“Мядовы месяц” на ўсё жыццё, або Як захаваць каханне на доўгія гады?

Аўтар: Вераніка Рогач
20.03.2022 00:00



Прапануем Вашай увазе новую рубрыку, прысвечаную тэме экалогіі сужэнства – іншымі словамі, як жыць у згодзе з сабой, мужам/жонкай, дзецьмі і прыродай. Аўтарам з’яўляецца спадарыня Вераніка Рогач – каталічка, шчаслівая жонка і маці траіх дзяцей, псіхолаг і сямейны кансультант. Разам з мужам распрацавала і вядзе курс па навучанні сімптатэрмальнаму метаду распазнавання плоднасці. Гэтае пытанне задаюць сабе ўсе пары, якія стаяць на парозе шлюбу ці толькі ўступілі ў сямейнае жыццё.

Паспрабуйце ўзгадаць пачатак адносін. Якія эмоцыі ў Вас узнікаюць? Хутчэй за ўсё, радасць і запал, адзінства душы і цела. Сужэнская блізкасць прыносіць задавальненне, ён і яна жадаюць быць разам увесь час, а расстанне прыносіць пакуты. З часам штосьці змяняецца. Ужо няма таго драйву, эмоцыі становяцца спакайжаюць бытавыя пытанні.

Чаму адносіны халадзеюць? Давайце разбірацца! Сужэнскае жыццё, як пазл, складаецца з мноства элементаў, якія ў адно цэлае злучае каханне. Адзін са спосабаў доказу кахання – шлюбная блізкасць. Гэта пік праявы любові да свайго мужа/жонкі і разам з тым вельмі далікатная сфера. Гэта не самае галоўнае ў шлюбе, але гэта неад’емны элемент сямейных адносін.

І калі ў сферы шлюбнай блізкасці ўзнікаюць праблемы (напр. сужэнцы не могуць адкрыта пагаварыць аб сваіх жаданях або не маюць павагі да стану адзін аднаго), то не будзе і радасці ад блізкасці. Пачнецца ўзаемнае пазбяганне.

Аўтар: Вераніка Рогач
20.03.2022 00:00

Гэта асабліва балюча для мужчыны, калі жонка не жадае быць з ім. Мужчына становіцца больш устойлівым эмацыянальна, мацнейшым, мужнейшым, калі адчувае, што яго жонка жадае блізкасці з ім. Ён гатовы горы згарнуць дзеля яе. Каханне становіцца яшчэ мацнейшым, а жыццё – больш шчаслівым.



Што ж забівае гэтае жаданне быць разам?

 1. СТРАХ. Страх нараджае выкарыстанне кантрацэпцыі, калі пара з дапамогай розных сродкаў і метадаў абараняецца ад зачацця дзіцяці. У месцы, дзе пануе каханне і разуменне, з’яўляецца напружанне і недавер. Любячыя людзі пачынаюць давяраць лёс дзіцяці нейкаму пэўнаму віду кантрацэпцыі. Гэта забівае адносіны – ціха і павольна, але дакладна.

2. СПАНТАННАСЦЬ. Спантаннасць у шлюбнай блізкасці ўласцівая ў большай ступені мужчынам. Жанчыне неабходны час. Яе сэрца, як кветка, патрабуе догляду, цяпла і ўвагі. Жанчыне важна ведаць, да якой гадзіны рыхтаваць сваё сэрца. У шлюбным жыцці важныя моманты перыядычнага ўстрымання, што дадае ў адносіны таямніцу, павагу да фізіялогіі адзін аднаго, давер і пяшчоту.

Вы спытаеце, што ж рабіць, жывучы ў свеце, дзе кантрацэпцыя – гэта норма, а ўстрыманне – мінулае стагоддзе. Тут трэба адзначыць, што ў Беларусі на 1000 пар 570 разводаў. Дык чаму ж не працуюць метады сучаснага свету? Можа, таму што ў іх аснове

– грошы і бізнес, а не шчасце сям’і?

Аднак ёсць тое, што дапамагае парам жыць свядома і ў згодзе з сабой ды прыродай да апошняй хвіліны разам. Ведаю гэта з уласнага досведу і досведу працы з сямейнымі парамі.

Гэта метады распазнавання плоднасці (МРП).

Для мяне МРП – гэта дар, за які адчуваю бясконцую падзяку Богу. Жыць у згодзе са сваім целам, у даверы і павазе з мужам – адзін з галоўных бонусаў метаду, а іх шмат! Усё па парадку.

МРП – гэта не кантрацэпцыя, хаця можа ёю стаць. Мэта МРП – адкласці зачацце або запланаваць доўгачаканае дзіця.

МРП – навуковы метад, а не выдумка. Існуюць адмысловыя даследаванні, якія вядуць сусветныя цэнтры.

МРП – эфектыўны метад, які дазваляе адкласці зачацце з дакладнасцю 99,6% (па дадзеных САЗ, 2017 год), а запланаваць доўгачаканае зачацце з дакладнасцю 70%.

МРП заснаваны на саманазіранні. Жанчына вывучае сваю плоднасць, фізіялогію і вучыцца вызначаць у сваім цыкле плодныя дні. Вучыцца весці спецыяльную карту назірання за сваім цыклам.

МРП – экалагічны метад, які не ўмешваецца ў натуральныя рытмы жанчыны, а дапамагае зразумець сябе.

МРП – гэта лад жыцця сямейнай пары, адносіны якой змяняюцца, абнаўляюцца, напаўняюцца даверам, павагай, любоўю. Гэта адзін з маіх любімых пунктаў. Бо я бачу, як навучаныя метаду пары расцвітаюць і пражываюць свой “мядовы месяц” усё жыццё, таксама як і мы з мужам.