**6. «Правда и ложь о любви»**

* **Что такое любовь;**

Что такое любовь - вечный вопрос... Человечество на протяжении всей своей истории пытается на него ответить. Поэты слагают поэмы, писатели пишут романы, сказочники сочиняют сказки, философы пишут трактаты - и чаще всего темой является - любовь.

Некоторые же считают, что любви нет, что это просто человеческая выдумка. Но тогда напрашивается вопрос - почему тогда вообще есть это слово "любовь", да еще и в каждом языке народов мира? Иначе говоря, если любви нет, и она просто придумана людьми, то почему ее "придумал" каждый народ Земли независимо друг от друга? Ответ может быть только такой: скорее всего, потому, что любовь на самом деле есть, она реальна, и поэтому-то в каждом народе есть слово для ее обозначения.

Хочу привести ответы детей на вопрос: "Что такое любовь?"

«Любовь - это когда у бабушки начался артрит, она не могла больше нагибаться и красить лаком ногти на ногах. Тогда дедушка стал делать это для нее, даже после того, как у него тоже начался артрит в руках». (Ребекка 8 лет).

«Любовь - это когда мама дает папе лучший кусочек курицы». (Элейн 5 лет).

«Любовь - это когда мама видит папу грязным и потным и все равно говорит, что он красивый». (Крис 8 лет).

Когда женщина и мужчина соединяются в браке, их обычно переполняют планы совместной жизни. Они мечтают о будущем, и все им видится в розовом цвете. Вы создали свой союз исключительно, по любви и ваш девиз отныне: «Наша любовь все победит». Но что означает слово «все»? И почему любовь должна бороться? Вспомните поговорку: «Один в поле не воин». Как бы не была сильна ваша любовь, одна она не справится с вашими обидами, разочарованиями, непониманием или неуступчивостью. Когда наступает пора, чтобы воздушные замки обрели почву, вот тогда-то и начинается проверка на прочность. Если за семью борются два мудрых человека, их счастье неизбежно. А если нет, то помочь этой семье очень сложно.

Любовь – это, прежде всего взаимопонимание и готовность к компромиссу. И если вы самоустранитесь от налаживания отношений, то может случиться, что скоро налаживать будет нечего. Именно, первые годы семейной жизни самые важные. Обиды, нанесенные в этот период, не только не забываются, но и оказываются для брака гибельными.

Позиция любого из супругов: «Если он или она действительно меня любит, то и уступить должен первым» - самая разрушающая. И не имеет никакого отношения к любви. Настоящая любовь не знает слова «должен». В ее словаре есть только: «доставить радость любимому».

* **Четыре оттенка любви и как их развивать в своих отношениях;**

В русском языке употребление слова любовь ведёт к путанице и абсурдным сравнениям. «Люблю жену, ребёнка, собачку, жареную курицу». Греки превзошли всех, у них присутствует 4 оттенка любви.

Четыре угла, на которых держатся стены семейного дома.

**Любовь эрос**, как правило, быстро вспыхивает и зависит от внешней привлекательности второй стороны. И если вдруг красота, которая привлекала, исчезнет – от любви не останется и следа. Или если появится кто-то красивее – тот же результат.

**Любовь филео** возникает не так быстро, основывается на положительных качествах человека, она более долговечна. Не основывается на внешности, но если человек поступит нехорошо, да еще и по отношению к нам, да еще и не один раз – то от дружеской любви может не остаться и следа.

**Любовь к родственникам (сторге**) гораздо меньше зависит от внешних условий (мы все знаем истории, когда матери маньяков-убийц до последнего любят их и заботятся, не хотят верить в справедливость приговора). Такая любовь очень крепкая, но она часто слепая, люди не хотят увидеть истинную сущность своих родных, оправдывают их. Но иногда такая любовь не работает, у людей она просто не развита (вспомним матерей, отказывающихся от своих детей, или детей, сдающих своих родителей в дом престарелых, хотя у них есть возможность за ними присматривать).

**Любовь агапе** – это любовь, которая не зависит ни от внешности, ни от поступков, эта любовь БЕЗУСЛОВНА. Она бескорыстна, то есть ей ничего не нужно. Она желает только добра тому, кого любит, но она не слепа. Видит недостатки и слабые стороны характера, но прощает и понимает их, прилагает все усилия, чтобы помочь любимому человеку стать лучше. Такая любовь сверхъестественна и приходит только от Бога, но она реальна.

Идеальный вариант – это когда в отношениях мужчины и женщины присутствуют все виды любви. Когда они нравятся друг другу внешне и привлекательны в глазах друг друга как представители противоположного пола. Когда они настоящие друзья и одновременно – родные люди, когда они видят недостатки друг друга, но любят все равно – это и есть та самая любовь, которую люди ищут всю жизнь.

Но проблема состоит в том, что люди ждут, когда такая вот любовь упадет на голову, как мешок: «Вот я, твое счастье!» Но так не будет!!! Над этим надо работать постоянно, причем не одному из двоих, а обоим. Учиться понимать, прощать и любить друг друга – это не всегда просто, но и не так уж и тяжело.

**Как развивать любовь ЭРОС?** Как ни странно, но здесь мне хотелось бы процитировать библейские тексты, которые раскрывают нам три очень важных принципа развития любви эрос.

 «Муж оказывай жене должное благорасположение, подобно и жена мужу.

Жена не властна над своим телом, но муж, равно и муж не властен над своим телом, но жена.

Не уклоняйтесь друг от друга, разве по согласию, на время, для упражнения в посте и молитве, а потом опять будьте вместе, чтобы не искушал вас сатана невоздержанием вашим». 1Коринф. 7 гл. 3-5 ст.

Здесь раскрыты три важных принципа: необходимости, права и постоянства.

Супругам необходимо удовлетворять половые потребности своей брачной половины.

Отказаться от права на своё тело, любить тело брачной половины, заботится о нём.

И также без веских причин на то, нельзя отказывать супругу в близости.

Многие семьи, в которых происходила манипуляция в этих вопросах, сегодня находятся у «разбитого корыта».

**Как развивать любовь ФИЛЕО?**

Вспомните поговорку: «Чтобы иметь друга, нужно самому уметь дружить». С этого хорошо начать. Мы говорили выше, что обоюдное участие в семейной жизни на всех уровнях является ключом к любви филео. Эта совместность поворачивает ключ в замке. Обратите внимание на три особенности любви - филео и дружбы.

 Чтобы достичь дружбы нужно быть: Соратниками, собеседниками, сообщниками. Все три слова начинаются с собирательной приставки «со», т.е. во всем должно быть единство!

Три фазы дружбы можно выразить так: отсутствие напряжения, присутствие взаимопонимания и проявление откровения.

**1) Отсутствие напряжения**

 Это время, когда супруги учатся быть спокойными и естественными в общении друг с другом, вырабатывая основы дружбы. Начните с чего-то простого, незамысловатого, с того, что можно делать совместно, находясь рядом. Это может быть перекрашивание старой мебели, или игра в теннис, или совместные уроки в кружке фотолюбителей, словом, занятие интересующее вас обоих. Возможно, вам захочется попробовать вместе что-то новое. Может быть, одному из вас нужно будет пожертвовать чем-то, чтобы найти общие интересы. Что бы вы ни делали нужно создавать условия, при которых вы сможете общаться и получать радость от времени, проведенного вместе. Верующие супруги должны избирать какое-то христианское служение для совместного участия, как например групповое изучение Библии или какая-то работа в церкви, которую можно делать вместе. В чрезмерной занятости современной жизни, супругам нужно уделять больше времени тем делам, которые сводят их вместе, а не которые их разделяют. Если супруги тратят силы на дела, которые тянут их в разные стороны, нужно поменять свои интересы.

**2) Взаимопонимание**

 Фаза взаимного понимания является временем для улучшения общения. Я чаще всего слышу жалобы от жен, которые хотят делиться сокровенными мыслями с мужьями в то время, как мужья стесняются делать это, потому что они никогда не умели свободно выражать свои чувства. Эта трудность может быть разрешена взаимным пониманием, когда супруги учатся делиться друг с другом сокровенным и мыслями и чувствами, и начинают видеть, каким вознаграждающим и восполняющим может быть это общение.

**3) Проявление откровения**

В фазе откровения, супруги полностью открыты друг для друга. Оба с радостью меняют прежнюю самостоятельность на эмоциональную зависимость друг от друга, которая наполнила их доверием и поисками иных путей, взаимного восполнения личных нужд и желаний. На этом уровне нужды и стремления супругов - понятны и восполняются в процессе, который становится почти таким же естественным, как дыхание.

Итак, развивая любовь филео: уделяйте больше внимания тому, что объединяет; стремитесь, больше узнать друг о друге; будьте откровенными друг с другом.

**Как развить любовь СТОРГЕ?**

Любовь сторге – это естественная привязанность в браке.

Это качество любви является существенным для счастья в браке. Нам всем нужно место, которое мы называем домом. Не просто сделанный из кирпичей и состоящий из четырёх стен, но где есть уют, где есть безопасность, где мы чувствуем себя полностью свободными по отношению друг к другу в уверенности, что мы друг другу принадлежим, что наше счастье и благополучие является крайне важным для нашей брачной половины.

Как проверить есть ли такая любовь в нашей брачной жизни? Можно проверить на основании следующих вопросов:

 Реакция жены, когда муж придет с работы и скажет, что его понизили на работе или совсем уволили? Или, например, что начальник обругал его?

Как отреагирует муж, когда жена скажет, что когда она ехала на автомобиле, случилась авария и добавит слёзно, что это была её вина?

Любовь принадлежности состоит из многих красок, которые нельзя изъять из общего рисунка.

**Практическое единство.** Мужья и жёны приобретают своё общее супружеское мнение. Что больно одному, то больно другому. Что радует одного, радует и другого. Нет духа соперничества, шуток, с целью поддеть друг друга.

**Обоюдное доверие.** Уверенность в брачной половине является важным аспектом взаимоотношений.

**Эмоциональное убежище.** Если ты чувствуешь, что ты должен скрывать свои обиды от своей брачной половины, то что-то не в порядке в вашем взаимоотношении. Любовь - сторге (чувство принадлежности) была предназначена быть успокаивающей, исцеляющей любовью в браке. Каждая брачная половина должна быть для другой половины, гаванью убежища от болезненных переживаний, причиняемых внешним миром. Мы все нуждаемся в том, чтобы залечить наши раны; мы все нуждаемся в сочувствии, во вхождении в наше положение со стороны тех, кто ближе всех к нам. Любовь должна значить подставленное плечо, на которое мы можем склонить свою голову и поплакать.

**Как развивать любовь АГАПЭ?**

1) **Решением воли проявляйте к брачной половине безусловную и нерушимую любовь отношением, словом и делом.**

Посредством волевого акта человек решает применять Божьи библейские принципы относительно любви и проявлять эту любовь брачной половине без ограничений и без условий.

**2) Учитесь делать все самое лучшее для объекта вашей любви.**

Довольно часто бывают случаи, когда человек любим, безусловно принят и несмотря на это, не чувствует себя истинно любимым. Чувство любви каждая отдельная личность выражает по-разному, поэтому нужно очень хорошо знать свою брачную половину. Кто-то может измерять любовь восполнением материальных нужд, или же дорогими подарками, кто-то, когда муж помогает мыть посуду. Одни будут измерять любовь по количеству проведенного вместе времени, и по степени откровенности. А другие нуждаются в частом повторении слов: я люблю тебя.

Узнайте, что именно является свидетельством вашей любви для брачной половины; потом выражайте свою любовь именно так, чтобы не вызывать сомнений.

**3) Применяйте все свои знания для проявления любви - агапе. Посвятите этому свою жизнь.**

Не забывайте, что любовь - агапе проявляется в действии! Особенно старайтесь ежедневно проявлять любовь к брачной половине.

Помните об одном. Не старайтесь проявлять любовь - агапе, лишь потому, что вы желаете исправить свою брачную половину. Перемена может произойти только на основании внутреннего побуждения. Поэтому супруги должны принимать друг друга такими, какие они есть, и стараться изменить свое собственное поведение в согласии с библейским учением, чтобы любовью восполнять обоюдную потребность.

Формула любви – агапе: РАЗУМ + ЧУВСТВА + БОЖЕСТВЕННЫЕ ПРИНЦИПЫ = ЛЮБОВЬ - АГАПЕ.

Разум без чувств – это холодный расчёт.

Чувства без разума – похоть.

Нельзя приказать чувству, однако оно само свободно возникает в соответствующих условиях. Силой никого нельзя заставить влюбиться, даже если желать этого от мужа или жены. Но можно создать условия, при которых брачная половина влюбиться в вас.

Спросите себя «Если бы я вела себя с теми молодыми людьми, которые за мной ухаживали, так, как я веду себя с мужем, пригласил бы кто-нибудь из них меня на второе свидание?

Пусть зададутся вопросом мужчины – «Если бы я был таким критичным и равнодушным, как сейчас, к своей жене до брака, вышла бы она за меня замуж?»

* **Три главных источника ошибочных идей о любви;**

Мы живём сейчас в эпоху одноразовости, один раз попользовался - и выбрасывай. В течение последнего десятилетия возникло чувство, что отношения настолько же одноразовы.

Почему?

1. Неясное смутное представление о любви.

 (Любовь - это тайна. Я не знаю, откуда берутся чувства, и куда уходят).

2. Личный опыт.

(Беспорядочные половые связи).

3. Влияние окружающей среды.

(Телевидение, средства массовой информации, проживаем чужую жизнь).

* **Языки, на которых говорит любовь;**

Любовь важна, однако сохранить ее не просто.

Что если отчуждение, грубость, взаимные обиды, злоба – результат того, что стрелка индикатора, который показывает уровень любви в нашем сосуде, застыла на нуле?

Существует пять способов наполнения или пять языков любви. В любви надо объясняться на языке того, кого любишь. Какими бы ни были ваши отношения сейчас, они могут стать лучше. Когда вы заговорите на языке любви супруга, он может совершенно измениться. Люди ведут себя по-другому, когда их сосуд любви полон.

Для поддержания отношений в браке, существуют 5 языков любви.

ЯЗЫК ЛЮБВИ 1: **«СЛОВА ПООЩРЕНИЯ».**

«Добрым словом я могу питаться два месяца». Марк Твен.

Мы знаем силу слова. Словом можно убить, исцелить, окрылить или надломить, вдохнуть надежду или отравить.

 Пользуемся ли мы этим средством, чтобы любимый человек почувствовал, что он любим?

 Суть не в словах. Просто человеку требуется, чтобы близкие замечали его удачи, положительные качества, достижения.

На этом языке любовь может быть выражена:

- Комплимент: «хорошо выглядишь», «золотые руки»;

- Одобрение: «у тебя хорошо получается»;

- Поддержка: «не сдавайся, у тебя получится»;

- Ласковое слово.

Если СЛОВА ПООЩРЕНИЯ это язык любви вашего супруга, то не упускайте случая похвалить его, сделать комплимент, оказать поддержку.

ЯЗЫК ЛЮБВИ 2: **«ВРЕМЯ».**

Этот язык включает в себя:

Зрительный контакт; безраздельное внимание; разговор друг с другом; возможность делиться чувствами, страхами, переживаниями; беседа на общие темы.

 Главное для того, кто говорит на языке времени – быть вместе с супругом. Проводить время вместе не значит сидеть, уставившись друг на друга. Нужно чем-то заниматься. Чем – не так уж важно. Главное – ощутить, что мы вместе, что уделяем друг другу внимание.

ЯЗЫК ЛЮБВИ 3: **«ПОДАРКИ».**

Подарки – зримые символы любви.

 Зримые символы любви для одних важнее, чем для других.

 Если подарки важны для вашего супруга, вы должны научиться дарить их. Вообще-то это самый легкий язык.

Подарок можно:

- купить,

- найти,

- смастерить своими руками.

 Мужчина, который остановился на обочине и нарвал полевых цветов, отыскал способ сказать жене о любви. Когда позволяют средства, вы можете купить открытку. А если нет, сделайте ее сами. Из обычного листа, сложенного пополам, вырежьте сердце, напишите: «Я тебя люблю» и подпишитесь. Не обязательно дарить дорогие подарки.

 Есть люди, которые любят тратить деньги, а есть, которые любят копить. Но если подарки являются языком любви вашего супруга, то это лучшее капиталовложение.

Вложение в свое счастье.

ЯЗЫК ЛЮБВИ 4: **«ПОМОЩЬ».**

Помогать – значит делать что-то для другого. Помогая супругу, вы стараетесь угодить ему, выражаете любовь.

 Возможно, чтобы выучить язык помощи, вам придется изменить привычные представления о том, что в семье делает муж, а что жена.

 Чтобы выражать друг другу любовь, вам нужно распрощаться со стереотипами. Эмоциональные потребности супруга важнее. Это может быть трудно. Однако, награда за это велика.

ЯЗЫК ЛЮБВИ 5: **«ПРИКОСНОВЕНИЯ».**

Прикосновения – один из способов выразить любовь.

Выражать любовь супругу на языке прикосновения можно по-разному. Любое ласковое прикосновение говорит о любви. Какие прикосновения наиболее приятны вашему супругу, спросите у него самого.

Для кого прикосновения – родной язык любви, необходимо физически ощущать, что супруг рядом. Если ваш супруг или супруга говорит на этом языке, вы должны держаться за руки, делать массаж, обнимать, целовать. Для него важна любая ласка, тогда он почувствует вашу любовь.

* **Три правила помогающие сохранить любовь;**

1.Напрямую изменить невозможно никого.

2.Суть христианства сводится к изменению себя, а не к способности изменить другого.

3. Когда мы пытаемся изменить себя, другие делают такие же попытки в ответ.

*Пример о том, что у жены не хватало терпения. Изменив себя, произошли и перемены в муже.*

* **Библейское обоснование.**

«ЕСЛИ ГОСПОДЬ НЕ СОЗИЖДЕТ ДОМА, ТО НАПРАСНО ТРУДЯТСЯ СТРОЯЩИЕ ЕГО». Пс.126.1

Один мужчина порвал свой роман с другой женщиной, потому что, стал читать Библию, он понял, насколько он пал низко, и к каким ужасным последствиям приведёт его это.

Его жена сказала: «Сначала я думала, что он вернулся, потому что любит меня. Но, он признался, что вернулся, потому что стал читать Библию и понял, что поступил по отношению своей семьи, несправедливо причиняя страдание. Это сначала ущемило мою гордость. Но он сказал, что Бог обещает ему, научить любить меня так, как я должна быть любима. Тогда я поняла, насколько я была не права в своей гордыне. Я должна быть благодарна Господу; ведь это самый лучший способ начать создавать отношения любви. Если бы он вернулся, потому что нашел меня привлекательной, то это было бы ненадолго. Теперь же когда мы вместе, наша сила и надежда на возрождение семьи в Божиих руках.

Помните, нитка, скрученная втрое, реже рвется.