

разумеющееся. Говорите о своих чувствах, не бойтесь перехвалить партнера. Искренняя похвала, как солнце для растения, вдохнет новую жизнь в ваши отношения. Потому что в каждом из нас живет внутренний ребенок, которому жизненно необходимо одобрение и принятие.

#### **7. Закон дарения**

Любить — означает дарить часть себя, без оплаты и оговорок. Если вы хотите получить любовь, вам нужно только дарить ее. И чем больше вы дарите, тем больше получаете. Любовь похожа на бумеранг, она всегда возвращается обратно. Может быть не всегда от того человека, которому вы ее дали, но она все равно к вам вернется. сторицей. При этом важно помнить, что запас любви у нас неограниченный. Мы не теряем ее, когда дарим. И единственный способ потерять любовь внутри нас — это не отдавать ее другим.

Одна из причин, почему люди редко испытывают любовь, — они ждут, когда их сначала полюбит кто-нибудь другой. Но это похоже на музыканта, который говорит: «Я буду играть музыку, только когда люди начнут танцевать». Или ждать от костра тепла, не положив туда дров. Настоящая любовь безоговорочна, она ничего не просит взамен. Она не терпит бартера. Тайная формула счастливых отношений на всю жизнь в том, чтобы всегда обращать внимание не на то, что вы можете взять, а на то, что вы можете дать

#### **8. Закон прикосновений**

Прикосновение — это одно из самых мощных проявлений любви, разрушающее барьеры и укрепляющее взаимоотношения. Прикоснуться к человеку — означает прикоснуться к его душе. Может быть поэтому, когда мы обижены на кого-то, говорим: «Не трогай меня!»

Почаще обнимайте любимого человека просто так, без сексуального мотива, держитесь за руки. Исследователи провели эксперимент в одной из клиник Лондона. Главный хирург обычно посещал каждого из своих пациентов вечером перед операцией, чтобы ответить на вопросы и объяснить общий характер операции. А во время эксперимента хирург держал за руку каждого пациента те несколько минут, которые он разговаривал с ним. Эти пациенты выздоравливали в три раза быстрее остальных. Когда мы заботливо прикасаемся к кому-то, изменяется и наша, и его физиология —

уменьшается уровень гормонов стресса, расслабляется нервная система, улучшается состояние иммунной системы, эмоциональное состояние. Существует мнение, если мы за день не обнимаем 7-8 людей, мы обречены на болезни. Прикосновение, как ничто другое, красноречиво говорит нам о проявлении любви.

#### **9. Закон свободы**

Если мы любим кого-то, нужно дать ему свободу. Свободным принимать собственные решения, свободным жить так, как он хочет, а не так, как хотим мы. Каждому из нас нужно наше личное пространство. Людям нужно быть свободными во взаимоотношениях, потому что иначе они чувствуют себя в ловушке. Если действительно любишь кого-то, нужно уважать его желания и потребности.

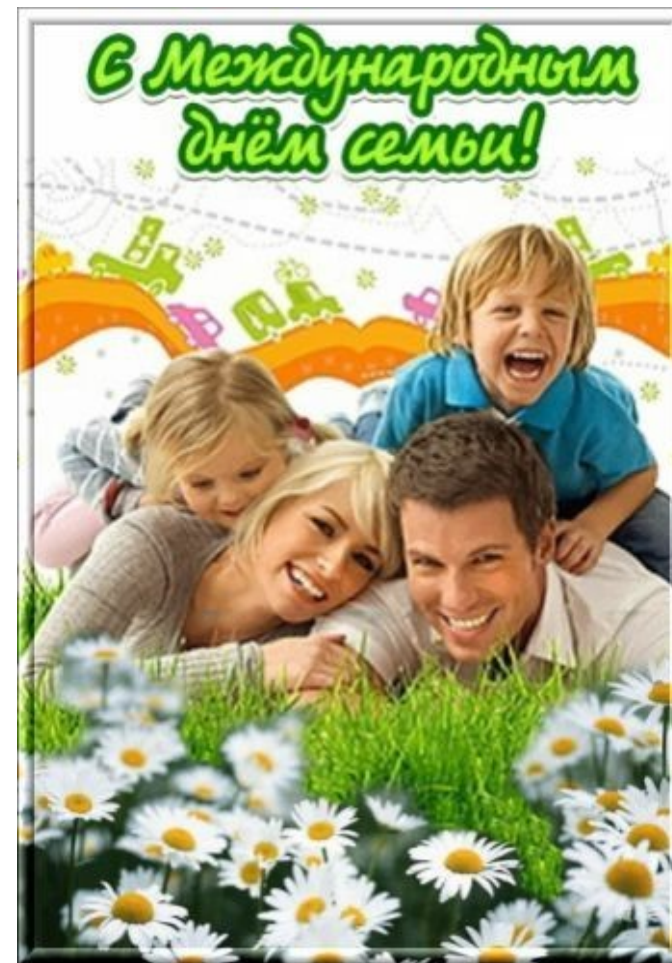
Не всегда легко отпустить на свободу того, кого любишь, но другого пути нет. Жизненная мудрость говорит нам: чем больше свободы мы даем другому, тем ближе он к нам.



ЯНАУЛЬСКАЯ ЦЕНТРАЛЬНАЯ РАЙОННАЯ БИБЛИОТЕКА  
Г.ЯНАУЛ, УЛ.ЛОМОНОСОВА, 16  
Т.5-57-91,  
ЭЛЕКТРОННЫЙ АДРЕС  
МУКCBS54@MAIL.RU  
VK.COM>CLUB 70100690  
OK.RU.GROUP/53716139639024  
ОТДЕЛ ПЕРИОДИЧЕСКИХ ИЗДАНИЙ  
5-10-99

Составитель: Хисамутдинова Д.Ф.

МАУК МКДЦ  
Янаульская центральная библиотека



Янаул, 2019

## 15 мая—Международный день семьи

Праздники - неизменные спутники народной жизни. Праздники для нас - это возможность доставить радость близким! И уж конечно, праздник - не календарное понятие, он происходит там, где его чувствуют, где его ждут. За последние годы в нашей жизни многое изменилось, но тяга людей к праздникам остается важным явлением любого человека.

Праздник Международный день семьи был учрежден Генеральной Ассамблеей ООН, а произошло это 20 сентября 1993 года. Международный день семьи был создан с целью привлечения внимания широкой общественности к проблемам семьи, которых сегодня существует большое количество.

### **Цитаты и высказывания великих людей о семье**

**Брак не может быть счастливым, если супруги до вступления в союз не узнали в совершенстве нравы, привычки и характеры друг друга. /О. Бальзак/**

**Лучшее, что отец может сделать для своих детей, - это любить их мать. /Т. Хесберг/**

**Брак следует за любовью, так же как дым за пламенем. /С. Шамфор/**

**Счастлив тот, кто счастлив у себя дома. /Л.Н. Толстой/**

Семья – это счастье, любовь и удача,  
Семья – это летом поездки на дачу.  
Семья – это праздник, семейные даты,  
Подарки, покупки, приятные траты.  
Рождение детей, первый шаг, первый лепет,  
Мечты о хорошем, волнение и трепет.  
Семья – это труд, друг о друге забота,  
Семья – это много домашней работы.  
Семья – это важно!  
Семья – это сложно!  
Но счастливо жить одному невозможно!  
Всегда будьте вместе, любовь берегите,  
Обиды и ссоры подальше гоните,  
Хочу, чтоб про нас говорили друзья:  
Какая хорошая Ваша семья!  
Любили тебя без особых причин  
Любили тебя без особых причин  
За то, что ты — внук,  
За то, что ты — сын,  
За то, что малыш,  
За то, что растёшь,  
За то, что на папу и маму похож.  
И эта любовь до конца твоих дней  
Останется тайной опорой твоей.

### **Законы счастливых отношений:**

#### **1. Закон подобия**

*Мы всегда притягиваем именно такого человека в свою жизнь, которым являемся по сути сами. Если вас не устраивает ваше окружение, загляните в свою душу. Если же вы считаете, что вам везет на людей, то это лишь потому, что вы сами таким являетесь. Поэтому если вы хотите привлечь в свою жизнь достойного человека, станьте таким человеком.*

#### **2. Закон причины и следствия**

*Что отдаем, то и получаем. Обращайтесь с партнером так, как вы хотели бы, чтобы он (-она) обращался с вами.*

#### **3. Закон любви**

*Все мы: и мужчины, и женщины, очень нуждаемся в любви. Любовь означает принятие, искренность, нежность, заботу, готовность отдавать и нести ответственность, надежность, бескорыстие,*

*щедрость. И чем больше мы проявляем эти качества, тем больше получаем взамен. Такие проявления как страх, ревность, зависимость, манипуляции, контроль, претензии, упреки, разрушают отношения и никакого отношения к любви не имеют.*

#### **4. Закон силы слова**

*Вы знаете, какую силу имеют слова. Словом можно исцелить, можно и убить. Следите за тем, что говорите. Ярлыки, оскорбления, упреки создают в душе раны, которые сложно залечить. Они имеют необратимое действие. Потому что в душе каждого человека живет ребенок, испытывающий страх быть отвергнутым. Бойтесь недооценить свою способность причинить ему боль. Используйте силу слова только для теплых слов, комплиментов, одобрения, поддержки.*

#### **5. Закон доверия**

*Доверие жизненно важно для истинно любовных отношений. Без него человек становится подозрительным, тревожным и полным опасений, а другой чувствует себя в эмоциональной ловушке, ему кажется, что ему не дают свободно дышать. Ревность — это страх одиночества, низкая самооценка и нелюбовь к себе. Доверие — это неотъемлемый элемент настоящей любви.*

#### **6. Закон искренности**

*Люди часто предполагают, что если любишь кого-то, то это уже все — впереди жизнь, полная счастья. Но на самом деле любовь не бывает неподвижной, она похожа на растение, которое либо растет и цветет, либо вянет и умирает. Все зависит от того, что мы с ним делаем. Искреннее общение похоже на воду, без него растение не может выжить. Говорите друг другу о своих желаниях, потребностях, своем отношении и чувствах. Давайте знать своему партнеру, что вы его любите и цените. Никогда не бойтесь сказать три волшебных слова: «Я люблю тебя». Не воспринимайте хорошее отношение к вам как само собой*

*е о своих чувствах, не бойтесь перехвалить партнера. Искренняя похвала, как солнце для рас-*