**ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ ПЕРИОДА РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ**

Период ранней взрослости, как и вся взрослая жизнь человека **в** целом, характеризуется изменением его мотивационной сферы жизни. Изменения мотивов поведения человека лишь в незначительной степени обусловлены специфическими возрастными изменениями, происходящими в организме. Прежде всего они определяются личными, социальными и культурными событиями и факторами: решаются конфликты юношеского периода, происходит поиск своего места, связывание себя обязательствами, предполагающими стабильное предсказуемое будущее.

Молодой человек, вступающий во взрослую жизнь, стоит перед необходимостью выбора и решения многих проблем, среди которых наиболее важными являются **брак, рождение детей, выбор профессионального пути.** Данные события носят характер нормативных, так как их наступление ожидается и чаще всего происходит в определенное время у большинства людей. Именно эти события требуют принятия особенных решений, **в** русле которых поддерживаются, расширяются или подрываются ранее сложившиеся взгляды, формируются новые мотивы поведения.

Кроме *нормативных событий* этого периода, мотивационная система человека может существенно корректироваться вследствие *ненормативных событий.* Это связано с еще не устоявшейся системой ценностей и эмоциональной чувствительностью молодой личности.

К ненормативным относятся события, случившиеся совершенно неожиданно: внезапная смерть близкого человека, любимого, потеря работы и т. д. Подобные события зачастую побуждают молодого человека к неадекватным поступкам, которые в свою очередь могут коренным образом изменить последующую жизнь.

С возрастом импульсивность поведения человека начинает уменьшаться вне зависимости от нормативных или ненормативных событий, а осознание внешних и внутренних обстоятельств — усиливаться. Это позволяет человеку принимать более взвешенные решения и приводит к большему проникновению в причины своих поступков и поступков других людей. Таким образом, происходит становление социально зрелой взрослой личности.

**МОТИВАЦИОННЫЕ УСТАНОВКИ ПЕРИОДА РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ**

Период ранней взрослости можно по-другому назвать периодом начинаний (Левинсон, 1978). Действительно, во всех областях взрослой жизни, будь то личная жизнь или профессиональная, молодой человек стоит в самом начале пути. Это начало, безусловно, связано с определенными планами и надеждами, большинство которых сложилось еще в юношеский период. Однако эти надежды по своей сути являются мечтами, которые необходимо осуществить, чтобы достигнуть желаемого. Поэтому одной из наиболее важных задач молодой личности является необходимость увязать мечту и реальность, желаемое и действительное.

**МЕЧТА**

*Мечта* — это положительно окрашенная долговременная мотивацион-ная установка, направленная в будущее, которая присуща практически всем людям.

Строя планы на будущее, большинство молодежи не отдают себе отчет в том, что реальное будущее — это не будущее вообще, а будущее определенным образом построенного настоящего.

Мечта лишена непосредственного побуждения. В связи с этим очень часто мечты о взрослых достижениях слабо связаны с реальностью. Мечтой может быть конкретная цель. Постановка перед собой перспективных целей, настойчивость в поиске путей решения намеченных задач, ощущение того, что жизнь имеет смысл — все эти стремления в ранней взрослости не развиты полностью, а находятся в стадии становления.

***Мечта*** — положительно окрашенная долговременная мотивационная установка, направленная в будущее.

***Фиктивные цели*** — цели, соотнесенность которых с реальностью невозможно проверить или подтвердить.

***Жизненный сценарий*** — постепенно развертывающийся, формирующийся в детстве, во многом под влиянием родителей, жизненный план поступков и действий, которые человек намерен совершить в будущем.

***Мотивационная установка*** — латентное состояние готовности к удовлетворению потреб  
ности; запланированное, но отсроченное задание для себя или намерение, которое будет  
осуществлено при появлении нужной ситуации, повода.

**ВЫБОР ЖИЗНЕННОЙ СТРАТЕГИИ**

Необходимость выбора собственной жизненной стратегии — общий принцип как для молодых мужчин, так и для молодых женщин. Он не зависит от того, что их мечты существенно отличаются друг от друга. Так, Левин-сон в своих исследованиях указывает на то, что для женщин свойственна раздробленность в мечтах, в то время как мечты мужчин носят однородный характер и связаны с достижениями на работе. Женщины мечтают о замужестве и карьере, при этом больший вес придается именно браку. Только около 18% женщин связывают свои мечты исключительно с успехами на работе. В то же время всего чуть более 15% ограничивают свои планы на будущее традиционными ролями жены, матери, помощницы. Однако даже те женщины, которые мечтают и о карьере и о браке одновременно, учитывают интересы мужей, органичивая свои мечты, касающиеся личных достижений на работе.

***Мотивационные детерминанты (мотиваторы)*** — факторы, которые участвуют в мотивационном процессе и обусловливают принятие решения.

Эти различия, по-видимому, связаны с разными *мотиваторами* у мужчин и женщин, то есть теми факторами, которые участвуют в мотивационном процессе и обусловливают принятие решения, или, по-другому, *мотивационными детерминантами.*

Психологические исследования показывают, что при принятии решений мужчинам свойственно опираться на мотиватор «потребность», а женщинам — «долженствование» (Ермолин А. В., 1996). Это согласуется с данными других авторов, доказывающих большую предрасположенность женщин к усвоению общественных норм и требований.

Психологические исследования показывают, что при принятии решений мужчинам свойственно опираться на мотиватор «потребность», а женщинам — «долженствование» (А. В. Ермолин, 1996).

***Интимность*** — многоплановое чувство, сопровождающее раннюю взрослость; включает в себя сексуальность, тесные отношения с другим человеком и способность ему довериться.

***Потребность в установлении связей*** — по Фромму, базисная человеческая потребность заботиться о других и принимать участие в их жизни.

**Мотивация брака.**

Большая социальная адаптированность девушек приводит к тому, что они оказываются раньше юношей подготовленными к семейной жизни с ее ограничениями и обязанностями, умением соотносить свои желания с потребностями другого человека, с необходимостью строить интимные отношения не только в сексуальном плане, но и в социальном.

По мнению Эриксона, готовность человека к семейной жизни проявляется именно с того момента, когда он осознает, что готов к особенным *интимным* чувствам, которые подразумевают соединение двух людей без опасения некой потери в себе (Хьелл Л., ЗиглерД., 1997).

Процесс образования семейной пары — обычное явление в период ранней взрослости. Большая часть молодежи в планах готова к этому, однако сроки их реализации могут быть самыми различными. Образовавшаяся собственная здоровая семья продолжает обеспечивать особую потребность каждого человека, которую Э. Фромм назвал *потребностью в установлении связей* (раньше это делала родительская семья).

Устанавливая особые интимные отношения, человек получает возможность о ком-то заботиться, принимать в ком-то участие, нести ответственность за кого-то, создает условия собственной безопасности и защищенности. При этом, как показывают исследования, мотивы создания союза у молодых людей бывают совершенно различными.

Мотивация брака включает в себя по крайней мере 5 основных мотивов: **любовь, духовную близость, материальный расчет, психологическое соответствие, моральные соображения** (Ковалев С. В., 1988). Изучение влияния этой мотивациина удовлетворенность людей браком подтверждает важность двух первых мотивов. Среди тех, кто вступил в супружеский союз по любви и общности взглядов, максимальное количество удовлетворенных и минимальное — неудовлетворенных. Важно единство этих двух мотивов. Разочарование семьей и браком оказалось более вероятным у тех, кто ориентировался исключительно на свои чувства без необходимой для их сохранения духовной общности супругов.

По мнению некоторых исследователей, в большом числе случаев любовь оказывается фактором, препятствующим сохранению союза. В нетерпении любви мы ищем не супруга, а любимого, забывая о том, что жить нам придется не с одним этим прекрасным чувством, а с ее предметом и носителем — вполне конкретным человеком, обладающим уникальным психическим миром, образом своего «Я», темпераментом, характером и личностными особенностями, отчего слияние двух «Я» не всегда приводит к появлению одного «Мы».

Под романтическим покровом любви мы очень часто забываем тот элементарный факт, что, сколь бы супруги ни любили друг друга, в своей семье они будут просто обязаны выполнять обычные для каждой супружеской пары функции.

Кроме того, многие, особенно молодые женщины, вступают в брак с целью обрести собственную идентичность в другом человеке и благодаря ему. Результатом такого «эксперимента», зачастую ведущим к распаду семьи, оказывается либо разочарование, либо формирование патологической зависимости.

**ПЛАНИРОВАНИЕ ЧИСЛЕННОСТИ СЕМЬИ**

Говоря о мотивации семейной жизни, нельзя обойти вопрос планирования численности семьи, то есть рождения детей. Исследований, подробно изучающих эту проблему, к сожалению, очень мало. Посвящаются они, в подавляющем большинстве, изучению **мотивов отказа** супругов от многодетности.

Среди этих мотивов на первом месте стоит ограничение **по возрасту:** значительное количество семей считает, что рожать детей надо в возрасте **24-**26 лет. В связи с этим количество детей, которые рождаются в более позднем возрасте, резко уменьшается, и тем сильнее, чем старше супруги.

*Значительное количество семей считает, что рожать детей надо в возрасте 24-26 лет.*

Второй мотив — это **плохие материальные и жилищные условия.**

**МОТИВАЦИОННАЯ УСТАНОВКА ОДИНОКОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Мотивационной установкой в пользу выбора одинокого образа жизни часто оказывается **желание избежать множества проблем,** которые может нести неудачное супружество. Оставаясь одиноким, молодой человек не ограничивает собственной свободы, не испытывает ощущений скуки, досады, раздражения, сексуальной неудовлетворенности и одиночества от общения с «надоевшим» человеком.

В то же время такое отношение к жизни нередко приводит к тому, что человек оказывается поглощенным только самим собой. Реализуя **потребность в самоозабоченности,** эти люди стараются огородить себя от любого проявления настоящей вовлеченности в близкие отношения, так как требования и риск, связанные с интимностью, представляют для них угрозу собственной свободе. В результате человек занимает позицию отчужденности и незаинтересованности в любых отношениях, как в личных, так и в социальных. Таким образом, выбор между **стремлением к свободе** и **стремлением к защищенности и безопасности,** которые достигаются в здоровой семье, делается в пользу свободы.

Почему человек выбирает свободу и одиночество, являясь молодым и полным сил? Что мотивирует подобный выбор? По мнению Карен Хорни (Ногпеу, 1942), корни такого поведения кроются в детских взаимоотношениях с родителями, когда родительская семья не удовлетворяла потребности ребенка в любви, не обеспечивала ощущения достаточной безопасности, формируя установку *базальной тревоги* и недоверия по отношению к окружающему миру. В свою очередь, ощущение недостаточной безопасности и беспомощности приводит к формированию различных защитных стратегий; некоторые из них в последующем человек пытается неутомимо воплотить в жизнь. Карен Хорни описала десять таких стратегий, получивших название *невротических потребностей.* В целом эти потребности присутствуют у всех людей, но в случае их невротического характера человек может превратить удовлетворение какой-либо потребности в способ жизни. Так, при испытывании избыточной потребности в независимости и самодостаточности возможно избегание любых отношений (в том числе и семейных), предполагающих взятие на себя каких-либо обязательств.

***Базальная тревога*** — интенсивное и всепроникающее ощущение отсутствия безопасности и одиночества.

***Невротические потребности*** — различные защитные стратегии, формирующиеся в качестве адаптационных механизмов к окружающему враждебному миру.

### Глава 10. ПОЧЕМУ ЖЕ МУЖЧИНЫ ЖЕНЯТСЯ?

Когда романтический брак заменил брак по расчету, появилось предположение, что люди женятся по любви. Это совершенно не так.

Любой брачный союз может перерасти во взаимную любовь по мере того, как партнеры изучают друг друга. Но первые брачные союзы — это дань долгу двадцатилетнего возраста. До недавних пор лишь некоторые мужчины этого возраста не были женаты. Мои выводы основаны на анализе ста пятнадцати интервью. Когда я спросила, почему они женились, ответы мужчин, создавших семью в двадцать лет (теперь им от тридцати до пятидесяти пяти), были очень последовательными.

«Мне казалось это важным. У меня не было глубокого желания жениться, но я думал, что должен это сделать. Дорис приняла мое объяснение», — сообщил писатель. В настоящее время он достиг среднего возраста и разведен.

Каждый мужчина считал, что это был долг по отношению к его религии, классу, поступая так, они следовали определенным традициям.

«Только женившись, вы могли войти в верхний слой среднего класса в Куперстоуне».

###### Безопасность

Снова и снова как от мужчин, так и от женщин можно услышать: «Я хотел, чтобы кто‑то позаботился обо мне». Это желание, очевидно, осталось в нас с детства. Те из нас, кто вырос в американском доме среднего класса, где ребенок постоянно находится в центре внимания, не страдали от недостатка заботы. Уход из дома, учеба в школе, служба в армии, болезнь, переезд в незнакомое место, разрушение брака ваших родителей у вас на глазах — все это сопровождается усилением чувства одиночества и ощущением потери безопасности. У вас возникает желание вернуть обратно чувство абсолютной безопасности, которое вы ощущали дома.

Брачный союз воспринимается как своеобразный «островок безопасности» в нашем бурном мире. Так считают не только женщины, но и мужчины. Поэтому Джеб «невидимыми цепями» прикован к Серене. Он наделил ее волшебными качествами, которых не хватало его родителям. Он не может представить себе какую‑либо неудачу, которую они с Сереной не смогли бы преодолеть, пока она будет находиться с ним рядом. Но если Серены не будет…

«Думаешь, вы переживете любые возможные трудности'» — спросила я в конце нашей беседы.

«Я думаю, да», — ответил он. Пока мы говорили, Серена готовила обед.

«Что, если бы тебя не приняли на юридический факультет?» «Я бы свернул профессору шею», — смеется Джеб. «Предположим, тебя ограбили или на Серену напали». «Если бы у нас совершили кражу со взломом, я бы воспользовался своим страховым полисом и не беспокоился об этом. Если мы останемся без денег, эта задача в конце концов решится сама собой. Ну а что касается нападения на Серену, — он потрогал свои мокасины. — Я думаю, было бы лучше, если бы это случилось со мной».

«А если бы умер твой отец?»

«Я продолжу вашу мысль, — Джеб насупился. (Задавая этот вопрос, я внедрилась в его чувство безопасности.) — Если бы умерла Серена… Это единственное, к чему я не готов. Я не готов жить без нее», — он застыл на некоторое время, углубившись в размышления.

Вероятно, если Джеб захочет разобраться с чувством безопасности в своей душе, он должен будет признать, что источником его выдуманной защиты является мать. Но он не готов отстаивать право на чувство безопасности в борьбе со своим «внутренним сторожем». Лишь некоторые из нас решают эту проблему в двадцатилетнем возрасте. Джебу легче поверить, что все эти защитные силы имеются у его партнера. До тех пор пока Серена здорова и способна поддерживать сильное чувство своей индивидуальности, она может подпитывать эту иллюзию.

Если партнеры постоянно обмениваются волшебной мантией Сильной Личности, как мы видели это на примере счастливой супружеской пары Джеба и Серены, то налицо будет их развитие в плане разделения эмоций и обретения независимости. Только эта комбинация позволяет расцветать настоящему чувству взаимопонимания. Но люди, которые заключают контракты типа «позаботься обо мне», как правило, не достигают такого взаимопонимания. Динамика может развиваться следующим образом: паника — брачный союз для обретения чувства безопасности — неожиданный обратный результат.

Возьмем для примера Эла, молодого человека двадцати трех лет. Он получил весьма посредственное образование и был не готов к осуществлению своей смутной мечты стать профессором колледжа. «Я опасался, что у меня ничего не получится. Один я боялся во что‑то ввязываться и поэтому женился на крупной, красивой, амбициозной и практичной девушке. Она знала, чего хочет добиться в жизни. Я знал, что вместе мы выживем в этом мире. А одному мне было бы не выжить. Через год у нее случился нервный срыв. Оказалось, что я женился на „матери“, которая затем превратилась в „ребенка“».

К счастью, подобные превращения происходят не так уж часто. Однако в молодости многим кажется, что это вообще невозможно. Нас воодушевляют рекомендации авторов бестселлера «Как стать своим лучшим другом» Бернарда Беркови‑ча и Милдред Ньюман:

"Берни: Вы не возражаете, если мы всем скажем, что принимаем простое, но замечательное решение вступить в брак? Мы решили заботиться друг о друге. Вряд ли есть более хорошая основа для брачного союза.

Милдред: Забота друг о друге включает много моментов. Нам всем иногда хочется, чтобы нас понянчили".

Так мы и делаем. Но на пути к усвоению этой обычной мудрости нас ожидает множество ловушек. В двадцать лет мы склонны оценивать супруга (или супругу) в соответствии с тем, насколько хорошо он (или она) сможет заместить родителя. Такой подход может привести как к разочарованию, так и, в конечном счете, к потере чувства безопасности. Он заставляет нас оставаться детьми, которые ждут разрешения и просьб о прощении («Он не разрешает мне» или «Если бы это было не для нее») и которые ожидают, что кто‑то даст им чувство защищенности, вместо того чтобы развивать его в самих себе.

Желание иметь супруга, который взял бы на себя функции успокоения, выполнявшиеся когда‑то родителями, не исчезает при переходе к тридцатилетнему возрасту. В действительности, это одна из тех вещей, которые злят и беспокоят людей при переходе к сорокалетию. Каждый партнер тяготится зависимостью от другого, который заменяет ему родителя, и в то же время опасается получить доказательство того, что остался в одиночестве.

Давайте забежим вперед и послушаем горькую исповедь сорокатрехлетнего художника. Успех, собственная фирма не спасли его от обычной человеческой проблемы. Только теперь, пережив хаос при переходе к среднему возрасту, он смог увидеть проблему в истинном свете.

«Мишель всегда рассчитывала на мои родительские качества, мою поддержку, мою силу, уверенность. Любое проявление слабости с моей стороны отрицательно сказывалось на наших взаимоотношениях. Когда я был не уверен в себе или проявлял слабость, боялся чего‑то, страх Мишель, которая от меня зависела. приводил ее к панике. Из‑за этого, естественно, усиливалось мое беспокойство. Ситуация становилась опасной для нас. Любое проявление слабости с моей стороны усиливало чувство опасности в Мишель. Наша жизнь начала разрушаться».

Отказ мужа‑отца исполнять роль всемогущего защитника, взросление жены‑ребенка и ее дерзость в середине жизни приводит к резкому шоку. Или предположим обратное: он уже не хочет, чтобы жена относилась к нему по‑матерински, или она уже не хочет быть ему матерью. Разрушение сложившейся модели ведет к полному развитию взрослого человека, но партнер, у которого все еще сохранились прежние представления, чувствует себя преданным.

Реакцией с его стороны может стать отказ от сексуальной близости, лишение денег на карманные расходы, придирки и едкие замечания при посторонних. Но за всем этим стоит невысказанная просьба: «Позаботься обо мне».

Иррациональность наших романтических контрактов типа «позаботься обо мне» побудила социолога Филиппа Слэтера сделать поразительное предсказание:

«По отношению к женщинам мужчины усвоили то, что было у рыцарей‑аристократов по отношению к крестьянам: „Если вы меня будете кормить, то я буду защищать вас“. С какого‑то момента, однако, контракт на защиту превращался в рэкет: „Дай мне то, что я хочу, и я буду защищать тебя от себя“».

###### Заголовок

Подобный брачный союз основан на предположении, что личные качества взаимозаменяемы. Женись на ее милосердии, и ты избавишься от тревог (но кто вступит в брак с ее тревогами?).

«Я сравнивал ее с камином, согревающим меня круглый год, она была для меня Серой Леди, которая всегда успокаивала, если приснится страшный сон, если возникнут какие‑то проблемы или тревоги», — с тоской вспоминает бывший муж.

На шестнадцатом году совместной жизни он созрел для того, чтобы сделать шаг и попытаться открыть свое дело. Но жена воспротивилась этому. Супруги не нашли взаимопонимания. Она слишком долго исполняла роль Серой Леди, что позволило личности ее мужа окрепнуть, а она перестала быть для него опорой. Брачный союз распался.

Женись на ее живости, и ты победишь.

«Я достиг возраста двадцати пяти лет и был готов изменить свою жизнь, — объяснял разочарованный художник, уже открывший свое маленькое дело. — Я немного флегматичен, а она подталкивала меня к действию». Безмятежность жизни женатого человека в пригороде скоро привела к тому, что энергия его жены превратились в едва сдерживаемый гнев. «Когда женщина сидит дома, с ней что‑то происходит. Приходишь домой, а она начинает разряжаться на тебе, как мощный аккумулятор», — рассказывал он.

Достигнув среднего возраста, его жена так оживилась, что это буквально дало ему новый толчок в жизни. Просидев двадцать лет дома, она с жаром занялась своей карьерой. Заразившись ее энтузиазмом, упрямый художник продал свое дело и решил следовать своему внутреннему "я". «Если я потерплю неудачу, то не думаю, что буду срывать свою обиду на ней. Она знает, что делает».

###### Бегство из дома

Хотя брачные союзы по типу «освобождение из тюрьмы» обычно заключаются молодыми женщинами, мотив бегства отмечается также и у молодых мужчин.

«Почему я женился? Чтобы вырваться из дома! Я был робким, неуверенным в себе ребенком. А тут красивая девушка, которой я нравился. Я просто наткнулся на нее».

Этот мужчина, по его признанию, страдал от диктата авторитарной еврейской матери.

###### Престиж практичности

Партнер присваивает ему (или ей) более высокий статус или оказывает конкретную помощь для поощрения его (или ее) амбиций. Это еще один мотив заключения брака.

«Я пытался доказать себе, что стану президентом компании, — объясняет мужчина, который не закончил колледж и мучился от того, что недостаток образования не позволял осуществить его желание. — Друг познакомил меня с очень привлекательной и богатой девушкой (Уже после развода я потратил массу времени, пытаясь понять, насколько на меня повлияло то, что она унаследует большие деньги.)».

«Ну что ж, женись, — сказал его приятель, студент, которому нужен был спонсор, чтобы закончить обучение в медицинском колледже. — Люди часто прибегают к этому способу для решения своих проблем».

«Когда двое находятся под влиянием неистовой, безумной, разрушительной и не устоявшейся страсти, — писал Бернард Шоу, — можно поклясться, что они будут оставаться в этом возбужденном, ненормальном и истощающем состоянии непрерывно, пока смерть не разлучит их».

Из тридцати опрошенных мною мужчин ни один не любил свою жену, когда женился на ней. Ни один из них не признался, что секс являлся для них стимулом. Это частично объясняется своеобразной амнезией. Однако в этих ответах отражаются глубокие изменения, которые происходят во внутреннем мире по мере того, как люди проходят все более сложные стадии развития.

Как показали мои опросы, сексуальный стимул в качестве мотива брака не был доминирующим. Однако по всем остальным показателям они вполне соответствовали выводам психиатра **Дона Джексона и писателя Уильяма Ледерера**, которые они делают в своей выдающейся книге **«Миражи брака»,** используя системный подход при исследовании поведения сотен супружеских пар. По их данным, людям «нравится считать, что они испытывают любовь. Однако те эмоции, которые они часто понимают как любовь, на самом деле являются другими чувствами, такими как сильное сексуальное влечение, страх или жажда самоутверждения».

Нельзя сказать, что любви не возникает. Многие из моих респондентов говорят, что сейчас они любят своих партнеров. Это чувство приходит к ним через десять, двадцать, тридцать лет в процессе их развития. Как только миф о многоцелевом брачном союзе разбивается и осознается зависимость, люди начинают наслаждаться друг другом, принимая себя такими, какие они есть. Условности влияют все меньше, зато появляется больше личной свободы. Многие люди считают, что легче жить вместе, когда у обоих партнеров появляются новое понимание брака и вытекающие из этого новые обязательства по отношению друг к другу. Взаимная забота опытных партнеров помогает им примириться с особенностями характера друг друга. Ничего не случится, если он отказывается навещать ее неприятных родственников, если у него есть женщины‑друзья, если он плохо катается на лыжах, если он любит проводить субботу в гараже, собирая что‑нибудь (и называя это скульптурой), страстно любит ее по утрам, а ночью просто спит. Мир не рухнет, если она получит подарок от друзей, одна покатается на лыжах, будет посещать художественную школу, почитает газету, пока он убирает со стола, или проведет субботний вечер за игрой на гобое в своей комнате.

Но в двадцать лет все это видится иначе. Молодые люди постоянно говорят о своей жизни как о загадке. Чтобы сложить все кусочки картинки‑загадки, требуется логический подход. Есть только один правильный вариант поведения, который позволяет сложить картинку‑загадку раз и навсегда. Для этого нужно иметь достаточно терпения.

Основным правилом должно стать следующее: мы должны перерасти то, что уже больше не подходит, и позволить другим сделать то же самое. Наше терпение со временем вознаграждается. Мужчины и женщины, продолжающие развиваться, концентрируются на таких сторонах личности, которые раньше подавлялись.