

## Консультация для родителей: «Все начинается с любви»

Счастье - это состояние души!

Все в этой жизни начинается с любви. Любовь – это все! Сколько существует человечество, столько и пытаются люди определить рецепт счастья. Пожелание счастья – самое распространенное пожелание в праздник. Но многие ли из нас могут назвать себя счастливыми? Увы! Мы разучились радоваться жизни, мы разучились любить. В этом причина наших несчастий, неудач, неукладных. Чего вам больше всего не хватает в вашей жизни? Главный дефицит нашей жизни – любовь! Ее не хватает и мужчинам, и женщинам, взрослым и детям.

### **Информация к размышлению:**

« Наши здания выше, но терпение короче; мы тратим больше, но имеем меньше; мы покупаем больше вещей, но меньше ими наслаждаемся. Наши квартиры становятся большими, а семьи меньшими; у нас больше удобств, но меньше времени. Мы приумножили свою собственность, но уменьшили свои ценности. Мы говорим слишком много, а слушаем мало. Любим слишком редко, ненавидим слишком часто. Мы освоили внешний мир, но не познали - внутренний; мы очищаем воздух, но загрязняем душу. У нас выросли доходы, но упала нравственность; мы гонимся за количеством, но теряем качество. Наше время – это время большого количества развлечений, но меньших радостей; большого разнообразия пищи, но неполноценного питания. Наши дома выглядят красочно снаружи, но в них живут разбитые семьи». (Из книги Е.В. Бачевой «Мой путь к себе»)

Вы кричите, топаете ногами, раздражаетесь по любому поводу, а это значит, исчезла гармония души, ушли спокойствие, доброжелательность. Из вашей жизни ушла любовь. Научиться любить – разве такое возможно?

### **Возможно!!!**

Научиться выражать свою любовь под силу и мужчине, и женщине, и ребенку. Было бы желание. Как считает американский психолог Росс Кэмбелла, есть четыре способа выражения любви: глаза, физический контакт, слово и поступок.

«Глаза – зеркало души». Издавна у нас существует эта поговорка. Именно по глазам мы узнаем настроение человека, его самочувствие, интерес или его отсутствие.

Второй способ выражения любви – это физический контакт: поглаживания, объятия, поцелуи. Быть нежным и ласковым – это такое простое умение любить. Где еще нашим детям научиться нежности и заботе? Только в семье.

Слова, слова... наш язык так богат, что казалось бы, с третьим способом выражения любви проблем нет. А жизнь говорит: «Есть!» Как часто признаетесь вы в любви своим близким? А ведь им так хочется знать, почувствовать, что их любят, что ими гордятся, ими любят. Ребенок – тот же драгоценный сосуд, который ежедневно, ежечасно надо наполнять любовью. Если этого не делать, пустоту заполнять отрицательные эмоции: обида, злость, страх, недоверие. Живое то слово, дороже мертвой буквы!

Любовь доказывай делом. Поступок – еще один способ выражения любви. Что отдашь – то и получишь. Бумеранг нелюбви, брошенный во времени, обязательно вернется к тому, кто его бросил. Радовать близких, должно стать нормой поведения каждого человека. Любить умеет не тот, кто любит кричать о своей любви: у многих чувство выражается и словом и делом, у иного только делом, и, может быть тем сильнее, чем молчаливее (Н. Чернышевский).

Нельзя не сказать несколько слов о любви к себе. Любовь к себе – это вовсе не эгоизм. Любовь к себе – это ярко выраженное чувство собственного достоинства. Я люблю себя, и это значит, что я не могу нахамить, обидеть, сделать больно другому человеку. Любить себя – это не сидеть перед телевизором, а делать физические упражнения, читать, размышлять, медитировать. Любовь к себе гарантирует, что жизнь вы проживете счастливо: вы будите делать то, что именно вам предназначено на этой Земле. Любовь к себе – главная любовь на Земле. Именно она создает гармонию в вашей душе, ведет вас к успеху, дает вам состояться как личности, выстоять в любом несчастье.

Дети уважают только тех родителей, которые имеют чувство собственного достоинства, умеют любить и ценить себя. Человек не может любить другого, не любя себя, так как невозможно дать то, чего не имеешь, можно только сделать вид, что даешь. Тот, кто любит себя, мало болеет и долго живет. В православной религии любовь к себе начинается через любовь к БОГУ. «Возлюби ближнего своего, как самого себя», говорится в Библии. Но, если мы говорим о любви к себе, причем же здесь любовь к другому? И верно! Если есть любовь к другому, то есть любовь и к самому себе. Кто не любит себя, у того произойдет замена любви на что-нибудь другое, к примеру, на уныние и всевозможные «страстишки» - от карточной игры, бесконечных посиделок и выпивок до любовных похождений. А почему человеком принимается эта замена? Потому что она заглушает, компенсирует душевную боль. Поэтому любимому человеку и своему ребенку мы должны говорить об их исключительности и потрясающей ценности, за которую они могут себя любить.

«Высокие оценки надо давать любимому человеку и в большом, и в малом». (В.Т. Лобин. «трудное счастье совершенства»). Если вы сами не будите любить себя, то кто вас будет любить? Жалеть – да, будут, но любить – нет. Система ценностей зрелой личности: Я (он + она) – ПРОСТРАНСТВО

ЛЮБВИ – ДЕТИ – РОДИТЕЛИ – РАБОТА – УВЛЕЧЕНИЯ, ДРУЗЬЯ. Если у пары выстроена правильная система ценностей, то дети будут гармонизироваться в этих полях и их судьбы будут счастливыми. Но часто ДЕТИ и РАБОТА нарушают систему ценностей, выходят на первый план и мешают счастливой жизни. Зрелая личность – это уверенный в себе человек, который уходит от насилия над собой и над окружающими. Смысл жизни заключается в возвращении к себе, к своей сути, к своему Богу. Для этого нужно раскрыть в себе свободу, любовь, мудрость, радость, счастье и реализовать его в жизни. Жизнь человека – это реализация себя. Не должны быть смыслом жизни дети, работа, религия.

«Чтобы жить со смыслом, нужно любить саму жизнь, во всех ее проявлениях, принимая все то, что она преподносит. Нужно больше внимания уделять себе. Раскрыть в себе радость, успех, здоровье, любовь и проявить эти качества в жизни. Именно этот путь принесет наибольшую пользу и вам, и детям. Нельзя детям дать то, что не имеешь сам. Не надо сильно отвлекаться материальными вопросами. Главное раскрыть себя». (А. Некрасов.)

Любящий жизнь человек, ценит каждое мгновение, благодарит за простые радости жизни (за пищу, здоровье, любовь...)