



ЛЮБОВЬ, ВЯЮБАННОСТЬ И СЕМЬЯ

Обзор-дайджест



Ульяновск
2018

ОТ СОСТАВИТЕЛЯ

В данном пособии даны методические рекомендации и обзор литературы в помощь библиотечным специалистам и педагогам по проведению беседы с молодежью «Любовь, влюбленность и семья».

В современном обществе проблемы семьи всем очевидны. Что может сделать библиотека по подготовке подростков и юношества к семейной жизни? Способствовать формированию у них традиционных семейных ценностей, необходимых для создания ими в будущем крепких, многодетных, счастливых семей.

По результатам социологических опросов, семейные ценности для молодежи стоят далеко не на первом месте. На первом плане – карьера, образование, отношения с друзьями.

К сожалению, каждое новое поколение самостоятельно понимает, что они будут выстраивать свои судьбы так, как считают нужным, пренебрежительно отменяя нарабатанный до них опыт и пытаясь создать что-то своё, не оглядываясь на чужие ошибки. Но как показывает практика, сейчас в России на 1000 браков приходится 800 разводов. Почему? Причем разлучаются совсем молодые семьи, после 2-3 лет совместной жизни!

Мы учимся чему угодно: ходить, читать, танцевать, шить, а вот о том, что надо учиться любить, учиться выстраивать отношения с противоположным полом, готовить себя к браку – даже постановка таких вопросов вызывает удивление у молодежи. Как это – учиться? Чему учиться? «Было бы кого любить, а уж дальше нет проблем», – так рассуждает молодежь.

Какое семейные ценности мы должны формировать у молодежи? Семья и семейные ценности – это два понятия, которые не могут существовать друг без друга. Семейные ценности тесно связаны с отношением к семье. Семья не имеет возможности существовать без основополагающих принципов, которые смогут сохранить её целостность и духовное здоровье. Семейные ценности – это отношение человека к человеку, насыщенные любовью и заботой. Любовь – настолько глубоко и всеобъемлющее чувство, которое просто невозможно точно описать словами. Дом с родными людьми становится местом, где можно получить помощь, поддержку, заботу, отдохнуть и набраться сил для того чтобы жить дальше и радо-

Любовь, влюбленность и семья : обзор-дайджест / сост. Н.Д. Васильева ; Ульяновская областная библиотека для детей и юношества имени С. Т. Аксакова. – Ульяновск, 2018. – 28 с.



ваться жизни. Никакой союз невозможен без уважения и взаимопонимания его партнеров. При этом недопустимо насильное вмешательство и вторжение в личное пространство партнера с целью сломать, подчинить другую личность и «переделать» её под себя. Честность и искренность являются залогом чистоты и прозрачности отношений между партнерами. Это касается обеих систем: муж – жена и родители – дети. Эти качества при своей максимальной выраженности порождают другую неотъемлемый атрибут счастливого дома – доверие. Доверие невозможно купить, ни за какие деньги, его можно с трудом заслужить и очень легко потерять. Подобные примеры ценности можно продолжать ещё долго. Самое главное в них – их смысловой груз и сила, которая сможет дать долгу и счастливую жизнь любому союзу. Как донести эти истины до молодёжи? Какая литература поможет нам вести этот непростой разговор с молодёжью о том, что каждому из них в недалёком будущем быть мужем и женой, отцом и матерью, и очень важно, уже сейчас готовить себя к будущей семейной жизни и к роли родителей.

В данном пособии представлены книги, имеющиеся в фонде нашей библиотеки.

И ещё один нюанс. Как показала практика проведения беседы «Любовь, взаимность и семья», это мероприятие происходит продуктивно, когда в нём принимают участие семейные пары со стажем – 20, 25, 30, 45, 50 и далее лет. Они выступают, как эксперты и подтверждают, правы авторы книг или они заблуждаются. Часто они согласны с авторами книг. Мало того, очень жалуют, что с ними не велись в своё время такие полезные беседы. Итак, начнём.



Шугаев, Илия (протоиерей).
Один раз на всю жизнь : беседы со старшекласниками о браке, семье, детях / И. Шугаев. – 6-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Московской Патриархии Русской Православной Церкви, 2013. – 204 с.

Начнём с книги Илии Шугаева «Один раз на всю жизнь». Беседы со старшекласниками о браке, семье, детях». Автор книги в предисловии так объясняет её появление: «Эти беседы возникли как крик отчаяния при виде того, что творится с современной семьей. Откуда молодые люди черпают свои познания о семье и браке? Из созерцания своих вечно скандальных родителей и с голубого экрана. О том, что брак может быть вечным, что настоящая любовь и верность встречаются и сейчас, они могут только мечтать, ибо своими глазами этого не видят. Задача, которую я ставил себе, идя на лекции к одиннадцатиклассникам, была очень простой: свидетельствовать о том, что всё это реально есть, о том, что они смогут полюбить по-настоящему и их тоже могут полюбят. Но любовь – это, конечно, ТРУД...».

Несмотря на то, что беседы посвящены сложным проблемам современной семьи, написаны они просто, понятно, без нравоучений. Книга универсальна: она интересна и подросткам, которые ещё не задумываются о будущей семье, и молодым людям, стоящим перед важным и предрасным моментом своей жизни – вступлением в брак, и молодым (и не очень) родителям, т.к. вопросы воспитания детей также затрагиваются в книге.

Прочитав её, начинаешь лучше понимать разницу между обычной поверхностной взаимностью и истинной глубокой любовью. Автор очень доходчиво объясняет этапы развития отношений мужчины и женщины от знакомства, помощи, свадьбы до рождения и воспитания детей.



В книге 11 бесед, которые помогут вести разговор с молодёжью на темы:

- * Возможен ли брак по любви?
- * Первая любовь
- * Как вступить в брак?
- * Дети
- * Грехи против семьи
- * Сколько иметь детей?
- * Кто глава семьи?
- * Переходный возраст
- * Уклад семьи и т.д.

Приведём фрагменты первой беседы «Возможен ли брак по любви?». Илия Шугаев считает, что вступить в брак по любви – невозможно! Незнание этой истины является причиной всех разводов. Звучит несколько неприятно и страшно. То, на что надеется практически каждый молодой человек, оказывается невозможным. Чтобы понять это утверждение, автор предлагает разобратся в понятиях «любовь» и «влюблённость». Чем же отличается любовь от влюблённости?

Первой очень важной чертой любви Илия Шугаев называет вечность. «Всё, что не может быть вечным, не имеет права называться любовью», – говорит автор. Истинный брак должен быть вечным.

Второй важный признак любви параллелен второму признаку влюблённости. Если влюблённость влюбляется во что-то, то любовь любит ни за что. За что мы любим маму? За что мама любит своего ребёнка? Так вот при настоящей любви своего мужа или свою жену необходимо любить только за то, что он твой или она твоя.

Третьим признаком истинной любви – это готовность к самопожертвованию, или более кратко – жертвенность. **Истинная любовь немыслима без жертвенности.** А ведь жизнь, как правило, и состоит не из больших, а чаще всего мелких проявлений жертвенности. Если в семейной жизни вы не сможете проявлять жертвенность, вы не готовы к семейной жизни. Лишь та любовь является подлинно крепкой и неразрушимой, которая основана на жертвенном начале, то есть на стремлении человека отдавать, а не получать. Настоящая любовь готова принять человека со всеми сторонами его личности, с достоинствами и недостатками, она не стремится изменить, пере-



делать под себя своего избранника и подчинить его своей воле, а принимать его таким, какой он есть. Может быть, поэтому из-за неумения отдавать, браки сейчас распадаются на втором-третьем году совместной жизни.

Жизнь же состоит, как правило, из более мелких проявлений нашей жертвенности. Весь день отец семейства стоял у станка и думал только о том, как он придёт домой и расслабится перед экраном телевизора, наблюдая за футбольным финалом, где участвует его любимая команда. Он открывает дверь домой и...

– «Милый, сходи, пожалуйста, за хлебом, пока я жарю курицу, потом вынеси мусор, ведро уже переполнено, и возьми из садика Лешку». Все эти дела успеешь закончить только за пять минут до конца матча. Так вот: не возмутиться, не сорваться, а скрепя сердце, пропустить почти весь матч и сделать всё, что нужно для семьи, – это тоже самопожертвование. Из таких ежедневных «мелочей» и состоит семейная жизнь. По мнению Илии Шугаева любовь супругов – это единение двух людей, которое рождается в браке и выраживается в течение 10-15 лет совместной жизни! Вступить в брак по любви принципиально невозможно, ибо любовь рождается только в браке, только после вступления в брак, и проявляется во всей своей силе только после долгих лет...

Есть над чем поразмышлять. Прав ли автор? Вот тут на помощь и придут супруги, прожившие в браке долгие годы. И, как правило, многие из них согласны с утверждением Илии Шугаева. Мы бросаем в землю яблочное семечко и не приходим собирать урожай через месяц, а в течение нескольких лет удаживаем за деревом и только тогда ожидаем плоды. Плоды любви появляются тоже не сразу, ибо человеческая душа намного сложнее растения. Не всякое дерево доживает до своего плодородия, многие гибнут. Сейчас 60% семей распадаются, так и не принеся никаких плодов, кроме брошенных детей и искверканных душ.

Чему можно уподобить семью? Представим себе два камня



— острый, твердых. Пока они не соприкасаются друг с другом, то вроде всё хорошо, никто никого не задвигает, но пологи их в мешок и потряси сильно и долго. Возможно два варианта развития событий: либо камни обтесываются и уже не ранят друг друга, либо не хотят избавляться от своих острых углов, тогда мешок рвется и камни вылетают из него. Мешок — это семья. Либо сулруги через «мелкие» самопожертвования притираются, либо разлетаются в злобе друг на друга.

Интересны рассуждения Илии Шугаева о первой любви. Все мы не один раз слышали о том, что первая любовь не забывается и оставляет след на всю жизнь. Что же такое первая любовь? Что в ней удивительного и незабываемого? В данном случае надо сказать, что первая любовь бывает разная — от очень глубокого и чистого чувства до глупого и мимолетного увлечения. И в том, и в другом случае первая любовь действительнее не забывается и оставляет глубокий след. Вспомнив определение любви и влюбленности, надо, конечно же, уточнить, что первая любовь и влюбленность — это не любовь, а только первая серьезная влюбленность. Первое чувство рождающейся любви. Именно чувство любви, а не сама любовь, ибо сама любовь — это не чувство, а состояние двух душ. Влюбленность — это именно чувство.

Что же особенного в первой любви? Ответ очень прост: прежде всего, то, что это чувство первое. Всё, что совершается впервые, всегда оставляет глубокий след. Когда человек впервые серьезно влюбляется, то проходит через целый ряд открытий и потрясений, которые меняют его представления о жизни. Таких перемен в жизни будет немного. То, что было в первой любви, повторить, никогда не удастся.

Здесь открывается ещё одна очень важная истина. Первая любовь, как правило, быстро угасает. Чувства, которые ещё вчера потрясали человека, становятся привычными и нам кажется, что любовь уходит. Привыкание — вот что часто убивает первую любовь. Нам хочется, чтобы острота впечатлений осталась той же, но этого не получается. Чувства притупляются, а мы разочаровываемся. Влюбленность заканчивается в большинстве случаев именно так: разочарованием и расставанием. Недаром же само словосочетание «первая любовь» уже как-то печально указывает на то, что после первой обычно бывает вторая, потом третья и т.д. Может быть, в первой любви есть ещё какая-то глубокая тайна? Да, есть, и она заключается в том, что первое чувство бывает очень чистым и свет-

лым. Эту чистоту надо ценить, её тоже очень трудно повторить. Когда пьёшь из источника воду, то первый раз вода чистая и незамутненная. Но, встретившись родник, мы обязательно замутилим его, и, чтобы напиться чистой воды, второй раз нужно уже много терпения. Мы привыкли к мысли о том, что «любовь нечаянно нагрянет, когда её совсем не ждёшь». На самом деле, надо уметь хранить свои чувства, то есть охранять их от случайного волнения, которое может замутиль чистый источник нашей души. Большинство людей влюбляются легко и бездумно, легко теряя дар, который нам дан, — чистое и светлое чувство первой любви. Управлять своими чувствами сложно, но возможно. И легко предаться первому случайному увлечению крайне опасно. Для тех, кому удается сохранить свои чувства, первая любовь — это очень глубокое и серьезное чувство, которое может перерасти в истинную любовь в браке.

Книги, о которых идёт речь в данном пособии очень хорошо дополняют друг друга.





Поррус, Андрей (священник).
Книга о счастье / А. Поррус. – Москва : Никея, 2014. – 141 с.

Например, в книге психолога Андрея Порруса «Книга о счастье» есть глава «Счастье и любовь», которая очень точно и доходчиво объясняет состояние влюблённости.

Приведём кратко основные мысли автора, которые можно использовать в беседах с молодёжью.

Влюблённость – это замечательное время! Но мало у кого оно ассоциируется с трудным периодом испытаний: испытанием на прочность, на трезвость, на благоразумие и на самопознание, испытанием на открытость.... То есть это время очень сложное, хотя нам кажется, что мы просто летаем!

С точки зрения психофизиологии влюблённость – это, прежде всего, период необыкновенного энергетического подъёма: влюблённый может долго не спать, не есть, может совершать подвиги и при этом не уставать или устать, но быстро восстанавливается, погружаться в бурную деятельность: писать стихи, петь и т.д. Это очень креативный период. С медицинской точки зрения он характеризуется огромным выбросом гормонов в кровь. И в этом состоянии человек может быть неадекватен и совершить массу ошибок. Но это только одна сторона правды.

А другая сторона правды заключается в том, что это период необыкновенного открытия себя и своих огромных ресурсов, открытия в себе совершенно неожиданных сторон духовной и психической жизни, которые в ином состоянии могут никогда человеку не открыться. И ещё – это прорыв к другому человеку. Человек может быть очень замкнутым в себе, ориентированным на себя. Но во влюблённости он, может быть впервые, открывается кому-то так, как никогда больше никому не открывается. И для такого человека это может оказаться единственным шансом прорыва вовне. Человек способен в состоянии влюблённости достичь преобразования всей своей личности раз и навсегда.



Влюблённость – для того и дана, чтобы преодолеть себя, свои страхи и свои сомнения.

И очень жаль, когда заходит речь о любви, чаще подразумеваются именно состояния влюблённости. Но влюблённость – это кратковременное чувство. Оно длится максимум от четырех месяцев до трех лет. Почему? Да потому, что организм не может долго переживать столь бурные изменения: прилив энергии, гормональный взрыв и т.д.

И что же на том счастье заканчивается? Уверю вас, что многие люди убеждены в том, что именно так: закончился период влюблённости, и любовь ушла. Это распространённая и, увы! примитивная точка зрения, потому что к любви она не имеет отношения.

Ведь любовь – это не какое-то состояние, которое вдруг нашло на человека, как туча на небо, а потом ушло. Нет. **Любовь – это внутренняя жизнь, это деятельность, цепь чистых, внутренних мир, который человек строит по кирпичику, постепенно.** А влюблённость можно сравнить с периодом, когда закладывается фундамент и создаётся некий эскиз будущего здания любви. Потом он переделяется многократно, и это нормально. Переделяется до тех пор, пока мы через свой опыт не откроем, что любовь стоит на таких китах: знание, внимание, уважение, забота, ответственность.

Меньше всего во влюблённости хочется думать – особенно думать о каких-то задачах. Но, тем не менее, перед влюблёнными стоят важные духовные задачи. Во-первых, надо прожить влюблённость, именно прожить, не принимая решения о вступлении в отношения, о замужестве, о женитьбе, о разводе. Влюблённость не время для таких решений. Скольких трагедий удалось бы избежать, если бы мы это знали!

Любовь – это внутренняя жизнь, это деятельность, цепь чистых, внутренних мир, который человек строит по кирпичику, постепенно.

А вторая задача в этот период – как можно лучше узнать другого. Как можно лучше – то есть заглянуть за завесу идеализации, за маску. Ведь известно, что, влюбившись, мы видим в другом самое хорошее и избега-

емое худшее и избега-



ем или просто не можем увидеть плохое. Так устроен человек: при встрече с другим, он невольно надевает некие маски. В случае влюблённости – самую лучшую из них. А познание друг друга и уважение друг к другу уже на стадии влюблённости дают людям ощущение счастья. Но это, если можно так сказать, ответственное счастье: без потери головы, без опьянения страстями. Оно очень важно. Когда заканчивается период влюблённости, у них появляется естественная возможность посмотреть друг на друга более-менее трезвыми глазами и подумать: «А кто ты? Хочу я дальше с тобой развивать отношения или не хочу?».

Познание другого – это деятельность чрезвычайно радостная, если она совершается на основе влюблённости и ей сопутствуют уважение и ответственность. Ответственность за каждый свой шаг: ответственность за знакомство, за каждую встречу, за каждое слово, за доверенную свою правду, которую другому никому и сказать-то не хотел. И это тоже приносит огромное счастье влюблённым: ещё нет брака, нет близких отношений, но открытие и познание другого уже приносит радость.

В книге Андрея Лорруса можно найти рассуждения о неравных браках; таинстве венчания; о гражданском браке, о кризисах в семье. И о том, что Любовь всё превосходит! Любовь всем дорожит! Любовь всё создаёт к счастью, если мы её слышим.

В своей книге Андрей Лоррус не предлагает «рецептов счастья». Вместе с читателем он ставит вопросы, размышляет, делится своим опытом, ищет дорожку к счастью, помогает разгresti завалы мифологии, стереотипов и ложных представлений на этом пути. Сейчас есть множество книг о счастье, направленных на создание некой технологии – делай так и будет тебе счастье. Однако такая позиция лишает читателя выбора, не даёт построить свой личный жизненный путь. Именно поэтому нам очень важно, что отец Андрей, будучи профессором-нальным психологом и опытным священником, помогает читателям осознать именно собственный уникальный путь к тому, что принято называть счастьем. Очень важно донести молодёжи эти мудрые советы и рассуждения Андрея Лорруса.



Морозова, Елена Анатольевна.
Диалог о семье и браке / Е. А. Морозова. – Москва: Сибирская Благовонница, 2014. – 606, [1] с.

Книга написана опытным психологом, кандидатом психологических наук Морозовой Еленой Анатольевной, много лет посвятившей изучению проблем брака и семьи. Положительным моментом является то, что автор книги предлагает рассмотреть семью и брак в контексте двух взаимодополняющих друг друга аспектов: духовного и психологического.

Материал, используемый в книге, построен в виде вопросов и ответов.

Книга поможет вести диалог с молодёжью по таким вопросам сам:

- Влюблённость и её проявления.
- Первая любовь. Какие отличительные черты характерны для первой любви?
- Как проявляется истинная любовь?
- Что важно до брака?
- Для чего нужен брак?
- Как нужно готовить себя к семейной жизни; Чему необходимо научиться до встречи со своим избранником?
- Как понять, что именно этот человек является твоей судьбой?
- На что необходимо обратить внимание до принятия решения о браке?
- Что способствует благополучию отношений в браке? Три «кита семейной жизни».
- Таинство венчания и т.д.

Давайте остановимся на главе **«Как проявляется истинная любовь»**, которая дополнит рассуждения о любви и влюблённости, которые были приведены выше.

Суть истинной любви раскрыта апостолом Павлом в его зна-



МЕНИТОМ гимне, в 1-м послании к коринфянам: *Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине; всё покрывает, всему верит, всего надеется, всё переносит. Любовь никогда не перестает, хотя и пророчества прекратятся, и языки умолкнут, и знание упразднится... А теперь преобладают сии три: вера, надежда, любовь, но любовь из них больше.* (1 Кор. 13:4 – 8,13)

Больше к сказанному сложно что-то добавить, однако, можно выделить отдельные моменты и рассмотреть их более детально.

Что означают слова: «любовь долготерпит»?

Это означает: зрелая, истинная любовь всё перенесёт, всё преодолееет, любые трудности и невзгоды.

В сказках, легендах тема брака, любви тесно связана с темой испытаний, трудностей, которые приходится преодолевать супругам. И это типичный финал народных сказок: пройдя через смертельные опасности – «огонь, воду и медные трубы», преодолев и испулив свои ошибки, он и она обретают друг друга.

Как понять – «любовь милосердствует»?

Милосердствует – другими словами, всё прощает. И действенно, прощение – один из основных признаков истинной любви. Все мы разные, со своими особенностями характера, привычками, пристрастиями. И часто не всё нравится в супруге. Как хочется иногда начать перекраивать, перестраивать своего мужа или жену. Ведь, кажется, что вот ещё чуть-чуть и он (или она) всё поймёт и станет лучше себя вести, изменится. Однако если этого не происходит, как часто мы испытываем обиду, гнев: «Ведь я же для него (неё) так старалась (лся)». Но истинная любовь – это, прежде всего, принятие другого как самого себя и постоянное, ежедневное прощение.

Почему истинная любовь «не завидует, не превозносит-ся, не гордится, не бесчинствует»?

Потому что настоящая любовь пронизана заботой о другом человеке, которая есть проявление способности отдавать,



не связанной соображениями зависти, гордыни, выгоды, корысти.

Что означают слова: «любовь не ищет своего»?

В этом случае человек любит другого ни за что, в отличие от влюблённости, когда часто любят за что-то (силу, красоту, ум и т.д.). Истинная любовь – это любовь безусловная, несмотря на... боль, доставляемую зачастую близким человеком, несовершенство, недостатки, плохие привычки; любовь, несмотря на, казалось бы, полное отсутствие всякой логики; любовь без всяких отговорок и условий.

Как понять: «любовь всё покрывает»?

Это означает, что настоящей, истинной любви присуще уважение личности другого. Уважение – это признание права супруга или супруги на свой выбор, индивидуальный взгляд, даже если он кажется другому необоснованным и неверным.

А как часто мы поступаем иначе! Пытаемся переделать, перевоспитать, перековать супруга, занимаемся увещиваниями, уговорами, даём беспрерывные советы, тем самым постоянно нарушая свободу личности и её суверенитет. Что же в итоге? «Благие» побуждения, как правило, оканчиваются ссорой, конфликтом, и это вполне объяснимо: близкий человек не хочет «перевоспитываться», и начинает совершенно закономерно сопротивляться. Наверное, почаше нужно вспоминать слова, сказанные Амвросием Оптинским: «Познай себя, и хватит с тебя».

Что означают слова: «любовь всё переносит»?

Это значит, что настоящая любовь жертвенна. Жертвенность – это возможность отодвинуть свои интересы на задний план ради другого, даже тогда, когда они кажутся такими важными. Это возможность ради ближнего отказаться от чего-то ценного для себя.

Как понять: «любовь никогда не перестаёт»?

Это значит, что настоящая любовь переходит в вечность. Уходят из отношений страсть, влюблённость, привязанность, а истинная любовь не прекращается никогда.

И опять возникает вопрос, истинная любовь проявляется в браке сразу? Нет, конечно, не сразу после заключения брака,



а часто спустя много лет. Очень важно эти истины донести до молодёжи.

Вообще, создание семьи, это очень ответственный шаг, выбор супруга должен совершаться один раз на всю жизнь. Но в том-то и дело, что нет способа, который дал бы гарантию от ошибок. Но всё-таки для чего нам даются свидания, встречи, задушевные разговоры? Чтобы лучше узнать друг друга.

В главе «**Что важно до брака?**» Елена Морозова советует обратить внимание:

* Во-первых, на личностные качества, которые раскрываются в процессе узнавания друг друга: готовность к сотрудничеству и компромиссам, взаимодополняемость, терпимость, сдержанность, способность к самовоспитанию, уважение друг друга, тёплые отношения с родственниками, высокий уровень взаимопонимания. Если его нет, если каждый «тянет одеяло на себя», то это должно настораживать и наводить на размышления: а тот ли это человек, который мне нужен?

* Во-вторых, важно обратить внимание посредством доверительных бесед, когда хочется выслушать другого и раскрыться самому на жизненные планы, приоритеты, религию, отношение к деторождению, представления по поводу супружества.

* В-третьих, безынтересным будет узнать состояние здоровья будущих супругов.

* В-четвёртых, желательно обратиться внимание и на семейный уклад родителей жениха (невесты).

Что ещё укрепляет будущий брак? Если молодцы ещё до заключения брака будут воспринимать друг друга реально – со всеми своими достоинствами и недостатками.

Молодёжь часто задаёт вопрос: как понять, что именно этот человек является твоей судьбой?

Елена Морозова в своей книге отвечает молодым: на этот вопрос ответить однозначно сложно. Святые отцы говорят следующее:

– если вы осознаёте, что любимый человек рано или поздно утратит молодость, постареет, может заболеть и это вас не останавливает;

– если вы хотите видеть продолжение вашей любви в детях;



– если вас не смущают материальные и другие жизненные трудности;

– если вы готовы к возможной боли и страданию, которое волно или невольно может причинить вам близкий человек;

– если вас не раздражают самые неприятные привычки любимого, и вы готовы их терпеть и после свадьбы, – то скорее всего, это ваша судьба.

Заслуживает внимания глава «**Три кита семейной жизни**». Размышления автора в этой главе вызывают большой интерес у молодых супружеских пар и семейных пар со стажем.

Суть её заключается в следующем. Ещё до создания семьи нужно знать некоторые вещи, которые являются базовыми основаниями, «китами» семейной жизни. Если эти основания будут воплощены в дальнейшем в отношениях мужа и жены, есть большая доля вероятности, что, не смотря на трудности, невзгоды, семье удастся выстоять, сохранить свою целостность.

Что же является первым «китом» семейной жизни?

Первый «кит» семейной жизни – это «оставление» родителей. Это то, с чего начинается любая семья. В Священном Писании четко сказано: «Оставит человек отца своего и мать свою, и прилепится к жене своей...». Здесь заложено первое, базовое основание прочной семьи.

«Оставит» – это не значит забудет, уйдёт навсегда, нет, конечно. Духовный смысл «оставления» родителей заключается в построении другой системы отношений с родителями. Родители при этом не будут забыты. Просто они займут в семье молодых новое место. Для женатого человека на первом месте должна быть жена, а для замужней – муж, и только потом отец и мать. Проблемы возникают тогда, когда взрослый мужчина пытается уделять одинаковое внимание матери и жене. Изначально эта ситуация обречена на неуспех: жена чувствует, что она не первая, мать ревнует сына к жене – конфликтivity вырастают из ничего. Почему? Брак – это Таинство, в результате которого муж и жена становятся одним целым друг с другом, но не с родителями. Нередки ситуации, когда родители активно внедряются в жизнь молодых, желая «держатъ руку на пульсе»...



Что является вторым «китом» семейной жизни? Это традиционная семейная иерархия. Традиционная семейная иерархия представляет собой вертикаль: Бог – муж – жена – ребёнок.

Третий «китом» семейной жизни является преодоление эгоизма, изначально заложённого в нашей природе.

На страницах книги **«Диалоги о семье и браке»** автор ведёт разговор о душевных отношениях в браке, о телесных отношениях в браке, о семейных кризисах, об отношениях родителей и детей, о семейной целостности.



Чепмен, Гэри.

Любовь как образ жизни: семь качеств, которые улучшают отношения / Гэри Чепмен : пер. с англ. Т. Новиковой. – Москва : Эксмо, 2012. – 379 с.

Заслуживает внимания книга психолога Гэри Чепмена «Любовь как образ жизни: семь качеств, которые улучшают отношения». На протяжении 35 лет он занимался консультированием по вопросам семьи и брака. Почему Гэри Чепмен решил написать ещё одну книгу о любви, хотя об этом написаны тысячи статей и сотни книг? Большинство авторов пишет о том, как «получить любовь». А вот как научиться давать любовь по построению гармоничных отношений со всеми, с кем сталкивает нас жизнь.

Проведя очень большую работу, изучив много литературы и религиозные учения и обряды, используя собственный опыт он выделил семь черт характера, присущих любящим людям:

- * Доброта
- * Терпение
- * Прощение
- * Смирение
- * Вежливость
- * Щедрость
- * Честность

Это просто добрые намерения. Любовь – чувство многогранное. Она подобна бриллианту с множеством граней. Точно также и семь черт характера, собранные вместе, создают любящего человека. Каждая из них жизненно важна. Если в ваших отношениях будет чего-то недоставать, вы упустите нечто очень важное. И ещё, что очень важно – это привлекать, которые мы должны культивировать в себе, чтобы стать по-настоящему любящими людьми. Если вы нетерпеливы – учитесь терпению, если грубы и настырны – учитесь быть вежливыми со своими близкими и уступать. Если думаете только о себе – учитесь думать о других тоже. Тесты и задания помогут развить семь личных качеств, которые кардинально меняют жизнь. Автор считает, что в браке важны все черты характера по-



Доброта – это умение служить другим людям, даже если для этого придётся чем-то жертвовать.

настоящему любящего человека. Настоящая любовь проявляется через наши поступки. Поняв это, мы сможем использовать все свои способности, чтобы научиться любить по-настоящему.

Например, начнём с «Доброты». Что такое «доброта»? Доброта – это умение замечать других людей и понимать их потребности. Это умение ценить каждого человека. В книге есть тест, с помощью которого можно проверить себя, в какой мере вы обладаете этим качеством и советы, как развить в себе доброту. Добрые дела, будь они мелкими или значительными, отражают желание служить другим, а служение – это основная цель любящего человека. **Доброта – это умение служить другим людям, даже если для этого придётся чем-то жертвовать.**

Автор считает, что в браке важны все черты характера настоящего любящего человека, но если бы ему пришлось выбирать самое важное, то им стала бы доброта. Умение поставить интересы супруга выше собственных делает брак счастливым.

Не будем преувеличением сказать, что малые проявления доброты в повседневной жизни могут спасти любой брак. Доброта показывает, что мы ценим партнера. Мы признаём его потребности и готовы удовлетворять их прежде собственных. А для этого мы должны понимать, что для партнера означает быть любимым. Когда любовь становится образом жизни в браке, человек готовит еду, моет посуду, чистит ковры, выгуливает собаку, одевает детей – и делает всё это с хорошим настроением. Он может не признаваться в этом, но его вид и поступки говорят за него: «Мне приятно готовить тебе обеда», «Я рад выбросить мусор». Самое замечательное – то, что чем добрее мы относимся к человеку, тем больше он нам нравится!



А вот, что по поводу терпимости пишет автор книги. **Терпимость: умение позволить человеку быть несовершенным.**

Брак – это процесс постоянного роста и развития. Каждый из нас обладает чертами, которые не нравятся другим людям, а порой и причиняют им боль. Терпимость не исключает огорчения и расстройств, но терпимый человек просит партнера измениться. А если партнер всё же не меняется, то любящий супруг (или супруга) учится мириться с недостатками, а не бороться с ними с ожесточением. Мы надеемся на то, что партнер изменится, но наша любовь не зависит от этих перемен. Пример, «Мне бы хотелось, чтобы жена закрывала ящики шкафа после того, как достанет всё необходимое. Но за два года совместной жизни я понял, что у неё нет гена, отвечающего за нечто подобное. И я понял, что закрывать ящики придётся всю жизнь мне».

Умение прощать, тоже очень важное качество. В семейной жизни не должно быть места гордости. Никогда не нужно терять своё чувство оскорблённой гордости и скрупулёзно вычитывать, кто именно должен просить прощения. Истинно любящие всегда готовы и уступить, и извиниться.

Вежливость. Отсутствие вежливости в браке говорит о том, что супруги перестали друг друга ценить (благодарить друг друга за мелкие услуги). Что стоит открыть дверь для возвращающегося с работы супруга или подать жене стакан воды? Все это якобы мелочи, на которые в длительных отношениях и внимания-то обращать не следует. Но поскольку вежливость – это признание значимости другого человека и проявление дружбы, то вежливость по отношению к супругу – это демонстрация готовности укреплять от-

Терпимость: умение позволить человеку быть несовершенным.



ношения друг с другом. Это очень важно, поскольку ключ к счастливому браку – это не только любовь, но и дружба. Самые счастливые супруги – те, кто является не только любовниками и соседями, но ещё и друзьями. Если муж замечает, что жене приятно, когда он



открывает для неё дверцу машины, он будет это делать. Если же он видит, что она не обращает на это внимания, то вполне может так и не поступать. Часто приходится слышать, как вежливые супруги говорят друг другу комплименты в присутствии других людей, они благодарят друг друга за мелкие услуги. То, что им кажется обычной нормой вежливости, оказывает огромное влияние на их повседневную жизнь.

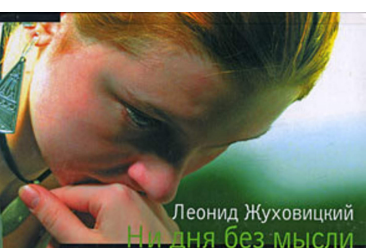
Смирение. **Смирение – это сердечное спокойствие, которое позволяет человеку пожертвовать собственными интересами, чтобы подчеркнуть значимость другого человека.** Если мы действительно ценим наших супругов, то больше всего хотим, чтобы они преуспели в жизни. Нам не кажется, что их успех как-то ущемляет наш собственный.

Одним словом, книга Гэри Чепмена поможет вести разговор с молодёжью на тему, как развить в себе такие качества, как доброта, терпимость, умение прощать, смирение, вежливость, честность, щедрость, которые необходимы в отношениях в семье. Если мы не обладаем этими качествами, наша эгоистическая натура может взять верх, когда эйфория влюблённости пройдет. Научившись любить по-настоящему, мы получаем возможность построить глубокие отношения, которые принесут удовлетворение гораздо больше, чем любая временная эйфория.

Автор книги уверен, что брак был придуман для того, чтобы мужья и жены получили возможность служить друг другу и проявлять свою любовь и в то же время развивать собственные интересы и навыки. Когда мы уверены в любви друг друга, мы можем служить другим людям, зная, что наш дом – наша крепость. Брак не должен делать людей несчастными. Брак – это институт любви, служения и великой радости. Брак может помочь вам стать любящим человеком, каким вы никогда не стали бы в иных обстоятельствах. Когда любовь становится образом жизни, брак исполняет своё высшее предназначение.



Смирение – это сердечное спокойствие, которое позволяет человеку пожертвовать собственными интересами, чтобы подчеркнуть значимость другого человека



Леонид Жуховицкий
Ни дня без мысли

ЦИТАТЫ
ПИСАТЕЛЯ
ЛЕОНИДА ЖУХОВИЦКОГО
ИЗ КНИГИ

«НИ ДНЯ БЕЗ МЫСЛИ»

«Мудрая бережность отнющенный едва ли не главное качество жены и вообще женщины».

«Когда люди любят друг друга, они не ссорятся, а спокойно выясняют причину недоразумения».

«Любящие в жизни словно цепью связаны. Тотлит одного – толнут оба. Решить наказать близкого человека – накажешь себя, его боль и в тебе отзовется. Поэтому не кидай камень в любимого – со всей силы, со всей злости, со всей мести попадешь в себя».

«Хочу быть счастливой с тобой» – это ещё не любовь. Любовь мыслит иначе: «Хочу, чтобы ты был счастливе».



«В разных странах любящих называют «армией двоих»: стпной к спине стпоит против всех тревог и напастей это маленкое непобедимое войско».

«Судьба помогает тем, кто помогает ей. Поэтому – помоги своей судьбе!».

«То такое любовь? Наверное, любовь – это когда рядом женщина, с которой не страшно стариться и не страшно болеть. А если и женщине рядом с тобой не что дать человеку больше не может даже Бог».



СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- 1. А есть ли вообще любовь?** : пастырские ответы : сборник / ред. – сост. Е. Сапаева, Л. Денева. – Москва : Слово и дело, 2013. – 109, [1] с.
- 2. Дружинин, Владимир Николаевич.** Психология семьи / Дружинин Владимир Николаевич ; В. Н. Дружинин. – 3-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – 176 с.
- 3. Жуховицкий, Леонид Аронович.** Ни дня без мысли / Л. А. Жуховицкий. - Москва : «В. А. Стрелцкий», 2009. – 477, [2] с.
- 4. Козлов, Николай Иванович.** Как относиться к себе и людям, или Практическая психология на каждый день / Козлов Николай Иванович ; Н. И. Козлов. – Издание четвертое, переработанное и дополненное. – Москва : АСТ-ПРЕСС, 2000. – 326 с.
- 5. Лортус, Андрей (священник).** Книга о счастье / А. Лортус. – Москва : Никея, 2014. – 141 с.
- 6. Морозова, Елена Анатольевна.** Диалоги о семье и браке / Е. А. Морозова. – Москва : Сибирская Благовонница, 2014. – 606, [1] с.
- 7. Настоящая любовь** : строительство семьи / сост. Д. Семеник. – 2-е изд. – Минск : Издательство Белорусского Экзархата Русской Православной Церкви, 2013. – 226, [1] с.
- 8. Первозванский Максим, (протоиерей).** Ты и я. Любовь и влюблённость. Христианский взгляд [Текст] / Первозванский Максим, (протоиерей), Колomeйцев Петр, священник ; протоиерей Максим Первозванский, священник и психолог Петр Колomeйцев. – 3-е изд. – Москва : Никея, 2017. – 157 с.
- 9. Семья : духовные и общественные проблемы** / сост. Е. Б. Рашковский. – Москва : Центр книги Рудомино, 2011. – 125, [1] с.



СОДЕРЖАНИЕ

От составителя	3
Шугаев, Илия (протоиерей).	
Один раз на всю жизнь	5
Лоргус, Андрей (священник).	
Книга о счастье	10
Морозова, Елена Анатольевна.	
Диалоги о семье и браке	13
Чепмен, Гэри.	
Любовь как образ жизни:	
семь качеств, которые улучшают отношения	19
Цитаты Леониды Жуховицкой	23
Список литературы	25

10. Снайдер, Д.
Практическая психология для подростков, или Как найти свое место в жизни / Д. Снайдер ; Д. Снайдер ; пер. с англ. С. Кастальского, Н. Рудницкой. – Москва : АСТ-Пресс, 1998. – 288 с.

11. Ты и я / сост. Л. Антипина. – Москва : Высшая школа, 1989. – 367 с. : ил. – (Библиотека молодой семьи. Т. 1).

12. Чепмен, Гэри.
Любовь как образ жизни : семь качеств, которые улучшают отношения / Гэри Чепмен ; пер. с англ. Т. Новиковой. – Москва : Эксмо, 2012. – 379 с.

13. Шугаев, Илия (протоиерей).
Один раз на всю жизнь : беседы со старшеклассниками о браке, семье, детях / И. Шугаев. – 6-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Московской Патриархии Русской Православной Церкви, 2013. – 204 с.



