

Проверьте жизнестойкость

ТЕСТ

«В тридцать мы впервые задумываемся, как бы составить себе состояние, к пятидесяти у нас все еще ни гроша за душой. Под старость начинаем строиться и умираем, прежде, чем маляры и стекольщики закончат отделку», — удивлялся человеческой недалекости Жан Лабрюйер.

Не уговаривайте себя: вот вырастут дети, тогда запишусь в фитнес-клуб, сначала заработаю на квартиру, а уж потом отдохну на Канарах.

Еще Джонатан Свифт видел в этом причину возрастных разочарований: «Лишь немногие живут сегодняшним днем, большинство готовится жить позднее». Это оборачивается жесточайшим кризисом среднего возраста, ощущением, что лучшие годы прошли впустую, оставив сожаление о прошлом у разбитого корыта неиспользованных возможностей.

Грозит ли вам кризис среднего возраста, подскажет тест. Каждый ответ «да» — 5 баллов, «нет» — 1 балл.

1. Вам от 35 до 45 лет?
2. Вы страстно желаете начать свою жизнь с чистого листа?
3. Избегаете упоминаний о собственном возрасте и не любите, когда о нем спрашивают?
4. Чувствуете себя неуютно в компании тех, кто младше вас?
5. Считаете, что заслуживаете большего во всех отношениях?
6. Недовольны своей карьерой?
7. Не были замужем или разведены?
8. У вас нет детей?
9. Не отказались бы радикально изменить сейчас свою жизнь?
10. Потянуло на броский макияж, яркие цвета в одежде, мини-юбки и авангардные стрижки?
11. Мечтаете пережить романтическое приключение в курортном раю?
12. Старые друзья кажутся вам скучными как заезженные пластинки?
13. Стали более резкой, неприимиримой и категоричной, чем раньше?
14. Хотели бы освоить новый род деятельности или пойти учиться?
15. Всегда стараетесь узнать, сколько лет новому знакомому, и подсчитываете разницу в возрасте между вами?

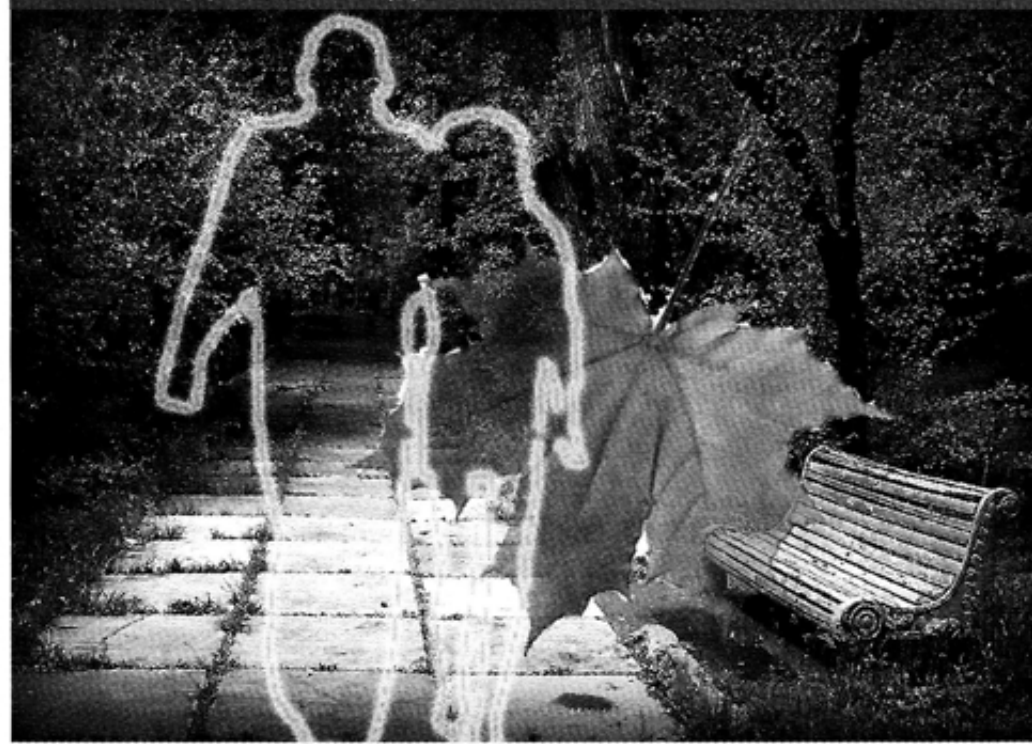
А теперь подсчитайте баллы. До 25 баллов. У вас все хорошо — кризис середины жизни вам пока не грозит.

От 26 до 40 баллов. Возрастной рубеж вызывает у вас необоснованную тревогу. Не рвитесь к карьерным вершинам, если это наносит ущерб личной жизни и внеслужебным интересам. Делайте то, что просит душа, а не то, к чему принуждают внешние обстоятельства, а также родственники, привыкшие пользоваться вашей добротой, и беззастенчиво эксплуатирующее вас начальство: тогда сожалеть и тревожиться будет не о чем!

От 41 до 75 баллов. Кризис среднего возраста в самом разгаре. Специалисты сравнивают его с подростковым периодом: гормональный фон после 35 лет меняется в той же степени, что и во время полового созревания, порождая уже знакомые по отрочеству перепады настроения и эмоциональные проблемы. Переживающие критический момент взрослые порой становятся такими же импульсивными, неуправляемыми, бескомпромиссными и недалекими, как тинейджеры. Совет: не совершайте поступки, о которых придется горько сожалеть.

Одиночеству наперекор

Знакомые смотрят на нас недоуменно: как ладят эти двое после такого?



Коллаж Ирины ЖУРАВЛЕВОЙ.

ВИДИМО, ОСЕНЬ располагает к раздумьям о смене не только времен года и настроения, но и переменчивости бытия вообще. В одном из выпусков «Женской линии» мы обратились к теме «женской осени». Участницы опроса, казалось бы, дали довольно исчерпывающие ответы, из которых следует, что «посеребренный» легкой сединой возраст сродни золоту: многое пережито, обретен опыт, в запасе свои победы и достижения. Это дорогое стоит.

Искреннее письмо Ирины Зуевой не только продолжает тему зрелой женщины, но и дополняет ее новыми нюансами.

«Вот уж никогда не думала, что свой «полтинник» буду отмечать в одиночестве. Ну, не в полном, конечно. Прибежали подруги, сын с подарком пришел, старенькая тетушка. Тортик, чай — все как подобает. Спиртного с девочками решили не покупать, чтобы не «рассопливиться». Оно ведь так всегда бывает во время девичника: браваурное начало застолья грозит вылиться в реку слез. Посидели час-другой. Кто-то вспомнил о просьбе дочери посидеть с внуком, у кого-то возникли прямо-таки неотложные дела. Короче, разбежались. И вот тут я прочувствовала всю

«преlestь» своего юбилея. Рубикон перейден. Что впереди?

Но уж если совсем честно, меня в тот миг волновала даже не дальняя перспектива, а один-един-

Мой благоверный сообщил, что некая юная особа ждет от него ребенка

ственный телефонный звонок — от него. Казалось, сейчас позвонит, а я демонстративно брошу трубку, как перчатку в лицо обидчику. Но должданная трель оказалась резкой и неожиданной. Это от того, что звонок буквально вышиб из едва подступившего сна. Глянула на часы — половина второго. Саша. Его голос был тихим, как шорох листьев. Звуковую картину дополняло журчание воды. Подумала: ну вот, звонит явно из ванной, чтобы никто не услышал. Сто лет вроде знакомый голос, а меня затрясло — то ли от нервного возбуждения, то ли от неосознанной радости. Словом, с «перчаткой» ничего не вышло. Он что-то там говорил, поздравлял, расхваливал прелесть наступившего «золотого» возраста, а я слова вымолвить не могла. Что-то буркнула в ответ, а

потом еще часа три отмеряла километры по квартире. Тут я и осознала в полной мере свое одиночество.

Саша старше меня на три года. Его «полтинник» мы отмечали в кафе. Собралась огромная компания друзей. Как я теперь понимаю, только его, а не моих друзей. Было шумно, пьяно, что называется, торжество на широкую ногу. На мне новое платье «от кутюр». И он одет с иголочки. Все безоблачно. А через год Саша ушел. Что-то повздорили из-за сущего пустяка: за четверть века совместной жизни мало ли таких ситуаций было? Но он выскочил из квартиры будто ошпаренный. Вернулся через сутки словно пришибленный, но с чертиком в глазах. Только мир с того времени в наш дом не возвращался. Сашка психовал по малейшему поводу. Через несколько месяцев мой благоверный сообщил, что некая юная особа ждет от него ребенка. Это был удар ниже пояса. Я слышала от знакомых душераздирающие рассказы о брошенных женах, даже с видом знатока брала советы. Теперь бы только одно сказала такой бедолаге: закрой свое сердце ото всех. И от себя тоже. А тогда мир для меня словно обрушился.

Злилась: ну да, соперница моложе меня на два десятка лет! Ненавидела: как он мог все забыть? Жалела себя: что делать под старость лет? Прочла всех психологов, истерзала своими сомнениями всех мыслимых и немыслимых знакомых. В результате, осталась в полном вакууме — кому нужны чужие проблемы? От меня бежали. Только я сама от себя сбежать не могла.

Тут уместно поставить много точек, потому что месяцы, тянувшиеся словно годы, были заполнены опустошенностью. Моя жизнь наполнилась слухами о нем, его новой жизни. Ревновала безумно, даже, каюсь, желала ему недоброго.

И все же я взяла себя в руки. Занялась собой, в моем окружении появились новые люди, другой мужчина. Неожиданно для себя стала решительной и смелой. Даже села за руль иномарки. Я просто стала иной.

Саша вернулся почти через три года. Свалился как снег на голову. Он робко стоял перед порогом квартиры, пряча за спиной огромный букет: «Я тут тебе подарок принес. К золотому юбилею». Он не просил прощения, а я его и не требовала. Мы просто начали жизнь с чистого листа.

Знаете, сколько мне сейчас лет? Не угадали, не пятьдесят три. Тридцать! Наверное, если бы подобное случилось в моей жизни лет на десять раньше, я бы обозлилась на мужа, встала в позу, начала устраивать истерики, возможно, даже вопреки здравому смыслу не приняла бы его обратно. А сейчас понимаю: зачем? Нам уютно вместе, а все остальное не в счет. В этом понимании и таится главный секрет «осени жизни».

Это я все к тому вам поведала, чтобы нагляднее выразить одну-единственную мысль: только с возрастом осознаешь цену каждого прожитого дня. Нет, проблемы не рассасываются сами по себе, но обретенная, пусть и в мучительных сомнениях, мудрость подсказывает: их размеры «дозревают» до невероятной величины только в нас, в сером веществе. Сейчас знакомые смотрят на нас с Сашей недоуменно: как, мол, ладят эти двое после такого? Нормально ладим, потому что намеренно оставили далеко за бортом нашего корабля пресловутый «кризис среднего возраста». Не зря говорят, как корабль назовешь, так он и поплывет. Мы переименовали наш корабль. У него теперь много названий. И все они хорошие».

Для юных жен и не только

ПОЗНАЙ СЕБЯ

В одном из ночных эфиров телеканала «НТВ» в «Школе эзотериков» две замечательные ведущие расспрашивали известного политического деятеля России Любовь Слиску о том, как она, в частности, относится к очередной инициативе Президента России кардинально изменить демографическую ситуацию в стране, оказав финансовую поддержку рожавшим женщинам.

Как мама совершеннолетних сыновей, я искренне порадовалась и тому, что первый руководитель государства осознает важность проблемы, и, конечно же, тому, что парламентарии эту тему готовы обсуждать, развивать и т.д.

Но. Сразу хочу остановить поток собственных искренних слов единственным вопросом-размышлением. Женщина, зная, что государство поддержит ее финансово, настроится рожать, и детей станет больше.

Вопрос другой: счастливых детей, счастливых семейных пар станет больше?

Поддержка семьи на государственном уровне — это ведь не только финансовые вложения. Ведь не едет телега вперед лошади, так и тут: начинать нужно молодым и немолодым парам, наверное, с решения других глобальных проблем.

Проблема первая — наша психологическая неграмотность, незнание отличий женской и мужской психологии. Молодые люди принимают решение создать семью. Что может быть лучше? Они действительно готовы к созданию семьи или это только желание как можно больше времени проводить вместе с одновременным наличием штампа в паспорте?

...У нас будет ребенок. Эта новость часто шокирует молодых. Они еще толком не выстроили собственные отношения, еще не создали модель своей собственной непов-

торимой семьи, еще не угас пыл первой страстной влюбленности, еще только намечились первые ссоры, а уже нужно готовиться стать родителями. Будущие родители еще не готовы быть родителями, они пока еще даже не умеют выстраивать отношения в паре, не знают важнейших правил совместной жизни, правил женской и мужской психологии.

Людей плохих не бывает, бывают плохие отношения, а их можно изменить к лучшему. Счастливая семья — здоровые отношения. Последнее две фразы — суть новой программы, нового курса, которой дано очень точное, на мой взгляд, название «Школа молодых жен». Руководитель школы — специалист в области системных решений Лидия Ефимовна Коробова.

Учиться науке создания семьи, науке укрепления уже существующей семьи, конечно же, для этого надо иметь смелость. Решается на это, прежде всего, женщина, ведь

именно мы, женщины, ответственны за эмоциональный климат семьи. Потому — «Школа молодых жен», но прийти можно при желании и с мужем, с любимым мужчиной. Десять занятий, десять вечеров посвятить семейной науке, по-моему, вполне реально, даже если вы очень заняты на работе и дома.

Мне 43 года. И практически на каждом занятии «Школы молодых жен», несмотря на большой жизненный опыт, открываю для себя много нового. В первом браке сделано немало ошибок, но спасибо отцу моих детей — у нас замечательные дети. Я мысленно благодарю своего первого мужа и, собираясь замуж второй раз, хочу, чтобы мой мужчина понимал меня так же, как я теперь начинаю понимать его.

Женщины и мужчины — мы такие разные, как незнакомые планеты. Но у нас одна цель: быть вместе.

Вера ЦЕЛКОВЕВА.