

# Programa – antimeilūžė

Vyrų neištikimybė – labai aktuali tema daugeliui moterų prikabinanti ant vyrų giminės eilę etikečių, kaip „visi jie tokie“, „jiems tik vieno reikia“ ir tt. Kitos moters atsiradimas pas vyrą išmuša žemę iš po kojų ne vienai moteriai ir galvoje pradeda sukintis vienintelis klausimas – kodėl?

Moteris – santykių vairas ir išmintis. Vyras, net ir gerai apsiskaitęs santykių srityje, neturi to instinktyvaus pajautimo, kaip auginti bei puoselėti santykius, kuri turi moteris. Moteris yra ta, kuri informaciją pritaiko praktikoje ir kurios vidinė išmintis vadovėlines žinias paverčia realiai taikomomis bei auginančiomis porą. Kaip tik todėl vyroėjimas į kairę dažniau būna grubių moters daromų klaidų santykiuose pasekmė bei eilė įsitikinimų, kurie skatina vyrą trauktis iš santykių. Yra nedidelis procentas vyrų, kurių ilgalaikiai santykiai nedomina ir būti ištikimais jie niekada ir neplanavo, tačiau tai tik maža dalelė palyginti su esamais neištikimybės atvejais.

**Viena populiariausių priežasčių, skatinanti vyrą eiti pas kitą moterį, yra moterų įsitikinimas, kad jos turi besąlygiškai tarnauti ir taip užsidirbti vyro meilę.** Moterys užsikrauna visais darbais, kuriuos pakelia ir dar truputį, pradeda šokinėti ir apie vyrą tikėdamos, kad tarnavimas skatins vyrą labiau ja rūpintis. Vyras mielai priima moters tarnavimą. Jo psichikoje egzistuoja visai kitas pasaulio suvokimas ne moters. Matydamas darantį jam paslaugą žmogų, vyras įsitikinęs, kad žmogus tai daro savo noru nieko už tai neprašydamas. Jam į galvą neateina, kad moteris slapčia nori atlygio už savo darbus. Aptarnaujama vyras vis labiau atsipalaiduoja ir... pradeda jaustis nereikalingu. Vyru labai svarbu jaustis reikalingu, tačiau tenai, kur viskas ir taip padaryta bei viskuo pasirūpinta, jo kaip ir nereikia. Taip vieną dieną jo horizonte pasirodo moteris, kuri iš vyro pradeda imti viską, ką jis duoda ir prašyti dar. Vyras vėl

pasijaučia vyru – kažkam jo reikia ir kažką jis gali padaryti laiminga. Jo moteris, tuo tarpu, nuo persidirbimo, kuri pati užsikrovė sau ant pečių, tampa pavargusia, šalta ir pikta. Meilužei užtenka pabūti dar ir kiek švelnesnei (o tą moka bet kuri vyru susižavėjusi moteris) ir vyras nukeliauja ten, kur jam geriau. Taigi **pirma taisyklė programoje antimeilužė** – nepersikraukite darbais ir mokykitės prašyti bei pageidauti iš vyro to, ko jūs norite. Kantriai, maloniai, kas dieną ir tiksliai – tokios yra pageidavimo taisyklės ir tokių pageidavimą vyras girdi. Kiekvienas įvykdytas pageidavimas turi būti palydėtas padėka, švelnumu ar savo džiaugsmo parodymu. Tai suinteresuos vyrą stengtis dėl jūsų, nešioti ant rankų ir nesižvalgyti į kitas moteris.

**Moters didžiausias iššūkis santykiuose yra išsaugoti malonų elgesį su savo vyru visą laiką.** Net ir sunkios emocijos turi būti parodomos nežalojant vyro tiesiogiai ir neišsiliejant ant jo. Dalis moterų stengiasi iš viso nerodyti sunkių emocijų ir jų persikaupus prasideda nekalbadieniai arba kelias dienas trunkantys valymosi priepuoliai. Moters užduotis mokytis tvarkytis su savo emocijomis, išreikšti jas vietoje bei laiku, nuolat sakyti vyrui, kad jis nekaltas dėl to, kad ji blogai jaučiasi bei mokyti jį suteikti jai reikiamą palaikymą tuomet, kai jai sunku. Pamirškite pasakas apie tai, kad vyras turi pats suprasti tokius dalykus! Kaip jau minėjome – santykiai yra moters stichija ir joks vyras negali konkuruoti su moters daroma įtaka poros gerovei. Su šiomis galiomis ateina ir atsakomybė už jas, kurią tenka prisiimti norint turėti kažką gražaus ir tikro. Taigi kas nutinka moteriai nemokant elgtis su savo emocijomis, užsivertusiai darbais bei sukandus dantis tarnaujančiai vyrui – ji tampa grubia ir švelnumo joje tenka ieškoti su žiburiu. Tuo tarpu į vyro gyvenimą ateina moteris, kurios švelnumo klodai dar neišsemti. Ne seksualios moterys išsiveda vyrus nuo jų moterų, o tos, kurios yra švelnios, šiltos, palaikančios, besišavinčios vyru. Šalia tokios moters vyras jaučiasi naujai gimęs. Tad **antra taisyklė** – išlaikykite švelnų bei malonų elgesį su vyru, žavėkitės juo bei

palaikykite jį ir tapsite jo meiluže numeris vienas, kuriam jokios kitos moters nereikės.

**Vaikai yra kitas svarbus faktorius, dėl ko išsiskiria daug porų ar vyrai nueina į kairę.** Gimus vaikui, ypač pirmam, moteris visą dėmesį pradeda skirti tik jam. Vaikas tampa jos pasaulio centru ir ji pati nepastebi, kaip pradeda nebeskirti jokio dėmesio vyrui. Vyras po truputį jaučiasi išstumtas iš šeimos ir reikalingas tik kaip tas, kuris atneša pinigus, o toliau gali keliauti savais keliais. Savais keliais jis ir nukeliauja. **Trečia taisyklė** visom jaunom mamos ir planuojančioms ja tapti – per prievartą atitraukite savo dėmesį nuo vaiko ir skirkite dalį jo vyrui, jei norite turėti pilnos sudėties šeimą. Vyras visiems laikams turi likti pirmoje vietoje jūsų gyvenime. Vaikas bus tik laimingesnis, jei jaus tėvų ryšį ir matys gražius santykius.

**Nepagarbus elgesys su vyru gali bet kokį vyrą iškeldinti iš poros pas kitą moterį.** Moteris gana dažnai nejaučia, kur pradeda žeminti ir nepagarbiai elgtis su vyru. Kartais tai būna gana subtilūs „įgėlimai“, o kartas moteris viešoje vietoje drebia apie savo vyrą viską, kas užaina ant liežuvio. **Taisyklė** šitoje situacijoje yra tokia – joks grubus žodis negali išeiti iš moters į vyro pusę. Bandydama grubumu pagerinsite santykius ar taip parodydama savo nepasitenkinimą, stumiate jį tik gilyn į kitos moters glėbį. Viskas, net ir skausmingiausi vyro veiksmai, turi būti išsakomi ramiau tonu arba pasitraukiama nuo vyro, jei jis neskuba daryti išvadų bei elgiasi nepagarbiai su moterimi. Atsitraukimas yra vienintelis būdas duoti vyrui suprasti, kad jis elgiasi netinkamai, prieš tai aiškiai, tačiau ramiai ir be kaltinimų pasakius, kas jus užgavo. Vyras daug labiau gerbia tą moterį, kuri gerbia pati save ir nebūna ten, kur su ja netinkamai elgiasi, nei tą, kuri kimba vyrui į gerklę ar žemina bei kaltina jį.

---

# Kai moteris slapukauja

Slapukauti, nepasakyti visos tiesos ar kitaip „sukti uodegą“ daugelis mūsų įpratome dar vaikystėje kaip būdus išvengti bausmės. Tuo metu kartais tai būdavo vienintelė išeitis. Patys apsiginti negalėjome, o tėvai, kurie turėjo mus ginti, buvo kaip tik tie, kurie grasino bausmėmis jei nesielgiame tinkamai ir nuo kurių išmokome slėpti tiesą ir meluoti. Slapukauja tiek vyrai tiek moterys, tačiau šį kartą trumpai pakalbėsime apie tai, kas nutinka santykiuose su vyru, jei moteris yra linkusi nuslėpti visą ar dalį tiesos.

Jūs slapukaujate jei:

- Pasakote netiesą apie tai, kur einate ar buvote
- Pasakote netiesą apie tai kas skambino ir apie ką kalbėjote
- Pasakote netiesą norėdama sumanipuliuoti vyrą pasielgti taip, kaip norite
- Pasakote netiesą bijodama jo reakcijos
- Pasakote netiesą „norėdama gero“ ir tam geram įvykus niekada nepasakote kaip buvo iš tikro ir tt.

Neskaitysiu moralų apie tai, kaip negerai meluoti – mele nėra nieko nei gero nei blogo, tačiau jis turi savų pasekmių. **Viena skaudžiausių pasekmių, kurias patiria linkusi slapukauti moteris – auganti vyro nepagarba ir netaktas jos atžvilgiu.** Kuo daugiau moteris linkusi nuslėpti nuo vyro, tuo mažiau vyras ją gerbia ir rūpinasi. Užsiveda užburtas ratas – kuo vyras mažiau gerbia ir rūpinasi, tuo daugiau moteris slapukauja. Štai tada ir prasideda nepasakymai ir

„nedasakymai“ tam, kad tik jis nesupyktų, sakymai to, ką jis nori girdėti ir tt. Toks ratas įpratusiai slapukauti moteriai gali pradėti sukintis nuo pat santykių pradžios. Pavojus, į kurį moteris nejučia patenka – ji pradeda kalbėti tai ką reikia ir kada reikia vietoje tiesos tam, kad neiššauktų nepatogių vyro reakcijų ir gyvena su žmogumi, su kuriuo seniausiai reikėjo skirtis. Ji paprasčiausiai padarė ką reikėjo, kad nepatogioje situacijoje išsirangytų ir išsisuktų taip, kad nekiltų konfliktinių situacijų. Tokios situacijos pavojus tame, kad per laiką moteris vis labiau prisiriša prie vyro ir tuo pačiu vis sunkiau išsilaiko pozicijoje, į kurią save pastatė, vis sunkiau išlaiko kylantį nepasitenkinimą bei nepatogumą. Skyrybos tokią porą anksčiau ar vėliau vistiek ištinka, tačiau jos būna gerokai skausmingesnės ir žalojančios abu partnerius negu būtų tuo atveju, jei moteris iškart būtų nepabijojusi pamatyti su kokiu žmogumi siejo savo gyvenimą. Kai į tokią šeimą ateina ir vaikai, nesveiki poros elgesio modeliai persiduoda į sekančią kartą.

**Antra pasekmė, kurios sulaukia slapukaujančios moterys – vis mažėjanti meilė ir pasitikėjimas vyru.** Vietoje švelnių, švarių jausmų auga baimė, nusivylimas, nepasitenkinimas, nepagarba. Geriausiu atveju nebelieka nieko – nei gerų nei blogų jausmų ir santykiai paprasčiausiai mišta. Jei esate linkusi nuslėpti tiesą – pastebėkite kaip jaučiatės. Ar jaučiatės tokia pat artima savo vyrui, ar galite pasakyti, kad jūsų jausmo jam niekas netemdo ir neslopina? Vargu.

Išsakyti tiesą nereiškia pasakoti apie kiekvieną savo žingsnį. Yra dalykų, kurių niekam nesakome todėl, kad mums patiems jie yra neaktualūs. Mielai pasidaliname, jei iškyla apie tai kalba, tačiau patys jos neinicijuojame. Pastebėkite, ar tai, ko nepasakote ir kuo nepasidalinate, galėtumėte lengvai papasakoti jei jūsų paklaustų.

Tiesos sakymas turi dar vieną kraštutinumą, kuomet moteris išdeda visą tiesą tokią, kokią ją mato, nepagalvodama apie kiekį ir taktą. Taip gali nutikti, jei moteris per daug ilgai

viską laikė savyje arba jei ji paprasčiausiai nejaučia ribų ir skausmo, kurį kelia kitam žmogui.

Nėra taisyklių kaip tinkamai išsakyti tiesą liekant ištikimais sau pačiai ir per stipriai nesužeidžiant savo vyro. Nuolatinis stebėjimas, sąmoningumas į tai, kas trukdo pasakyti tiesą ir kaip vyras reaguoja ją girdėdamas yra geriausia, ką galima padaryti. Tarpusavio bendravimas reikalauja įgūdžių, laiko, noro išmokti vienas kito kalbą bei reakcijas. Baimė ir nenoras to padaryti yra vienos iš pagrindinių priežasčių, kodėl moteris pradeda slapukauti ir meluoti vyrui. O kas, jei pasakius tiesą, paaiškės, kad tai ne tas žmogus, su kuriuo noriu gyventi, kad jo reakcijos man yra netinkamos ir per stiprios, jei teks kelti sumaištį, nepatogumą ir jausti galybę neigiamų jausmų? Koks čia santykių medus, jei jį tenka kartinti ir dar savom rankom? Tiesa ta, kad jei nekartinsite dabar, tai išlaižę visą saldžiąją dalį liksite su statine kartumyno, kurio jau nei vienas poroje nebenorės nei ragauti nei apskritai matyti.