Языки любви

Что такое любовь? На такой вопрос, нельзя дать однозначный ответ. Любовь к мужу и любовь к ребенку, любовь к матери и любовь к отцу, - все это разные оттенки любви. И есть только один способ воплотить любовь во всех ее качествах и проявлениях – создать семью. Только в гармонии семейных отношений любовь полностью реализовывает себя. Известный американский писатель Гарри Чепмен в своей книге «Пять языков любви» описал основные законы, зная и учитывая которые, каждый человек может быть счастлив в любви. Попробуем разобраться с этими законами и изучить «языки любви».

Мы живем в мире, где в одной стране люди могут говорить на разных языках и при этом легко понимать друг друга. Мы осознаем необходимость изучения языков, а наши дети с ранних лет наравне с родным осваивают и один-два иностранных языка.

А ведь как часто бывает, общаемся мы с любимыми и близкими людьми, говорим одними, казалось бы, словами, одними фразами, а понять друг друга не можем. Мы стараемся выразить свою любовь, а этого не замечают. Почему так происходит? Оказывается, что знания только языка, на котором говорит близкий человек, недостаточно. Сказанное слово может иметь множество эмоциональных оттенков, а несказанное – множество смыслов. Наша задача состоит в том, чтоб понять близкого человека, его слова и мысли, чувства и желания. А сделать это можно, изучив способы выражения чувств. Почему мы столько времени уделяем, чтоб научиться понимать язык далеких нам людей, когда язык самого близкого и любимого человека остается для нас загадкой?

Чтоб понять любимого человека, нужно знать его способ выражения чувств – его язык любви. Очень часто двое людей, две половинки говорят на разных языках любви, и способ выражения любви одного не подходит другому. Это трагедия? Вовсе нет! Людям просто необходимо знать языки любви друг друга.

Итак, приступим к их изучению. Существует пять основных языков любви: слова поощрения, время, подарки, помощь и прикосновения.

Слова поощрения

Ободряющие слова, похвала – это способы выражения любви словами. «Ободрять» значит «придавать бодрость, мужество». Люди склонны прислушиваться к мнению других людей. Для нас очень важно как оценят нас на работе, что скажут друзья.

Бывает, в той или иной области мы чувствуем себя неуверенно. Нам не хватает смелости, и это часто мешает добиться того, чего бы мы хотели и к чему у нас есть способности. Слова любимого человека могут послужить своеобразным катализатором. Когда мы чувствуем поддержку близких, знаем, что нас любят и верят в нас, мы можем горы свернуть. Мы должны увидеть мир глазами любимого, узнать, что важно для него. Только тогда мы сможем действительно его поддержать.

Добрые слова питают любовь. Не забывайте благодарить любимых, пусть они знают, как важны для вас. Даже самый незначительный поступок, будь то купленный домой хлеб или приготовленный завтрак, заслуживает вашей искренней благодарности. Поощрение и благодарность всегда помогут вам выразить любовь. Но не пользуйтесь похвалой или лестью, чтобы добиться своего! Это не любовь.

Возможно, этот язык чужой для вас, и чтобы овладеть им, потребуется много сил и терпения. Особенно если вы привыкли критиковать и осуждать. Но уверяю вас, постараться стоит.

Время

Главное для того, кто говорит на языке времени — быть вместе с любимым. Быть вместе значит уделять внимание друг другу. Уделить внимание любимому можно беседуя с ним или занимаясь совместными делами. Нужно помнить, что только доверительный дружеский разговор поможет вам выразить свои чувства и понять чувства любимого. Мы должны слушать друг друга, сопереживать, стараться понять мысли, чувства и желания другого.

Если время — родной язык вашего любимого, такие разговоры необходимы, чтобы он почувствовал, что вы его любите. Не забывайте говорить о своих чувствах, ваш любимый ждет этого.

Научиться слушать иногда так же сложно, как выучить иностранный язык. Но это сделать придется. Особенно если родной язык вашего супруга время, а диалект, на котором он говорит, — беседа.

Совместные занятия – еще один способ выразить любовь на языке времени. Неважно, что вы делаете, важно — для чего вы это делаете. Цель — быть вместе. Когда вы чем-то занимаетесь вместе, у вас появляются общие воспоминания. Это неисчерпаемый источник радости.

Какими бы занятыми вы не были, не забывайте включать в ваши планы любимых. Уделяя им внимание, вы получите удовольствие быть с ними, удовольствие осознавать, что доставили им радость.

Подарки

Подарки — зримые символы любви. Наверное, самый простой способ показать свое признание и проявить любовь к человеку – это подарить подарок. Человеку, который говорит на языке подарков, цена их чаще всего безразлична, ему важнее внимание и любовь, которые они несут в себе. Вкладывайте деньги в любовь, это — самое надежное вложение. Маленькие дети часто дарят подарки родителям. Это еще раз подтверждает, что основа любви — дар.

Если подарки важны для любимого, вы должны научиться дарить их. Подарок можно купить, найти, смастерить своими руками. Можно дарить дорогие подарки, подарки, которые ничего не стоят, а можно подарить себя. Будьте уверены, любимый оценит ваше внимание и время, которое вы провели с ним.

Помощь

Помогать — значит делать что-то для другого. Помогая любимому, вы стараетесь угодить ему, выражаете любовь. В вашей помощи ценно именно желание помочь, забота о любимом. А если ваша помощь для вас –неприятная обязанность, и, помыв посуду, вы весь вечер ворчите по этому поводу, это не помощь. Если вы с радостью помогаете любимому, вы выражаете любовь.

Когда мы просим о помощи, то редко обращаем внимание на слова, в которых она заключена. Часто наши просьбы звучат как требование или приказ. И не удивительно, что любимые их не слышат. Если вы чувствуете любовь, когда вам помогают, просите о помощи. Просьбы помогают выражать любовь, приказы любовь убивают.

Возможно, чтобы выучить этот язык, вам придется изменить привычные представления о том, что в семье делает муж, что жена. Самый простой способ его изучить – попросить любимого составить список того, в чем ему необходима помощь. Составьте и сами такой же список. Разобравшись, вы увидите, то о чем вы просите довольно просто осуществить. И помните, главное - ваше искреннее желание помочь.

Прикосновения

Ни для кого не секрет, что прикосновения — один из способов выразить любовь.

Исследования подтверждают: младенцы, которых часто берут на руки, обнимают, целуют, физически и эмоционально развиваются быстрее, чем те, кто подолгу остается один. Мудрые родители знают, как нужна детям ласка.

Прикосновениями можно выразить и супружескую любовь. Для некоторых это единственный способ почувствовать ее. Им необходимо держаться за руки. Им нужно, чтобы их целовали, обнимали. Так они чувствуют, что их любят.

Для человека, который говорит на этом языке, любое ласковое прикосновение скажет о вашей любви. Но некоторые ему будут наиболее приятны. Какие именно, лучше спросить у него самого. Если вы хотите проявить любовь, вы должны изучить его язык. Вы должны прикасаться к нему так, как ему нравится, и когда ему этого хочется. Прикосновения могут быть как мимолетными (поцелуй, поглаживание), так и требующими от вас внимания (массаж, интимные отношения). Возможно, некоторые прикосновения ему неприятны. И если он говорит вам об этом, постарайтесь их избегать, иначе уже не любовь вы выразите. Если вы поняли, что прикосновения — родной язык вашего супруга, вы ограничены только своей фантазией.

Определить, на каком языке говорит ваш любимый, необходимо. Иначе вам не выразить свою любовь к нему в полной мере. Но для начала давайте убедимся, что свой родной язык любви вы знаете. Какой из этих языков вам ближе всего: слова поощрения, время, подарки, помощь или прикосновения? Сложно определить? Тогда пофантазируйте. Как вы представляете себе идеального супруга? Возможно, это поможет определить ваш язык любви. Помогите любимым изучить ваш язык любви, без вас они этого не сделают.

Будьте внимательны к любимым, проявляйте свою любовь и заботу, прислушивайтесь к пожеланиям и просьбам. Часто критика помогает определить родной язык любви. Критика — способ просить о любви. Если вы понимаете это, воспринимайте критику как информацию.