

# Жизнь в любви. Как научиться жить рядом с любимым человеком долго и счастливо

**Автор:**

[Олег Торсунов](#)

Жизнь в любви. Как научиться жить рядом с любимым человеком долго и счастливо

Олег Геннадьевич Торсунов

ВЕДЫ: веди меня к счастью

В чем причины одиночества и секреты счастливой жизни, как перестать ревновать партнера, избежать развода и разобраться во всех тонкостях отношений, об этом и многом другом в новой книге кандидата медицинских наук, признанного специалиста в сфере семейной психологии Олега Геннадьевича Торсунова. Его лекции пользуются особенной популярностью в России и за рубежом. Олег Геннадьевич убежден: древние сакральные знания, заповеданные нам Ведами, раскрывают секреты истинной любви, позволяют построить гармоничные отношения между мужем и женой, родителями и детьми. Практические советы, которыми щедро делится автор, зарядят вас мощной энергией, помогут справиться с проблемами, прожить долгую и счастливую жизнь рядом с самыми родными и близкими людьми – вашей семьей! Это первая книга в серии: «Веды: веди меня к счастью».

Олег Торсунов

Жизнь в любви. Как научиться жить рядом с любимым человеком долго и счастливо

## ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ

### Секреты успешных семей. Взгляд семейного психолога

Мы знаем, что такое семья, какой она должна быть. Но что такое наше знание на самом деле: истина или родительский сценарий, следование которому в жизни приведет к краху собственного брака? В этой книге Артем Толоконин рассмотрел те основы, на которых строится семья. Он уверен: абсолютно любые семейные отношения можно улучшить, восстановить, строить дальше по законам безусловной, зрелой любви.

### МЖ. Как научиться жить душа в душу с тем, кого любишь

Узнайте, что происходит в голове и сердце вашего возлюбленного из книги популярного психолога Алексея Капранова. Этот остроумный гид по счастливым отношениям научит вас жить душа в душу и получать от партнера то, чего по-настоящему хочется.

### Законы счастливой семейной жизни

Все мы хотим достичь гармонии в семейной жизни. Олег Торсунов, врач с классическим медицинским образованием и специалист ведической медицины, знает, как помочь. В своей новой книге, написанной в виде диалога психолога с семейной парой, автор знакомит нас с основными законами священных писаний о семье, браке, адаптированными к современной жизни. Помогает найти осознанный подход к отношениям и установить для себя четкие правила, которые позволят обрести настоящее семейное счастье.

Давай больше не ссориться. 12 типов семейных конфликтов и инструкция по их прекращению

Если скандалы стали нормой общения со второй половинкой, пора что-то менять. Мишель Броди, психолог с двадцатилетним стажем, выделила 12 типов семейных конфликтов. Автор книги описывает механизм каждого из них и предлагает простую технологию их разрешения. Это легкий для восприятия, но глубокий по смыслу гид для пар – о том, как убрать из вашего ежедневного общения все то, что ранит, обижает и отдаляет вас друг от друга.

## Предисловие

Во время одной из своих лекций я получил от молодого мужчины-слушателя записку такого содержания: «Я посвящаю все свое время работе. Жена сидит дома с маленьким ребенком. Она постоянно недовольна – ей не хватает внимания, ей кажется, что я начал жить своей собственной, отдельной от семьи жизнью. Но ведь я прикладываю все усилия, чтобы моя семья жила в достатке! Все, что я делаю, я делаю для них! Как мне найти баланс между семьей и работой?»

Автор записки был очень удивлен, когда я сказал ему, что жену не устраивает вовсе не отсутствие внимания со стороны мужа. Да и потом, внимание – это такое расплывчатое понятие! Что значит «дарить внимание»? Сидеть постоянно рядом? Давать много денег на наряды и косметику?

Нет, не от отсутствия внимания страдала супруга моего слушателя. Я сказал ему, что вероятнее всего проблема кроется в отсутствии духовной жизни в их семье. Когда мужчина спросил меня, что это значит, я задал ему вопрос: звонит ли он жене с работы? Находит ли минутку для того, чтобы посреди рабочего дня сказать ей несколько теплых слов, а вернувшись домой – поставить для нее приятную музыку, заварить ароматный чай? «Но ведь это и есть знаки внимания, – удивился слушатель. – А время на них у меня есть не всегда...» «Да, возможно, – ответил я. – Но к этому я и веду: сил и времени нет потому, что вы не уделяете внимания духовным практикам. Будете уделять им внимание – будут время и силы на то, чтобы менять свое поведение к лучшему, а значит, менять к лучшему свою судьбу и свою семейную жизнь».

Мой собеседник отправился домой в глубокой задумчивости. Надеюсь, я помог ему разобраться в себе и отчасти – в проблемах его семейной жизни...

Эта история, конечно же, не единственная.

Вот уже несколько десятилетий я читаю лекции, посвященные проблемам поиска жизненного пути, достижению успеха, воспитанию детей, укреплению здоровья – как телесного, так и душевного. И как вы думаете, какие вопросы мне чаще всего задают слушатели?

- Как правильно разговаривать с мужем (женой)?
- Как сделать так, чтобы мы с супругом (супругой) ссорились реже?
- Как сделать душевную атмосферу в доме приятной и позитивной?

Казалось бы, ответы на эти вопросы очевидны: разговаривайте друг с другом вежливо, уважайте своих домочадцев, чтобы не было взаимных обид и ссор... Но почему же тогда подобные вопросы задают мне снова и снова? Может быть, потому, что мы привыкли произносить слова «уважение», «любовь», «внимание», «забота», но не слишком хорошо представляем себе, как это все осуществить на практике? Получается, что не так уж она проста, эта семейная жизнь!

Давайте проведем простейший опыт. Попробуйте ответить на два вопроса:

Что такое семейная жизнь? Что такое семья?

Уверен: вы сначала улыбнетесь и подумаете: «Странные вопросы! Ну кто же не знает, что такое семейная жизнь!» Но попробуйте сформулировать ответы – и вы увидите, что на самом деле вопросы гораздо сложнее, чем может показаться.

А самое главное – не всегда семейную жизнь можно наладить при помощи каких-то общих для всех приемов. Это автомобили можно чинить общим для всех набором инструментов. А семья – материя гораздо более тонкая...

Я ведь не просто так начал с истории одного из своих слушателей. Не нужно думать, что счастье в семейной жизни зависит от каких-то общих рецептов. Взяли по щепотке того и этого, перемешали, взболтали – и получили семейное счастье! Нет, не может быть счастливой семьи без духовных практик, без

самосовершенствования. И книгу эту я написал отчасти для того, чтобы еще раз об этом напомнить...

Мне очень отрадно видеть, что мои семинары и лекции помогают людям найти ответы на интересующие их вопросы; помогают не только наладить отношения в семье, но и определиться с профессиональными интересами, найти свой путь. Многие слушатели приходят уже не в первый раз, благодарят за помощь и приводят на встречи со мной своих родных и друзей.

Сразу хочу сказать – я не маг и не экстрасенс, я не могу улучшить вашу жизнь по мановению волшебной палочки. Я помогаю обрести смысл тех слов, которые вы только что прочли – «уважение», «любовь» и многих других. И на моих лекциях люди начинают осознавать – может быть, они в чем-то были неправы? Может быть, где-то следовало поступить иначе, не так, как они привыкли действовать? Может быть, в мире существуют какие-то иные, более важные понятия – не только «я хочу» или «сделайте все за меня»?

Именно семье, именно взаимоотношениям людей внутри семьи посвящено большинство моих лекций. Ведь семья – это самое важное, что только может быть у человека. За годы практики у меня накопилось огромное количество записей – как видео и аудио, так и в «бумажном» варианте. Это мои собственные рассуждения, тексты лекций, интересные истории, полученные мною по электронной почте и услышанные во время живого общения с людьми... Не зря говорят, что жизнь подбрасывает сюжеты, которые не снились самому одаренному сценаристу!

Меня часто спрашивали: «Почему вы так редко издаете книги? Ведь не у всех есть возможность прийти на вашу встречу или найти ваши записи в интернете!»

И сейчас перед вами книга, полностью основанная на уникальных материалах. Это не только записи моих лекций и семинаров. Это и истории, поведанные мне слушателями, и ответы на многочисленные вопросы, которые мне задавали на творческих вечерах в разных городах и странах

Но написать эту книгу меня побудило не только желание поделиться важной информацией и помочь людям, которые не смогут встретиться со мной «вживую». Есть и еще одна важная причина.

Думаю, вы согласитесь: за последние несколько десятков лет наша жизнь очень сильно изменилась. Да что там десятки лет! Даже два-три года играют огромную роль. Появляются новые изобретения, новые технологии, провозглашаются новые ценности... Именно современная система ценностей является главной причиной многих проблем наших современников – и именно она отчасти заставила меня взяться за написание книги.

Мы постоянно слышим по телевидению (и читаем – в интернете, в журналах) об «искусстве построения отношений». Но что такое отношения? То же самое, что любовь, дружба, взаимопомощь или нечто другое? И может ли быть так, что на смену семье пришли эти самые «отношения», которые нужно «выстраивать»?

Часто обсуждение отношений идет параллельно с такими темами, как «сексуальная привлекательность», «выгода», «здоровый эгоизм» и так далее. То есть нас учат подменять ВЗАИМОотношения между людьми просто ОТНОШЕНИЯМИ, нацеленными на получение мимолетного удовольствия и личной выгоды... Я не хочу сказать, что так действуют все. Но, к сожалению, тенденция довольно печальная. А мне хотелось бы обратиться к той категории отношений, которые уже много лет назад были представлены нам в разнообразных памятниках народной мудрости.

Вы никогда не задумывались – почему, потратив полдня на «построение» и «выяснение» отношений, мы чувствуем себя опустошенными, вымотанными, обиженными? Ведь, по идее, должно быть наоборот! И почему после ссор и скандалов нас так тянет, например, посидеть на берегу реки, полюбоваться цветущим садом или ярким закатом над морем? Потому что душа, измученная несвойственными нам, навязанными массовой культурой процессами, хочет гармонии, разлитой в природе. Нам нужны не отношения, а гармоничные ВЗАИМОотношения между людьми.

А для этого нужно знать, каковы сильные и слабые стороны мужчины и женщины, каковы их особенности, каково их предназначение в мире. Мне бы очень хотелось помочь достичь гармонии не только тем, кто может обратиться ко мне лично, но и всем, кто чувствует такую необходимость. Именно в этом я вижу свою задачу.

Свои лекции и семинары я обычно заканчиваю фразой «Я желаю вам счастья». Но здесь мне хотелось бы начать с нее...

Ваш Олег Торсунов

## Глава 1

«Мужское» и «женское» – общее и особенное

Жизнь подбрасывает проблемы?

Начинаем их решать!

За свою жизнь я прочитал множество лекций и провел не одну сотню семинаров. Конечно, слушатели задавали вопросы, делились своим мнением. Вот вопрос, который мне, пожалуй, задают наиболее часто: «Какое качество, какие способности человека самые главные в семейной жизни?»

И в самом деле, какие? Любовь? Уважение? Или еще что-то?

Семья, семейная жизнь – это система. Если мы захотим выделить какое-то одно умение или качество, способное «склеить» семью, ничего у нас не выйдет. И уважение важно, и любовь, и умение слушать другого человека тоже важно, и желание о ком-то заботиться...

Но все же есть одно важное качество, без которого семья невозможна. Это способность вдохновлять. Ваш муж ленивый, вам хочется, чтобы он был активнее, бодрее? Замечайте у него такие проявления, хвалите. «Ты сегодня рано встал, это так здорово! Тебе так идет быть бодрым!»

«Ты молодец!», «Мне с тобой повезло!» – вы говорите такие слова тем, кто вас окружает? А это необходимо. Способность вдохновлять, дарить уверенность очень важна в семейной жизни. И эта способность необходима в первую очередь женщине. Именно она – вдохновляющая сила в семье. Если женщина мужчину не

вдохновляет, говорит ему колкости, говорит, что он «нищий», «глупый» – таким он и будет. Почему? Об этом позже.

И у мужчины, и у женщины есть свои особенности, свои сильные и слабые стороны. В этой книге они описаны очень подробно.

Но сначала давайте познакомимся с теми чертами современного общества, которые не только мешают нам понять свое место в мире, но и осложняют нашу семейную жизнь.

То, что заповедали нам наши предки в Ведах, в житиях святых, в других великих источниках, и то, что происходит вокруг нас, – совершенно разные вещи. Современная жизнь очень далека от жизни мудрой и духовной. В обществе способность понимать, любить и принимать другого человека уступает место эгоизму. Перемешиваются понятия добра и зла. И что же в итоге? Возникают препятствия на нашем пути к достижению гармонии.

И вот препятствие первое. Понятие «женщина» в современном обществе стерлось практически полностью

Понятие «мужчина» у нас пока еще как-то определяется, мы можем объяснить, кто такой мужчина и каким он должен быть. «Защитник», «кормилец семьи», «смелый», «решительный»... А вот понятие «женщина» уже расплывается. Стирается сама природа женщины. Ныне она часто выполняет мужские функции, приобретает мужской характер. Иногда – из-за отсутствия правильного воспитания, иногда – из-за неподходящих условий жизни.

Но почему именно положение женщины, а не мужчины в современном обществе внушает опасения?

Мужчина более склонен учиться на своих ошибках, более способен к самовоспитанию. Он меньше разочаровывается и быстрее восстанавливается после разочарований.

Женщина же на своих ошибках не учится. Не потому, что она «глупее» или «примитивнее» – просто такова ее природа. Она более впечатлительное существо. Она боится идти туда, где она уже ошибалась. А следовательно – у

нее меньше возможностей для исправления ситуации, для самовосстановления. Женщину ошибки приводят к психической травме.

Но ведь еще сто – сто пятьдесят лет назад подобной проблемы не было. Почему она возникла именно сейчас?

На самом деле размывание понятий о женщине и мужчине началось давно. Отчасти это связано с прогрессом, с развитием техники, с экономическим развитием. Это отдельная проблема, на ней мы тоже остановимся. Но в былые времена женщина все же могла остаться женщиной, ведь очень большое внимание уделялось ее образованию. Существовали женские гимназии, институты благородных девиц и так далее. Это все необходимо было для того, чтобы женщина получила самую главную квалификацию: умение быть самой собой. Сейчас подобных учреждений нет. К чему это приводит?

- Женщины не понимают, как быть счастливой в семье. Как научиться «получать счастье». А ведь без радости, которую дает нам семейная жизнь, женщина – да и мужчина тоже – не может развиваться полноценно. У человека, несчастного в семейной жизни, здоровье попросту разрушается, плохо работают энергетические каналы, у него нарушаются даже гормональные функции!

- Мы все сейчас зациклены на работе, на карьере, на «построении успеха». Семья, взаимоотношения с близкими людьми – на втором плане. Но если женщина целыми днями находится на работе, она не может вкладывать силы в общение с детьми и с мужем. Она будет постоянно отдаляться от них. Ведь отношения в семье требуют постоянной работы – в первую очередь душевной. А у женщины, пропадающей на службе, не остается ни физических, ни душевных сил.

- Большинство женщин в нашем обществе уверены: если они не будут обеспечены материально к моменту создания семьи – у них не будет защиты. То есть в современном обществе женщина «защищается» не своим благочестием, не опытностью, не пониманием жизни, которое дает ей хорошего мужа, не своей верностью. Она пытается защищаться своим образованием и своей работой. Она рассуждает так: «У меня есть работа, есть деньги, квартира, машина – я защищена. Потому что на мужа полагаться бессмысленно: сегодня он есть, завтра нет...» Доля правды в таких рассуждениях есть, но может ли быть счастлив человек, способный доверять только накопленным деньгам?

Правда, у женщины есть удивительная способность слушать – особенно, если информация откликается в ее сердце. Если есть отклик – женщина быстро все впитывает и сразу начинает применять полученные знания. А значит – менять свою жизнь к лучшему. Поэтому мы еще можем повлиять на ход событий.

У мужчин в современном мире проблем тоже достаточно. Ведь не только женщины, но и мужчины не получают знания, КАК жить, как жить ПРАВИЛЬНО. В школе нас этому не учат. Правда, мужчинам немного проще в силу их психических особенностей, об этом шла речь выше.

Плохо то, что наше счастье отныне исчисляется количеством холодильников, стиральных машин, компьютеров, комнат в квартире, красивых автомобилей. Ведь результат – отсутствие «внутреннего счастья».

У вас наверняка возникает мысль – а как же родители? Ведь они учат нас, рассказывают, как нужно жить в обществе, что такое хорошо и что такое плохо. Это верно. Но речь сейчас не о морали, а об осознании своего предназначения и своего места в мире. Наши родители, к сожалению, тоже ни от кого этих знаний не получили – в XX веке на первый план вышли другие ценности.

Мы можем получить образование в области математики, физики, можем стать бухгалтером или менеджером. Но математика, биология, физика – нужны ли они в семейной жизни? В социальной жизни – да. Но семейного счастья они нам не принесут. Исследования показывают, что счастье в социальной, общественной жизни получают только 30 % женщин. Остальные – в личной жизни. Но общее образование ничего общего с семейной жизнью не имеет. Замкнутый круг! Так давайте исправлять ситуацию!

Препятствие второе. Современные брачные отношения

Как они сейчас создаются? Ныне есть две основные категории женщин. Одни одарены и опытны в личной, семейной жизни, а другие – в делах и профессии. У последних – энергия скорее мужская, чем женская, они приобретают мужские качества. Такие дамы независимы, в социуме они ведут себя как рыба в воде, всю свою энергию направляют на общественную жизнь. Они хотят добиться успеха в карьере и все свои силы отдают этому... И в личных отношениях они

играют скорее мужскую роль. Какой муж достанется такой женщине? Тихий, бесхарактерный, возможно – трусливый.

Такой «перекос», такая неравномерность развития взаимоотношений очень характерна для нашего времени и тоже возникает от нехватки знаний. Брак, в котором роли перемешались таким образом, вряд ли будет счастливым.

На своих занятиях я часто рассказываю слушателям, что такое аскеза. В дословном переводе с греческого это слово означает «упражнение». Аскеза – это то, что приводит нас к определенной духовной цели путем каких-то обетов, ограничений, условий, которые необходимо выполнить. Есть женские аскезы, а есть мужские. Женские аскезы проявляются в первую очередь в отношениях: это умение прощать, просить прощения, учиться верить в свою семью. Мужские аскезы – это твердость данного слова, способность быть стойким, храбрым, держать свои обещания и так далее. И только при их соблюдении семья будет гармоничной и счастливой. Если же аскезы «меняют хозяев» – то есть женщина начинает вести и ощущать себя как мужчина, а мужчина – как женщина, это приводит к очень большим проблемам – как в частной жизни, в отдельной семье, так и в обществе в целом. Что мы, собственно, и видим вокруг все чаще и чаще... Поведение женщины начинает напоминать мужское, а мужчина становится мягким и нежным.

Проблема третья. Планета Земля взяла курс на экономическое развитие, технический прогресс невероятно ускорился!

Что же в этом плохого? В целом, конечно, это хорошо. Очень хорошо, что у нас есть удобные дома, скоростные автомобили, мощные компьютеры. Плохо то, что наше счастье отныне исчисляется количеством холодильников, стиральных машин, компьютеров, комнат в квартире, красивых автомобилей. Ведь результат – отсутствие «внутреннего счастья».

Если женщина постоянно работает для того, чтобы в семье был материальный достаток, она грубеет. Если много работает мужчина – из-за современных экономических установок он теряет возможность заниматься своим внутренним развитием, перестает работать над собой. Постоянные заботы о материальном благосостоянии мешают ввести свою жизнь в правильное русло.

К сожалению, люди перестали понимать, что такое духовная жизнь. А ведь эта сторона жизни очень важна! Важно уметь связать себя с чем-то возвышенным. Важно узнать и понять, что заповедали нам святые люди. Необходимо понять, что такое чистота, вера, что такое сила молитвы. Эта сила дает нам умение прощать, способность победить свои недостатки. Это и есть духовная жизнь.

Я не призываю вас немедленно бросить работу и идти в монастырь – я предлагаю найти баланс, потому что без правильного баланса не будет счастья в семье и в повседневной жизни.

Приведу пример. Какая проблема в нашей политике и экономике сейчас одна из главных? Не хватает хороших, ответственных руководителей. Почему? Людям не хватает развития, возможности повышать свой уровень. Они заняты погоней за материальными благами. А иногда даже бывает так, что человек, изначально имевший способности к управлению людьми, пользовавшийся авторитетом, попросту утрачивает эти способности, превращается в очередного хама-начальника. Потому что развитие управленческих качеств невозможно без параллельного духовного развития.

ВОПРОС ИЗ ЗАЛА:

– Вот вы часто приводите примеры относительно мужчин и женщин. А вы можете как-то подтвердить свои слова? Вы ведете какие-то исследования?

ОТВЕТ О. Т.:

– На базе накопленных материалов я опубликовал несколько научных работ. У меня есть статистика, что на лекции приходит в три раза больше женщин, и при этом они в два раза чаще и быстрее меняют свою жизнь после этих лекций. То есть всего на лекции приходили в среднем 70–71 % женщин и 29 % мужчин, и женщины эти свою жизнь изменили в два раза быстрее, чем пришедшие на лекцию мужчины. Правда, я писал диссертацию на базе Москвы и Санкт-Петербурга, именно там собиралась статистика, но, уверяю вас, в других регионах ситуация отличается не слишком сильно. То есть женщины более, нежели мужчины, склонны слушать и менять свою жизнь, женщины чаще испытывают потребность учиться и разбираться во всем.

Если же говорить об исследовании относительно того, что принято называть предназначением женщины, относительно того, что сами женщины об этом говорят, то, согласно исследованию, 70 % женщин утверждают, что счастье им приносит в первую очередь семья, личная жизнь, а не общественная деятельность.

Если вы попробуете найти время для того, чтобы позаботиться о своей душе, о своей внутренней гармонии, вы обязательно увидите, что и ваш общественный статус тоже повысился. И в итоге вам не нужно будет так много работать просто для того, чтобы жить. Наше внутреннее, духовное развитие – это наш задел на будущее.

Вы сейчас, наверное, подумали: «Ну вот, начали с высокого – с предназначения мужчины и женщины, а закончили работой и повышением квалификации...»

Но все эти вещи связаны между собой. Если помните – начинали мы именно с того, что кроме серьезных проблем с положением женщин и мужчин в нашем обществе есть и проблемы, которые актуальны для всех – независимо от пола! И эта книга посвящена именно тому, как эти проблемы решить.

Но сначала давайте посмотрим, как соотносятся в мире и в семье (а ведь семья – это маленькая модель мира, правда?) роли мужчины и женщины.

Женщина-лидер. «Домомучительница» или тонкий политик?

Не нужно бояться того, что автор сейчас заставит женщин сидеть дома, заниматься приготовлением обедов и воспитанием детей... Нет! Я начну с того, что и у женщины, и у мужчины есть свои особенности, свое место в мире, свои пути достижения счастья. В чем-то они различны, а в чем-то – самом главном, без чего невозможна семья, – очень похожи. И давайте начнем именно с женщин.

Помните книжку и мультфильм про Карлсона?

Была там такая фрекен Бок, «домомучительница». Это – женщина-лидер. Но она – лидер без семьи, без умения выстраивать отношения в семье. Поэтому ее лидерство – злобное, авторитарное. А ведь женщина может быть лидером гораздо более мягким и в то же время более эффективным! В каком случае?

Приведу пример. Однажды в качестве эксперта я присутствовал на записи передачи в Москве. Там было нечто вроде «ринга», когда люди высказывают противоположные точки зрения и потом аргументируют их. Одни участники говорили: «сначала нужно жениться, а потом идти учиться», другие – «сначала нужно получить образование, а потом создавать семью»... Среди экспертов была женщина, возглавлявшая тогда Комитет многодетных матерей России. Она сказала:

– Я уверена: женщина – это от природы очень сильный общественный деятель! Но есть одно условие: сначала женщина должна стать состоятельной в личной, семейной жизни. Именно в личной жизни она должна в первую очередь решить все свои вопросы! И только тогда энергия у нее будет прирастать, а силы станут неисчерпаемы. Только если в семье у женщины все хорошо, если у нее нет проблем с детьми, с мужем, только тогда она сможет развиваться в социуме.

И я с ней согласен. Любая женщина – хороший политик. Женщина знает, как решать вопросы, она способна быстро выстроить отношения. Поэтому женщине в принципе несложно стать лидером в обществе. Но есть два типа женщин-лидеров. Первые – это одиночки наподобие «домомучительницы» – их власть держится на крике и принуждении. А если женщина научилась сначала выстраивать «политику» в семье, с мужем, с детьми, то она будет достойным лидером во всем. Лидерство женщины идет от «малого мира к большому», она сначала выстраивает отношения в семье и только потом может проецировать их на окружающий мир.

ВОПРОС ИЗ ЗАЛА:

– Скажите, как увеличить свою сексуальную энергию?

ОТВЕТ О. Т.:

– А зачем вам это нужно? Это очень большая проблема, когда люди не понимают, что семья создается не для сексуальной жизни.

В этом заключается одна из основных проблем культуры, в которой мы живем. Что нам внушают? «Секс держит семью, если секс хороший – семья будет сохраняться...» Полный бред. Потому что секс никогда не может быть хорошим вечно: сначала людям очень приятно друг с другом, постепенно они привыкают друг к другу, и если совместная жизнь держалась только на сексе, отношения угасают. Секс – это приманка, понимаете? В жизни люди должны постепенно возвышать свои отношения. Если этого не происходит, то супруги просто надоедают друг другу. Почему сейчас столько разводов в нашей стране? Потому что концепция семейной жизни неправильна. Секс – это сильная энергия, но миром движет духовная сила, душа. Люди, которые настроены только на секс, неизбежно приходят к разрушению семьи.

Мужчина и женщина. Возможна ли дружба?

Сейчас часто можно слышать, что отношения в обществе (на работе, в университете, между соседями, да где угодно) должны выстраиваться по принципу партнерства и дружбы, без оглядки на пол. И что даже в том случае, когда речь идет о лидере, руководителе, вопросы пола неуместны. Но так ли это?

Думаю, вы помните, что все мои книги, статьи и практические занятия построены на основе ведического знания. Эта система – Веды – стремится к четкости и определенности. Согласно Ведам, мужчина и женщина отличаются по складу своей психики. А психика имеет свое строение, свою энергетическую структуру. И я сейчас остановлюсь на этом.

Ум управляет всем телом, ум – это все равно что чертеж для постройки здания. Психика человека для его тела играет такую же роль, как чертеж для дома. Поэтому у женщин и у мужчин физическое строение тела отличается, потому что изначально есть разница в строении «тонкого тела».

В соответствии с учением йоги и тантры жизненная энергия человека – прана – движется по особым каналам – нади. Существуют три основных канала в организме человека. Центральный энергетический канал идет вдоль позвоночника, он называется «сушумна-нади» и отвечает за энергию человека в целом.

По бокам идут два канала, которые связаны с полом. С левой стороны находится «ида-нади»; это канал, связанный с женской энергией. Он питается от энергии Луны. Таким образом, энергия Луны дает женские качества человеку, но это не значит, что только у женщин есть эта энергия. «Ида-нади» отвечает за семейные отношения, за близость между людьми. Семейные отношения имеют в первую очередь женскую энергию, женскую природу, у женщины этот канал развит значительно сильнее.

Канал, который связан с мужской природой, называется «пингала-нади»: он идет с правой стороны. Мужская энергия означает способность добиваться, решать какие-то вопросы, побеждать. Но она накладывает и определенные требования: мужчина должен быть рассудительным и твердым в своих обещаниях, должен уметь держать свое слово.

Важно понять, что у каждого человека, независимо от того, мужчина это или женщина, работают все три канала. Но у мужчин гораздо более выражено действие «пингала-нади», а воздействие «ида-нади» приглушено. У мужчины «ида-нади» – «женский» канал – работает в три раза слабее, чем у женщин. Поэтому мужчина, например, менее эмоционален. У женщины же, наоборот, преобладает воздействие «ида-нади». Так и возникают различия между мужчиной и женщиной благодаря особенностям их энергетических каналов.

Надо сказать, что в любом случае проявления каналов противоположного пола характерны для всех. Например, сон – это «женская» функция организма, но нам всем нужно время от времени отдыхать, всем нужно спать. Но так как сон связан в первую очередь с Луной, с женской энергетикой, «женским» местом в доме считается кровать. Женщина чувствует себя там очень хорошо, ощущает силу, комфорт. Многие женщины поэтому любят утром полежать в постели подольше, прежде чем вставать.

Мужчина с женщиной могут быть мужем и женой, могут быть братом и сестрой, могут быть матерью и сыном, могут быть отцом и дочерью, но они не могут быть друзьями.

Благодаря разнице в энергетике женщине труднее держать слово, женская природа более подвижна. Очень характерная для женщины фраза: «Я с тобой вчера поругалась, но я просто была на эмоциях, не надо обращать на это внимание. То, что я говорила, – это были просто мои эмоции, на самом деле я так не думаю».

### НЕМНОГО ПРАКТИКИ. ТОЛЬКО ДЛЯ ЖЕНЩИН!

Все прочитанное выше вы, дорогие женщины, теперь можете использовать в своих целях. Так как природа мужчины более статична, мужчина больше фиксируется на том, что он сказал и что обещал, вам можно ловить его на слове.

Используйте фразу «Ты же говорил». Запоминайте его слова и... «Ну ты же говорил!» Мужчине очень трудно отказаться от того, что он действительно что-то говорил и теперь это нужно выполнять.

Шутка, но в каждой шутке есть доля правды: это очень хороший способ предложить мужчине пойти в ЗАГС. Часто мужчины не хотят туда отправляться! И надо просто в какой-то момент сказать: «Здорово, если бы мы с тобой расписались». Если у вас действительно хорошие отношения, он, скорее всего, ответит: «Да, я считаю, что это здорово». Надо запомнить это. И сказать на следующий день: «Ну ты же говорил? Я уже договорилась, время, число уже известны. Нас ждут».

Наверное, вы уже поняли: из-за разницы в энергетических каналах мужчине с женщиной возможно строить только близкие отношения. Эти каналы неразрывно связаны с полом. А дружба – это отношения, в которых не действует энергия, связанная с половой сферой. Поэтому между мужчиной и женщиной нет и не может быть дружбы. Мужчина с женщиной могут быть мужем и женой, братом и сестрой, матерью и сыном, отцом и дочерью, но они не могут быть друзьями.

ВОПРОС ИЗ ЗАЛА:

- Правда ли, что мужчины руководствуются инстинктами?

ОТВЕТ О. Т.:

- Мужчина – это не обезьяна. Да, есть такая идея: «Он мужчина, у него инстинкты!» Это тоже иллюзия. Если вы воспринимаете мужчину как обезьяну, то он и будет дальше бросаться на других обезьянок, потому что одна обезьянка надоедает быстро и нужна следующая. В мужчине надо развивать духовное начало. Женщина должна семью тянуть вверх. Не вниз, а вверх! Не надо думать о том, как секс сделать более изощренным – это приводит в конечном счете к половым извращениям. Сначала такие отношения имеют очень сильную природу, очень бурную, потом постепенно люди привыкают друг к другу, и это становится механическим процессом.

Вот, к примеру: если взять самый вкусный мед и есть его каждый день, что произойдет? Он станет обыденным продуктом. Самый ароматный, самый вкусный мед через неделю уже надоест...

Ум и влияние: разберемся в тонкостях

Отличия между мужчиной и женщиной не ограничиваются энергетическими каналами. Если есть отличия в энергетике – значит, ум мужчины и ум женщины тоже будут иметь свои особенности и отличия.

Мужчина медленно приходит к знанию, но приходит очень осознанно. Женщина сразу все впитывает и потом проверяет это знание на практике: работает или нет? Мужчина не проверяет: он сначала долго слушает и изучает. Ему трудно дойти до практического применения.

У женщины характер очень эмоциональный и чувствительный; у мужчины – более стойкий и неподвижный. Эмоциональность и чувствительность ассоциируются с движением, поэтому женский характер в Ведах сравнивается с рекой. Женская психика постоянно течет, движется – это движение связано с влиянием Луны. То есть каждые лунные сутки у женщины может меняться настроение.

У мужчины настроение зависит от его способности побеждать судьбу и обстоятельства, он связан не с Луной, а с Солнцем. Солнце означает победу. Мужчина должен быть жизнерадостным, должен побеждать.

А женщина не сражается – она чувствует. А потом либо принимает что-то, либо отвергает: «Вы, Иван, мне противны. А вот вы, Петр, мне приятны».

Разница еще и в том, что от природы объект приложения женской энергии – это мужчина. Психика женщины направлена на мужчину, она вдохновляет его, оказывает большое влияние на его внутреннюю, духовную жизнь. Мужчина не может жить без женщины, но его рычаг силы прилагается прежде всего к той сфере, где он занят, где он действует: в работе, в коллективе. Поэтому фраза о том, что за каждым великим мужчиной стоит женщина, близка к истине!

Но в этом есть и определенная опасность: к сожалению, не все окружающие нас люди настроены к нам дружелюбно, некоторые желают превратить нас в орудие для собственных целей. И меня иногда спрашивают: если мужчину безумно влечет к женщине, как определить, любовь это или какая-то другая, низкая и недостойная страсть? Ведь если женщина обладает такой силой влияния, значит, она может в каком-то смысле негативно воздействовать на волю мужчины?

Психика женщины направлена исключительно на мужчину. У мужчины рычаг силы прилагается к той сфере, где он занят, где он действует. А рычаг приложения женской энергии – это мужчина.

И в самом деле, как определить, каких качеств больше у женщины – высших или низших? По внешним признакам это не всегда определяется, ведь все женщины по-своему красивы! А определить можно очень просто, по влиянию: если мужчина страстно, до умопомрачения влюбляется в женщину, если она затмевает для него все остальное и его желания связаны в основном с половой сферой, то это значит, что на него воздействуют низшие энергии женщины. А если его любовь имеет природу очень спокойную, глубокую, если он уважает женщину, возвышенно к ней относится – значит, ее красота связана с возвышенными качествами.

Желания женщины отражаются на ее лице, в ее поступках, в ее действиях, пусть и неосознанных. Поэтому женщина часто получает свое, даже не прикладывая усилий, а просто желая. Мужчина так не умеет! Именно поэтому женщины обычно более чистоплотны, более аккуратны, больше заботятся о своей красоте. Для женщины важны привлекательность и чистота, именно в этом отчасти ее сила. А мужчина, даже если станет очень привлекательным внешне, практически ничего не изменит.

**НЕМНОГО ПРАКТИКИ. НА ЭТОТ РАЗ – ТОЛЬКО ДЛЯ МУЖЧИН!**

У женщин постоянно возникают какие-то меняющиеся интересы, желания, которые, конечно, отражаются на ходе семейной жизни. Иногда эти желания идут вразрез с желаниями или возможностями мужа. Но резко обрубать их не надо – надо просто их сдерживать. Например, жена хочет сделать какую-то покупку из вашего совместного бюджета, но эта покупка сейчас будет нехстати – скажем, вы откладываете деньги на поездку к морю.

– Можно я куплю новую губную помаду, очень красивую, дорогую?

Конец ознакомительного фрагмента.

----

Купить: [https://tn.knigapoisk.com/ru/torsunov\\_oleg/zhizn-v-lyubvi-kak-nauchit-syazhit-ryadom-s-lyubimym-chelovekom-dolgo-i-schastlivo](https://tn.knigapoisk.com/ru/torsunov_oleg/zhizn-v-lyubvi-kak-nauchit-syazhit-ryadom-s-lyubimym-chelovekom-dolgo-i-schastlivo)

Текст предоставлен ООО «ИТ»

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию: [Купить](#)