для того, чтобы набираться опыта. Сначала вы растете, пока не станете человеком, способным выбирать. А потом ходите на свидания, потому что хотите заключить соглашение на всю жизнь

– иными словами, вы готовы к браку.

Как говорится: «Все учатся на ошибках. Глупые – на своих. Умные – на чужих».

В традиционном иудаизме свидания предназначены не для того, чтобы набираться опыта. Сначала вы растете, пока не станете человеком, способным выбирать. А потом ходите на свидания, потому что хотите заключить соглашение на всю жизнь – иными словами, вы готовы к браку.

Позвольте сказать немного о браке, одно упоминание о котором у ряда людей вызывает дрожь. Да, брак нелегкая вещь. Это значит постоянно учитывать нужды другого человека, его желания, чувства, и никогда больше не жить только для себя. И именно в этом цель брака. Брак требует, чтобы мы стали вполне взрослыми. Он бросает нам вызов, ставит задачу преодолеть естественный эгоизм и потесниться ради кого-то, вернее, навсегда выделить для него пространство в центре нашей жизни.

Я знакома с человеком, который, осознав этот вызов, просто панически бежал. В 23 года Том оставил жену и дочь, купил мотоцикл и уехал. Проведя 25 лет в странствиях, он добрался до Израиля и поселился в пещерке у моря, в Синайской пустыне. Когда я встретила его, он уже в возрасте за шестьдесят все еще жил в этой пещерке, радуясь случайным компаниям солдат и туристов и своей свободе. Хотя он заявлял, что счастлив, выглядел он при этом ужасно несчастным. Убежав от обязательств, он потерял любовь. Он все еще

оставался ребенком, при этом глубоко одиноким.

Встречаете вы одиночек в пустыне или затерянными в огромном городе, результат один: *избегать ответственности, значит – не расти*. Любой может сказать «я хочу быть с тобой» или даже «я хочу длительных отношений» (такая формулировка часто появляется в объявлениях одиночек). Но мужчин (от мальчиков), и женщин (от девочек) отличает способность сказать: «Я хочу заключить с тобой *брак*». Для брака, в противоположность приобретению опыта, и нужны свидания.

Я однажды обратилась к группе молодых людей из религиозных домов, и чем дольше мы обсуждали эту тему, тем грустнее они становились. Когда я закончила, я увидела молчаливую аудиторию с ужасно унылыми лицами. Наконец, один парень в первом ряду поднял руку.

– Миссис Манолсон, – сказал он медленно, – вы сказали, что свидания нужны, чтобы жениться. Так вот, – он сделал паузу, почти боясь продолжать, – значит ли это... по вашим словам... что... никто из нас не должен встречаться до брака?

– Именно, – ответила я.

Наступила зловещая тишина осознания истины. Совершенно обескураженный, он спросил:

– Так что же нам делать?

Другой парень тут же выкрикнул (не более веселым голосом):

– Учить Тору, правильно?

– Верно, – ответила я. – Но учить Тору значит не просто понять слова Талмуда – это значит работать *над собой*. Так делайте это, потому что однажды одна особенная женщина будет вам благодарна за это, и вы тоже будете счастливы.

Чтобы найти «правильного человека», вы сами должны *быть* правильным человеком, а им становятся не в черед добрых встреч, а благодаря изучению настоящей мудрости и внутренней работе. Это противоположно популярному подходу к встречам. *Сначала* посвятите себя этой стадии, достижению, которое большинство людей пропускают в погоне за отношениями, и станьте человеком, способным взять на себя пожизненные соглашения и исполнять их с радостью, и тогда вы удостоитесь встречи с таким человеком. *Тогда* и приступайте к поискам правильного партнера, с которым сумеете заключить этот союз.

Отказаться от встреч поначалу непросто. Но преимущества скоро станут ясны. Первое – обогатится дружба с представителями вашего пола.

«Когда я прекратила встречаться с парнями, – сказала мне молодая женщина, по имени Джемми, – я стала ближе к подругам. Прежде половина наших разговоров вертелась вокруг парней и связанных с этим проблем – например, нам обоим нравился один парень, или кто-то чувствовал себя третьим лишним, когда у лучшей подруги появился парень, а у нее нет. А теперь вместо конкуренции или чувства, что

ты осталась в стороне, есть настоящая связь и разделение чувств. Мы говорим о важных вещах, например, во что мы верим, кто мы и кем хотим быть. И чем больше я узнаю себя, тем больше ценю своих подруг».

Джемми могла добавить, что эти дружбы также помогают построить самооценку, что дает хорошее самочувствие и без одобрения парня (бойфренда) или подружки. А это, в свою очередь, помогает найти правильного человека для правильной задачи, то есть брака (Больше об этом мы будем говорить в следующей главе.)

Но прекращение встреч даст еще больше. Энергия, которую вы прежде тратили на противоположный пол, теперь освободится для вашего собственного роста, а знание, что вы растете, поможет вам действительно хорошо себя чувствовать. Это может быть (хотя бы недолгое время) даже приятнее встреч. Одно могу сказать точно: это подготовит вас к браку, как ничто другое. Подумайте об этом – потому что лучшее, что вы можете внести в брак, это себя со всеми своими достоинствами. Себя как зрелую личность и достойного человека.

ЧАСТЬ 2.

БЫТЬ ГОТОВЫМ



Вы просыпаетесь утром. Светит солнце, мир полон обещаний. Вы думаете, как прекрасно было бы разделить с кем-то жизнь. «Знаешь – говорите вы себе, – я думаю, ты к браку готова».

А реально имеете в виду: «Мне кажется, я *хочу* быть замужем». Но хотеть – не значит быть *готовым*. Быть готовым к браку – значит достичь определенной ступени, это не «подходящий возраст», «подходящий уровень» религиозного соблюдения или даже чувство неполноты без «правильного человека». Эта готовность требует критической массы мудрости, роста, самопознания – требует времени и работы.

Начнем. Глава 2 «Растить себя» обсуждает качества, которые необходимо в себе развить, чтобы стать хорошим партнером. Глава 3, «За щелчком», освещает психологические силы, стоящие за привлекательностью.

Глава 2.

Растить себя

Две мои подруги однажды решили сделать что-то новое и волнующее. И стали прыгать с парашютом.

Сначала они прошли несколько часов тренировки. Прослушали объяснения инструктора о том, как устроен парашют. Выучили правильное положение тела в первые секунды свободного полета, как парить, когда парашют откроется и как открыть запасной парашют, если не откроется главный. Они научились гасить силу удара при приземлении, сгибая колени, пружиня и перекатываясь. После теории они вышли на землю и стали повторять все снова и снова. Наконец, надели свои комплекты, вылетели на самолете и прыгнули. Обе хорошо. Это было волнующее чувство.

Вступление в брак вызывает намного больше чувств, однако перед «прыжком» нужно подготовиться. Вы должны узнать, что такое успешный брак. А потом начать практиковаться не на свиданиях (причины я объяснила в предыдущей главе), но везде, потому что *ваш брак может быть настолько хорошим, насколько вообще хороши ваши отношения с людьми. Конкретнее, вы будете настолько хорошим супругом, насколько вы хороший человек.* Поэтому первый шаг в приготовлении к браку – *работа над собой.*

Работа над качествами характера

Как стать лучше?

Западное общество убеждает нас оставаться юными. Объявления идеализируют внешность, удовольствия, развлечения и свободу от ответственности и чем вы моложе, тем большим из этого можете радоваться. «Будем как дети». Люди часто стараются не только выглядеть юными, но и смотреть на жизнь, и вести себя так же. (Мне недавно рассказали, что теперь в американских учебниках взрослым считают человека с 25 лет, а в некоторых штатах даже с сорока.)

Но поп культура ведет к провалу в браке. Одна из причин в том, что успешные отношения на всю жизнь требуют не юности, а *зрелости*. А общество, к сожалению, считает, что, как бы по-детски ни вел себя человек, он достаточно зрел, чтобы жениться. Как говорит автор популярной книги, Лиза Айкин: чтобы получить водительские права, нужно сдать экзамен, а вступить в брак можно безо всяких экзаменов. Но эмоциональная зрелость и способность быть шофером не обязательно соответствуют возрасту. Я помню свой шок, когда семнадцатилетняя девушка из очень традиционного религиозного дома сказала мне, что она обручилась. Лишь потом я осознала: в свои годы она более зрелый человек, чем

была я, когда вышла замуж в двадцать шесть лет. Эмоциональная зрелость – продукт воспитания и саморазвития. Вы не можете изменить своего воспитания, но *можете* сделать себя таким человеком, каким хотите.

Никто из нас ни совсем ребенок, ни вполне взрослый, мы все находимся где-то между этими крайностями, надеюсь, продвигаясь к взрослению. Если у вас никогда не было успешного брака, вам трудно узнать сколько зрелости он требует, и есть она у вас вообще или нет. Одна из вещей, которую вы можете сделать, это спросить об этом человека, который *счастлив* в браке многие годы, хорошо вас знает и даст честный ответ. Я это сделала в двадцать три года, и рав дипломатично ответил: «У тебя еще есть потенциал развить себя, пока ты одна». Но чтобы получить ясную картину в каких качествах вы должны вырасти, требуется серьезно посмотреть в себя. Задайте себе следующие вопросы, а лучше спросите об этом хороших друзей, пообещав, что на них не обидитесь и не перестанете с ними разговаривать, когда они дадут вам прямые ответы:

Честен(а) ли я?

1. Я готов(а) честно смотреть на себя, какой(ая) я?
2. Умею ли я принимать и признавать критику, когда не прав(а)?

Обладаю ли я внутренней дисциплиной?

3. Терпеливый(ая) ли я?

4. Могу ли контролировать себя?

5. Могу ли я отсрочить свое вознаграждение?

Вижу ли я вещи в правильной перспективе?

6. Могу ли определить, что важно и менее важно в жизни?

7. Умею ли делать акцент на удовлетворении, а не на неудачах?

8. Есть ли у меня чувство юмора (в частности, по отношению к себе)?

Ответственный(ая) ли я?

9. Способен(на) ли упорно работать, чтобы достичь цели?

10. Зависимый(ая) ли я?

Реалист(ка) ли я?

11. Готов(а) ли я (хотя бы интеллектуально) к тому, что не получу все, что хочу?

Стремлюсь ли я к росту?

12. Принял(а) ли я решение, готов(а) ли стать лучшим человеком?

Моя подруга Мередит однажды сказала мне, почему считает, что эту работу лучше начать до брака. «Я всегда защищалась, оправдывалась, – сказала она, – из-за этого мы спо-

рили с мужем. Он скажет что-то, чтобы помочь, я воспринимаю это как критику и расстраиваюсь, тогда и он расстраивается, и все это раскручивается. Если бы я над этим поработала, пока была одна, я бы теперь избежала намного более трудной и медленной работы». (Повышенная чувствительность к критике обычно указывает на проблему с самооценкой – смотри дальше.)

Вы можете увидеть один общий знаменатель в двенадцати качествах, перечисленных выше: это способность видеть вне себя и вне настоящего момента. Эти способности отличают детей от взрослых, и у большинства из нас они до какой-то степени есть. И все же мы проваливаемся в эгоцентрическое мышление и поведение.

– Эти указатели скорости просто сводят меня с ума, – сказал мне один таксист, когда мы въезжали в наш район.

– Но здесь живут тысячи детей, – ответила я вежливо, – и здесь были ужасные случаи из-за скорости.

– Я только знаю, что каждые две секунды мне приходится сбавлять скорость. Это нелепо! – пожаловался он.

– А тебе не кажется, что безопасность детей важнее? – спросила я прямо.

– Как далеко ты собираешься с этим зайти? – ответил он. – Такова жизнь. Не возвращаться же к лошади и телеге.

И это говорит взрослый человек, демонстрируя эмоциональную зрелость пятилетнего ребенка. Все мы регрессируем, когда злимся, но должны с этим бороться. Мы должны

постоянно стремиться видеть мир под более широким углом зрения.

Кроме расширения восприятия жизни, зрелость предполагает фокусировку на нуждах, желаниях и чувствах других людей. К счастью, Творец создал нас так, что забота о других доставляет радость.

Но если мы стремимся только к хорошему самочувствию, мы упускаем поезд. Много лет назад, вдохновленная тем, что считала альтруизмом, я позвонила в местную больницу и предложила музицировать в детском отделении.

– Очень милое предложение, – ответила мне женщина, – но сейчас мы ограничены в средствах и нуждаемся в основной помощи: перевозить, одевать, кормить детей.

Я была разочарована:

– Да, но я хочу петь для детей и играть на гитаре.

Женщина ответила мне прямо:

– Ты ищешь способа делать то, что *ты* хочешь, или то, что нужно детям?

Самоудовлетворение настолько преобладает в нашем обществе, что даже давая, мы думаем только о том, что получим при этом, о собственном удовольствии. Эгоцентричное давание лучше, чем вовсе ничего не давать, но оно должно стать подножием истинной заботы о других. Эмоциональная зрелость в отношениях означает *ориентироваться на других*.

Обратите внимание на то, как вы общаетесь с друзьями,

соседями по комнате, сотрудниками, братьями и сестрами и даже родителями и задайте себе еще вопросы (или снова задайте их людям, которые вам близки):

Являюсь ли я дающим(ей)?

13. Могу ли я поставить нужды и желания других перед своими запросами, или хотя бы на тот же уровень?

14. Могу ли поделиться так, чтобы меня это не задело?

Чувствителен(на) ли я к другим?

15. Внимателен(на) ли я к ним – воспринимаю, принимаю ли я их?

16. Стараюсь ли понять их чувства?

17. Могу ли сочувствовать, симпатизировать, отождествляться?

18. Могу ли нянчить, лелеять, утешать, поддерживать?

Уважаю ли я других?

19. Терпелив(ва) ли я к различиям между людьми и ценю ли их индивидуальность?

20. Могу ли признать правомочными взгляды и перспективы, с которыми я не согласен(на)?

21. Могу ли уважать чужие ограничения и право на тайну и частную жизнь?

Могу ли я эффективно общаться?

22. Могу ли разделять позитивные чувства?

23. Умею ли иметь дело, справляться с негативными чувствами, не переходя в атаку?

Гибок(ая) ли я?

24. Умею ли разрешать конфликты с помощью обсуждений и переговоров?

25. Умею ли уступать и проигрывать?

Умею ли я любить людей, несмотря на их промахи?

26. Могу ли я поддерживать отношения с человеком, даже когда сердюсь на него?

27. Могу ли я видеть хорошее в ошибках?

28. Способен(на) ли я продолжать строить отношения через хорошие и плохие времена?

Как я говорила, все эти качества предполагают концентрацию на других людях. Взаимодействуя с другими людьми, подумайте: «Насколько я думаю об интересах этого человека, по сравнению с *моими* интересами»? Это простое упражнение открывает глаза и развивает нашу способность ориентироваться на других людей.

Если вы честно ответили «да» на эти 28 вопросов, значит вы достаточно зрелый человек, чтобы вступать в успешные отношения. Если ваши ответы не такие положительные, поработайте сначала над собой. Осознайте, какие вы получаете

те преимущества, если честно посмотрите на себя, чтобы вырасти. И с этой мыслью начинайте. Изучайте то, что сказала Тора о личном развитии. Посещайте уроки, слушайте кассеты, читайте книги. Еще лучше – проводите время с людьми, чьим браком вы восхищаетесь. В идеале, стоит взять за модель счастливую пару. (Многие семьи будут с радостью вас приглашать, особенно если вы склонны помогать в доме.) Наблюдайте как муж и жена обращаются с детьми и друг с другом. Как относятся к вам. И главное, выясните, чему вы можете научиться у их отношений.

Один из лучших способов вырасти – просто помогать людям. Брак основан на *хеседе* (добрых делах), так начинайте развивать свои «мускулы отдачи». Регулярно делайте добрые дела. Привыкайте давать в повседневной жизни. Чтобы укрепить себя, иногда соглашайтесь делать то, что действительно не любите.

Я научилась говорить «да», не успевая подумать: «Шейла Грин заболела, ей нужно несколько часов поспать, а у младенца болит животик, он все время хнычет, может, посидишь с ее ребё...». – Да!

И не переставайте напоминать себе, что особенный человек будет любить вас за все усилия, которые вы прикладываете, чтобы стать как можно лучше.

Видите, я говорю о реальной работе – это вызывает естественное сопротивление, особенно если вы устали быть одни и хотите немного «пожить». Молодая женщина, весьма да-

лекая от брака, спросила меня с нетерпением: «Множество незрелых людей женились и росли потом – почему я не могу»? Вы можете. Но вы действительно хотите быть незрелым супругом для того, кого любите? Более того, в таком состоянии вы, скорее всего, встретите человека себе под стать (и его незрелость может оказаться даже ниже уровнем, чем вы предполагаете). Иными словами, *то, что вы есть, то вы и получите*. А теперь спросите себя: готова ли я выйти замуж (взять в жены) такого человека как я? Предпочитаю ли я ссориться и страдать в браке и, возможно, даже развестись, чем вырасти до него?

Если ответите «нет», преодолите желание выскочить замуж или сразу жениться, прежде чем вы готовы. *Представьте себе человека, с которым вы хотите жить в браке, а потом постарайтесь стать человеком, которого он или она захочет*. Для этого необязательно достигать совершенства (даже приближаться к нему), иначе не к чему будет стремиться после свадьбы. Но вы сможете создать отношения, в которых будете расти вместе с партнером с минимальной болью и максимальной радостью.

Основание близости

Кроме зрелости, еще, по крайней мере, четыре качества

вносят вклад в успешный брак: автономия, самооценка, доверие и способность к эмоциональной близости. Важно понимать эти качества, их источник и почему они важны.

Автономия означает видеть себя в качестве самостоятельной личности, осознающей свою личную ценность. Если вы автономны, вы знаете, кто вы. Вы стоите на своих ногах и идете куда хотите. К сожалению, очень многие люди завязят от других, впадая в панику, когда остаются одни. У меня была школьная подруга, родители которой развелись. В отчаянии ее мать совершила самоубийство. Это ужасная потеря автономии. Менее крайние примеры значительно более распространены.

«Но разве ты не чувствовала себя несовершенной до замужества?» – вы можете спросить. Да, но это не значит быть нуждающейся, неуверенной.

Здоровая зависимость означает *осознание* своего одиночества. *Нездоровая* зависимость означает *страх* одиночества. Для неуверенного человека одиночество означает отсутствие всякого источника самоутверждения, оправдания своего существования. А в более серьезных случаях и идентификации. Такой человек отчаянно нуждается в ком угодно, и я не должна вам рассказывать, как это опасно. Много раз я говорила молодым людям: «Прежде чем ты сможешь установить хорошие отношения, ты должен научиться жить один». Независимый, автономный человек очень хочет раз-

делить с кем-то свою жизнь, но он целен и крепок как индивидуум.

Один из способов определить уровень своей автономности – посмотреть, как вы относитесь к другим. Если вы совершенно зависимы, вы постоянно беспокоитесь: «Что обо мне думают»? А если вы автономны, то будете спрашивать себя: «Что я о них думаю»?

Самооценка лежит в основе многих качеств эмоциональной зрелости, это самая важная основа успешных отношений. *Ценить себя* – не значит, как говорит популярная психология, «считать себя хорошим человеком». Она основана на том, чтобы *быть* хорошим, компетентным, любящим и сознающим это. Чтобы быть хорошим человеком нужно работать над собой, над своим характером. Компетентным становятся, развивая свои способности. Если вы действительно хороший человек, вы способны любить. И если вы зрелый человек, для вас, прежде всего, важно какой вы есть на самом деле. (В глазах единственного абсолютно объективного и при этом любящего вас наблюдателя – Творца).

Насколько вы способны любить определяется тем, как вас воспитывали. Например, Дэрил. К нему проявляли любовь только, когда он достигал академических или атлетических успехов, поэтому он не мог считать себя любимым или любящим без причины, без достижений. А родители Роберта, наоборот, любили его безо всяких условий, и он почти все-

гда хорошо относился к себе и считал себя хорошим. Спросите себя, насколько вы способны давать и испытывать любовь. Детство может помочь вам понять, как развивалось и влияло на вас представление о себе и как «нарисовать» более реальный и любимый «автопортрет».

Самооценка может подвергнуться и влиянию рекламы, телевидения, кино. Они подменяют настоящие ценности, подлинную самооценку искусственными критериями (внешность, деньги, блеск). Самое плохое – это журналы для мужчин и женщин. Их цель – дать вам почувствовать, что вы неадекватны, не годитесь (пока не купите товары, которые они рекламируют). Здоровое, глубоко укорененное чувство самооценки *игнорирует средства массовой информации*. И избегает сравнений, как с журнальными моделями, так и с ближайшими соседями, если только они не поощряют личностный рост. Самооценка основывается не на сравнении с другими, а на взгляде *на самих себя*, когда ваша деятельность вам нравится.

Вы можете спросить, почему для позитивных отношений так важна самооценка. Она дает вам знать, что любовь, которую вы даете, важна и осмысленна, а любовь, которую получаете, заслужена. Недавно вышедшая замуж женщина, пришла ко мне с классической проблемой самооценки: «Муж говорит, что любит меня, но я не могу в это полностью поверить, – призналась она. – Часть меня думает: я же просто обманываю его, он же просто не знает, кто я на самом де-

ле. Я чувствую себя самозванцем». Признав, что ее воспитание было слишком критичным, она смогла развить в себе достаточно высокую самооценку, чтобы вполне принимать любовь мужа.

Самооценка также очень влияет на ваш выбор пары и на успех в семейной жизни. Подобное тянется к подобному, так что вы, вероятно, встретитесь с тем, чья самооценка (внешняя или внутренняя) так же высока или низка как ваша. Если она высока, велики шансы, что такой она будет и у вашего партнера, и у вас разовьются позитивные отношения. Высокая самооценка устраняет соревнование, позволяя относиться к себе бережно. Она обрушивает стены постоянной самозащиты, позволяя вам и вашему партнеру достичь настоящего взаимопонимания. Позволяет вам принимать критику без облома, потому что у вас открыто сознание и вы готовы меняться.

Одна моя знакомая продемонстрировала эту истину. Однажды я постучала в дверь квартиры семьи Коэн, а другая соседка открыла свою дверь: «Вы ищете миссис Коэн?» – спросила она.

– Да, – ответила я.

Сразу решив, что дело касается одного из их детей, она кивнула понимающе головой:

– Если будут проблемы, скажите мне.

Зная, что эта женщина верит в работу над собой, я улыбнулась самой дружественной и наименее самоуверен-

ной улыбкой, означающей «мы все заодно», и спросила ее:

– А могут быть Ваши слова *лашон ара* (злословием)?

Опешив, она стала защищаться:

– С какой стати? Я просто хотела помочь.

– Я в этом уверена, – сказала я дружелюбно. – И я это оценила. Я только не уверена, что это нужно было говорить.

Чуть оправившись, она ответила:

– Ну, не знаю, было ли это *лашон ара*, или нет, – с этим она удалилась в свою квартиру.

Потом она сказала мне:

– Извиняюсь. Ты была права. Я действительно должна за собой следить.

Это произвело на меня впечатление. *Если твое эго здоровое, тебе не всегда нужно защищаться.*

Если вы цените себя, это привлекает не только тех, кто готов к здоровым взаимоотношениям, но и тех, кто способен любить вас такими, какие вы есть. Если вы внутренне в себе не уверены, вы будете искать внешнего одобрения, основанного на том, как вы выглядите, где были или что умеете делать. Эта слабость ведет к тому, о чем поется в старой песне: «искать любовь не в тех местах».

Одна молодая женщина пожаловалась мне, что постоянно влипает в истории «не с теми парнями». Она этого не хочет, но внутренняя пустота влечет ее к ним, и от каждого следующего эпизода она чувствует себя еще более опустошенной. Хотя я знала, что ей нужна серия встреч с психологом, чтобы

поработать над этим, я решила предположить, что происходит.

– Ты считаешь, что получала недостаточно любви от родителей, в особенности, от отца? – спросила я. – Может быть, поэтому у тебя такой голод по мужскому вниманию?

Что-то озарилось в ее глазах.

– Может быть, – сказала она медленно.

– Дают ли тебе эти отношения любовь, которую ты хочешь?

Длительное молчание.

– Нет, но какое-то время я чувствую себя хорошо.

– Снаружи или внутри?

Последовало долгое болезненное молчание.

– Не внутри.

– Ну, – сказала я мягко, – может быть, лучший способ получить любовь, которую ты ищешь, это научиться любить себя.

Уверенность в себе, обоснованное представление о себе как о хорошем человеке, чувство собственного достоинства защищает вас от разрушительных авантюр. Дает вам уверенность при выборе с кем быть. Веру, что достойный человек выберет вас. А на что-то меньшее вы тогда не станете соглашаться. Здоровая самооценка – предпосылка для здоровых отношений. (Подробнее о самоопределении и самооценке говорит моя книга *Внутри/Снаружи*.)

Доверие. Если самооценка означает веру в себя, доверие означает веру в других. Как и самооценка, способность доверять также в значительной мере основывается на детстве, воспитании и последующих отношениях с людьми, которые мы часто интерпретируем в свете детского опыта и переживаний. Если родители сохраняли постоянное отношение к вам, вам будет легче доверять людям, а если были физически или эмоционально нестабильны, закрыты, недоступны, то вы будете всех подозревать.

Ализа уже 25 минут ждала Ясона, с которым они встречались уже несколько недель. Наконец, он прибежал.

– Где ты был? – спросила она резко. – Ты же опоздал!

– Мне очень жаль, – ответил он, запыхавшись, – пропустил автобус, а следующего очень долго не было, и я...

– Это не извинение! – прервала она, повысив голос. – Я ждала тебя *полчаса!*

Ясон расстроился.

– Смотри, это в первый раз, и я очень постараюсь, чтобы этого больше не было. Я извиняюсь.

На грани слез Ализа едва выговорила:

– Я сказала, что ждала полчаса! Как ты думаешь, что я чувствовала, *не зная, придешь ли ты вообще?*

Недоверие этой молодой женщины, безусловно, коренилось в ее прошлом опыте, и должно было стать бедой ее брака. Доверие может быть подорвано и каким-то травматическим разрывом, например, разводом родителей (еще хуже –

вашим собственным). Если уровень вашего доверия слишком низок, обращайтесь на это внимание (возможно с консультантом). Любовь в браке – после принятых взаимных соглашений – может создать доверие, позаботьтесь об этом в первую очередь.

Эмоциональная близость. Самооценка и доверие лежат в основе эмоциональной теплоты, душевной близости. Интимность часто путают с интенсивностью начальных отношений, типа влюбленности, искры, «химии». Но интимность, эмоциональная близость – не внезапная, иллюзорная близость от сильного притяжения, физического влечения, чувства, что лед тронулся, стенки между тобой и другим человеком начинают сотрясаться и таять. Стены могут вырасти снова в один миг, физическая близость остаться только физической, а химия вызвать противоположную реакцию (смотри главу 3), и тогда «близость» превратится в отдаленность. Интимность – это способность открыть себя, свое внутреннее я, чувствовать себя свободной перед другим человеком, и позволить партнеру делать то же самое.

Орен после двух встреч с Шери был потрясен. Она всегда внимательно и тепло смотрела на него, прямо в его глаза, проявляла огромный интерес ко всему, что он говорит. Ее голос был такой мягкий и вежливый, улыбка понимающая. «Я уже почувствовал близость к ней, – сказал он, вздыхая, своему другу, – будто она *знает* меня». Но, хотя Шери дала

Рону почувствовать себя особенным, это еще не интимность. Кроме доверия к другому человеку и веры в себя, близость требует *реального знания* друг друга – а это требует времени. *Нет короткого пути к интимности.*

Как и в случае со зрелостью и самооценкой, вас будет бессознательно привлекать человек с соответствующим уровнем эмоциональной интимности.

Денис пришла советоваться с консультантом, огорчаясь, что Рон не идет с ней на сближение.

– Когда ты это почувствовала? – спросил психолог.

– В начале отношений, – сказала она печально, – но думала, что со временем это пройдет.

Консультант обратился к Рону и спросил:

– Скажи, пожалуйста, по-твоему, насколько Денис способна к истинной близости?

Он заколебался.

– Ну, я никогда ей это не говорил... но, думаю, она сама заблокирована в этом отношении, в точности, как говорит обо мне.

Денис была шокирована. Но потом осознала, что в той мере, в какой стремилась к близости, она боялась ее и бессознательно выбрала Рона, чувствуя, что он не будет выходить за ее пределы.

Даже если ваша самооценка и доверие достаточно твердые, эмоциональной интимности будет трудно достичь, если ваши родители подавляли свои чувства, или вы «научи-

лись» их не выражать. Пока вы еще не вступили в брак, и эта проблема не вызвала серьезных последствий, обратите на нее внимание. Чтобы открыться другому человеку, требуется мужество, но немногие из качеств роста так вознаграждаются как это, ибо эмоциональная интимность не только сущность брака, но один из самых прекрасных даров жизни. Раскрытие сердца дает такое чувство, будто вы вышли из темного чулана на солнечный свет, а при свете легче найти истинного спутника жизни.

Развивать эти аспекты самого себя может оказаться немного болезненным. Но имейте в виду: *Люди хотят вступить в брак с подобными себе.* Я была знакома с женщиной, которая предпочитала не углубляться в себя, пока не стала узнавать о человеке, которым заинтересовалась, и ей прямо сказали о нем: «Он не слишком здоровый и цельный человек, но это, может быть, лучшее, что ты можешь получить прямо сейчас». Это послужило для нее толчком, и она начала работать над собой. Почти у всех есть свои проблемы – и стоит обратить на них внимание до начала встреч, целью которых является брак.

Познай себя

До сих пор я обсуждала вопрос, что нужно, чтобы быть кому-то хорошим партнером. Но выбор *правильного* человека требует еще большего самопознания. В идеале, один или два наставника должны разъяснить вам, кто вы и кто вам нужен в супруги.

Прежде всего, посмотрите на себя. В чем ваши сильные и слабые стороны? Что вы можете внести в отношения? Что должен обеспечить ваш партнер?

«Моя духовность очень ориентирована на людей, – сказала я предполагаемому мужу, когда мы встречались. – Я чувствую близость к Творцу через отношения с людьми. А Авраам, как я вскоре узнала, чувствовал глубокую связь с праздниками и молитвами. Наша религиозная совместная жизнь богата всеми этими элементами». Ваш партнер не обязательно должен быть тем, чем вы не являетесь, но мудро было бы позаботиться о том, чтобы основы были вами пройдены.

Теперь пойдем свои нужды. Это уже немного сложнее, потому что необходимо отделить реальные нужды от желаний. Нужды существенны для счастья и совершенства. Например, всем нужно делиться чувствами, важно, чтобы нас на каком-то уровне понимали, душевно и интеллектуально, чтобы мы могли с человеком общаться, вести религиозную жизнь и делить с ним материальный комфорт. А желания, с другой стороны, исходят не из самых глубин вашего я, а от приятелей, общества или средств массовой информации.

Чтобы различать между нуждами и желаниями, нужно постараться устранить эти внешние голоса.

Шерри потратила впустую несколько лет в поисках мистера Совершенство. Но когда стала прислушиваться к себе, к своему внутреннему я, обнаружила, что *хотела* исполнения детских мечтаний – «высокого, красивого, финансово обеспеченного человека *эпохи Возрождения*», чтобы красиво есть, путешествовать в экзотические страны и романтично сидеть при свечах у камина». А *нужен* ей был достаточно привлекательный, интеллигентный, достойный человек, который будет зарабатывать на жизнь, поддерживать ее в карьере, любить ее и *хотеть* расти духовно и эмоционально. И она нашла его, сейчас они счастливо живут вместе. Их брак приносит ей такое счастье, что она просто забыла все, о чем раньше мечтала.

Отделить желания от нужд особенно важно когда они противоречат друг другу. Вы можете хотеть выйти замуж за известного и влиятельного профессионала, а *нужен* вам человек, сосредоточенный на духовности. Вы можете хотеть восходящую звезду в мире Торы, а *нужен* вам муж, готовый уделить вам много времени. И даже если они не сталкиваются, желания – крем на пироге, действительно же важны нужды.

После нужд рассмотрите свои ценности. Большинство пассивно воспринимает ценности окружающего общества. (Поэтому они под большим вопросом.) Или выбирают их из очень ограниченного числа вариантов. Насколько сознатель-

но и осведомленно вы подошли к этим ценностям? Хотя со временем они могут меняться, вам стоит поискать и подумать, что для вас важно и что вы не хотели бы менять, чтобы ваш брак стоял на прочном основании. Если вы недавно стали религиозными, поймите, что воспринять новые верования и способы действия невозможно за одну ночь. Как бы вы ни были уверены в вашем новом направлении, пусть оно войдет в вашу суть, станет частью вас, прежде чем вы начнете с кем-либо отношения.

Энди был на вводной программе в иудаизм, когда встретил Двору, которая стала соблюдать традицию на несколько лет раньше. Через две недели знакомства он решил, что хочет на ней жениться. Двора обещала его подождать, пока он «войдет» в религиозную жизнь, и Энди пошел в ешиву на полгода. Потом они обручились. А через год развелись. «Я действительно любил ее, да и сейчас люблю, просто я не был готов стать религиозным, – признался Энди. – У Дворы были прекрасные волосы, и я не хотел, чтобы она их покрывала. И не готов был прекратить делать в субботу все, что привык. Все было слишком быстро. Я почувствовал, что попал в ловушку – и мне пришлось из нее выбраться».

Чтобы ввести еврейскую традицию в вашу жизнь, требуется время. Когда молодая женщина, которая соблюдает шесть месяцев, говорит мне, что собирается начать выходить на свидания, чтобы выйти замуж, я говорю ей: *«Поодоооожди!»*

Если одни люди слишком быстро запрыгивают в рели-

гию, другие не спешат с этим перед свадьбой. Кэрри училась несколько недель на вводной программе и номинально стала соблюдающей. Желая «продвинуться», она вышла замуж за такого, как она. Теперь она хочет стать более религиозной, а муж нет. «Я не понимаю, – сказала она расстроенным голосом. – Разве еврейский брак не должен быть местом духовного роста»? Да. Но до брака ты должна узнать, как хочешь расти, тогда ты будешь знать, с кем тебе расти.

Итак, всмотритесь в себя. *Как ваше воспитание сказалось на вашей личности и чувствах? Какие эмоциональные нужды вы подспудно принесете в эти отношения? Что вы неосознанно ждете от брака?*

Эти сложные вопросы – тема следующей главы.

Глава 3.

За «щелчком»

Вы узнали о личных качествах, необходимых для здоровых отношений, и я побудила вас укрепиться в них. В следующей главе я поделюсь с вами мудростью о любви и браке, которая, надеюсь, найдет дорогу к вашему сердцу. Все это вместе отнимет немало время, но подготовит к постоянным отношениям. Любые дополнительные знания и духовные достижения принесут вам пользу в создании такого вида союза, которого вы хотите.

Большинство выбирают партнера, исходя из размышлений и эмоций. Некоторые подходят более интеллектуально, подчеркивая объективные критерии, такие как схожие ценности и цели. Другие следуют за сердцем, привязываясь к тому, кто пробуждает определенные чувства. Есть люди, которые пытаются сохранять баланс. (В главе 6 я советую следовать за головой.) И, наконец, мы ищем идеологическую и личностную совместимость, которые порождают сильную связь.

И все же есть одиночки, может быть и вы, которые хотят чего-то большего. Все-таки (признают это они, или нет) они ждут неопределимого, решающего «щелчка» .

Когда «это» произошло, когда кликнуло что-то внутри, то

такой щелчок можно частично объяснить физической привлекательностью, личным обаянием, харизмой или смесью всего этого. Но есть люди, которые утверждают, что помимо всего этого есть «нечто» необъяснимое, что делает эти отношения правильными и романтично оставить это как загадку. Но, если вы заинтересованы в этом чувстве, давайте взглянем в его психологическую подоплеку. И тогда окажется, что этот щелчок исходит не из чего-то мистического, а его порождает ваше собственное подсознание.

Быть человеком

Согласно известному мидрашу (древнему толкованию Торы) мужчина и женщина были сотворены как одно целое, а потом Всевышний разделил их на два несовершенных существа. Неженатый мужчина и незамужняя женщина «помнят», что когда-то были частью целого и жаждут обрести утраченную половину и достичь изначального единства. Это и есть цель брака – обрести утраченное духовное совершенство.

Психологи подчеркивают иной аспект нашего несовершенства. Они утверждают, что, взрослея, мы приобретаем «дефекты». Никто не достигает взрослого состояния в совершенной эмоциональной форме. Наша психика постоянно

хочет «исправить это». Мы надеемся восстановить в браке духовную и эмоциональную целостность.

Что такое «эмоциональная целостность»? Это значит быть радостным и удовлетворенным жизнью, сознавая все аспекты своего бытия, чувствовать себя любимым и нужным.

К сожалению, как утверждают психологи, никто, став взрослым, «целостностью» не обладает. Как бы ни старались наши родители или воспитатели, они только люди. Они не все знают и не все могут. Кроме того, у них есть свои эмоциональные проблемы, которые отражаются на нас. Наши родители могут, например, выразить неудовольствие в связи с разными аспектами – может быть, нашим желанием покричать, потанцевать или высказать наши мнения. В результате, мы подавляли многие стремления и лишились врожденных качеств или потеряли к ним доступ.

Так что, как и у всех нормальных людей, наш рост не проходил гладко. И хотя у нас есть некий уровень внутреннего единства, мы недостаточно цельные личности. (Как родитель, я предпочитаю верить, что Творец дал мне недостатки, чтобы у моих детей было над чем работать в жизни, когда они вырастут; мне приятнее видеть себя творцом возможностей их роста, чем тем, кто им помешал.)

Но мы не только выросли с недостатками, важно еще как мы воспринимали реальность в детские годы. Маленькими детьми мы считали, что большинство вещей, плохих и хо-

роших, происходит из-за нас. (Ребенок может думать, что родители разводятся из-за него, или что он может их помирить.) В то же время, мы идеализируем родителей, считая, что они во всем поступают правильно. По обеим причинам мы не в состоянии оценить ошибки родителей и как они на нас повлияли. Вместо этого мы бессознательно заключаем: если они нам не дали того, что нам нужно, значит, это наша вина. Должно быть, мы не вполне заслужили их любви.

Больно чувствовать, что тебя не любят. Трудно с этим жить. Поэтому сознание идет нам навстречу: оно прячет от нас эту боль у нас в подсознании. Но она все еще там.

Большинство из нас не осознает, что страдает. Травма, от которой мы страдали, не обязательно влияет на нашу дружбу, работу или другую деятельность, лишает нас счастья и успеха. Как будто незначительное событие может спровоцировать нашу необъяснимую эмоциональную реакцию (потому что был нажат «спусковой крючок» нашего подсознания), однако чувства проходят, жизнь идет дальше.

Дело меняется, когда речь идет о супруге. Нижеследующая теория годится не на все случаи жизни, хотя описывает подавляющее большинство, ключевой момент многих внезапных влечений, откликов сердца на то, что они искали.

Неосознанная связь

Как говорилось, взрослые хотят цельной и безусловной любви – и теория заключается в том, что *вас притягивает человек, в котором вы ощущаете способность обеспечить вас этим*. Когда вы встречаете кого-то, ваши внутренние сканнеры приходят в действие. Они регистрируют выражение его лица, контакт ваших глаз, язык тела, походку, разговор, позу, стиль и поведение. Все это чтобы определить, обладает ли он специфическими качествами. Как бы неромантично это ни звучало, вы часто бессознательно ищете того, кто напоминает ваших родителей.

Люди по-разному реагируют на эту теорию. Если вы считали своих родителей самыми великими, вам было хорошо. А нет, значит, были не так довольны. В любом случае, мнение о том, что мы вступаем «в брак со своими родителями» может нарушить ваше чувство взрослой автономии, и вы можете это не принять.

«Даниэль или Даниэла не такие как мои родители, – можете вы возразить. – Мои родители – оба люди бизнеса, а Даниэль артист. Они экстраверты, а он интроверт. Они как ночь и день».

Но если посмотреть глубже, вы увидите удивительные совпадения. Может быть, Даниэль так же сосредоточен на

своём деле, как родители на бизнесе. А Даниэла выражает вслух те же чувства, что родители. Фактически, в какой-то момент семейной жизни, многие говорят своим супругам: «Не могу поверить, насколько ты похож на мою мать», или «Знаешь, ты ведешь себя, точно как мой отец».

Что лежит за этим влечением?

На поверхностном уровне, нас привлекает что-то знакомое, родное. Если вы встречаетесь просто для удовольствия, развлечения, вас может привлечь что-то экзотическое, но если вы ищете что-то «настоящее», вас притягивает то, что вы «знаете», с чем вам будет легче. А ничто не может быть роднее и известнее, чем собственные родители, которые вас вырастили.

Если они были в целом счастливые, понимающие люди, поддерживали других, открыто выражали свои чувства, вы сразу же почувствуете «теплоту» в том, кто проявляет те же качества.

Но все может быть и сложнее. Потому что ваше подсознание может искать и человека с приносящими вам страдание качествами родителей. Вы можете хотеть вступить в брак с тем, кто не только напоминает вам родителей, но с которым вы переживете те же проблемы. Помещая себя на родную эмоциональную территорию, вы хотите теперь компенсировать все что не получили тогда. Ту любовь, которую вы не чувствовали от них, вы будете стремит получить от супруга и почувствовать себя целой. И, наконец, сможете подтвердить:

«Это не из-за себя я не получила тогда всего от моих родителей. Я получаю это теперь от того, кто чувствует также как они. Я совершенно достойна любви».

Типично, что после нескольких свиданий вы начинаете замечать в партнере черты родителей. Это может даже помешать. Но бессознательное обладает большой силой. Доктор Джефф Ауэрбах, (автор книги *«Как раздражать тех, кого вы любите: практическое руководство к истинной природе отношений»*) реконструирует внутренний диалог.

Сознание: – Почему он (она) это делает? Это меня расстраивает. Я не уверен(а), что хочу иметь с ним(ней) дело в браке.

Подсознание: Ты шутишь? Это же само совершенство. Это именно тот человек, который тебе нужен, чтобы дать тебе то, что ты не получил от своих родителей.

Сознание: Ну, это действительно не так уж важно. И все-таки в ней (в нем) много качеств, которые мне не нравятся.

И тут подсознание наносит самый коварный удар.

Сознание: Но я всегда могу побудить его (ее) *измениться* (стать тем, кем я хотел, чтобы были мои родители).

Моя подруга вспомнила короткий диалог с будущим свекром.

– Я надеюсь, ты осознаешь, – сказал он ей, – что мой сын редко говорит о своих чувствах.

– Ну, я к этому привыкла, – ответила она с легкостью. –

Мой отец такой же.

Она не осознала, что это не совпадение, и шрамы ее несовершенных отношений с ее отцом будут инициировать сражения с ее мужем в попытках добиться от него, чтобы он выражал себя эмоциональнее.

Кроме поисков партнера, который будет вести себя как родители, но на этот раз лучше, вы ищете партнера, с которым сможете выразить различные подавленные аспекты себя. Если вас растили так, чтобы вы жили головой, значит, теперь вы будете искать эмоционального, чувствительного человека. Если учили все планировать, вас может потянуть к человеку спонтанному. Это желание раскрыть утерянные части себя часто влечет к «противоположностям».

Это основные элементы загадки привлекательности. Короче, «щелчок», который вы испытываете, отражает бессознательную надежду на то, что «щелкунчик» исправит ошибки вашего детства и сделает вас цельной. Но без знания вашего внутреннего я вы этого не осознаете. Встретив «неподходящего» человека, ваше бессознательное быстро заключит: «Ничего знакомого, что могло бы удовлетворить мои нужды». А сознательно вы подумаете: «Она очень мила и интеллигентна... но я не чувствую ничего особенного». А если эти невидимые сканеры определяют победителя, ваше подсознание зажжется: «Да! Это тот!». Хотя вы осознаете только: «Ну, он мне действительно нравится, у нас много общего. Я думаю, здесь есть потенциал».

Как вы находитесь под влиянием подсознания, так и ваш партнер. Он тоже надеется, что вы исцелите его раны детства. И она верит, что вы сделаете ее совершенной и вполне любимой. Более того, чтобы вы достигли победы, вам нужно понимать, чего хочет ваш партнер и обеспечить его этим. Тогда вы можете впасть в эйфорию. Ваши романтические чувства будет питать надежда, что все упущенное и потерянное в детстве *вы собираетесь теперь обрести*. Если простая физическая привлекательность может заставить сжаться сердце подростка, предвкушение чувства цельности и достоинства – вот, что заставляет взрослых влюбляться.

Время проснуться

Если бы такая романтика могла продолжаться, вы бы вечно жили счастливо, как в мультфильмах Диснея. Но, когда вы вступаете в брак, раскрывается заговор. Через неделю, месяц или несколько месяцев вы просыпаетесь и обнаруживаете, что больше не в выдуманном мире. И, если вы к этому не подготовились, это может быть шоком.

Джон и Ривка могут вам об этом рассказать. Двое солидных, твердо стоящих на земле одиноких человека, они решили, что к браку готовы. Они работали над собой и обрели качества, которые считали необходимыми для успешных

отношений. Но, как и всех, их растили не лучшим образом, что повлияло на выбор партнера. И вот, что произошло после свадьбы.

Джона воспитывали так, чтобы он в известной мере контролировал окружающее. Его мать была теплым, любящим, многословным человеком, но слишком влезала в его жизнь. Когда он приходил домой, она сразу спрашивала, где он был, что делал, и что собирается делать дальше.

Джон чувствовал, что его загнали в угол, и мечтал о свободном пространстве. Его отец был спокойнее. Яркий и красноречивый, он делился большинством своих мыслей и чувств, но, когда дело доходило до любви, тут ему было трудно. Джон тоже приобрел активный ум и выразительную личность, как отец, и ему тоже трудно было выражать свое восхищение.

Родители Ривки были похожи на тех, но в своем роде. Ее отец был очень умный, но весьма критичный человек и выражал свою любовь только когда она приносила домой самые лучшие оценки. Так что она привыкла к тому, что любовь надо заслуживать, но в глубине души изголодалась по безусловной любви к ней, такой какая она есть. Ее мать была менее склонна судить. Но полная энергии, она была, тем не менее, отделена от многих своих чувств. И, подобно ей, Ривка развила эмоциональную, направленную вовне личность, но с трудом понимала и выражала то, что у нее происходит внутри.

Когда Джон и Ривка встретились, у них обоих сразу «щелкнуло». Ривку привлек острый ум Джона и его личность (которая напоминала ее отца), и от радости она не заметила, что иногда он бывает *слишком* острым. А Джон был привлечен явным интересом Ривки к его жизни (как у его матери) и, к счастью, проигнорировал, что она делает это *слишком* энергично.

Налицо были и «утерянные» качества. Легкость, с которой Джон активно делился своими мыслями, принесла Ривке дыхание свежего воздуха и помогла в полной мере восстановить связь со своими эмоциями. А открытое выражение чувств Ривки пробудило у Джона что-то глубоко скрытое, вернув ему погребенное желание выражать любовь.

Все больше чувствуя, что это «это», Джон и Ривка очень старались исполнить невысказанные нужды друг друга. Чувствуя, что Джону нужно пространство, Ривка не спрашивала о его деятельности, предоставляя ему говорить об этом, когда он захочет. А Джон, чувствуя ее голод по одобрению, часто хвалил ее, подчеркивал ее особенность и не критиковал. Результат был чудесный. «Я чувствую, что все правильно, – сказал Джон с энтузиазмом своему соседу. «Не могу поверить, каким он мне стал близким», – делилась Ривка со своей лучшей подругой. Скоро они обручились и поженились.

Но прошло несколько месяцев, и все стало не таким гладким. Бессознательно Ривка все еще ждала безусловной любви, которую недополучила от отца, а Джон искал неконтро-

лируемой свободы деятельности, которую ему не хватало с его матерью. Но их желания не исполнялись. Наоборот, они ссорились друг с другом, обижаясь, как дети. Мышление Джона оказалось слишком острым, и Ривка воспринимала его как проявление нелюбви. А ее энтузиазм и экстравертность он стал считать ограничением своей свободы. Каждый из них задевал те самые нервы, которые сделали обостренно чувствительными их родители: «Почему все изменилось?» – сокрушенно спрашивали они. И чем труднее им становилось друг с другом, тем больше они начинали думать о себе и о себе. Ривка требовала больше любовного внимания, а Джон настаивал на большем времени для себя – что делало Ривку еще требовательнее, заставляя Джона еще больше отдаляться. Порочный круг все замыкался .

Личностные качества, которые они прежде приветствовали, теперь создали им проблемы. Готовность Джона выражать широкий спектр эмоций теперь раздражала Ривку (потому что так ее «учила» мать). А выраженная эмоциональность Ривки начинала действовать на нервы Джону (чему он «научился» у отца). Родительские внушения «мы этого не делаем», которые раньше привлекали, теперь начали отталкивать.

После нескольких месяцев брака, оба задали себе вопрос, не был ли их брак ошибкой. Но, как ни странно, это привело все *в норму*. Через это прошли многие успешные браки. «Щелчок», который их свел, создал трудности, но также обе-

щал невероятный рост и удовлетворение, *если* оба они постараются понять, чем привлечены, будут работать над своей эмоциональной ношей и бережно относиться друг к другу. Творец мог намеренно создать «неосознанный выбор супруга», чтобы побудить их обоих взглянуть на свои внутренние трудности и преодолеть их, чтобы стать совершеннее не только как индивидуумы, но и как пара.

С большими усилиями (и небольшими консультациями) Джон и Ривка создали прочные и счастливые отношения. Конечно же, их путешествие к целостности могло бы проходить легче, если бы они до встречи лучше понимали себя и начали работать над этими качествами до брака.

Начать сознать

Типичная (и очень упрощенная) история, которую мы сейчас рассказали, показывает как супружеские проблемы часто возникают от этого первоначального «щелчка». Множество браков не удаются из-за недостатка личного развития и/или надлежащих ценностей, другие разваливаются, потому что партнеры не могут или не хотят разбираться в том, что бессознательно движет ими и их отношениями.

Конечно, чтобы избежать этих конфликтов, вы можете миновать «щелчок». Разделенные цели и ценности, взаим-

ное уважение и восхищение, хорошая коммуникация, физическая привлекательность и радость взаимного общения – этого может быть достаточно для прекрасного брака. Хотя сначала отношения могут быть менее интенсивными, чем при неосознанном выборе, они могут стать такими же хорошими, и даже легче. (Я знакома с несколькими людьми, которым оказалось впоследствии легче с партнерами по переписке, чем с теми, кого они выбирали лично.)

Но, если вы хотите «щелчка», приготовьтесь к более углубленной работе. Решение, как и вообще решение супружеских проблем, потребует от вас делать все, что вы можете, чтобы удовлетворить эмоциональные нужды партнера (предполагая хотя бы некоторую степень взаимности). Отдача без условий не только порождает любовь (как вы прочитаете в следующей главе), но помогает исцелить раны детства. Однако трудно давать, когда вы заблокированы чувствами непонятной природы.

Ясно, что все это значит для вашего брака: вы должны подходить к нему со здоровым реализмом и уважением к его сложности, что требует более глубокого знания себя. Как пишет психолог Харви Хендрикс в книге «Получить любовь, которую вы хотите»: «Воплотите вы или нет полный потенциал (интимного, радостного, пожизненного союза), зависит не от вашей способности привлечь совершенного партнера, а от готовности обретать знания о скрытых частях себя». Если хороший брак может быть целительным, то сделать вас

целостным – не забота вашего супруга – *a ваша задача*. Коснитесь старых ран и эмоциональных нужд до брака, тогда вы сможете снизить их болезненность и внесете в отношения меньше обремененности и больше понимания. И с большей вероятностью вступите в брак с тем, кто, как и вы теперь, более совершенен».

Чтобы исследовать свое внутреннее я, проследите как вы росли и как это на вас влияло. Может помочь и проницательный друг. Но для большинства из нас лучше посоветоваться со специалистом, консультантом, который помогает одиночкам готовиться к браку. Получать консультации – не значит иметь проблемы, это значит, что вы ищете помощи, чтобы научиться жить счастливо и наиболее продуктивно. Любой консультант, которого вы выбираете, должен быть дипломированным, совместимым с вами, вашей культурой, религиозными верованиями, и вообще человеком, с которым вы чувствуете связь. Он или она должны быстро определять ваши проблемы и помогать их преодолеть. Хотя это стоит денег, это не будет стоить меньше, когда вы вступите в брак, но все это станет, по крайней мере, вдвое сложнее. Сколько люди тратят на красивую свадьбу, почему бы не выделить часть этой суммы, чтобы подготовиться к успешному супружеству?

Брак растет и расцветает на почве разделенных целей и взаимного уважения. Для некоторых из нас их успех также зависит от преодоления старых проблем и обретения боль-

шей цельности. С достаточными усилиями и внутренней работой – и, как всегда, с молитвой – ваш брак может стать глубоким и вознаграждающим переживанием, каким и должен быть.

ЧАСТЬ 3.

БЫТЬ МУДРЫМ



Основой всякого удачного брака является *ашкафа* (мировоззрение) – прочные, продуманные ценности и здоровое направление. Глава 4 «Любовь и брак» дает взгляд на некоторые основы, которые нужны для успешных отношений. Глава 5 «Утверждение женственности» обращается к часто противоречивым вопросам о еврейской женщине и ее роли сегодня.

Глава 4.

Любовь и брак

Дар любви

Несколько лет назад я говорила с группой старшеклассниц из не религиозных домов о еврейской идее любви.

– Кто-то может определить, что такое любовь, – спросила я.

Молчание.

– Никто не хочет попробовать?

Никакого ответа.

– Знаете что, я буду давать определения, а вы поднимете руки, если согласны. Ладно?

Кивки.

– Итак, любовь, – чувство, которое возникает, когда вы встречаете *того* человека.

Все руки поднялись вверх. А я подумала: *Ой*.

Так многие люди подходят к отношениям. Сознательно или бессознательно, они верят, что любовь – сенсация, сильное чувство (основанное на физической и эмоциональной

привлекательности), которое возникает магически и спонтанно, когда появляется Тот, «Правильный» человек. И с той же легкостью это чувство может дегенерировать, увянуть, когда магии больше нет. Вы влюбились, «впали в любовь», и так же можете «выпасть», разлюбить. Ключевое слово здесь *-пассивность*. Эрик Фромм в знаменитой книге *Искусство любить* отмечает пагубные последствия этого заблуждения: «Вряд ли есть какой-либо вид деятельности или занятий, который начинается с таких потрясающих надежд и ожиданий и потом так проваливается, как любовь». (Эта книга была написана в 1956 году, сейчас прогнозы были бы намного более пессимистичными.)

Так что же такое любовь, реальная, продолжительная любовь? – *Это привязанность, которая возникает из глубокого признания хороших качеств у другого человека..*

Слово «хорош» может вас удивить. Большинство любовных романов не описывают пар, которые восхищаются моральными качествами друг друга, типа: «Меня пленили твои возвышенные ценности», – сказал он ей страстно. – А я никогда не встречала мужчину с такой моральностью», – аукнула она. – Но в исследовании реальных успешных браков (*Хороший брак: как и почему он продолжается*) Юдит Валлерштейн сообщает: «Неожиданно выяснилось, как высоко ценят партнеры моральность друг друга».

Для еврейского сознания тут нет ничего удивительного. Что мы больше всего ценим в себе, то ценим и в других. Тво-

рец создал нас так, что мы считаем себя хорошими (отсюда наша потребность как-то рационализировать, оправдать свои проступки или сожалеть о них). Поэтому мы видим добро и в других. Приятная внешность, общительность, ум, талант (для каждого свое), все это может вас привлекать, но именно добро побуждает полюбить.

Если любовь исходит из признания доброты, она не должна возникать вдруг, вы должны что-то сделать, чтобы она возникла. Любовь – *деятельность*. Вы можете ее создать. Просто сосредоточьтесь на том, что хорошо в другом человеке (у каждого что-то есть). Если вам это сделать легко, вы легко полюбите.

Однажды я была на концерте в частном доме, когда исполнитель, глубоко духовный человек, тепло взглянул на аудиторию и сказал: «Я хочу, чтобы вы знали, я вас всех люблю». Я понимающе улыбнулась и подумала: «Конечно». Оглядываясь назад, я сознаю, что мой цинизм был неуместным. Этот человек естественным образом видел в других хорошее и то, что мы были там, достаточно сказало ему о нас, чтобы он смог нас любить. Фактически, иудаизм идеализирует универсальную, безусловную любовь.

Конечно, есть огромная дистанция до глубокой личной любви, которая развивается с годами, особенно в браке. Но видеть хорошее – это начало.

Сюзанна узнала об этой основе, когда стала встречаться с Давидом. Когда она сообщила родителям эти хорошие но-

ности, они сначала не выражали своего мнения, но в конце разговора ее мать сказала: «Дорогая, я хочу, чтобы ты знала, мы любим тебя и любим Давида».

Немного смущенная, Сюзанна спросила: «Мама, я ценю твои чувства, но, скажи честно, как можно любить человека, которого ты никогда не видела»?

«Мы *выбрали* его любить, – объяснила мать, потому что *любовь – это выбор*».

Нет лучшей мудрости перед браком, чем та, что передала ей мать. Фокусируясь на том, что в человеке хорошо, вы можете любить почти каждого.

И, если вы вообще любите людей, как углубить свою любовь к конкретному человеку? Творец создал нас так, что больше всего на чувства влияют поступки. Например, если вы хотите стать сострадательнее, так думать – это очень важно, но это только начало, давайте *цдаку* (пожертвования) – это действие сделает вас такими. Лучший способ *чувствовать* любовь – *быть* любящим, то есть *давать*. Хотя многие люди верят, что любовь ведет к тому, чтобы давать, истина (как пишет рав Десслер в знаменитой статье о доброте *Кунтрас ахесед*) прямо противоположна. Отдача ведет к любви.

Что такое давать? Когда слесарь с воодушевлением говорит своей не столь увлеченной механическими поделками жене: «Дорогая, смотри, какой я тебе сделал подарок на день рождения, ящик с инструментами с тремя отделениями»! – это не отдача. Или когда родители заставляют мальчика иг-

рать на скрипке, потому что папа мечтал в детстве стать виртуозом, это тоже не отдача.

Истинная отдача, как указывает Эрих Фромм, ориентирована на *другого* человека и включает четыре элемента: Первый – *забота*, активный и выраженный интерес к жизни и росту другого человека. Второй – *ответственность*, удовлетворение его выраженных и не выраженных нужд (особенно во взрослых отношениях, эмоциональные нужды). Третье – *уважение*, «способность видеть человека, как он есть, признавать его уникальную индивидуальность» и, соответственно, хотеть, чтобы человек рос и развивался, как он есть. Эти три компонента зависят от четвертого, *знания*. Вы можете заботиться о том, чтобы нести ответственность и уважать человека, только если хорошо его знаете.

Подлинная, ориентированное на других отдача производит глубокий эффект. Она открывает вам мир другого человека и возможность воспринять его хорошие качества, его в целом как хорошего человека. И когда вы внесете часть себя в другого человека, это позволит вам любить его, как себя.

Много лет назад я встретила женщину, которая мне очень не понравилась. Я решила на ней испробовать теорию «отдача приносит любовь». Однажды я пригласила ее на обед. Потом через несколько дней предложила ей помощь в личной проблеме. В другой раз я прочитала текст, который она написала, и дала свои комментарии. Сегодня у нас теплые отношения. Чем больше вы даете – тем больше любите. Вот

почему родители (которые дали вам больше, чем вы можете себе представить), несомненно, любят вас больше, чем вы их, а вы, в свою очередь, любите своих детей больше, чем они вас.

Поскольку глубокая любовь и близость возникают из знания и отдачи, она приходит не за одну ночь, но со временем, почти всегда после свадьбы. Интенсивность чувств до свадьбы, которую ощущают многие пары обычно обусловлена общим ажиотажем, химией и предвкушением. Это могут быть семена любви, но они еще не проросли. В день свадьбы эмоции достигают пика, но истинная любовь на минимуме, потому что она должна расти в той мере, в какой супруги будут давать друг другу.

Одна женщина объяснила мне почему счастлива в супружеской жизни уже двадцать пять лет. «Уровень отношений может подниматься и опускаться, – сказала она, – иногда очень низко. Тогда есть три возможности: уйти, жить в браке лишенным любви или выбрать любить своего супруга».

Доктор Джил Мюррэй, автор книги *«Но я люблю его: как уберечь свою дочь от контролирующих, насильственных отношений»* пишет: если человек с вами плохо обращается, уверяя, что любит вас, вспомните: *«Любовь – это поведение»*. Отношения расцветают, когда стороны соглашаются вести себя с любовью постоянно и безусловно давая. Не только говоря «я люблю тебя», но и показывая это.

К сожалению, давать не всегда легко. В эгоцентричном об-

ществе ухаживать за собой выглядит достоинством, а давать – часто сопряжено с риском того, что тебя используют. Особенно опасно это для женщин, которые больше склонны к отдаче. После ужина в Шаббат в чьем-то доме некую молодую женщину попросили помочь убрать стол. Защищаясь, она отрезала: «Я не мою посуду». (Меня подмывало ответить так мужчинам, которые не помогали, но я решила: если они не проявляют достоинства, это не значит, что я этого не должна делать.) Женщина может бояться, что после свадьбы станет уборщицей. Но решать, кто первый, не нужно, если оба согласны ухаживать друг за другом.

Вот как это иллюстрирует рав Шмуэль Веффер из программы *Дискавери* образовательного центра Эш – АТора в Иерусалиме:

«Вы с супругой тяжело работали целый год. Теперь можете, наконец, вместе провести долгожданный отпуск и решайте, как это сделать.

– Я так устал за этот год, проводя по сорок часов в офисе, – жалуется вы. – Пойдем в горы, с рюкзаками, а ночевать будем в кемпинге.

– Это что, отдых? – рычит жена. – После заботы о двух детях в течение целого дня мне бы просто растянуться на шезлонге и восстановить силы.

– Да, но я месяцами сидел у письменного стола, что же я буду теперь проводить отпуск в кресле? Мне нужно куда-то выйти, подвигаться, активно провести время.

– Идти из отеля в бассейн и обратно я считаю вполне достаточной активностью для себя.

В итоге вы достигаете компромисса – домик около озера. Но негативные чувства от эгоизма другой стороны у обоих остаются, грозя разрушить ваш отдых, более того, они могут завести вас еще дальше.

Но все могло быть по-другому.

– Ты выглядишь выдохшейся, – говорите вы сочувственно жене. – Может, выбрать тихое спокойное местечко и там провести отпуск.

– Звучит чудесно, но ты, наверное, насиделся в своем офисе, тебе нужно подвигаться. Может быть, возьмем рюкзаки и куда-то пойдём?

– Это было бы неплохо, но для тебя это не слишком? Я думаю, тебе нужно просто расслабиться в эти дни.

– Но тебя же не обрадует просто сидеть на одном месте? Давай придумаем что-то более активное.

В, конце концов, вы приходите к компромиссу: домик у озера. Но вы счастливы и заряжены позитивной энергией, которую получили от партнера. Еще важнее, что вы сделали большой шаг вперед, укрепив свою любовь тем, что спросили не «Что это будет для меня?», а «Что это будет для тебя?».

Отдача, которое порождает любовь, также требует определенности, цельности и сознания своих нужд. (Поэтому вы и не пользуетесь преимуществами отдачи.) Подлинная лю-

бовь исходит не от недостатка, а от желания разделить всего себя с другим человеком. Недавно в такси я услышала по израильскому радио популярную песенку: «С тобой я целый мир, с тобой я вся вселенная, – тянул певец. – А без тебя полчеловека, просто ничто». Ух, подумала я, это же не любовь, а невроз. (Представляю себе, сколько несовершеннолетних девочек умирает от желания, чтобы им это спели.) «Потеря себя» в отношениях, кроме того, требует, чтобы так поступал и партнер или, в качестве альтернативы, был бы доволен вам позволить отдаче с вашей стороны за обоих. Ни один из этих сценариев не хорош. *Здоровая* отдача включает взаимность (в обычных обстоятельствах) и исходит из стабильного самоощущения. В здоровых отношениях вы не теряете себя, а, скорее, находите.

Помимо знания, что такое любовь, важно знать, чем она не является. Любовь не панацея, не лекарство от всех бед. Она не даст вам самоидентификации, смысла и цели. Сама по себе, она не может сделать вас лучшим человеком. И не сделает совершенно счастливым. Отношения с другим человеком никогда не могут это дать – только отношения с Творцом.

Кроме того, любовь не сделает вас эмоционально целостным. Не спасет от изменений, не снимет боли. Даже может ее усилить, пока вы с партнером работаете над вашими проблемами. И, наконец, любовь не «драматична», по крайней мере, не в общепринятом смысле слова.

Любовь, однако, может помочь чувствовать себя в центре и в своем мире, вдохновлять рост, и вносить значительный вклад в ваше счастье. При правильной работе она может исцелить. И если любовь вообще возбуждает и вызывает страсть, есть еще большее удовольствие в тихой драме сближающихся душ. Это глубоко мирное чувство возрастающего единства, наверное, самая чудесная награда любви.

Дорога к единству

Брак является основой, в которой может развиваться любовь. Как и предельное единство душ, хороший брак развивает мощное и несравненное чувство принадлежности, полноты и совершенства. То, что эта возвышенная мицва (заповедь) приносит такое глубокое удовлетворение – один из самых удивительных даров Творца.

Но супружество, как и любовь, осложняется ложными ожиданиями. Частично они коренятся в неосознанной надежде, что брак решит наши детские проблемы (что мы обсуждали в третьей главе). Другой их источник – средства массовой информации, которые продают отношения и вообще жизнь, как бесконечное веселье и кайф. И, конечно, есть еще старая сказка, которую мы интеллектуально не принимаем, и все же она присутствует в наших мечтах: «И после

этого они всегда жили счастливо». (Я своим детям такие истории не читаю. Предпочитаю что-нибудь вроде *Принцесса в бумажном пакете*, в которой рассказывается, что после того, как она перехитрила дракона и спасла ее любимого принца, принцесса поняла, что от олух, и они не женились в конце концов. Все-таки, это ближе к реальности, чем полагаться на естественный ход событий, типа: «и потом они счастливо жили всю жизнь».)

Итак, если брак не мечта, то что же это? Как и любовь, он более основателен, реален и возвышен: *Брак – это духовный союз людей, которые хотят разделить свои жизни и достичь общих целей.*

«Достичь общих целей» может звучать так же романтично как деловое партнерство. Но это глубокие цели: любовь, духовный и эмоциональный рост и чувство единства с супругом.

В то же время, брак – нечто большее, чем личные отношения. Брак, который фокусируется на том, чтобы людям было хорошо вместе, нестойко, потому что не может постоянно обеспечивать хорошее самочувствие, на которое многие надеются. Когда вы живете ради чего-то за пределами своего собственного счастья – такое, как создание семьи, быть частью сообщества, а также содействовать другим (все это часть служения Творцу) – личные проблемы теряют космическое значение, и меньше вероятность, что они разрушат ваши отношения.

Это не значит, что вы не должны быть счастливыми. Но счастье в браке, в жизни – не цель, а побочный продукт.

За ним нельзя гнаться, счастье исходит из того, что хочет ваше истинное я. Если вы используете то, что вам дал Б-г, чтобы давать это другим, вы счастливы. Если вы и ваш партнер стараетесь помогать, давать друг другу в рамках ваших общих целей, которые превосходят вас, – вы счастливая пара.

Брак, ориентированный на цель, требует времени и терпения. Я помню, что после трех месяцев замужества удивлялась: «Если муж с женой должны быть близки, почему до сих пор часть меня все еще чувствует себя ближе к моей соседке по комнате, с которой мы вместе учились?» А потом поняла, я не могу сразу стать с ним такой же близкой. Пока вы об этом мечтаете, заключение брака еще не последняя пристань. Это начало долгого процесса построения чего-то общего, и награда за строительство приходит не в конце, а на каждом шагу этого пути.

Чтобы достичь целей, нужны усилия. Казалось бы, это ясно, но многие взрослые сразу видят провал, как только возникают трудности. Я знакома с одной женщиной, муж которой сказал ей вскоре после свадьбы: «Ну, у нас ничего не выходит, так что я думаю, нам следует развестись», – что они и сделали. Даже в самых лучших отношениях бывают конфликты и неудовлетворенность, но обе стороны вкладывают в их разрешение постоянное усилие и укрепляют связь. *Бла-*

годаря работе над разрешением проблем брак становится прекрасным.

Факт, что супружество требует работы свидетельствует о несовершенстве и неполной совместимости с вами вашей половины. Достаточно и того, что вы разного пола. *Супруг – не исполнение фантазий.* Я спросила группу подростков, которые считали, что любовь – это чувство, которые человек получает: «Кто из вас ожидает, что ваш супруг удовлетворит все ваши эмоциональные нужды»? Снова поднялись все руки, и снова я подумала: «Ой»!

Супруг должен разделять ваш общий взгляд на главные вопросы жизни и стать вашим самым близким другом. Но, пока он не стал волшебником, не ждите *всего*. Вам, возможно, придется обращаться к учителям за интеллектуальной стимуляцией высокого уровня и к друзьям вашего же пола для понимания проблем своего супруга, которые он, при всех усилиях, не может вам объяснить. И ваш партнер не будет суперменом или супер-вумэн в изучении Торы, карьере или приготовлении пищи. И не будет выглядеть как супер-модель. (А без тонны макияжа, освещения и прически даже супер-модели не выглядят супер-моделями.) Но все это не означает, что соединились в браке не с тем человеком. Это значит, что вы вышли за *такого, как вы*. Ваш супруг будет не совершеннее вас, но как задушевный друг (смотри конец главы 5), *для вас* будет совершенством.

Брак основан на реализме – и одна из вещей, которые мо-

гут его уничтожить, это пустые фантазии, которые раздувают, например, средства массовой информации. Хуже всего телевидение. Проблема даже не в том, что нам показывают – прекрасные пары, проблемы которых решаются в течение получаса сценического времени – а в самом средстве. Телевидение создано для примитивных, грубых и быстрых действий. Любое шоу, которое пытается отобразить что-то тонкое, длительное, спокойное, как развитие прочных семейных отношений, потянет нас на сон. Эти ограничения делают телевидение *антиреальностью*, что также означает *антилюбовь* и *антибрак*. Если мы много смотрим телевизор, мы проникаемся вымышленными отношениями. Если вы серьезно хотите любви и семейной жизни, меньше смотрите телевизор и больше времени проводите в реальном мире с реальными отношениями. (Я прекратила смотреть телевизор в 18 лет, прочитав книгу Джерри Мандера, *Четыре аргумента, чтобы убрать телевизор*, после которой поняла, что я в своей системе этого не хочу, и это стало одним из лучших вкладов в мой будущий брак.)

Но если вы можете выбирать сколько времени проводить перед телевизором, вы не можете это сделать с другими влияниями на ваш брак, например, отношением родителей. Их неудачный брак или развод могут вызвать беспорядок в вашей семье (и, как с любой детской травмой, с вашими чувствами лучше работать специалисту). Но это не значит, что вы повторите их судьбу, если подготовитесь к своим отно-

шениям и будете над ними работать в процессе брака. Опрос большинства счастливых супружеских пар показал, что браки их родителей были *несчастливы*. И так же, счастливый брак ваших родителей не означает автоматически, что вы пойдете по их стопам, как и показывает печальная статистика. Хотя прошлое влияет на будущее, но не определяет его, это делают Б-г и вы. Выбор мудрости и роста даст вам силы, с Божьей помощью, создать такую семейную жизнь, какую вы хотите.

Как и любовь, брак – это вещь, которую вы создаете. *Ваше личное развитие и желание работать повлияют на ваш успех намного больше, чем партнёр, с которым вы заключите брак.* Как выражает это рав: «Что заставляет брак быть удачным? *Умение* заставить его быть удачным». Отдача, общение, уважение, желание расти – строительные блоки прочного, счастливого союза.

Главный из аспектов успешных, длительных отношений – единство супругов. Единство означает, что вы смотрите на себя как на одно целое, обособленную единицу, в которой каждая из сторон действует и чувствует в тандеме. Кроме любви и эмоциональной близости, одна вещь принципиально важна для достижения единства – *исключительность*. Это подразумевает создание границ, необходимых для охраны вашей частной жизни и обособленности ваших отношений.

Фрэн дружила с Крэгом, когда встретила будущего мужа.

Она вышла замуж и стала по-новому определять свои старые отношения: «Я больше не друг Крэга – *мой муж и я, мы* друзья Крэга. Я часть пары, и я не хочу дружбы с женщиной, независимой от мужа. Я отступила назад и эмоционально. Мой муж не ревнует, не чувствует неуверенности – так здоровее. Вначале, это было немного трудно для Крэга, но он это понял».

Особенно во взаимодействиях с противоположным полом каждая здоровая линия, которую вы проводите, («Мы уже не можем дружить в той мере, что раньше») – это акт любви к вашему супругу, который делает ваш брак святым местом, предназначенным только для вас двоих.

Но суть единства – *взаимная идентификация* – видеть партнера, как часть себя, разделяя его боли (как сказал врачу о жене праведный раб Арье Левин: «у нас болит нога») и радости. То, что травмирует его, приносит огорчение вам, а то, что утешает ее – утешает и вас. Это соглашение, взаимное обязательство брака. Или вот еще лучше определение, которое я слышала: «Я не заключал соглашения со своей рукой, но я – это моя рука, и моя рука – я». И как жуткая беда, типа гангрены, заставит ампутировать руку, так лишь что-то тяжелое, неизлечимое побудит вас разорвать союз с супругом.

Взаимная идентификация также означает принесение в жертву части своей независимости и желаний ради союза. Я знакома с человеком, который по делам бизнеса должен часто выезжать за границу. Его жена ужасно одинока, но он лю-

бит свою работу и отказывается ее менять. Это не брак. Как танец вдвоем требует синхронности, так при каждом движении в браке нужно иметь в виду счастье партнера.

Когда вы вступили в брак и стали одним, никто не исчез. «МЫ» строится из двух «я», а не из двух никто. Кем вы продолжаете быть и что вы, как личности, вносите в брак, – то и дает силу вашему единству. В то же время, вхождение в одно целое делает каждого из вас гораздо больше, чем вы были по отдельности.

Несмотря на весь реализм, брак – что-то сверхъестественное. Его формула не $1+1=2$, и не $\frac{1}{2} + \frac{1}{2} = 1$, а $1 + 1 = 1$. Так можно наложить красный цвет на синий, чтобы получить пурпурный, и при этом видеть все три цвета одновременно: то есть каждая личность сама по себе плюс ваше общее достояние и судьба.

Любовь и брак – духовное путешествие, зовущее к изменению и росту опираясь на мудрость. Хотя дорога иногда может быть неровной, если вы знаете цель и хотите стараниями проложить к ней путь, ваши труды будут щедро вознаграждены.

Глава 5.

Утверждение женственности

Когда я еще была не замужем и только недавно начала вести религиозную жизнь, многие говорили о роли полов в браке. В поисках наставления моя подруга Шири обратилась к одной умной религиозной женщине, матери нескольких детей, и спросила, что она думает по этому поводу.

«Я сама веду дом, – ответила женщина. Это освобождает моего мужа, чтобы все время он мог посвятить учебе и преподаванию».

Шири надеялась на другой ответ. «Я в традиционном женском кругу, – сказала она, – но я никогда не смогу жить при таком черно-белом распределении ролей. У меня слишком много интеллектуальных нужд, которые я не смогу удовлетворить, если целый день буду заниматься домашним хозяйством и заботой о детях. И я не хочу, чтобы моих детей растила домработница. Поэтому мне нужен муж, который больше будет принимать участия в жизни дома».

Женщина покачала головой. «Ни ты, ни твой муж не разовьете свой потенциал, если будете друг у друга на подхвате. Чтобы преуспеть, ты должна специализироваться. У твоего мужа должна быть своя сфера, а у тебя своя».

Шири почувствовала себя удрученной. «Это имеет

смысл, – призналась она потом, – но что если это мне не подходит?

Шира вышла замуж за человека, с которым построила жизнь, какую хотела. Тем не менее, ее привлек традиционный идеал жены, которая занята домом целый день или, по крайней мере, работает, чтобы дать возможность мужу учиться. Но еще долгое время она колебалась между ощущением неадекватности своих прежних чувств и возвращением к ним.

Робин – мама с двумя маленькими детьми. Она проводила все время дома, когда ее муж, профессор, который преподавал еврейские науки, привез семью в Израиль на субботний год (седьмой год отпуска для научных работников). Она зашла в гости и выглядела несчастной. «Я думаю, мой муж меня не уважает, – сказала она мне. – Он воспринимает этот год как возможность для интеллектуального роста, и все время посещает уроки. Я тоже иногда хожу, но через час или два я готова вернуться домой к своим детям».

«Так в чем проблема?»

«Ну, я не думала, что она есть, но мой муж так не считает. Недавно он меня спросил: Ты не хочешь что-то сделать со своей жизнью? Не собираешься как-то расти? – Но я люблю читать своим детям новые книжки, печь с ними печенье, учить их ивриту и играть с ними. И я чувствую, что *расту*, занимаясь с ними целый день».

Она печально посмотрела на меня. «Я стараюсь чувство-

вать себя хорошо, но недавно стала думать, может быть, что-то упускаю»?

Не у всех еврейских женщин есть такие дилеммы. Некоторые спокойно выбирают дом. А другие наоборот. Некоторые с чувством удовлетворения балансируют между домом и карьерой. Но в светском и еврейском обществе последнего времени часто слышатся громкие и противоречивые высказывания о роли женщины в семье и многие начинают путаться.

Мужчина вы или женщина, ваши мысли о роли еврейской женщины будут сильно влиять на другую половину, на отношения, которые вы постройте, на удовлетворение, которое принесет вам брак и семья. Так что независимо от вашего отношения к традиции, следующая перспектива на роль еврейской женщины может помочь вам оценить конфликтующие нужды современной женщины, и, если надо, обсуждать их и достигать компромисса.

Традиция

Что говорит иудаизм и еврейская традиция о женщине и ее предназначении в мире?

Тора предваряет творение женщины словами: «И сказал Творец: нехорошо человеку жить одному, сделаю ему по-

мощника, подходящего ему» (Берешит 2:18). Женщина создана, чтобы помогать мужчине. Роль «помощника» сочетается с рядом немного режущих ухо слов: подчиняться, прислуживать, и так далее, что означает второстепенную роль.

Но действительно ли это означает помогать?

Возьмем самого большого помощника: Творца. Он не подчиненный. Если вы когда-нибудь просили Его, значит понимали, что Он может помочь, а вы нуждаетесь в помощи. И так же определение женщины как помощницы мужу не ставит ее ниже его. Это просто значит, что она может больше помочь ему, чем он ей, что муж больше нуждается в помощи. И как Создатель из-за того, что вам помогает, не становится для вас менее важным, так и женщина, которая вносит свой вклад в достижение общей цели, не становится менее значительной.

Более того, «помощник» не значит «слуга». Слуга подчиняется приказам, а помощник пытается сделать хорошо тому, кому он помогает. Еврейское слово *кенегдо*, «подходящего» буквально означает «напротив него». Женщина стоит напротив мужчины, глядя на него со своей позиции и решая, как ему лучше помочь, иногда даже противореча ему.

Для какого рода помощи была создана женщина? В саду Эден у мужчины и женщины практически не было физических нужд. Они не носили одежды, а еда была готова, нужно было только сорвать. У мужчины не было работы, ему не нужна была ни домохозяйка, ни секретарь. Женщина могла

оказать только *духовную* помощь. Но после фатальной ошибки, когда она съела от дерева добра и зла и дала мужу, мужчина был проклят физическим трудом, тогда, можно сказать, и ее роль помощницы перешла в материальную плоскость. Например, готовить еду, которую он выращивает и приносит домой (а сегодня покупает). И все же смысл ее создания и существенная помощь, которую она должна оказывать, остается духовной.

Так что же, раз женщина – помощник мужа, если его бы не было, не нужна была бы и она? На этот вопрос отвечает известный мидраш, давая нам более глубокое понимание роли женщины.

Когда мы были рабами в Египте, написано в Торе, фараон приказал топить всех новорожденных мальчиков в Ниле. Мидраш (Ялкупт Шимони, Шмот 2:165) рассказывает, что лидер того поколения, Амрам решил, что не будет приводить детей в мир, чтобы их не постигла такая ужасная участь, и развелся с женой, Йохевед. Остальные мужчины последовали его примеру. Но пятилетняя дочь Амрама, Мирьям, упрекнула отца: «Ты хуже фараона. Фараон приказал убивать только мальчиков, а ты, совсем отказываясь от детей, уничтожаешь этим и девочек».

Амрам мог ответить: «Ну и что. Если не будет мужчин, зачем женщины»? Но не ответил, а тут же снова женился на своей жене, и за ним так поступили остальные мужчины. От его единства с женой родился Моше (Моисей), который вы-

вел нас из Египта к горе Синай для получения Торы. Амрам понял невысказанную идею Мирьям: *женщины имеют самостоятельную ценность*. Наше освобождение из рабства и возникновение народа Б-га произошло благодаря утверждению ценности, внутренне присущей женщинам.

Конечно, эта ценность может раскрыться и непрямо, через влияние на других. Я знаю бездетную женщину, которая помогала множеству физически и умственно проблемным детям, даже семи сразу. Если встретите ее, не увидите в ней ничего особенного. Она именно этого и хочет. Но каждый ребенок, которого она нянчила и растила, – мощное свидетельство ее спокойной силы и внутреннего величия.

И кроме помощи мужу у женщин есть смысл в жизни. Может быть, они помогают и в космическом смысле, внося то, что необходимо *всем*. В мидраше Адам, получая благо от помощи жены, представляет не просто мужчину, но все человечество. Как же женщина помогает всему человечеству?

Она, как говорит Тора, была создана из ребра мужчины. Ребро охраняет жизненно важные органы, оставаясь невидимым. Этот символ наводит на мысль, что роль женщин – быть стражем духовности, поддерживая сознание того, что внутри.

Можно много говорить о скрытости, скромности. Невидимое всегда могущественнее. Опять лучший пример – Творец. Он, Создатель вселенной, поддерживающий ее каждое мгновение и входящий в каждую частность нашей жизни, со-

вершенно невидим. Хотя Он вне нас и вне досягаемости, у всех нас внутри есть Его часть – наша *нешама* (душа). Это вечное и самое реальное я, движущая сила наших величайших достижений невидима и находится внутри.

Как женщина выражает свое отношение к тому, что внутри?

Краеугольный камень этой связи и доблесть женщины – *цинут*. Это слово неадекватно переводят как «скромность», но его следует понимать широко, речь идет не только об одежде и стиле поведения. А это понимают лишь немногие.

Корень слова *цина* – «обособленность», здесь имеется в виду сознание в действии. *Цинут* начинается с осознания, что источником вашей уникальности и ценности является не внешность, признание, таланты или то, что видно. Истинное я – это кто вы внутри – ваша способность приближаться к Творцу тем, что вы совершенствуетесь, становитесь лучшим человеком. И *цинут* – знание, как в общении с миром сохранять свое внутреннее я, скорее осмысляя и отражая, чем активно и блистательно выражая.

Я читала рассказ, как группа женщин устроила свидание подруге, профессору, с незнакомым человеком. Они предупредили мужчину, что так как она интеллеktуал, она предпочитает одеваться консервативно. Вместо этого она появилась в блузке с глубоким вырезом и юбке с разрезом до бедра. «Ничего себе!» воскликнул он. «Ваш мозг совсем это не

отражает!»

Общество слишком озабочено внешним видом, поверхностным. Мы уделяем больше внимания тому, как выгладим, чем своей сути. *Цниут* призывает обратить внимание даже не на интеллект, а на нечто большее – нашу душу. Если тело, одежда и поведение не привлекают внимания, легче разглядеть *нешаму*. Скромная внешность побуждает людей обратить внимание на более глубокие проявления – на то, что вы поистине собой представляете, они побуждают вас оценить себя.

Мидраш говорит, что, создав женщину, Творец сказал ей: «*теге иша цнуа* – будь (скромной) женщиной, которая определяет себя изнутри» (Берешит раба 18:12). *Цниут* – добродетель обоих полов, но ее особый хранитель – женщина. (Обсуждение глубокого смысла *цниут* я даю в своей книге *Снаружи/Внутри*.)

Второе важное выражение женственности, связанное с *цниут*, – ведение дома. Его смысл в создании питательной среды внутреннего я. Значительная часть нашей жизни проходит на публике, где нам часто приходится носить униформу, а нас ценят по внешним критериям. Иудаизм видит в женщине особую эмоциональную одаренность, необходимую для создания дома, частного святилища, в котором вы возвращаетесь к себе.

Как и большинство занятий, домоводство сегодня пред-

ставили без его духовного содержания. И последствия этого очень пагубные. Если вы лишаете духовности медицину или закон, у вас все же остается интересная профессия, привлекательная для сознания и амбиций. Но если вы изымете духовность из ведения дома, вы остаетесь просто с повседневной работой, которую многие считают бессмысленной и скучной. Но ведение дома не сводится к его уборке. Это создание места, где в наилучших условиях могут развиваться тело и душа.

Домоводство также страдает от отсутствия дохода и публичного признания. Но они не имеют духовной ценности. Звезда баскетбола получает в год несколько миллионов долларов, а те, кто спасали евреев во время Катастрофы, не получили никакого вознаграждения. Так и домохозяйки. Самые важные работы не оплачиваются (по крайней мере, недостаточно). И не обязательно делают людей известными. Рав Нахум Браверман (автор книги *Смерть Купидона: восстановление мудрости любви, свиданий, романтических отношений и брака*) писал: мать Тереза может получить нобелевскую премию за заботу о больных, грязных и беспомощных людях в Калькутте, а миллионы безвестных домохозяек во всем мире делают то же самое в собственных домах.

Кроме заботы о детях многих жен еще возмущает «служение» мужьям. Домохозяйка, которая несколько поколений назад чувствовала, что служит своему мужу, знала, что и он служит какой-то большой цели (например, обеспечивает

«хорошую жизнь» ей и детям). Сегодня он может служить только своему эго. Если так, почему и ей не служить себе и не оставить домашнее хозяйство ради чего-то с более высоким профилем? Но в еврейском браке, муж и жена служат только Творцу.

Еще важнее то, что домашнее хозяйство не просто служение. Это питание и доброта для тех, о ком мы заботимся больше всего.

В первую пору после замужества я была излишне чувствительна ко всяким выражениям «услужения». Однажды вечером, мой муж сидел за столом в гостиной изучая в то время как я читала на диване. И тут заметила, что он поднял глаза, откинулся на спинку кресла, и показался немного нерешенным и отвлеченным. Вскоре он вернулся к своей учебе, но уже через несколько минут снова остановился и посмотрел вокруг беспокойно. Я спросила, все ли в порядке.

– Я просто чувствую, что мне что-то нужно... может быть... печенье?

Я подняла брови.

– Должна ли я понять это так, что, поскольку ты не хочешь взять его сам, ты бы хотел, чтобы я тебе подала?

С самым милым и ласковым взглядом на который он был способен признался:

– Да.

Я не собиралась бежать.

– Один вопрос.

Я знала, что он не мужской шовинист (и не дурак), поэтому мне был известен ответ, но все же я хотела его услышать.

– Ты хочешь, чтобы я тебе принесла печенье, потому что считаешь, что я тебе должна подавать, или ты хочешь почувствовать, что о тебе заботятся?

Он не колебался.

– Последняя причина.

– Тогда, – ответила я, – я буду рада это сделать.

Я пошла на кухню, разложила на тарелке несколько приготовленных мною печений, налила в стакан молока и принесла ему с самой теплой моей улыбкой. Он поблагодарил меня и вернулся к своим занятиям, иногда с удовольствием лакомясь печеньем. Это не прислуживание. Это любовь. (И хороший муж будет делать то же для жены.)

Забота ведет нас к еще одному традиционному проявлению женственности. Если дом – место, где человек может получить любовь и признание, то детям он должен дать воспитание – и, поскольку женщины чаще всего выбирают себе роль главных воспитателей, это обычно означает материнство.

Материнство – могучая сила. Прививая следующим поколениям ценности своего народа, еврейские матери сохраняют иудаизм. Вы можете спросить: «Но разве не школа и друзья больше обуславливают интерес в еврейской жизни?» Это зависит от качества материнства. Если под материнством по-

нимают обеспечение едой и одеждой, организацию получения социальных и академических навыков, тогда дети будут приветствовать чужие влияния. Но если кроме всего этого материнство означает любовное внедрение позитивных ценностей не только обучением, но, что важнее всего, примером, тогда мать может иметь самое сильное влияние на ребенка.

Воспитание и образование происходят на разных уровнях. Мои родители старались, чтобы их ценности светского образования, культуры и комфорта доминировали в моей жизни. В то же время они, особенно мать, несознательно внушали более важные убеждения: жизнь имеет смысл, есть абсолютная мораль, и следует всегда верить в себя. Это привело меня к жизни, которая совершенно не похожа на их, но приносит мне огромное счастье. Несознательное влияние моей матери было настолько сильным, что оно подрывало те самые ценности, которые она сознательно хотела в меня внедрить. (Может быть, она жалеет, что не дала мне то, что хотела, но я люблю ее за то, что она мне дала.)

Тем не менее, этот более глубокий, неосознанный вид формирования человека, как показывают факты, убывает. В 1988 году Бенджамин Спок в знаменитой книге о воспитании детей жаловался: «социальные болезни и трагедии происходят от нашей духовной нищеты», – и констатировал: «наше общество разобщено, распадается». В том же ключе известный педагог, ребецин Ципора Геллер, однажды сказа-

ла: «в шестидесятые и семидесятые годы люди приходили к иудаизму в поисках духовности, сегодня они ищут морали». Большая часть западного мира порой похожа на покрытое воском яркое яблоко, которое гниет внутри. Единственное решение – вновь утвердить и усилить влияние на детей. И у матерей в этом ключевая роль.

Осознание роли материнства должно обратить наше внимание на будущую семейную жизнь. Если вы и муж планируете работать целый день, поместить детей на целый день в сад, на попечение няnek или предоставить заботиться самим о себе, уделять им час или два только в конце дня (если у вас останутся на это силы), подумайте дважды. Детям нужно качественное время, но им еще нужно *количество* времени. Если любящие дедушка с бабушкой или постоянная нянька, которые разделяют ваши взгляды и ценности, могут помочь, все равно дети обращаются к маме и папе. И дети не учатся самым важным вещам в жизни и не радуются достаточной близости с родителями благодаря маленьким порциям концентрированного внимания, каждая из которых «предположительно несет концентрат хорошего родительского воспитания», по словам Джудит Валлерштейн и Сандры Блэйкли (авторов книги *Хороший брак.*) «Дети не покупаются на идею о качественном (кратком, но интенсивно направленном на них) времени. Они достаточно глупые, им нужно само по себе время, а не только целевое время сна, время еды, время рассказа, время игры. Им еще нужно время, чтобы просто

побыть вместе, не глядя на часы. Они не соблазняются родителями, которые только им читают, как бы это все красиво ни было представлено, считая, что им слишком мало помогают, и испытывают потребность проводить с родителями больше времени». Дети нуждаются в постоянном присутствии родителей, потому что многому учатся, впитывая, будучи рядом в течение дня с тем, у кого они могут усвоить, что такое жизнь.

Еще важнее детям усвоить кто *они*. Один профессионал рассказал мне: «Дети в моем центре все социально благополучные и хорошо учатся. Но не знают, кто они. У них нет реального чувства своего я». Самостоятельность вырастает из постоянного места в мире и постоянных ролевых моделей. Детям нужна любовь. И лучше всего ее обеспечивают те, кто полностью предан им и любит их уникальность, – иными словами, это родители.

Но внутреннее влияние идет в первую очередь и в основном от женщин. В законодательном ответе середины прошлого века рав Залман Сороцкин пишет, что во времена, когда необходимо усилить веру, наш первый приоритет – женское образование, потому что женщины более восприимчивы к вере и могут влиять на мужей и детей (*Мознаим леминат* 1:42). По природе, как жены и матери, женщины держат в руках ключ к будущему.

Материнство не должно быть ограничено воспитанием только своих детей. Первая женщина, Хава (Ева), названа «матерью всего живого» еще до того, как родила (Берешит

3:20). Как и помощь, материнство простирается далеко за пределы биологической функции. Лелея и растя в людях, в муже, подругах, их детях, сотрудницах, учениках, знакомых и всяком встречном лучшее, что в них есть, любая женщина может проявлять материнство в мире, который так остро нуждается в нем.

Хотя люди часто не ценят невидимое и внутреннее, это делает Творец. В Талмуде (Бава батра 10б) рассказывается о мудреце, у которого сын чуть не умер, но прежде чем его душа вернулась в тело, ей показали тот мир. Он сказал о нем: «Там все наоборот. Верхнее – внизу, нижнее – наверху».

Отец ответил: «Ты видел ясный мир».

Мир истины противоположен нашему миру. В будущем мире то, что так ценит общество, ничего не будет стоить, а духовность, теплота и забота – все, чем так пренебрегают, будет значить все. Так же будет в эпоху Мессии, историческом «будущем мире».

Рав Арье Каплан говорит, что женственность представляет будущее. Роль женщины – внести ценности будущего в настоящее.

Изменение

Мы обратили внимание на традиционные женские ценности. Но хранить их нашим прабабушкам было намного легче, чем многим женщинам сегодня. Наш мир все еще потрясен величайшей социальной революцией в истории: женским движением, которое поставило под вопрос роль полов в семье и обществе.

Реакции мира Торы на феминизм часто были «за» или «против». Многие с левого крыла смотрели на это как на благословение свыше, а с правого края – как на угрозу. Но ясно, что феминизм принес как положительные, так и отрицательные изменения, пройдя через период путаницы и смятения, когда возникло это движение.

Понимание пола было основной темой нескольких предыдущих поколений. Женский ум веками воспринимался как конкретный – от этого мира, сосредоточенный главным образом на доме и здоровье. А мужской ум, наоборот, как далеко идущий и абстрактный, ставящий такие цели как изучение Торы. Женщины поэтому получали свои знания об абстрактных вещах от мужчин, которые соответственно имели больший *социальный статус*.

Я говорю социальный статус, потому что Творец смотрит на вещи иначе. Согласно *Сефер адорот*, раби Йеошуа, выдающемуся мудрецу Торы, было сказано во сне, что его место в будущем мире будет рядом с мясником Нанасом. Пораженный такой несправедливостью, он решил найти этого Нанаса и посмотреть в чем дело. И увидел, что это был про-

стой, малообразованный еврей, который преданно ухаживал за престарелыми родителями. Увидев это, раби Йеошуа воскликнул: Счастлив мой удел: я буду рядом с раби Нанасом, мясником!»! Как великий ученый Торы, раби Йеошуа занимал несравненно более почетное место в этом мире. Все признавали его уникальность, данный ему Творцом потенциал, но в Его глазах они были одинаковыми. И, несмотря на свои различия, мужчины и женщины в равной мере способны достичь духовного величия своими путями.

Но «собственный путь» женщины не обязательно должен соответствовать былым временам. Все большее количество женщин осваивают весьма абстрактное мышление, получая докторские в точных науках, психологии и философии. Они достигают и новых уровней в Торе. В иудаизме все не случайно. В каждом поколении определенные энергии, исходящие от Творца, формируют нашу жизнь (Гаон из Вильно, *Эвен шлема* 11:9). Поэтому, если женщины меняются, вместе с тем меняются и духовные влияния на наш мир.

Фактически, изменения, которые мы видим, были предсказаны во многих источниках Торы.

В Торе написано: «И Б-г сделал два великих светила» (Берешит 1:16), что предполагает их изначальное равенство. Но фраза продолжает «большее светило, чтобы править днем, и меньшее светило, чтобы править ночью». В Талмуде (Хулин 60б) рассказывается, что луна спросила Творца: «Властелин

мира, разве могут два царя делить одну корону? – Иными словами: разве могут сосуществовать два равновеликих светила»? Творец ответил: «Иди тогда и уменьши себя». Пытаясь потом безуспешно утешить луну, Он сказал ей: «Принесите Мне утешение за то, что я сделал луну меньше».

По традиции женщину символизирует луна, а мужчину – солнце. Мидраш рассказывает, что вначале оба были окутаны светом (а свет обычно символизирует Тору, см. Мишлей 6:23). И женщина была способна проникать тогда в глубины Торы как мужчина. А затем потеряла что-то от своего абстрактного мышления, и ее путь к духовному совершенству стал в большей мере земным.

Но в будущем женщина восстановит свой свет, как пророчествует Исайя (30:26): «Свет луны будет как свет солнца». В благословении новолуния мы молим: «Да будет Твоя воля... исправить унижение луны, чтобы не была умалена. Пусть свет луны будет как свет солнца и свет семи дней Творения таким, как прежде, пока она не была уменьшена».

Иеремия (31:21) говорит об изменении женщин еще выразительнее: «Творец создал на земле новую вещь, женщина станет мужчиной». Раши, выдающийся комментатор Торы XXI-го века, понимает это так, что женщина будет искать расположения мужчины (интересный переворот ролей). Далее он предлагает еще более интригующее объяснение: женщина перевернется, чтобы быть мужчиной. Если еврейская традиция хочет, чтобы мужчины были мужчинами, а жен-

щины женщинами, что же это значит? Таргум Онкелоса дает ответ. Этот комментирующий перевод на арамейский язык (выполненный римлянином, племянником императора Тита, принявшим еврейство) переводит фразу «женщина обратится в мужчину» как «Дом народа Израиля будет учить Тору». В отличие от термина *бней Исраэль*, что буквально значит «сыны Израиля», *бейт Исраэль*, «дом Израиля» относится к обоим полам (как Раши разъясняет фразу в Дварим 34:8). В будущем, женщины будут изучать Тору как мужчины.

Более широко это объясняет известный хасидский комментарий 19 века *Маор вашемеш* (к Шмот 15:20). Наш мир, как он объясняет, подобен линии. У линии есть начало и конец, каждой точке предшествует другая, и за ней следует другая. Линия символизирует иерархию. И так же Тора в нашем мире иерархична: каждый знает больше кого-то и меньше другого человека, то есть каждый обращается к кому-то «впереди нас» по мудрости. А в будущем мир будет подобным кругу без начала и конца, не будет ни впереди, ни позади, только точки равноудаленные от центра. Согласно *Маор вашемеш*, «женщина будет *окружать* мужчину», то есть «женщина» символизирует человечество, а «мужчина» – Творца. (Хотя Он выше разделения по полам, но по традиции дающий воспринимается как «мужчина», а принимающий как «женщина».) Потом все души будут как точки на круге, с Творцом в центре. Вместо получения знания от

других, мы будем учиться прямо у Него, мужчины и женщины в равной мере. Так говорит пророк Иеремия (31:33): «И больше не будет учить человек соседа... ибо все будут знать Меня, от самого малого до самого великого...».

Эти пророки и комментаторы говорят об искуплении, мессианской эпохе. Но когда искупление (освобождение) приблизится, изменения уже начнут проникать в мир, чтобы подготовить нас (Кузари 4:23). Это время уже близко, и *эти изменения стали происходить*. Женщины сознают, что могут развивать себя, что редко делали раньше. Рав Арье Каплан пишет: «Новое сознание у женщин – просто предвестие, искра света в будущей мессианской эпохе.

С этой точки зрения в феминизме можно узреть осуществление воли Творца. Поэтому рав Каплан описывает положительное явление, которому мы являемся свидетелями, как «новое сознание среди женщин», а не как «феминизм» или «женское движение».

Каждую энергию, которая приходит в мир, можно использовать для святости или неправильно употребить на ее противоположность. Например, мессианская эпоха, как предсказано и исполняется, принесет экономическое равенство, научные открытия и возвращение еврейского народа на свою землю. Но идея экономического равенства была извращена в неправильных руках и стала коммунизмом. Наука, которая должна раскрывать величие Творца и нести благо чело-

вечеству, тоже стала оружием атеизма и массового разрушения. А сопровождаемое многочисленными чудесами возвращение на Землю Израиля должно еще перерасти в основанное на Торе общество, служащее «светом для народов».

И так же с изменениями в женщинах. Принеся много хорошего, они вызвали много нездоровых идеологий. Хотя у женщин теперь много новых возможностей в плане карьеры и личной свободы, они стали жертвами овеществления, мужских ожиданий и девальвации внутренней жизни. В результате, одни женщины чувствуют, что реализовали себя, свой потенциал, а множество других ощущают себя несчастными и изуродованными. Это часть той картины, которая была предсказана и о которой пишет р. Каплан: «Потрясающие изменения в конце приведут также к огромной путанице, которую часто называют *хевлей Машиах* – родовыми муками при рождении Машиаха».

Мир Торы также что-то приобрел, и что-то потерял от женского движения. В более либеральных кругах, которые приветствовали феминизм, женщины теперь получают благословение углубленного и расширенного изучения Торы и большего участия в еврейской жизни. Но и негативная сторона феминизма не прошла даром. Поэтому консервативные круги приняли серьезные меры, чтобы защитить и усилить традиционную женскую роль. Но при этом некоторые чувствуют, что отвергается все позитивное, что внес феминизм. Поэтому еврейское общество разделилось в вопросе о роли

женщин.

Кроме всего, феминизм разрушил у некоторых евреев образ иудаизма и, что еще важнее, представление о себе. Раньше для посторонних иудаизм был чемпионом в сфере женского равноправия и они обвиняли «раввинский истеблишмент» в сопротивлении. Но эта атака вызвала путаницу, сомнение в себе и легкую эрозию еврейской гордости внутри определенных слоев соблюдающей общины.

Тем не менее, я верю, что можно усвоить эти изменения в аутентичном еврейском пути, оставаясь верными букве и духу Торы (как это понимают ведущие раввины поколения) и ценностям женского равноправия, важным для нашего духовного развития.

Принести это домой

Какое все это имеет отношение к подготовке к браку и ведущим к нему предварительным встречам? Прежде чем заключать соглашение, союз с другим человеком нужно выяснить общие проблемы от которых потом будет зависеть ваша семейная жизнь, стиль жизни и счастье. Я пыталась привести вас к некоторым установкам:

Первое – полностью отказаться от женских ценностей значит поставить себя под духовную угрозу. Хотя луна светит

отраженным светом, она остается луной, глубоко отличной от солнца. У женщин есть уникальные качества, вклад их незаменим и от него зависит мир. Внутреннее сознание – душа человечества, именно оно придает детям силу, умение видеть себя, быть другими и создавать отличие, менять себя и мир.

Второе: утверждая женские ценности, женщина (как любой человек) имеет право быть тем, кем она есть. Если ты традиционная женщина, знай, что идешь по стопам предыдущих поколений еврейских женщин, которые сформировали нашу судьбу и наследие. Если ты абстрактный мыслитель, знай, что еврейские источники предсказывали рост числа женщин, подобных тебе, не более или менее ценных в глазах Творца, чем традиционные женщины, а просто иных. Кто бы вы ни были, выходите замуж за того, кто оценит вас, и кто захочет, чтобы вы выросли и реализовали по-максимуму то, на что вы способны.

Третье: реагировать на феминизм нужно по-разному. Это сложный конгломерат, возможно, потому, что его святые искры были превращены в разрушительную энергию. Мы должны внимательно разделять хорошее и плохое (по совету раввинов), принимая хорошее и отвергая плохое.

И, наконец, истинные изменения требуют терпения. Как сказано, этот период истории называется «родовые муки Машиаха», и мы находимся в сложном, промежуточном состоянии «родовых мук». В этот момент мать чувствует необхо-

димось напрячься, чтобы вытолкнуть младенца на свет. Но если это стремление преждевременно, она должна сдержаться. Сегодня, из-за шума о женском равноправии, есть большое желание толкать вперед. Но, как и во время беременности, реальное изменение происходит лишь тогда, когда этого хочет Творец.

А пока мы должны быть тем, что есть. Мы должны поощрять женщин и мужчин укреплять и усиливать свою индивидуальность и выражать ее в браке. И в еврейском мире в целом мы должны продвигать здоровое, постепенное принятие новых интеллектуальных ценностей и духовных нужд женщин, одновременно усиливая все, что исторически делало еврейских женщин великими. За эту заслугу да удостоимся мы откровения света на горизонте.

ЧАСТЬ 4.

БЫТЬ ПРАКТИЧНЫМ



Кроме персонального роста и понимания любви и брака, семейная жизнь требует практичности. Вы хотите найти нужного человека самым эффективным и наименее болезненным способом. Глава 6, «Руководствоваться своей головой» объясняет принципы еврейских свиданий и как их применить к себе. Глава 7, «Выявить склонность к насилию» рассказывает как не выйти замуж за человека, склонного к насилию, и найти потенциально любящего супруга.

Глава 6.

Руководствуясь своей головой

Встречаться, чтобы найти свою половину, достаточно трудно. Хотя Творец сводит двух людей вместе, вам, чтобы узнать ее, нужно приложить усилия. И даже если у вас что-то екнуло в сердце (см. главу 3), нужно еще поразмыслить, это ли ваша пара. А если все предоставить случаю, ваше сердце может увести вас совсем не туда.

Джей закончил первый год медицинского института, и, как сказал он с печалью, годовичные отношения с Мелиссой.

«Я вырос в богатом пригороде Нью-Йорка, где мне все было дано. Но всегда был идеалистом и очень независимым, и, когда кончил школу, знал, что не хочу жить ради материального благополучия, как родители. Решил вместо этого стать врачом и поехать лечить людей в бедные страны Третьего Мира.

А жизнь Мелиссы была прямо противоположной. Ей все доставалось трудно, за все, что она получала, ей нужно было бороться. Ей пришлось набрать огромное количество всяких студенческих ссуд и тяжело работать, чтобы содержать себя во время учебы. Кроме того, она очень привязана к семье. Она не только не могла позволить себе поехать в Африку или Юго-Восточную Азию, она этого и не хотела. Ее мечта –

найти работу в комфортабельном пригороде недалеко от родителей, выплатить долги и жить комфортно. Больше всего она хотела в первое время дышать с легкостью».

Я удивилась. «И когда же ты все это выяснил?»

«Примерно, на четвертой встрече, когда мы говорили о том, что собираемся делать в жизни. Но мы оба уже размышляли друг о друге, поэтому отложили все это в долгий ящик. Решили, что когда придет время реализации, мы это как-нибудь решим.

В течение следующих месяцев наши отношения углублялись. Эта тема иногда всплывала, но мы ее топили обратно. А в конце года не увидели никакого решения. Наши жизни шли в разных направлениях. И пришлось решать: провести три оставшихся года вместе, а по окончании института сказать друг другу *бай* или сделать это сейчас. В конце концов, мы порвали».

Когда Джей говорил, его голос был полон боли: «Мы верили, что любовь способна победить все. Видимо, мы были не правы».

«Мы это можем решить потом?»

Одна из грубейших ошибок во время встреч – создание эмоциональной связи с человеком, прежде чем вы узнали,

что вы в основном совместимы. Независимо от всего хорошего и похожего, одно важное отличие может положить конец вашему будущему. Например, ваш партнер любит свой Нью-Йорк, а вы мечтаете переселиться в Израиль. Он хочет жену, которая будет работать целый день, чтобы он целый день изучал Тору, а вы хотите, чтобы он обеспечивал доход, а вы оставались дома, с детьми. Есть неразрешимые противоречия, а прекращать отношения всегда больно, так что вы попадаете в тяжелую ситуацию.

«Но если люди так любят друг друга, что хотят пожениться, разве они не найдут компромисс?» – спросите вы. Не всегда. Вы не можете одновременно жить в Нью-Йорке и Израиле, и, если человек не достаточно богат, он не может целый день учить Тору без материальной поддержки жены. Даже если люди идут на серьезные компромиссы, нередко их гложет глубокая неудовлетворенность, которая может постепенно разрушить их брак. Вместо рабочих решений, они могут быть в отчаянии от бессильных попыток сохранить отношения, которых не должно было быть.

Где же *следует* идти на компромисс? Если вы оба духовно и нравственно взрослые люди, вы с супругом договоритесь спать с открытой или закрытой форточкой, где проводить отпуск и как расходовать деньги. Но ни один из вас не может пойти на компромисс, когда речь идет о ваших фундаментальных верах и ожиданий. *Вы не можете пренебречь собой, какой вы есть, ради другого человека.* И не хотите,

чтобы и он это делал ради вас. Потому что любовь – это не только любовь к личности другого человека. Как мы обсуждали в главе 4, это еще и оценка его доброты, хороших качеств – что включает любовь к его принципам и устремлениям, к мечтам и желаниям реализовать их. Если ваши ценности и цели слишком отличаются, вы можете любить друг друга, но окажетесь не в силах жить вместе.

Конечно, отсутствие компромисса относительно того, кто вы, предполагает, что вы *действительно* кто-то и что вы любите *себя*. Я знаю парня, подруга которого порвала с ним, потому что он не разделял ее духовные идеалы. В отчаянии, он обещал «что-то сделать», чтобы ее вернуть: поменял свои ценности, цели, стиль жизни и принял все ее. Она была полна радости. А я нет. Всякий, кто готов отдать все, что собой представляет, ради другого – никто, и, если за тобой следует никто, это не должно радовать. Если вы можете торговать своими убеждениями ради отношений или радоваться тому, что кто-то это делает ради вас, берите этот товар. Но человек, который ценит себя и что-то собой представляет, хочет жениться на себе подобном.

Одна из часто неразрешимых проблем (как упомянуто в главе 2) – религия. Иногда человек, недавно «вернувшийся» к иудаизму, или отошедший и собирающийся вернуться начинает встречаться с кем-то менее соблюдающим, надеясь, что он или она «при случае тоже так поступят». Но благие намерения не реальность. И компромисс в этом может оста-

вить более религиозного партнера печальным и одиноким, а менее религиозного обиженным или возмущенным.

Несколько лет назад я помогала в образовательной программе для взрослых. Среди участников был недавно соблюдающий молодой человек со светской подругой, с которой они были уже несколько лет. Его растущая религиозность ее сильно раздражала, и он привез ее на семинар в надежде вдохновить. Но это не произошло, их отношения стремительно катились вниз. В гостиничном холле в субботу после обеда я оказалась свидетелем их разрыва. В слезах, молодая женщина направлялась к выходу с сумкой на плече.

«Подожди! – крикнул ей бывший друг. – Если ты уйдешь сейчас из отеля, неся сумку, ты нарушишь субботу!»

Она повернулась к нему: «Какое это теперь имеет значение?»

Я часто думала, что бы с ними произошло, если бы они помирились и поженились? Представляю себе, как при всяком семейном споре, она со злостью напоминала бы: «Я делаю все эти религиозные штуки только ради тебя!» А он при этом чувствовал, сколько бы мог сделать, если бы не она. Вступать в брак, в котором одна или обе стороны должны жертвовать чем-то существенным, значить искать себе бед.

Короче, любовь *не* всегда побеждает все. Чтобы построить с кем-то хорошее будущее, ваши отношения должны не только *ощущаться* правильными, но и *быть* ими. Основа брака должна быть не только эмоциональной. Так зачем даже

знакомиться с человеком, о котором вы мало знаете? Почему прежде не выяснить, совместимы ли ваши идеалы и ценности?

Так мы приходим к системе сватовства, называемой *шидух*.

У вас со словом «сватовство» могут быть негативные ассоциации. Может быть, вы видели знаменитый мюзикл или фильм *Скрипач на крыше*, где старый *шадхан* говорит: «Она уродливая, а он слепой – прекрасная пара»! Или современный вариант: «Ему 24, ей 22, оба высокие и американцы – давай поженим»!

Оставив пародии в стороне, поговорим о реальности.

Умные встречи

Свидания в период *шидуха* имеют четыре особенности.

Прежде всего, они предполагают, что вы готовы к браку. – Вы действительно взрослый человек, знаете себя и представляете, куда идете и какого человека хотите. И знаете, о чем можно договариваться, а что не приемлет уступок. Эта идея продумывания, вплоть до составления «списка покупок» в уме, некоторым претит. (Забавно, как нас беспокоит рационализм в отношениях, будто пользоваться головой означает, что у вас нет сердца.) Но, если быть честными,

нужно признать, что какой-то список требуемых качеств в голове у нас все-таки есть, и встречи *шидуха* требуют прояснить его.

Второе – *шидух* всегда делается через кого-то. Эти посредники, *шадхан* или *шадханит*, должны понимать вас, быть достаточно мудрыми, восприимчивыми и способными представить вас тому, кто в основном совместим с вами. (Исключите доброхотов, которые стремятся видеть вас в браке, и это желание затмевает у них оценку того, кто вам подходит.) Поэтому ваши потенциальные сваты могут включать или не включать родителей, братьев и сестер, друзей, учителей, членов общины, раввинов, их жен и других. После встречи третья сторона может быть посредником, передавая сторонам впечатления о ней, так что не требуется личного отказа, пока отношения не устоялись. Посредник может и улаживать проблемы. Знакомый мужчина вернулся со свидания с молодой женщиной, которая к его ужасу говорила без остановки все два часа. «Она, наверное, нервничала, – сказала женщина, которая их познакомила. – Попробуй еще пару раз». Он попробовал, благодаря третьей стороне, они беседовали нормально, сейчас это счастливая пара.

Третье. Перед встречами и во время них, *шадхани* те, кто включен в ваш список советников, высказывают свое мнение о возможном партнере. В традиционных кругах особенно активны в сборе информации о нем родители, а, если *вы* нет, так будьте таким. Те, кто знакомы с партнером давно

или в других ситуациях, должны обратить внимание на его образ, чтобы решить, стоит ли устанавливать такие отношения. (Дальше мы будем это осуждать.)

И, наконец, во время встреч нельзя прикасаться друг к другу – надо быть *шомер негиа*. Если это до нелепости трудно, когда вы собираетесь проводить время вместе несколько лет, данный самоконтроль очень важен при небольшом числе кратковременных встреч ради брака. Многие «опытные люди», конечно, внушают: если «попробовать», это помогает определить совместимость в браке. Но факты показывают, что они ужасно не правы, это ложная идея сексуальности. *Истинная сексуальность выражает не только, кто вы, но и ваше чувство к партнеру, и качество ваших отношений.* Ни позитивные, ни негативные добрачные опыты не могут предсказать будущее, потому что без любви и эмоциональной близости, которая приходит только в процессе семейной жизни, истинное сексуальное я не может проявиться.

Как ни странно, *отказ* от физического контакта – лучший способ достичь совместимости. Это дает вам возможность смотреть объективно, что часто невозможно из-за физической близости. В результате может создаваться подлинная связь не между телами, а между людьми, личностями. Это помогает вам узнать можете ли вы оценивать человека не тем, насколько хорошо он или она дают вам себя чувствовать, а тем, что он есть. Быть *шомер негиа*, таким образом, существенно помогает найти ответ на главный вопрос

о будущем: «Хочу ли я провести с этим человеком всю мою жизнь»? (Эти проблемы подробно разбираются в моей книге *Магическое прикосновение.*)

Встречи с целью вступления в брак, когда вы пользуетесь посредниками, собираете информацию и не прикасаетесь друг к другу, – помогут вам предпочти разум сердцу. Этим и отличаются «религиозные свидания». Кроме этого, свидания есть свидания. Вы должны *увидеть*, есть ли между вами личная связь и физическое притяжение, есть ли взаимное уважение и восхищение, можете ли вы вместе смеяться и обсуждать свои слабости. Поэтому вы должны быть честными и реалистичными.

Живо помню свой первый *шидух*. Я была в ужасе. Что надеть, как себя вести, что сказать? Вдруг, из каких-то ранних воспоминаний всплыл мамин успокаивающий голос: «Просто будь собой».

Первое и последнее правило религиозных свиданий – *быть собой*. Не претендуйте быть чем-то, чем не являетесь (как бы ни хотели им быть), и не уговаривайте себя, что хотите не то, что вам действительно нужно. Моя приятельница, любительница природы, обычно говорила третьей стороне только, что хочет выйти замуж за того, кто серьезно изучает Тору. Наконец, осознав, что это не вполне честно, она начала искать «*фрум* (религиозного) любителя горных прогулок». Вскоре она вышла замуж за того, кто, кроме учебы и преподавания Торы, любит ходить на прогулку и особенно

с рюкзаком.

Если вы стали соблюдать уже взрослыми, помните: ваши верования, надежды, стиль жизни и даже характер могли измениться, но ваша суть обычно остается прежней. Вы, возможно, более развиты духовно, но вы все еще вы – и вам нужен тот, кто был бы фундаментально похож на человека, за которого вы вышли бы замуж до религиозной жизни.

После встречи с Авраамом, за которого я потом вышла замуж, мама сказала мне: «Я знаю, вы оба теперь живете не так, как раньше, и большая часть ваших интересов обусловлена общими духовными устремлениями. Но даже если бы вы не были религиозными, я вполне могла бы видеть вас вместе». Она была права – и, в значительной мере, поэтому наш брак удался.

Так что будьте правдивыми с собой во время встреч. Представляйте себя такой, какая есть. И будьте готовы принимать советы, решая, что вам нужно. При этом, доверяйте интуиции (которую Творец дал вам специально).

Делать это правильно

Если третья сторона в равной мере хвалит всех, с кем предлагает встречаться, что вы можете сделать? Позвольте предложить практические советы.

Прежде всего, найдите с кем посоветоваться (лучше бесплатно). Иногда это может сделать и третья сторона, однако, если вы предпочитаете, возьмите кого-то незаинтересованного. Кроме понимания как лучше проводить сами встречи, советчик может оценить вашу личность и нужды. Я однажды сказала женщине, что собираюсь прекратить видеться с кем-то, потому что не чувствую его и не могу с ним интеллектуально общаться. Она покачала головой и выразительно сказала: «Ты делаешь ошибку. Ты будешь занятой весь день домом и детьми, а он станет уходить работать или учиться. Как ты думаешь, сколько времени ты сможешь философствовать с ним»? Я промолчала. Она явно говорила о *своем* браке, но не о том, что мне нужно. Всякий, кто дает совет, должен уважать вас, какой вы есть.

Начинайте процесс поиска, сообщив всем и каждому, что готовы к браку, даже если все они знают одних и тех же одиночек. Одна женщина (которую я очень уважаю) сказала мне, что никогда не стала бы знакомить меня с Авраамом, потому что мы кажемся такими разными. А другая знакомая почувствовала нашу взаимодополняемость. Никогда не доверяйте только одной третьей стороне.

На первых свиданиях не обсуждайте ничего слишком серьезного (хотя это «слишком» зависит от того, какие вы оба люди). Когда вы уже знаете, что у вас много общего, продолжайте просто узнавать. Расслабьтесь, беседуйте и старайтесь избегать ожиданий и обобщений. Покажите, что вы ра-

ды встречаться и ждете следующей встречи, куда бы это вас ни привело. Не интервьюируйте друг друга. Проявляйте подлинный интерес к его или ее жизни. Слушайте. Не позволяйте рассудку жаловаться: «Он выглядит мило, но все время говорит только о себе». Более всего будьте *теплыми*. Дайте ему/ей чувствовать себя хорошо подходящими комплиментами («Мне нужно было бы много работать, чтобы достичь того, что ты»). Такие оценки откроют вас *обоих* для позитивных чувств. И постарайтесь увидеть, можете ли вы развить взаимное уважение и восхищение, которые определяют здоровые отношения.

Эти свидания не должны быть долгими (не более двух часов) и не чаще двух раз в неделю. Дайте эмоциям улечься от восприятия чего-то нового. Пусть процесс идет медленно.

Следующая история показывает как важно дать пространство для эмоций. У Тамар была замечательная первая встреча с обаятельным молодым человеком, который проявил к ней большой интерес. Поскольку он приехал в страну только на две недели, он попросил видеться с ней каждый вечер, и она с готовностью согласилась. После двенадцати последовательных встреч она была уверена: это «то». Но на следующий вечер они не смогли встретиться, и во время этой маленькой передышки Тамар вдруг осознала, что у нее есть несколько вопросов о нем. Следующее свидание у них было накануне его отъезда, и он был романтически настроен. Тамар, застигнутая этим врасплох, сказала, что еще не готова

решать. Он взорвался: «Я потратил на тебя целых две недели, и это все, что ты можешь мне сказать! – кричал он. – Что ты о себе думаешь? Ты так просто не уйдешь!»! Тamar была в шоке, она поняла, чтобы была близка к трагической ошибке. (Смотри следующую главу о людях, склонных к насилию.)

Если после первой и второй встречи у вас нет никакого определенного чувства, попробуйте еще. Но в конце третьего или четвертого свидания, вы должны почувствовать больше; если этого не произошло, возможно, этот человек не для вас. Когда вы заинтересованы, а он или она нет, постарайтесь не воспринимать это слишком близко к сердцу (если только третья сторона не укажет то, над чем вам нужно поработать). У всех нас есть (обычно субъективные) причины, по которым нас влечет к одному человеку, а не к другому. Хорошенько убедитесь, подходит ли вам этот человек.

Что искать, когда вы ходите на свидания?

Если сказать одним словом – *качество*, но не внешнее, а *внутреннее*. Приятная внешность, обаяние могут привлекать, но не заменят хороших качеств характера и духовной возвышенности. *Вы хотите сочетаться браком с сущностью, а не с представлением.*

Эфраим был красивый, яркий, успешный, с харизмой, при этом один из лучших учеников в ешиве. Когда он сделал ей предложение, Рина почувствовала себя счастливейшей женщиной в мире. Но через два года семейной жизни она уже

этого не чувствовала. Муж оказался эгоцентриком, ничего не хотел давать или улучшать в себе, а настаивал на том, чтобы его принимали таким, как есть. Тоби, близкая подруга Рины, извлекла из жизни этой пары большой урок. Она вышла замуж за парня, который, по ее словам, «выглядел достаточно мило», имел маленький доход, но большое сердце, и хотел расти над собой и делать ее счастливой – и через 10 лет, она *все еще* чувствовала свою удачу. (Качества, которые следует искать в партнере, те же, что должны быть у *вас* до свадьбы – смотри Главу 2).

Кроме сути, ищите здравого смысла. Семейной жизнью живут не в небесах, а на земле. Какая бы удивительная *нешама* ни была у супруга, он или она должны уметь справляться с реальностью этого мира, обеспечивать жизнь, вести дом...

Какие подобия и отличия стоит искать? Качества партнера должны как-то дополнять ваши собственные, но как именно вам никто не скажет. Один погруженный в себя интеллеktуал может нуждаться в таком же спокойном, но более эмоциональном человеке; другой – в таком же умном, но более открытом. Вы можете хотеть своей противоположности, но различия между вами должны пойти вам на пользу. Например, если вы методичны и склонны к опрятности, вам может понравиться человек, склонный к неожиданностям и странностям, но вы для него покажетесь невыносимым. А можете захотеть расслабленного любителя устраивать беспорядок. Итак: ищите того, с кем сможете жить, и кто сможет

жить с вами.

Кроме, безусловно, полезных для вас различий, *ищите больше подобий*. Чем больше сходства, тем меньше причин спорить, и тем легче будут отношения. Общая культура, интеллект и социально экономическое происхождение также важно, они формируют ваши ожидания в браке и подход к таким проблемам, как воспитание детей и жизненный стандарт. Не бойтесь потерять возможности роста, преодолев различия. *Достаточно и того, что вы разного пола*. И кроме этого, Творец даст вам проблемы, которые вам нужны.

У вас должны быть общие религиозные устремления. Не обязательно, чтобы вы были на одном уровне, но вы должны двигаться в одном направлении (смотрите конец Главы 2).

Физическая привлекательность имеет значение, но не сразу. Я знаю пары, которые теперь счастливы в браке, благодаря тому, что один из партнеров хотел видеть, что другой «растет» для него. Так что не спешите отвергать из-за внешности, если она только вас не отталкивает. Спросите себя: бывают ли времена, когда этот человек для вас привлекательнее? Почему? Может ли она или он что-то сделать для этого? Не мерьте партнера на свиданиях, сравнивая с эталоном, рассматривайте его без предвзятости. Вы можете оценить своеобразие ее красоты или как его личность окрашивает его внешний вид. Имейте в виду: ваш супруг может выглядеть совсем не так, как вы себе представляли. И, если вы видите прогресс от встречи к встрече, отмечайте это.

Личная и эмоциональная привлекательность тоже требует времени. На этой стадии никто из вас не обязан до конца раскрываться. Не бойтесь, что никогда не почувствуете, что вам нужно, поскольку до сих пор вы не испытывали ничего подобного.

Через три четверти часа первой встречи Яаков предложил Авиве проводить ее домой. «Послушай, – сказал он ей, – я хочу быть с тобой прям. Ты не для меня».

И Авиве он был неинтересен, но это ее задело, и она решила ему это показать. «Мне все равно, пойдем мы вместе или нет, – ответила она холодно, – но думать, что ты узнал меня за 45 минут знакомства, это очень поверхностно».

После этого они проговорили еще час, и на них обоих произвело впечатление желание другого говорить прямо и честно – они встретились опять. Сегодня у них замечательный брак.

И также не считайте человека конченным, если он поступил глупо. Многие молодые женщины спрашивали меня: «Как я могу реагировать на то, что в половине двенадцатого ночи он сказал мне «пока» и оставил одну на автобусной остановке»? Мой ответ: в первый раз не обращайтесь на это внимания. Но, когда встретитесь, скажите ему об этом. Искреннее извинение и изменение его поведения скажут о его характере больше, чем его ошибка.

В общем, *дайте ему или ей шанс.*

После немногих встреч, если вы видите, что отношения развиваются, продлите ваши свидания. Но встречайтесь не чаще двух или трех раз в неделю на протяжении нескольких недель. А между встречами говорите коротко по телефону. Такое медленное развитие может быть трудно, но вы не хотите рисковать эмоциональным провалом и смущением (более частым у женщин). Когда дело станет серьезным, вам может быть захочется увидеть, как вы себя чувствуете, когда проводите больше времени вместе, или, наоборот, вам нужно будет время подумать на свободе.

Что следует делать, если свидания затягиваются? Поскольку процесс этих встреч немного искусственный, сделайте его более натуральным и «реальным». Встречайтесь в разных местах, делайте разные вещи, в компании с разными людьми. Включайте много неформальных и приятных видов деятельности, которые побуждают вас расслабиться и быть самим собой. Избегайте слишком «романтического» окружения – вам нужно оставаться максимально объективными. Обращайте внимание на тонкие проявления личности: например, как он ведет и паркует машину. Посмотрите, как она относится к другим людям. По возможности, посмотрите, как он ведет себя в Пурим (!). Посмотрите, как она реагирует на разочарования, например, пропущенный автобус или отсутствие свободных столиков в ресторане. (Я знаю одну пару, которая попала под ливень, и то, как она легко и с юмором отнеслась к тому, что промокла, привело ее парт-

нера к решению, что она единственная, кого он искал.) Посмотрите, как она реагирует на несогласие. Может ли она отказываться от своих мнений, уважать ваши взгляды и зрело работать над разрешением конфликтов? Способна ли она принимать критику? Может ли он удержаться от последнего слова? Что делает ее счастливой, печальной, возбужденной или расстроенной. Представьте его несколькими вашими знакомыми и узнайте их впечатления. Встретьтесь и с его друзьями – его компания много вам скажет.

Обращайте внимание на ролевые модели. Когда моя подруга Мариса встретила своего будущего мужа, раввина – семейного человека, который любил Тору, людей и жизнь – она знала, что выбрала правильного человека. С другой стороны, вы можете открыть нечто противоположное. Я однажды встречалась с очень милым парнем, который выглядел более консервативным, чем я. Мы решили провести вместе шабат. На обед он привел меня к своему любимому раввину, который сидел и беседовал, пока его жена подавала и убирала. Мне было неприятно. На ланч я привела его в дом, который я люблю, где хозяин и жена вместе обсуждают Тору за столом, а потом вместе его убирают. Ему это не понравилось. Так у нас все выяснилось и закончилось.

Снова, роль полов – вопрос, который подлежит рассмотрению. Есть красота и мудрость в традиционном образе жизни, но не менее в вашей уникальной личности и нуждах (смотри Главу 5). У вас также есть сознательные и бессозна-

тельные чувства о том, «что должна делать жена» и что «должен делать муж», которые исходят от *ваших* родителей и от того, нравилось вам это или нет, – эти чувства проявляются, когда вы вступаете в брак.

Прогрессивно мыслящая ашкеназская (европейская еврейка) Донна вышла замуж за человека из традиционной сефардской (восточного происхождения) семьи, который, однако, с большой гибкостью относился к роли полов. Но, когда женился, он обнаружил: ему, чтобы почувствовать, что его любят, нужно, чтобы жена вела себя, как его мать по отношению к нему и отцу. К несчастью, то, что было естественно и приятно для него, она воспринимала как насилие, и они поняли, что это большая проблема. Сторонитесь людей с совсем другим происхождением, пока они не представили свидетельств, а не только слов о совместимости. (Интересно, что Арли Хохшильд сообщает в своей работе, что мужья более склонные помогать своим женам происходят обычно не из семей, где отец так ведет себя по отношению к матери, а, наоборот, там, где он отстранен, и сыновья принимают решение, что они себя так вести не будут.)

Я начала обсуждать роли полов при наших встречах с Авраамом. «У меня нет черно-белого подхода к тому, кто и что делает в доме, – сказала я. – И я не считают, что все надо делить 50 на 50, скорее, 70 к 30. А что ты считаешь?»

«Я не могу представить себя за приготовлением еды и стиркой, – сказал он (потому что это всегда делала его

мать). – Но я не против того, чтобы делать покупки, убирать, и другие вещи».

Мне не нравилось делать покупки, и я ненавидела убирать, но я была не против стирки, и меня радовало приготовление еды. Это звучало обнадеживающе.

«Полнометражные встречи» также место для обсуждения ценностей, верований и целей в деталях. Вы убедились, что большие куски мозаики сходятся – теперь проверьте маленькие части.

Когда вы переходите на более интеллектуальную территорию, продолжайте выстраивать эмоциональную близость. Раскрывайте больше о себе и прошлом, и попросите об этом партнера. (Спросите у раввина, какую негативную информацию вы можете раскрыть.) Расскажите больше о том, как вы стали тем, что есть. Посмотрите, можете ли вы быть откровенными, и отвечает ли ваш компаньон теплом и заботой. Когда женщина, которую я знаю, потеряла своего дедушку, тот, с кем она встречалась, проявил такое сочувствие и сострадание, что она поняла: она может полагаться на него эмоционально.

Выясните происхождение другой стороны, семейную жизнь и занятия, вплетайте эти темы в ваши разговоры, но не задайте вопросов в лоб и один за другим. Какое он получил образование? Где она работала? Какие у него были друзья и романы (без деталей)? Иногда задавать такие вопросы неудобно, но лучше отнестись к этому серьезно. Если

это ощущается неподходящим, значит, вы еще недостаточно долго встречались.

Моя подруга встречалась с кем-то, кто после нескольких недель все еще не мог с ней поделиться. Она решила расспросить о его прошлых отношениях с женщинами и обнаружила, что они всегда были краткими и негладкими. Консультант помог ей увидеть, что у него есть серьезная проблема с эмоциональной близостью, и она решила, что перестанет с ним встречаться. Мужчина, который аналогичным образом не мог понять, почему она не открывает ему себя, обнаружил, что она потеряла отца и страдает из-за разорванного обручения. Осознав, что она еще не готова быть раскованной, он дал ей добавочное время, которое ей было нужно. Знание прошлого может осветить настоящее.

Когда вы чувствуете, что это может быть «это» (а предпочтительно раньше), встретьтесь и проведите время с семьями обеих сторон. (Я понимаю, что путешествия могут быть дорогими, но дело стоит того.) Мы абсорбируем поведение, в котором росли, положительное и отрицательное, так что пока не потрудились меняться, мы остаемся во многом поразительно похожими на родителей. – После каждого визита матери моей подруги, ее муж шутит: «Я прощаю тебя». – Эти подобию особенно значительны, когда мы вступаем в брак и имеем детей. Так обратите внимание: Как его/ее родители общаются друг с другом, с ним, ее сестрами и братьями? Как взаимодействует вся семья в целом? Хотя что-то могло изме-

ниться с детства, но основная динамика (чувствительность, общение, выражение эмоций), вероятно, остаются теми же. Это проливает свет на образ супруга (и родителя), которым он, скорее всего, будет.

Я знаю пару, у которых во время встреч прогрессировали отношения, но его беспокоило то, что он не мог определиться. Тогда он встретил очень критичную мать этой женщины и вдруг понял, что видит в ней проявления той же склонности. У моей подруги Теилы был противоположный опыт. Они встречались с Рафаэлем уже несколько недель, а потом она встретила его отца и старших братьев – чрезвычайно чувствительных, духовных и эмоционально связанных. С самого начала она почувствовала, что у этого спокойного парня золотое сердце. Но когда увидела людей, с которыми он рос, теплоту их отношений, это ее убедило. Семьи могут многое рассказать.

Как можно чаще в период встреч мысленно отстраняйтесь и критически смотрите на реальность. Среди прочего, убедитесь, что выявили хоть что-то из недостатков. Они есть у всех. Если вы думаете иначе, видимо, вы идеализируете. Продолжайте, чтобы ваша картина была более реалистичной. С другой стороны, ваш партнер может бояться раскрывать себя, тогда вам необходимо узнать, почему. Когда вам кажется, что вы видите намеки на физическую или душевную болезнь, выясните это. Если вы ничего не открыли, и

все же что-то чувствуете, следуйте своей интуиции.

Моя молодая знакомая встречалась с человеком, который выглядел внимательным и заботливым, но закрытым, что приводило к нелегкому молчанию. Человек, который их познакомил, уговаривал ее не обращать на это внимания. Он объяснял это строгим окружением ешивы, в котором он рос, в результате чего этот парень не привык разговаривать с женщинами. Игнорируя свою интуицию, она вышла за него замуж, и он оказался очень тревожным человеком, склонным к насилию. В идеале, у вас не должно быть сомнений в человеке, за которого вы собираетесь замуж. Если это не так, попросите профессиональный совет, продолжать ли. В конце концов, решение за вами.

Некоторые проблемы не являются объективной причиной для прекращения отношений, но зависят от вашей реакции. После нескольких встреч Хана сообщила Шмуэлю, что она диабетик, но заверила, что справляется с этим многие годы. А он потерял брата от гипогликемии (шока, в результате этой болезни) и не мог это принять. Другой человек, с которым она встречалась, этого не боялся. Что бы ни возникло, спросите совета, но следуйте за своими чувствами.

На каждом шагу этого пути обращайтесь к людям, которые его знают – соседям по комнате или по дому, району, раввинам, учителям, студентам, работодателям и его работникам, сотрудникам, *ко всем* – и спрашивайте их мнение. (Это не злословие, не *лашон ара* – если вы этого боитесь, вы-

ясните точно, что нельзя спрашивать и слушать, об этом говорит, например книга *Хафец Хаим: дневной урок*, рава Ш. Финкельмана и р. И. Берковича.) Вместо общих вопросов, типа «Что ты можешь рассказать об этом человеке?», ставьте специфические вопросы, которые требуют точных ответов.

Эта домашняя работа может спасти вас от сердечной боли, разрыва серьезных отношений, обручения и даже брака. Я знакома с женщиной, которая обручилась с человеком, не зная, что он международный гангстер. Более распространены истории типа того, что родители скрывают эмоциональную нестабильность дочери (наивно полагая, что после замужества у нее это пройдет). По сообщению раввина, который работает в раввинском суде, большинства случаев, в которых муж не дает жене развод, можно было избежать при проверке до брака. Хотя он или она выглядят нормальными и здоровыми, возможно, это не так. Изучение предположительного супруга не старомодная идея. Вы должны это делать.

Если (после обсуждения с другими) вы решите, что этот человек вам не подходит, не бойтесь положить конец отношениям. Все, что беспокоит вас сейчас, скорее всего, будет беспокоить намного больше во время семейной жизни. Прерванные встречи или даже разорванное обручение намного лучше развода.

Если вы уже начали думать в терминах «мы», значит, вы близки к тому, чтобы сказать «да». На этой стадии вам могут быть полезны стандартные консультации с квалифициро-

ванными религиозными профессионалами, которые помогают парам до вступления в брак. Вы получите от них бесценные знания о себе, вашем партнере, ваших отношениях и инструменты общения, которые помогут вам в семейных отношениях. (А когда обручитесь, вам необходимо пройти курс специфический для еврейского брака.)

Даже серия описанных встреч не гарантирует от сюрпризов после брака. Но с такими сюрпризами вы можете справиться. Цель религиозных свиданий – достичь момента знания. «Вот человек, с которым я хочу и могу жить, выполнять вместе религиозный труд».

Сколько времени потребуется на решение? Как вы уже, наверное, поняли, процесс выяснения сегодня сложнее, чем прежде. Когда люди жили в маленьких, гомогенных общинах, в которых все друг друга знали, ценности и верования были определены, тогда и черты характера было проще узнать. А в стремительной современной жизни с самыми разными влияниями на наше мышление и поведение, ваш партнер менее известен третьей стороне, какое бы исследование ни проводили. В то же время, наши субъективные ожидания от брака намного выше (к лучшему или худшему). Поэтому вам приходится больше выяснять, что удлиняет период встреч. Я не могу сказать, сколько это должно длиться, все зависит не от количества, а от *качества* времени, которое вы провели вместе. Вы готовы принять решение не после маги-

ческого числа недель, месяцев или встреч, а когда узнали все необходимое об этом человеке. Вам может показаться, что вы «узнали» раньше, но продолжайте, пока не будете *знать реально*.

Некоторые не согласны с тем, что встречаться нужно долго, потому что «вы никогда по-настоящему не узнаете человека, пока не вступите в брак». Абсолютно верно, но вы, безусловно, узнаете больше и вероятнее сможете принять правильное решение после многих встреч, описанных выше, чем после нескольких свиданий в лучшей одежде, демонстрируя лучшее, на что вы способны.

Говорят и что «истинная пара – все равно *сията дишмайя* (помощь с Небес)». Да, Творец посылает нам друга жизни – и молитесь, чтобы узнать его или ее – но Он также ждет, что мы будем себя вести ответственно и разумно, как и в других сферах жизни.

Третьи возражают против многих встреч, боясь, что это может повлечь к физическому контакту. Это реальная проблема. Так что придерживайтесь хорошо освещенных, общественных мест, держите руки связанными за спиной, присоединяйтесь к группам поддержки *шомер негиа* – выбирайте то, что вам подходит. Если в отношениях началось напряжение, выясните его причину, и, когда нужно, сделайте короткий перерыв. Но не бойтесь искушения – или чего-то еще – не принимайте незрелых решений.

Пара, посланная с Небес

Конечно, свидания должны когда-то закончиться, и это для некоторых тупик. Боязнь принять решение широко распространена в наши дни, особенно среди тех, кто пережили травмы от разрыва или развода. С другой стороны, особое хладнокровие – тоже сигнал чего-то неправильного в отношениях. Квалифицированный консультант может помочь вам понять, что происходит, и, если вы считаете, что отношения правильные, он поможет вам продолжить работу, преодолевая ваши опасения. (Если тревога растет после обручения, не назначайте встреч, пока она не уляжется.)

Часто, однако, люди не хотят делать окончательный выбор просто потому, что это закрывает другие двери. В конце концов, откуда можно знать, если нет вариантов получше?

У моей подруги есть лучший ответ. «Вы действительно не можете знать, – подтверждает она. – Вероятно, где-то есть человек, который лучшая пара для меня, чем мой муж. Может быть, их даже несколько. И они должно быть также счастливы со своими парами, как я – с моей парой». Творец приводит в вашу жизнь этого человека, а не другого, по причинам, которые только Он знает. Если вы выбираете мудро, он или она *станут* вашей парой.

Вот одно из семи благословений, которые произносят под

хупой (свадебным балдахином): «Радуй любимых друзей, как Ты радовал Свое творение в Ган Эдене». Хотя Хава была земной женщиной, Адам мог радоваться, зная, что они созданы друг для друга. Для остальных из нас брак требует немножко веры. Но, если вы пользуетесь умом и сердцем – именно в таком порядке – вы тоже будете уверены, насколько это возможно, что нашли суженого.

Глава 7.

Выявление склонности к насилию

К несчастью, супруг, склонный к насилию, стал проблемой и для еврейского мира. Хотя в браках, построенных на еврейских ценностях, такое случается редко, на это все-таки следует обращать внимание.

Распознать потенциального насильника нужно до свадьбы. С одной стороны, подготовка без труда и боли неэффективна. Как столбняк не победить без вакцины, так и избежать риска насилия без аналогичных информационных прививок. Но я не хочу вас отговаривать выходить замуж: нужен баланс, чтобы развить здоровый уровень осознания.

Человек, страдающий от комплекса неполноценности, глубоко скрытых чувств подавленности и ненависти к себе, приобретенных в детстве, может стараться повысить самооценку, применяя к другим насилие: физическое или эмоциональное. Хотя такие люди встречаются среди обоих полов, чаще это бывает у мужчин, которые сильнее физически, экономически и стремятся «руководить». Поэтому чтобы избежать смены местоимений, но, не переставая иметь в виду и женщин, я буду дальше говорить «он».

Важно отличать нормального человека, который иногда

может проявить насилие, от расстройства личности. Тот, кто иногда «выходит из себя» и проявляет насилие, имеет серьезный дефект характера, но может смотреть на себя объективно, искренне расстраиваться и хотеть измениться. Эффективность лечения зависит от глубины его детских травм. К несчастью, такой дефект может обнаружиться только после свадьбы, когда реакцию вызовут семейные стрессы, такие как деньги или дети.

А расстройство личности, которое проявляется в насилии, намного серьезнее, но и распознать его легче, поэтому я и стану это обсуждать. Детские травмы могут быть такими болезненными, что насильственное поведение воспринимается таким человеком как норма. Он слеп в отношении этого и отвергает лечение. Хорошо, что это почти всегда можно увидеть до брака, *особенно если вы встречаетесь долго и обращаете пристальное внимание на ваши отношения.* Я знакома с рядом женщин, и светских, и строго соблюдающих традицию, у которых мужья оказались насильниками. И во всех случаях тревожные сигналы проявлялись еще до брака. Эти женщины (и их подруги) просто не распознавали их – или игнорировали.

Красный свет

Как можно идентифицировать потенциального насильника во время встреч?

Лучший способ – хорошо познакомиться с характерными чертами такого типа. Хотя в совокупности они редко встречаются у одного человека, но у всех есть какие-то из них. Я опишу, как каждая из них проявляется в браке, при встречах до него, и как вместо этого ведет себя нормальный человек. Но как бы это все угрожающе ни звучало, *не реагируйте слишком эмоционально*. Не бегите во время свидания в туалет, чтобы там лихорадочно просмотреть перечень этих черт. Не проливайте намеренно на партнера горячий суп, чтобы увидеть его реакцию. Допустите, что он прекрасный человек, как и есть, скорее всего. И имейте в виду, что *большинство нормальных людей* (включая меня, и, возможно, вас) *имеет некоторые из этих характеристик*, но в умеренной форме. Если бы нечувствительность, критицизм или нетерпимость всегда указывали на насильника, социальные службы лишало бы большинство людей родительских прав, забирая у них детей, а браки бы просто не заключали. Но, если у кого-то проявляются не одна или две черты, а *несколько*, и если они проявляются не раз и не два, а вновь и вновь, значит, зажегся красный свет.

Вот эти черты:

1) **Он очень стремится контролировать и владеть.**

Это первая характеристика человека, склонного к насилию, и сейчас мы это подробно рассмотрим.

В браке: Он будет контролировать каждую деталь и момент вашей жизни – одежду, финансы, социальную жизнь, религиозное соблюдение... – чтобы сделать вас своей куклой.

В период свиданий: Он спрашивает вас, куда вы идете, как тратите деньги, с кем и сколько времени вы проводите. Может пытаться влиять на ваше поведение и мышление. Или хотеть, чтобы вы были постоянно для него доступны. И толкать отношения вперед, вместо того, чтобы дать им развиваться естественно.

Когда Йеуда звонил Мирьям на мобильный телефон (делая это несколько раз в день) и слышал шум на ее конце, он тут же спрашивал: «Где ты? Кто с тобой? Что происходит?». Если Марси цитировала чье-то мнение, Ави тут же настаивал, чтобы она проигнорировала его, отнеслась к нему без уважения. Джерри всегда решал, где они встретятся с Рондой. Эван жаловался, что Дана соглашается на брак только после его встречи с ее родителями, а сразу после нее настаивал, чтобы они тут же обручились.

Нормальные люди, с которыми вы встречаетесь, будут хотеть проводить с вами время, но не станут этого требовать. Интересуясь вами, будут уважать ваше право на частную жизнь. Если вы не уверены в отношениях, они могут пытаться

ся вас убедить, но не оказывают сильное давление. Они знают, где кончаются они, и начинаетесь вы, и признают вас как личность со своими правами.

2) Он двуличен

В браке: Он будет проявлять респектабельность, обаяние и харизму, а другой его стороной будет мрачное, чудовищное поведение.

В период свиданий: Вначале вы будет видеть только его хорошую сторону. Но «он слишком хорош, чтобы это было правдой». Постепенно сквозь это начинает что-то проглядывать.

Стив вел себя с Эрин как настоящий джентльмен, но холодно и жестко с другими людьми, по непонятным причинам. Когда она спросила почему, он бросил ей: «Об этом не стоит говорить».

Нормальные люди, с которыми вы встречаетесь, будут хорошими и истинными. Иногда они могут неправильно себя повести, но признают это. Их настроения меняются умеренно, проявляя приятного и постоянного человека.

3) Он жаждет власти и хочет манипулировать

В браке: Он обезличивает вас, превращая в объект эксплуатации, используя религию, чтобы доминировать, и стремится отомстить всякому (включая вас), кто, по его мнению, плохо поступил с ним.

В период свиданий: Он может проявлять большой интерес к тому, сколько денег у вас и ваших родителей, имея в виду использовать их на собственные нужды. Может покупать дорогие подарки, чтобы добиться вас или что-то получить от вас. Или приказывать всем вокруг и заявлять что-нибудь вроде: «Я здесь хозяин». Он может сделать все, что в его силах, чтобы добиться своего.

Хотя Джош знал, что Эми избегает физического контакта, он давил на нее, чтобы сломить ее сопротивление. Когда Пенни попросила Натана вернуть ей машину пораньше, чем он считал нужным, он намеренно вернул позже. Когда Авнера «подрезал» другой шофер, Авнер сделал это ему, а потом нарочно поехал медленно, ухмыляясь ему в окно заднего вида. Когда Юлия хотела порвать с Йехиэлем, он пригрозил ей отомстить.

Нормальные люди, с которыми вы встречаетесь, будут интересоваться вами, а не тем, что у вас есть, и что вы можете сделать для них, и не будут хотеть «управлять» вами.

4) Он не может сочувствовать

В браке: Он будет игнорировать ваши нужды, чувства и то, как его поведение на вас отражается. Он не сможет постоянно проявлять в общении близость.

В период свиданий: Он может слишком много расспрашивать, стараясь скрыть, чего ему не хватает внутри. Или

утверждать, что его сердечная реакция проявляется только жестом. Может быть безразличным, невнимательным и/или неуважительным. Когда он расстроен, может отстраняться или уходить. Может быть жестоким к животным.

Алекс засмеялся странно и возбужденно, когда Шарон вспомнила чью-то «смешную» неудачу. А услышав плохие новости, игнорировал их или резко бросал «Жизнь продолжается», или «Наверное, он это заслужил». Бет однажды заметила, как Эрик, переходя улицу, пнул ногой кошку.

Нормальные люди, с которыми вы встречаетесь, могут иногда терять чувствительность, но в целом ее проявляют, относясь к себе как к вам. Если они заденут ваши чувства, вы увидите, что они это сделали по неведению, и они искренне расстраиваются из-за этого.

5) Он выходит за рамки

В браке: Он всегда старается надавить сильнее.

В период свиданий: Он старается получить все и во всем, что может, любыми способами, включая нарушение закона.

Когда Йоси увидел наполовину пустую упаковку с мороженым у Шейниной тети в холодильнике, он предложил ее съесть, чтобы она не узнала. Джой хотел показать Мишель вид с места недоступного публике, а когда дверь туда оказалась закрытой, стал придумывать, как ее сломать, чтобы сторожа не узнали.

Нормальные люди на свиданиях могут нарушить какую-то мелочь, но, в общем, уважают законы и правила.

6) Он импульсивен и предъявляет нереальные требования

В браке: Он мелочен и у него нерезонные ожидания. Приходит в гнев, когда что-то происходит не так, как «должно». Обвиняет вас и стыдит, когда вы не соответствуете его стандартам.

На свиданиях: Ему не нравится что-то внешнее, он критикует ваш вид или фиксирует внимание на какой-то детали религиозного соблюдения, чтобы вы ее исправили. Он слишком бурно негативно реагирует на все неожиданное.

Когда Элишева предложила изменить расписание их встреч, Боб очень расстроился. Когда Ривка появилась в юбке, которая показалась Мордехаю слишком короткой, он был резок и холоден с ней весь вечер. Ари стал стыдить Стэси за то, что она не производит достаточно религиозного впечатления, настаивая, чтобы она употребляла в своей речи больше идиш и ешивных выражений.

Нормальные люди на свиданиях могут быть критичными, но терпимо относятся к несовершенствам, в том числе вашим. Они оценивают, как вы выглядите, но фокусируют внимание на более глубоких аспектах вашей личности.

7) Он упрям, эгоцентричен и нетерпим

В браке: Он на все смотрит через свою призму, считает себя выше всех и негативно предрасположен к людям другого религиозного и культурного прошлого. У него/нее жесткий стереотип пола, он/она презирает женщин/мужчин.

На свиданиях: Может радоваться, унижая людей. Тяжело реагирует на поражение в споре. Для него нет авторитетов, он отвергает помощь и не хочет советоваться (например, с раввином) о чем-то важном или личном.

Ларри высмеивал менее религиозных родителей Шошаны, несмотря на провалы в собственном соблюдении, а также раввинов, которые были против его взглядов. Хол часто говорил своей матери, чтобы она замолчала. Цви выставлял на посмешище Сюзанну за то, что она ходит на уроки Торы «более низкого» уровня. Когда Эстер упомянула, что хочет получить академическую степень, Адам ответил: «Так ты собираешься стать женщиной-карьеристкой?»

Нормальные люди на свиданиях могут иногда осудить, проявить упрямство или гордыню. Но в то же время вы увидите скромность: они пойдут советоваться с теми, кто умнее, и почитают чужие мнения. Они уважают своих родителей. Могут посмеяться над чужой верой или жизненным стилем, но не станут высмеивать людей, своих ближних. Они, в общем, открыты, а не закрыты для других.

8) Все неудачи он сваливает на других

В браке: Он обвиняет всех (особенно вас) в своем поведении и всем, что с ним происходит, и будет оправдывать жестокость тем, что вы это заслуживаете.

На свиданиях: Он отказывается принимать упреки и считает, что другие несут ответственность за его проблемы. (Отметьте, что вы *никогда* не несете ответственности за поведение другого взрослого человека.)

Дов обвинил за возвращение чека управляющего банком. Гарри сказал Адриене: «Это твоя вина, я так сердит».

Нормальные люди на свиданиях могут защищаться, но потом посмотрят на себя честно, признают неправоту и возьмут ответственность за свои поступки.

9) Он склонен к параноюе

В браке: Он несправедливо вас обвиняет, боится, что другие используют его или возьмут над ним верх, сговариваются за его спиной, и воспринимает себя как жертву.

На свиданиях: Он воспринимает невинные ошибки как личные выпады и набрасывается на тех, кто, как ему кажется, «атакует» его или может это сделать.

Когда ребенок случайно налетел на Леви, он отбросил его и начал на него кричать. Когда Брэд увидел, что Джоанна смотрит в сторону другого парня, он обвинил ее в том, что она им интересуется. Когда

Авигаиль опоздала на пять минут на свидание, Шломо сердито сказал: «Ты знаешь, что я ненавижу ждать – ты это нарочно сделала»!

Нормальные люди на свиданиях могут иногда подумать или спросить, не имеют ли что-то против него, но отбрасывают необоснованные мысли и обычно трезво оценивают реальность.

10) Он лжет, водит в заблуждение, преуменьшает и отрицает

В браке: Он планирует, как выйти из ситуации, которую сам создает.

На свиданиях: Он находит уважительные причины и для этого может лгать, чтобы объяснить, почему не был там, где надо, или не сделал чего-то. Выкручивается, чтобы скрыть ложь, на которой его поймали. Замазывает свое неправильное поведение, как незначительное, или будто его вовсе не было. Может утверждать, что достиг того, что нету на самом деле.

Хаим сказал Йеуде, что был в ешиве весь день, хотя ходил с друзьями в город. Аарон сказал Дине, что получает вторую академическую степень, а, на самом деле, получал первую.

Нормальные люди на свиданиях могут попытаться найти извинение своему поведению, которого стыдятся, но, в общем, они честные.

11) Он не умеет справляться с гневом, разочарованием или стрессом

В браке: Он очень нервный, вспыльчивый, трудно мирится, легко взрывается и реагирует физически (швыряет предметы, ломает их).

На свиданиях: Его гнев может проскальзывать в большом нетерпении, излишних реакциях на обыденные неприятности (пробки на дороге или медленное движение).

Джефф взорвался, когда официант забыл принести воду. Когда Андреа рассердила Пола, он остановил машину, бросил ключи на сидение и, хлопнув дверью, выскочил наружу. Всякий раз, когда Илана указывала, что он что-то сделал не так, он начинал быстро дышать и выглядел так, как будто может потерять контроль.

Нормальные люди на свиданиях обычно не теряют терпения, а если это происходит, то при особых случаях и умеренно. Стресс не побеждает их.

12) Он физически и/или словесно агрессивен

В браке: Он давит на других, используя силу, и/или давая обидные прозвища и высмеивая, использует вербальное насилие, чтобы добиться то, чего он хочет.

На свиданиях: Может быть грубым, нападать на других, вести машину очень агрессивно и соревноваться, окликать шоферов, говорить что-то обидное, плохо обращаться с дру-

гими и применять силу, срывать гнев на неодушевленных предметах.

Когда Джереми вежливо сказали, что столик, за который он сел, уже заказан, он стал орать проклятия официанту, пока у него не пресеклось дыхание. Когда из автомата не вывалилась банка Колы, Курт со злости ударил его ногой. Боб искал возможности физически смять противников во время хоккейного матча.

Нормальные люди на свиданиях могут проявить характер, когда их провоцируют, но это бывает не часто. Они играют в спортивные игры ради забавы, а не для проявления насилия.

13) Он загоняет себя в депрессию и склонен к депрессии

В браке: Он будет говорить, что ненавидит себя и ему хочется себя убить, а может даже угрожать самоубийством. (Это никак не противоречит агрессии и насилию, которые маскируют его глубокое чувство неполноценности.)

На свиданиях: Он может представлять себя незначительным человеком, выглядеть патетичным (часто, чтобы манипулировать людьми), или делать сильные заявления о том, что сделает, если вы не выйдете за него замуж.

Если проходил день, когда Ицхак не видел Минди, он говорил ей, что он в депрессии. Когда Яэль сомневалась в их совместном будущем, Бен говорил: «Это моя вина, со мной еще никогда не было ничего хорошего» и,

когда она с ним порвала, сказал в отчаянии: «Стану отшельником и никогда не выйду наружу».

Нормальные люди на свиданиях будут проявлять здоровую самооценку. Даже сильный удар их не сломит, и они придут в себя спустя какое-то время.

14) Он склонен или проявлял насилие, хотя и высказал это приемлемым способом

В браке: Вы узнаете, что он проявлял это прежде и/или, что его работа дает проявление его насильственному поведению.

На свиданиях: у него могут быть неприятные друзья или работа, которую не захотят чувствительные люди.

Тодд рассказал, что в старших классах проводил время с грубой компанией. Сту два раза арестовывали за то, что он кого-то ударил. Эйтан работал в секретной полиции, допрашивая тех, кого подозревают в терроре.

Нормальные люди на свиданиях не хотят проявлять насилие. А если их работа иногда требует грубости (как в полиции), они скажут об этом как о печальной необходимости, а не с радостью.

15) У него есть прошлое, связанное с насилием и зависимостью от наркотических средств

В браке: Он будет много пить или принимать наркотики (или вы узнаете, что он это делал).

На свиданиях: Он может упомянуть, какой он «дикий и безумный» (есть или был) с друзьями и отказывается от вопроса о зависимости заявлениями типа: «Мы это делали просто для забавы».

На свадьбах Илан напивался сверх всякой меры, а потом отвергал опасения Лори репликой «Не выводите меня из себя».

Нормальные люди в период свиданий, если и могли когда-то употреблять алкоголь или наркотики, то теперь переросли это и пьют умеренно. Все такие вещи должны быть, очевидно, позади (например, с помощью успешного участия в группе *Анонимных алкоголиков*).

16) Он был свидетелем или пережил насилие родителей, лишение прав или пренебрежение

В браке: Вы узнаете, что один из его родителей проявлял насилие к другому, или оба – к нему. (Пренебрежение, невнимание, лишение прав – также формы пассивного насилия.)

В период свиданий: Он может сам рассказать о своем детстве, но, скорее, вам придется его расспрашивать. Если он открытый, он может признаться, что обижается на родителей. А если скрытный, может уверять, что они само совершенство, но не хотеть, чтобы вы встречались. Если выясняется правда, и вы выражаете беспокойство, он может протестовать, что никогда не повторит поведения родителей и не

нуждается в профессиональной помощи.

Марк сказал Стефании, что был замкнутым ребенком и не ладил с матерью, которой, в основном, не было дома. Кэн не рассказал Ронит, что его родители были в разводе, и у него не было контакта с его отцом-насильником. Когда Эли упомянул, что в его семье проявлялось насилие, Керен спросила его, может ли он проявить эти черты по отношению к собственным детям, он сердито ответил: «Заткнись».

Нормальные люди, с которыми вы встречаетесь, выходят из благополучных семей. Если нет, они прошли соответствующее лечение и готовы обсуждать свое прошлое и как они преодолели свои проблемы.

Еще раз подчеркнем: *Ни одна из выше перечисленных черт не определяет насильника*. Как для получения рисунка, вам нужно соединить точки, так и здесь нужно сочетание нескольких характеристик. Для этого требуется сделать шаг назад и насколько возможно объективно посмотреть на другого человека и свои отношения с ним.

Итак, когда вы одни и вам никто не мешает, вспомните первый из описанных выше, ключевой пункт, который может помочь выявить потенциального насильника: *контроль*. Трудность в том, что *насильник может фантастически менять методы контроля*. Вы можете удивиться: «А почему

кто-то захочет сочетаться браком с человеком, у которого такие качества»? Так вот смотрите *почему*. Он может настаивать на том, что вы постоянно были доступны по телефону, мотивируя, что он скучает по вам. Может указывать, какую носить одежду и делать прическу, на основании того, что ему приятно на вас смотреть. Он может пресекать ваши отношения с другими людьми, говоря, что хочет все время проводить с вами. Может ревновать, видя, как вы говорите с другим мужчиной, и настаивать на скорейшем обручении, когда вы еще к нему не готовы, убеждая, что уже знает вас и уверен, что вы друг для друга.

Но постепенно это повышенное внимание к вам раскроет его истинную суть. Когда вы обручитесь, он начнет распоряжаться всеми деталями подготовки к свадьбе. А когда поженитесь, будет распространять влияние на все частности вашей жизни, поглощая вашу личность.

Есть, минимум, три способа выяснить, объясняется такое поведение в период свиданий влюбленностью или желанием контролировать. Прежде всего, посмотрите на его реакцию, когда вы не соглашаетесь. Если вы говорите ему: «Сегодня я не хочу оставлять мобильный телефон включенным», – станет он спорить или отнесется к вашему праву на частную жизнь с уважением? Вы сказали: «Если тебе не нравится этот костюм, я не буду его одевать на наши свидания», – будет он вас уговаривать вообще его не носить или предоставит вам решать в чем выходить из дома? Когда вы сообщаете: «Я

проведу этот шабат с друзьями», – расстроится он или выразит понимание, что у вас есть своя общественная жизнь? Если вы говорите: «Я еще не решила окончательно о нашем обручении», – начнет он давить или уважит вашу потребность в дополнительном времени? Как вы заметили, ключ к «правильному» ответу – *уважение* – к вашей независимости и вашим связям.

Еще один знак контроля – как он пытается (или не пытается) решать конфликты. Он сердится и эмоционально замыкается или может поделиться чувствами, сохраняя чувствительность к вашим переживаниям? Ему необходимо идти своим путем или он может работать совместно, чтобы найти вариант, удовлетворяющий обе стороны?

Возможно, лучший индикатор его поведения – ваши инстинктивные реакции. Вы избегаете споров, «потому что дело того не стоит», или способны не согласиться с ним, когда нужно? Уступаете, чтобы не было ссоры или можете выразить свои пожелания? Когда он в гневе, ваше нутро наполняется отчаянием или вы можете выстоять? Смотрите не только на него, но и на *себя* – это прекрасный барометр здоровья ваших отношений.

При отсутствии информации из вне, вы можете определить, склонен ли человек к насилию или нет только проводя достаточно времени с ним. Это нужно также, чтобы начать развивать эмоциональную близость (открытость и глу-

бокое разделение чувств), поскольку такая близость вызовет его истинную сущность. Найдите, а если необходимо, создайте возможности увидеть, как он себя ведет в ситуациях, когда он расстроен, разочарован, сердит, переживает поражение. Проводите время вместе с семьей и друзьями и спросите об их впечатлениях. (Всякое нежелание брать вас на такие встречи – нехороший признак, это требует выяснения.) Если кому-то в нем что-то не нравится, проверьте это. Вы можете не замечать это, потому что не хотите.

После того, как уже несколько месяцев была знакомой с ухажером Рут, ее мать сказала, что у нее есть по отношению к нему «нехорошее чувство». Когда она настояла, чтобы Рут задумалась, единственное, что она могла ответить, что это его темперамент. Считая, что все в порядке, Рут обручилась. Но муж оказался с большой склонностью к насилию. Мораль: не спешите игнорировать интуиции матери и любого более объективного, чем вы, человека, который выдвигает возражения против вашего союза.

Как я говорила в прошлой главе, важно разузнать о его жизни в семье. Как родители воспитывали его? Могли ли какие-то травмы сделать его склонным к насилию? Как его родители относились друг к другу и к детям? Хотя большинство родителей в семьях, склонных к насилию, поддерживают фасад домашней гармонии, вы можете почувствовать недоговоренность. Если ваш партнер отвергает дом, в котором вырос, он должен об этом сказать, и должно быть ясно,

что его детские раны исцелены.

Я также рекомендую выяснять его недавнее прошлое – деятельность, друзья и, если есть смысл, отношения с противоположным полом. (Боязнь таких вопросов – плохой признак.) Если его отношения с женщинами были неискренними или нарушали галаху, жалеет ли он об этом? И если да, но так происходило не раз, это проблема. Нездоровые отношения – признак нездоровой личности.

И, наконец, я упоминала важность вклада тех, кто знает его давно и в разных ситуациях. Это критически важная информация, потому что сегодня люди часто появляются как женихи, о которых ничего не известно. Что о нем скажут бывшие работодатели, учителя, соседи по комнате и другие? Отказ отзываться о нем сразу зажигает красный свет.

Если вы наблюдали проявление *нескольких* таких черт *не раз* течение ваших встреч, не спешите с выводами. В то же время, не отрицайте это. Не обвиняйте себя и судите его благосклонно (это прекрасное качество, но не обязательно его проявлять без конца с одним и тем же человеком). Задайте вопрос профессионалу. Если это личность, склонная к насилию, *сразу прекратите отношения, и спросите раввина, обязаны ли вы предупредить об этом других людей.* А если не хотите сразу порвать, возьмите тайм аут, чтобы решить, что делать дальше. Вы можете подумать: раз он заботится о вас больше, чем о ком-то другом, или вы делаете его счаст-

ливее кого-либо другого, вы сумеете его изменить. Но это неверно. Брак выявит в нем только худшее. Фантазии о том, что вы его «спасете» означают, что вы считаете себя таким излечением, которым не являетесь. Более того, хотя духовное руководство должно сопровождать терапию, не думайте, что больше занятий Торой или усиленное религиозное соблюдение – чудодейственное лекарство. Человек, скрупулезно соблюдающий многие религиозные законы, может вести себя неэтично. Даже если он займется еврейскими способами совершенствования характера – Тора не терапия. *Насильника исцелит только признание его дисфункции, желание измениться и получение профессиональной помощи.* И вы тоже выиграете от совета со специалистом, чтобы понять, почему вас привлек такой тип.

Проверьте себя

Теперь вы можете распознать скрытого насильника и знаете, что *всякий, даже вполне эмоционально здоровый человек, может с таким повстречаться.* Но что может увеличить ваши шансы на это?

Ответ лежит в вашей собственной биографии. Например, вас в детстве слишком критиковали или эмоционально держали на голодном пайке, так что вы остались с низкой са-

мооценкой и голодом по любви. Подумайте о своем детстве. Принимали родители вас, как есть, или только когда вы отвечали их нуждам и ожиданиям? Посмотрите на свои привычки сегодня. Вы стремительно бросаетесь в отношения? Сразу отказываетесь от планов, как только появляется ваш парень? Зависит ли ваша самооценка от чужого одобрения? Подменяете ли вы физической близостью глубокую эмоциональную связь? Если так, вы не только привлекаете человека, который плохо к вам относится, но и испытываете недостаток самоуважения, чтобы разобраться в происходящем. Вы с легкостью можете принимать его аргументы о том, что вы причина его плохого поведения. И можете преждевременно согласиться на брак.

Если вы недостаточно любите себя, вы можете также бояться эмоциональной близости (смотрите Главу 2). Насильственные отношения никогда не бывают близкими, они лишь поддерживают более удобную эмоциональную дистанцию.

Другой фактор риска – если вам рано пришлось войти в роль родителя. Обращались ли к вам родители за заботой и лаской, которую должны были получать друг от друга или друзей? Если оба они физически или эмоционально отсутствуют, оставляли ли они вас ответственными за сестер и братьев? Насильственные личности очень незрелы, им отчаянно нужно, чтобы их нежили, поэтому это нажимает в вашей душе знакомую кнопку: вы нужны. В то же время, как в

детстве, энергия, которую вы тратите на эту заботу, расходуется за счет вашего понимания и развития самих себя, осуществления собственных нужд.

И самый сильный фактор, влекущий вас к насильнику, – то, что вы видели, когда росли. Как я уже говорила (Глава 3), мы бессознательно тянемся к тому, что с детства знакомо, и считаем это «нормой». Если ваш отец проявлял насилие над матерью (или наоборот), вы склонны заключить брак с насильником или проявлять насилие к вашему супругу и детям. Иногда два продукта плохих браков создают один хороший, в котором «спасают» друг друга от прошлого, но это случается редко. Если его не лечат, насилие обычно переходит на следующее поколение.

Даже если в вашей семье не было настоящего физического или эмоционального насилия, даже такого поведения, как частые крики, достаточно, чтобы сделать насилие семейной чертой. Более того, желание, чтобы ваш брак был спокойнее, чем у родителей, может повести к опасным последствиям. Молодая женщина рассказала мне о человеке, с которым впоследствии разошлась. «Когда мы встречались, я видела его гневливость, но так боялась снова вступить в борьбу, как мне приходилось делать дома, что всегда ему уступала». Так она невольно давала ему возможность проявлять насилие.

Если вы узнаете себя в одном из этих описаний или уже испытывали насилие, пойдите *не откладывая* к компетент-

ному консультанту. Если вы вошли в нездоровые отношения, может быть, полезнее группы поддержки. Не ждите, чтобы проблемы возникли после брака. Они будут – *так начните работать до этого.*

Слово предупреждения женщинам старшего возраста: даже если вы эмоционально устойчивы, одиночество может ослепить вас, и вы не заметите предупредительных сигналов (особенно, если вас предупреждали «не быть привередливыми»). Будьте осторожны. Вы можете пойти на компромиссы во многом и в итоге быть счастливы в браке, но только не с человеком с насильственным поведением.

Вы узнали о признаках человека, склонного к насилию, и *все* мы должны их знать, ради себя или своих друзей. Хотя моя собственная карьера свиданий включала только приятных, нормальных парней, если бы у меня была эта информация несколько лет назад, я могла бы предостеречь от брака несколько пар. Имейте эти знания и передавайте их дальше. Тогда вы вероятнее сочетаетесь браком со здоровым человеком, с которым создадите здоровые отношения, и этим поможете и другим.

В Израиле вы можете обратиться в Центр помощи религиозным женщинам:

Офис (02) 655-5744/5

Бипер: (02) 629-4666, (04) 830-6666, (08) 627-8866 – бипер: 23912

В других странах обращайтесь к местному раввину, в синагогу, еврейские общественные службы.

ЧАСТЬ 5.

БЫТЬ ИНФОРМИРОВАННЫМ



Еврейский брак – это духовные отношения, союз на всю жизнь, соглашение вместе расти и развивать глубокую любовь до конца. Но еще и юридические отношения – и многие входят в них, не зная их границ и вариантов. Глава 8, «Деньги и чувство», обсуждает финансовую сторону брака. Глава 9, «Небольшое предупреждение», описывает защиту, которую предоставляет женщинам иудаизм.

Глава 8.

Деньги и чувства

Собираясь написать свою первую книгу, я с воодушевлением рассказала идею еврейскому книгоиздателю. А он ответил, что она не будет продаваться, поэтому я должна была сама позаботиться о финансировании и быть готовой к убыткам. У меня было больше оптимизма, поэтому я решила попробовать. Только одна вещь меня останавливала: чьими деньгами я буду рисковать?

Практически, мой муж Авраам и я считаем все деньги, которые у нас есть, «нашими». Но я сознавала, что, если жена не решила и не стала поддерживать себя сама, отдельно от мужа, *галаха* считает супруга ответственным за жизнь семьи, поэтому все деньги, которые вносит своими заработками жена, считаются его собственностью. Мы с Авраамом тоже подписали перед свадьбой это традиционное соглашение. «Наши» сбережения, на которые я, скорее всего, финансировала бы эту книгу, состояли из тех средств, который внес Авраам при вступлении в брак, поэтому они тоже принадлежали ему. (А вот если бы у меня были средства до замужества, они оставались бы моими). И хотя Авраам полностью поддержал мой проект, я считала, что не имею права рисковать его деньгами.

Вскоре после этого моя бабушка, благословенной памяти, умерла и оставила мне подарок. Я сообщила Аврааму, что собираюсь продвинуться с моей книгой, потому что теперь у меня есть собственные средства. Авраам улыбнулся и ответил: «Прекрасно»! Было что-то подозрительное в его реакции, но, в радостном возбуждении, я это проигнорировала.

Прошло несколько лет (мои надежды на успех книги реализовались), и я сказала Аврааму, что хочу прибыли от первой книги выделить на выпуск второй книги.

– Замечательно, если я смогу публиковать свои книги на собственные деньги, – сказала я с радостью.

И тогда взорвалась бомба.

– Я не уверен, что деньги, которые тебе завещала бабушка, или которые ты заработала на них, твои собственные, – сказал он.

– Что ты имеешь в виду? – спросила я, защищаясь. – Такова воля моей бабушки. Конечно, они мои.

– Не уверен, – это все, что сказал Авраам.

Прошло два года, эту тему обсуждали на занятиях у одного рава, и я рассказала ему эту историю.

– Жаль, что приходится это говорить, – сказал рав, – но твой муж, видимо, прав. Хотя бабушка завещала деньги тебе, этого недостаточно. Она должна была еще особо указать, что твой муж не имеет права ими распоряжаться. Сомневаюсь, что она это сделала.

Так что деньги были не мои. Я была глубоко тронута тем,

что Авраам не поднял этот вопрос, когда я получила этот подарок. В то же время, как разумная женщина, я расстроилась, что не знала об этом законе. Если бы наши семейные отношения были иными, этот недостаток знания мог сыграть большую роль.

Сделать 50 на 50 реальностью

Основа еврейского брака – давать. Поэтому роль законов в нем незначительна. Но еврейский закон о браке включает и финансовые опции, о которых пара должна знать.

Один из важных вопросов – владение собственностью и капиталом. В западной морали сегодня большинство женщин считают себя полноценными финансовыми партнерами в браке, что часто признает гражданский закон. В течение веков иудаизм поощрял супругов рассматривать свои отношения в этом духе. Действительно, *тнаим*, письменное соглашение, которое подписывают до обручения родители с обеих сторон, определяет финансовые условия брака. Там написано, что муж и жена контролируют средства в равной мере, принимают финансовые решения взаимно.

Хотя это еврейский идеал, *галаха* о фактическом владении иная по вышеупомянутым причинам. Эта деталь может не иметь практического значения, пока пара не разводится,

и жена не начинает требовать свою «половину» имущества. Тогда обнаруживается, что это не половина. Даже пара, которая собирается жить счастливо вместе до конца своих дней, может быть этому не рада.

Чтобы сделать 50/50 реальностью, вы должны подписать *штар илхати* (еврейский законодательный документ), согласно которому муж и жена делят поровну все, что вносят в брак и приобретают после брака. Этот *штар* следует сделать частью соглашения перед свадьбой, его я обсужу в следующей главе.

От родителя к ребенку

Наследство – еще один важный финансовый вопрос. Без описанного *штар илхати* любое имущество с обеих сторон становится собственностью мужа. Многие предпочитают, чтобы наследство оставалось «в семье», но при этом принадлежало только фактическому наследнику. Если обе стороны с этим согласны, вы с будущим мужем можете подписать соглашение о том, что отказываетесь от претензий на чужое наследство. (Это обычная практика в богатых семьях, где у одной или обеих семей есть наследство.) Или же, если жена хочет сохранить права на наследство, она должна попросить своего благодетеля специально отметить в своем за-

вещании, что «ее муж не имеет на него никакого права».

Моя история закончилась успешно: муж из любви ко мне дал мне возможность думать, что деньги, которые я наследовала, мои, и я опубликовала свою книгу. Тем не менее, когда речь идет о юридических вопросах, невежество не ценность и не добродетель. Какие бы радужные надежды ни были у вас о предстоящем браке, закон стоит знать.

Глава 9.

Небольшое предупреждение

В замечательный звездный вечер Хануки я стояла на лужайке прекрасного поселения рядом с Иерусалимом под хупой с моим будущим мужем Авраамом. Он прочел на иврите: «Отныне ты посвящена мне этим кольцом по закону Моше и Израиля», – и одел мне на палец кольцо. Мы по закону стали обручены. А затем пришло время прочесть *ктубу*, га-лахическое соглашение, сопровождающее брак.

– Мне не важно, чтобы *ктуба* была очень красивая, – сказала я за месяц до нашей свадьбы. – Какой смысл разрисовывать и делать произведением искусства юридический документ, такой неромантический кусок бумаги?

Авраам пожал плечами и невнятно ответил, и я решила, что он собирается использовать для церемонии официальный бланк израильского раввината.

Теперь Авраам взял *ктубу*. Но это было не то, что я ожидала. На прекрасной бумаге был нежный акварельный рисунок, а сверху еврейская каллиграфия. И все это сделал сам Авраам. Я была поражена и глубоко тронута. Вдруг я поняла, как много для меня значит этот «неромантический» кусок бумаги.

Ктуба – главное выражение брачной связи, не только га-

лахически, но и для большинства женщин эмоционально. Установленный раввинами где-то 2000 лет назад, этот документ обязывает мужа почитать свою жену и обеспечивать ее нужды, включая еду, одежду и супружескую близость. Но, прежде всего, он определяет сумму, которая ей полагается, если муж умрет раньше ее или разведется с ней. Это обязательство дается, чтобы обеспечить ей некую финансовую уверенность в обоих случаях и предостеречь его от инициации развода. В древние времена этой суммы могло хватить ей, чтобы прожить достаточно долгое время. Сегодня это несколько тысяч долларов, если только муж не пожелает увеличить ее. (А поддержка детей остается на ответственности мужа.) *Ктуба* считается такой важной, что без нее паре не разрешается жить вместе как мужу с женой.

К сожалению, хотя *ктуба* сохраняет свое эмоциональное значение и занимает во многих семьях почетное место на стене одной из комнат, полагаться на нее, чтобы защитить женщин во время развода, оказывается большой проблемой.

Идеал и реальность

Сара и Михаэль, которые обручились в возрасте около 25 лет, сели планировать свою свадьбу. Музыканты, зал, меню и список приглашенных, об этом они скоро достигли согла-

шения. Следующий вопрос был *ктуба* – кто ее будет украшать, и какую сумму в ней написать. Михаэль был из богатой семьи, поэтому Сара ожидала, что он значительно увеличит минимальную сумму.

– Давай, используем число 18, – романтически предложил Михаэль, имея в виду, что это числовое значение слова *хай* (жизнь). – В *ктубе* будет написано 18,000 долларов.

Сара опешила. Что случилось, спросил он:

– Ты не любишь число 18?

– Я да... но...

– Так что?

С кислой улыбкой Сара сказала:

– А что если добавить ноль?

Михаэль не знал, что ответить. Чувствуя, что нуждаются в руководстве, они пошли к раву Фридману, уважаемому лидеру общины и галахическому авторитету, известному своей прямоотой.

– Ну, есть хорошие новости и плохие новости, – сказал он. – Хорошие новости в том, что вы не должны беспокоиться, писать в *ктубе* 18,000 или 180,000 долларов, потому что реально это не имеет значения. У большинства мужчин есть страхование жизни, которое намного превышает сумму *ктубы*. И когда пара разводится, они почти всегда делят свое имущество, исходя из того, кто заботится о детях и у кого какие финансовые нужды. Так что можете переходить к приятной части, решая, кто будет разрисовывать *ктубу* и

кто делать каллиграфию.

– Хорошо, – сказала Сара, вздохнув. – А что насчет плохих новостей?

– Плохие новости, – продолжил рав Фридман печально, – в том, что евреи сегодня живут под юрисдикцией светских властей, так что неважно, сколько денег в *ктубе* установлено для жены, *бейт дин* (раввинский суд) не может гарантировать, что она их получит.

Пара была шокирована, особенно Сара. Как же она об этом ничего не знала?

– Если происходит развод, – продолжал рав, – порядочный человек обеспечит своей жене приличный доход, особенно если он хочет расторжение брака. Но, если его жена думает о более высоком уровне жизни, тогда возникают проблемы. Еврейский развод требует взаимного согласия. Поэтому муж может уйти, не оставив ничего, в обмен на свое согласие дать жене развод.

– Но почему муж станет себя так вести? – громко выразил удивление Михаэль.

– Михаэль, – объяснил рав Фридман, – развод – время, когда в человеке разыгрываются дурные страсти, и гнев может преодолеть достоинство. Обе стороны обвиняют друг друга, и тот, кто выходит с большей частью имущества и попечения о детях, может провозглашать: «Если мне это причитается, значит, развод – не моя вина.»

Молодой человек покачал головой:

– Не представляю, чтобы я так поступил.

– Я рад, но, к несчастью, это случается, и хотя женщина может вести себя точно так же, это происходит намного реже. Более того, если женщина отказывается принять решение *бейт дина*, ее муж может получить то, что называется *гетер меа рабаним* – «разрешение ста раввинов». Хотя его дают только в определенных случаях, это позволяет ему преодолеть запрет тысячелетней давности иметь не больше одной жены, что разрешает Тора, и жениться на другой женщине. У женщины, муж которой отказал ей в разводе, такой возможности нет.

– И что раввины ей ничем не могут помочь? – спросила Сара.

– Они могут пытаться, – ответил рав Фридман. – Могут издать призыв к людям отлучить ее мужа от всех синагог, бойкотировать его бизнес, и подвергать его другим видам остракизма – иными словами, могут так затруднить его жизнь, что он согласится дать развод. В Израиле правительство может лишить его многих прав и привилегий и даже посадить в тюрьму. В хасидских общинах ребе может послать группу своих последователей «убедить его несловесным способом», чтобы он согласился дать жене разводное письмо. Иные общины используют другие творческие решения. Но, если ничего не действует, у женщины нет выхода. И кроме ее страданий, это ужасный *хилуль Ашем* (нарушение святости Имени Творца): демонстрация того, что иудаизм якобы

не заботится о женщине.

Наступило долгое молчание. Сара смотрела на Михаэля, ожидая его ответа.

– Рав Фридман, – наконец сказал Михаэль, – ни Сара, ни я не сомневаемся, что наш брак навсегда. А если, не дай Бог, мы не правы, я не могу себе представить, чтобы я вел себя по отношению к жене несправедливо. Но если ктуба больше не защищает женщин, я не считаю, что нам нужно зарывать голову в песок.

С внутренним облегчением, Сара добавила:

– Я не думаю, что это захотят сделать и мои родители. Хотя они хорошо относятся к Михаэлю и думают о нем и наших отношениях так же, как я, они очень расстроятся, если узнают, что их дочь выходит замуж без всякой защиты.

– Вы подняли важные вопросы, – подтвердил рав Фридман, – и я с вами согласен. Но это темы, которые касаются не только вас и ваших родителей, но всего *клаль Исраэль* (еврейского народа). Большинство религиозных евреек никогда не разведутся. Но ради меньшинства важно, чтобы брачная церемония включала и галахическое соглашение, которое бы их защищало.

Восстановление защиты

Если вы обеспокоены фактической ситуацией с еврейским разводом сегодня, вы можете продемонстрировать ответственность за весь *клаль Исраэль*, подписав до вступления в брак галахическое соглашение.

Некоторые ассоциируют такие взаимные обязательства, заключаемые сторонами, с тем, что делают при гражданских браках, чтобы при разводе каждая сторона «получила свое». Но еврейское соглашение, о котором мы говорим, просто восстанавливает силу ктубы, охраняя права женщин. Таким образом, оно сохраняет дух и букву еврейского закона и может быть принято в самых традиционных кругах. Его поддержали многие известные раввины: рав Залман Нехемья Голдберг из высшего раввинского суда Иерусалима, даян Ханох Эрентрой из Лондона и рав Йосеф Шалом Элияшив из Иерусалима – крупнейший галахический авторитет нашего времени. Теперь оно используется по всей Великобритании.

В самом обычном соглашении обе стороны обязуются при желании расторгнуть брак, что они обратятся в *бейт дин* (раввинский суд) и будут платить другой стороне содержание за каждый день, в то время, когда та отказывается принять решение этого суда о разводе. Кроме того, там написано, что все имущество супругов делится ровно пополам, если имеется *штар илхати*. Мы его обсуждали в прошлой главе. Такое предсвадебное соглашение помогает закончить брак достойно, а не унижительно. Согласно мнению авторитетов иерусалимского раввинского суда, оно позволяет предотвра-

тить девяносто процентов случаев, когда какая-то из сторон отказывается дать или принять *get* (разводное письмо).

Несмотря на преимущества этого соглашения, пара, которая хочет его заключить, может встретиться с осмысленной оппозицией. Опасение в том, что, чем больше финансовые последствия для отказывающегося от развода, тем больше риск угрозы или принуждения к разводу. А чем меньше последствия, тем менее эффективно это соглашение. К счастью, существуют варианты этого соглашения, которые одобрены раввинами и предотвращают неэтичное поведение в процессе развода. (Есть раввины, которые так уверены в достоинствах этого соглашения, что без него даже отказываются организовывать свадьбу.)

Однако большинство возражений эмоционального характера. Одна молодая знакомая спросила меня: «Зачем начинать брак с одной ногой за дверь»? Но, лишь укрепляя то, что записано в *ктубе*, данное соглашение не предполагает меньше доверия между женихом и невестой или оптимизма насчет их будущего в браке. Сама *ктуба* – древняя форма такого соглашения, и ее современный наследник также выражает серьезность пары и их веру в будущий брак. Как говорит один из защитников такого соглашения: «Публика должна знать, что подписание такого соглашения не объявление войны, а акт любви».

Другим парам могут сказать: «В нашей общине это не делают». Неприятие всего нового – вполне понятно. Однако

«не делают» слабое основание, чтобы отрицать то, что *следует* делать.

Мужчины могут возражать против этого из эгоистических побуждений. Хотя соглашение защищает обе стороны, в основном оно ради женщин. Поэтому мужчина может спросить: «Зачем парню это подписывать»? Я спрошу его, в свою очередь: «Почему парень захочет давать своей жене *ктубу*»? Ответ на оба вопроса – он понимает: еврейская традиция хочет, чтобы женщина была в браке под защитой. А если мужчина понимает цель соглашения, но отказывается подписать, он фактически говорит: «Если мы разведемся, я хочу сохранить возможность причинить тебе вред».

Большинство говорят: «Зачем делать такой неромантический документ частью нашей свадьбы»? У меня такой ответ вызывает юмористическое отношение, ведь сама *ктуба*, по существу, то же обязательство мужа перед женой. Просто мы привыкли к *ктубе*, а к такому соглашению – нет. Возможно, решение в том, чтобы это соглашение стало общепринятым как *ктуба*, многие раввины полагают, что так и должно быть.

Когда вы были маленький и вам хотели сделать прививку, вы, наверное, тоже протестовали и не хотели, чтобы вас укололи: «Мне это не надо. Я не заболею»! Если бы болезнь можно было предотвратить гигиеной, вы, наверное, были бы правы. Но Министерство Здравоохранения не может прививать только людей, не придерживающихся правил гигиены,

и не может предотвратить эпидемий, поэтому иммунизацию должны проходить все. То же с общественным здоровьем.

И с предсвадебными соглашениями. Моя подруга Марина выразила эту идею своему будущему мужу так: «Я знаю, нам обоим это не понадобится. Но ради тех, кому это будет нужно, я предпочитаю, чтобы это стало стандартом для всего еврейского народа. И хочу этому помочь». Он согласился.

Вы тоже можете заключить это соглашение перед вашей свадьбой, огласив почему. По мнению раввинов и молодых пар, которых становится все больше, это все равно, что сказать: «Я делаю, что могу».

Заключительное слово

Быть одиноким евреем значит идти по тонкой линии. Вы должны быть готовы к браку и ждать брака, и в то же время вполне жить сейчас. Получать от жизни удовлетворение и при этом повышать шансы найти свою пару.

Прежде всего, нужно расти духовно. Иудаизм учит, что мир стоит на трех вещах: изучении Торы, молитвы и добрых делах. Так обеспечивайте свое духовное благополучие. Даже если вы стремительно поднимаетесь как ученый Торы, вам нужно делать хесед: если всегда помогаете другим – нужно учиться; и всем необходимо говорить с Б-гом честно и часто. Все это будет питать ваше сознание, сердце и душу, усиливать вашу самооценку и делать более обещающим партнером для кого-то особенного.

Работа и финансовая самостоятельность тоже может повысить самооценку, необходимую для здоровых взаимоотношений. Но выбирайте карьеру обдуманно. Если вы серьезно намерены вступить в брак, никакие деньги или удовлетворение в работе не стоят понижения ваших шансов на него. Молодой адвокат сказала мне, что почувствовала: споры в суде озлобляют ее, и тогда перешла на законы о налогах. Несмотря что более скучная работа, это помогло ей сохранить качества характера, которые она хотела принести в будущий

брак. Это умный поступок.

Не важно, сколько вы зарабатываете, – если вам нужен опыт жизни с другим человеком, обратите внимание на соседа по комнате. Научиться сосуществовать в пространстве не мешая, ладить с тем, кто на вас не похож, – лучшая подготовка к жизни в браке.

Кроме построения характера, развивайте любые таланты и способности, которые не вступают в противоречие с тем, чтобы найти родную душу, спутника жизни. Учитесь новым вещам. Расширяйте горизонты. Вы станете интереснее и живее, и больше людей захотят с вами проводить время. Вы станете привлекательнее. Кто-то однажды спросил известную *ребецин*, в чем ее главный секрет привлекательности. Она ответила: «Образование. Оно просвещает». Так и с другими видами деятельности. Делайте то, что вас просвещает.

И не игнорируйте физическую сторону жизни. Если вы привыкли сидеть в кресле и есть, что попало, не переставая, значит, время начать двигаться и правильно питаться. Стать здоровее и выглядеть лучше, может быть, для вас нелегко, но вам понравятся результаты.

Из всего упомянутого, прежде всего, полюбите *хесед* – *давайте другим*. Пользуйтесь своими способностями и талантами, чтобы обогащать не только собственную жизнь, но и жизнь других. Вы увидите, как истинно благословлены, и испытаете настоящее счастье, которое возникает в результате посвящения себя в стоящий проект, будь то для всего народа

или соседа по улице. В то же время, вы будете развивать в себе качество наиболее значимое для прочной любви.

Подготавливая себя для брака, не откладываете все остальное. В этом мире многое нужно сделать. Выходите и давайте. Вы обогатитесь от этого, и ваш рост приблизит вас к тому особому дню, который вы ждете.

Об авторе

Ги́ла Манолсон (урожденная Мэрилин Фиш) выросла в северо-восточной части Соединенных Штатов и закончила с отличием Йельский университет со степенью в области музыки. Позже училась в Неве-Иерушалаим колледже для женщин. В течение пяти лет была руководителем отделения женского отдела еврейского молодежного хостела Херитэдж Хаус, расположенного в Старом городе Иерусалима. Она участвовала в многочисленных программах в качестве преподавателя и является популярным лектором в Израиле и за рубежом. Она также является автором книг *Магическое прикосновение: Еврейский подход к отношениям* и *Снаружи/Внутри: Свежий взгляд на Цниут*. Ги́ла и ее муж живут в Иерусалиме со своими семью детьми.