Автор: http://www.jlady.ru/
07.09.2011 12:23 -



Практически в каждой паре, будь то пара влюблённых или супружеская пара, однажды наступает момент, когда партнёры начинают сомневаться в правильности своего выбора. И хорошо, если эти сомнения приводят к позитивному переосмыслению связи, партнёр видится ещё лучше, чем прежде, и отношения укрепляются.

Но ведь нередко случается и перерыв в отношениях, который может затянуться и закончиться, в итоге, полным разрывом. А он довольно часто причиняет страдания, потому что если мы проводим вместе с человеком достаточно длительное время, он словно прорастает в нас, укрепляясь где-то внутри корнями

. Такой партнёр, несмотря на все разногласия, всё равно остаётся близким и где-то даже родным. Как же быть в этом случае? Как восстановить отношения, если о разрыве жалеешь, и стоит ли их восстанавливать? Попробуем во всем этом разобраться.

Отношения после расставания

Отношения после расставания с бывшим возлюбленным или супругом могут быть разл
ичными
. Они
во
многом
зависят
от
причины
разрыва
и
от
того
, как
произошло
это
расставание
. У
каких-то
пар
разрыв
случился
в
результате
кризиса
в
отношениях
, у
каких-то
–
из-за
того
, что
любовь
действительно
ушла
, а у
каких-то
вследствие
измены
одного
из
партнёров
. Так или
иначе
,
но

«
бывших
» в
нашей
жизни
не
бывает
.
Доказано
на
опыте
многих
расставшихся
пар.
Даже
если
мы
обижены
на
человека
за
то
, что
он
причинил
боль
или
унизил
,
от
чувства
собственности
на
него
избавиться
очень
сложно
. Оно
может
присутствовать
в нас
долгие
годы
даже
тогда
,

когда
рядом
окажется
новый
спутник
жизни
.

Статистика утверждает, что больше половины распавшихся пар отнюдь не отказываются даже от сексуальных отношений после расставания. Это понятно, ведь боль потери многократно усиливает эмоции. И бывшие муж и жена или возлюбленные бросаются в объятия друг друга, причиняя себе потом ещё большие страдания.
Но

ведь
страданий
можно
избежать
,
если
призвать
на
помощь
разум
и
вновь
воссоединиться
или
расстаться
уже
навсегда
!

И отношения с бывшим мужем, и отношения с бывшим парнем не проходят бесследно,
и
во
многих
случаях
их
можно
и
нужно
восстанавливать
.
Потому
что
мы
уже в
курсе
недостатков
своего
партнёра
и
вполне
способны
с
этими
недостатками

мириться
. А вот что
плохое
обнаружится
со
временем
в
следующем
супруге
или
парне
,
неизвестно
.
Быть
может
,
он
и
окажется
намного
лучше
своих
предшественников
.
Но
ведь
вполне
вероятно
, что нет! И как
тогда
быть
?
Вновь
приспосабливаться
или
вновь
расставаться
,
отправляясь
дальше
на
поиски
идеала
?
Идеальных

людей
не
бывает
, и
поиски
такие
могут
затянуться
на
всю
жизнь
.

Восстановление отношений с бывшим мужем или отношений с бывшим парнем, конечно же, в
опрос
непростой
. Для
этого
каждый
из
партнёров
должен
сделать
для
себя
определённые
выводы
.
Любую
пару
, как
правило
,
связывает
очень
многое
, –
общие
друзья

,
воспоминания
,
переживания
и
прочее
. К
тому
же
,
сначала
отношения
в
паре
практически
всегда
складываются
замечательно
.
Люди
с
интересом
изучают
друг
друга
и
замечают
,
главным
образом
,
достоинства
человека
. И
только
через
время
в его
характере
и
привычках
вдруг
начинают
явно
проступать
недостатки

,
которые
могут
, в
итоге
,
затмить
все
достоинства
. Что и
приводит
обычно
к
разрыву
.

Нередко после этого разрыва происходит странная вещь. Если в отношениях изначальноприсутствовала влюблённость, недостатки бывшего мужа или бывшего парня вдруг кажутся несущественными, а их достоинства, – значительными и уникальными. Впрочем, это объяснимо. Во-первых,

хорошее
лучше
видно
на
расстоянии
, а
во-вторых
,
бывшие
уже
стали
практически
родными
, а
недостатки
родных
людей
считаются
продолжением
их
достоинств
. И
мы
принимаем
их
такими
,
какие
они
есть
.

Исключением в этом случае является обычно измена. Немногие из нас не способны пр
остить
её
даже
очень
положительному
по
характеру
партнёру
.
Измену
мы

воспринимаем
, как
предательство
, а оно
порождает
грандиозное
недоверие
,
которое
может
поселиться
в
душе
на
долгие
годы
.
Стена
недоверия
бывает
настолько
прочна
, что
никакие
просьбы
о
прощении
,
никакие
старания
быть
всегда
верным
и
преданным
разрушить
её
не
могут
. И
отношения
после
измены
восстановить
уже
не

представляется возможным.

Это, конечно, не совсем правильно. Измены случаются по разным причинам и виноваты в них, в большинстве случаев, оба партнёра. Но, что поделаешь, именно измены мы прощать и не умеем. Мы можем благосклонно относиться к недостатку внимания со стороны парня или супруга, к его лени, инфантильности, инертности, а иногда даже к беспробудному пьянству и неуправляемой агрессии. И при перерыве в отношениях из-за подобных недостатков зачастую сомневаемся в том, что полный разрыв необходим. Поэтому,

когда
бывший парень или муж пытаются исправиться,
мы
их
прощаем и успокаиваемся. С изменой дело обстоит
иначе
.
Восстановление
отношений
после
измены
, – процесс
очень
сложный, долгий, требующий постоянной работы
не
столько с партнёром, сколько над собой. Он-то
может
об измене уже и
не
помышлять, нам
же
она будет мерещиться
на
каждом шагу.

Ну, то, как возобновлять отношения после измены, вопрос отдельный. Сейчас же поговорим о том, как
восстанавливать
отношения
после
разрыва
, о котором
жалеешь
. И
можно
ли
их
восстановить
вообще в том виде, в котором они были
изначально
.

Как наладить отношения с бывшим мужем или парнем?

Восстановление отношений возможно лишь тогда, когда после разрыва с бывшими партнёрами св
язывает
нечто большее, чем просто
общие
воспоминания
.
Если
, кроме них, ничего нет,
лучше
отказаться
от
повторного сближения, так как наладить
отношения
с
бывшим
мужем
или
парнем
, повинуясь
только
привычке к ним,
не
удастся. Почему?
Потому
что
изначально
они были обречены
на
провал, так как создавались
не
на
основе мощной потребности
друг
в друге. Два
человека
просто были
вместе
определённый период
жизни
, в
который
, они,
вполне

вероятно
, и нуждались один в другом. Этот период прошёл, и
отношения
себя
изжили.

Как же быть в другой ситуации, когда бывшие ещё очень нужны, и думаешь о них днём и ночью? Надо сказать,
если
инициатором
разрыва
был мужчина,
то
женщине
лучше
или собраться с силами и выжидать,
когда
он
образумится, или постараться выкинуть его
из
головы. Нет ничего хуже, чем подурневшая
от
горя особа, всеми силами пытающаяся вернуть
своего
супруга или
парня
. Представители мужского пола боятся подобного напора и стремятся удрать
от
такой особы подальше. В
результате
, вместо
того
, чтобы
восстановить
отношения
,
мы
их
окончательно разрушим. Поэтому призываем
на
помощь
всю свою силу воли и ждём первого шага
от
мужчины.

Безусловно, это нелегко. Особенно тогда, когда мы регулярно пересекаемся со своими бывшими на работе, у общих знакомых, на улице. Однако это совсем не значит, что нужно менять работу, друзей и маршруты, по которым мы постоянно ходим. Зачем нам дополнительные проблемы? На работе надо постараться держаться спокойно и невозмутимо. В компании общих знакомых можно найти себе друга (кстати, хороший способ пробудить в бывшем ревность). А при регулярных встречах на улице уделить больше внимания своей внешности и выглядеть так эффектно, что бывший станет терять дар речи. Возможно это? Вполне. Да, к тому же, ещё и пойдёт нам на пользу. Во-первых, мы не унизим своё достоинство, во-вторых, получим новые возможности развития, и в третьих просто преобразимся! А это уже существенный шаг на пути к своему счастью.

Если же партнёры расстались по обоюдному согласию, без скандалов, то тут нечего и задумываться над восстановлением близких
отношений
. Обычно в таких
случаях
бывший муж или парень остаются нашими, пусть
не
друзьями,
но
приятелями. И
мы
вполне
можем
наносить
друг
другу дружеские визиты,
не
особенно заморачиваясь
на
том,
есть
у них и у нас кто-то другой или нет. Конечно
же
,
если
этот «кто-то другой»
не
против, что
бывает
крайне редко.
Впрочем
, необходимости в визитах, в
большинстве
случаев
, при
разрыве
с общего согласия
не
возникает. Ведь
такие
партнёры
расстаются
потому
, что
их
уже

не
объединяют какие-то цели и интересы. И перед ними
не
стоит
вопрос
, как налаживать
отношения
с бывшими.

Налаживать отношения с бывшим мужем намного легче, если есть общие дети. Для
детей не быв
ает
бывшего
папы,
если
экс-супруг, – неплохой отец. Запрещать ему видеться с детьми вообще нельзя, а
если
ещё и душа к бывшему мужу тянется,
то
и подавно. Пусть приходит почаще, забирает детей, обедает, ужинает, отдыхает.
Глядишь, и
совсем
останется. Ведь родные всё
же
. Конечно,
тогда
,
когда
у
него
появилась новая семья, возобновление
отношений
может
стать невозможным. А
может
и
не
стать. Кто его знает, как у них там всё сложится. Так что пусть появляется почаще. И
шанс вернуть
мужа
останется, и пережить полный
разрыв
с ним,
если

что, будет легче. Только
не
надо при
этом
бывшего
супруга в чём-то упрекать и вспоминать прошлые обиды. Толку
от
этого
никакого. Волосы
на
себе
рвать
от
раскаяния
он
не
начнёт, а вот исчезнуть
из
нашей
жизни
может
запросто.

Могут привести к повторному сближению и интимные отношения с бывшим мужем или парнем
.
Даже
если
они обзавелись новыми партнёршами, секс с ними возможен,
ведь
мы
продолжаем оставаться близкими людьми. Кроме
того
, кому, как
не
нам, знать потребности и желания
своего
бывшего
в постели? За долгое
время
мы
вполне
смогли его изучить!

Да, может случиться и так, что мы, вдруг потеряв голову при встрече с бывшим, бросимся ему в
объятия
, и ночь будет превосходной. А утром
он
опомнится, молча соберётся и уйдёт. Может
быть
и такое, что
после
ошеломительного секса в памяти обоих
вновь
всплывёт всё, что заставило нас
расстаться
, – бытовые проблемы, какие-то существенные
недостатки
друг
друга
,
измена
, наконец. И все попытки примириться
через
интим пойдут прахом.
Но
ведь
у ситуации
может
быть
и
вполне
благополучное продолжение:
мы
оба
вдруг
поймём, что
разрыв
был ошибкой, и
он
превратится в
перерыв
в
отношениях
,
который
нередко

идёт
на
пользу
паре
. Ну, а
если
нет… Что ж,
по
крайней мере,
мы
хоть удовольствие получим.

Надо сказать, что у интимных отношений с бывшим мужем или парнем есть существенный минус. Они запросто могу свести
на
нет все наши
старания
забыть
человека
. Поэтому всё
же
терять голову при встрече
со
своей былой любовью
не
следует. Прежде
стоит
подумать, а сможем
ли
мы
принять его опять таким, какой
есть
, и
простить
всё, что
произошло
?
Если
нет,
то
поддаваться желанию лечь с ним в постель нецелесообразно,
даже
если
бывший и настаивает. Хорошего в таком сексе мало. Прошлое вернуть

не
удастся, зато удастся дать понять
партнёру
, что
мы
всегда
к его услугам. А зачем? Ведь
тогда
бывший муж или парень по-прежнему будет считать нас своей собственностью. А это
вполне
может
помешать создать новые серьёзные
отношения
с кем-то другим.

Безусловно, ситуации бывают разные. Случается и так, что, расставшись с женщиной, мужчина начинает встречаться с другими и понимает, что ближе, чем бывшая подруга, ему не будет уже ни одна из дам. Тогда и секс с самой прекрасной из них уже не манит, и дом становится пустым и мрачным, и интерес к
жизни
пропадает. И всё чаще, с любовью и теплом, вспоминается прошедшее, и так хочется всё вернуть назад, что
не
работается,
не
спится,
не
отдыхается. А она в это
время
думает о том
же
. Ситуация печальная, неестественная и… Вопиющая!
Потому
что демонстрирует нашу неспособность понимать
друг
друга
, наше стремление
во
что бы
то
ни стало доказать свою правоту, наше неумение
быть
снисходительными и терпеливыми
по

отношению к дорогому человеку. Ситуацию нужно исправлять. Как? Да просто позвонить бывшему парню или мужу или встретиться с ним и откровенно поговорить. Гордость не позволяет, и перешагнуть через неё невозможно? Ну, что ж… Остаётся надеяться, что провидение всё исправит и сведёт нас с дорогим сердцу человеком. А может и не свести.

Если же отношения с бывшим парнем или мужем возобновились, и мы поняли, что разрыв был ошибкой, главное, – не вспоминать о нём в дальнейшем. Не стоит выяснять потом, почему так произошло и кто виноват, – это может привести к ссоре. Отношения нужно строить заново, ориентируясь на то, что уже известно и о партнёре, и о своём состоянии при разлуке с ним. Воссоединение должно быть зрелым, осознанным. При этом флирт и попытка увидеть любимого по-новому и показать себя с новой стороны пойдут только на

пользу.

Вывод: восстановление отношений с бывшим парнем или мужем вполне возможно. Важно только понимать, что это уже будет переход на новый уровень отношений и стать мудрее, чем прежде. Давайте уважать своих любимых и прощать им недостатки и мелкие прегрешения. Потому что без них плохо, тоскливо и скучно. Без них мир становится мрачным, тусклым и неинтересным.

Как восстановить отношения , если жалеешь о разрыве