

## Как сделать проявление любви привычкой?

Часто мы раздражаемся на наших близких, на родителей, детей, супругов, когда они не выполняют наши просьбы. Убийственная привычка. Мы автоматически начинаем повышать голос, чтобы нас услышали.

А потом в нас накапливается это раздражение, и оно заставляет нас в следующий раз раздражаться ещё и ещё сильнее, до чувства отвращения к близким. И мы вынуждены бежать по этому замкнутому беличьему колесу, ощущая отношения с близкими всё более отталкивающими...

Чтобы не попадать в эту ловушку, важно осознавать одну вещь. Вокруг нас не глухие, они нас прекрасно слышат. Более того — они нас даже любят! И чтобы отношения с близкими приносили радость, а не раздражение, можно поступать иначе — заинтересовать собеседника своей просьбой, попросить ласково или беспомощно, показать, что без того, к кому обращаемся, ну никак не обойтись, что он нам важен и ... Короче, превратить просьбу в игру, в творчество...

– Но как же, – возразят некоторые, – то есть я должен изменить себе, играть, притворяться, уродовать себя ради кого-то? А как же моё право проявлять себя, свои эмоции, право быть собой?!

Дело в том, что мы считаем переход на крик – своим родным, исконным проявлением. Почему? Да потому что с детства видели, как это делали наши родители по отношению к нам, бабушка и дедушка по отношению к нашим родителям и т.д. Это самый примитивный способ реагирования.

Это воспитание и привычка, а привычка, как известно, становится вторым «я» человека, человек полностью отождествляет себя со своей привычкой. Но разве нельзя сделать своей привычкой – относиться осознанно ко всему происходящему, вовремя вспоминать, что это во мне говорит моя привычка, а не я сам? Разве нельзя сделать привычкой показывать свою любовь своим близким? И кто сказал, что привычки нельзя менять?

aave

Автор: Единый мир Интернет-газета © Babr24.com ОБЩЕСТВО, МИР 👁 3775 12.08.2013, 02:20 👍 567

URL: <https://babr24.com/?ADE=117466> Bytes: 1783 / 1783 Версия для печати Скачать PDF

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

*Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:*

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

*Связаться с редакцией Бабра:*

*[email protected]*

Автор текста: **Единый мир  
Интернет-газета.**

### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)

Эл.почта: [\[email protected\]](#)

### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [email protected]

## КОНТАКТЫ

---

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: @bur24\_link\_bot

эл.почта: [email protected]

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: @irk24\_link\_bot

эл.почта: [email protected]

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: @kras24\_link\_bot

эл.почта: [email protected]

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: @nsk24\_link\_bot

эл.почта: [email protected]

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: @tomsk24\_link\_bot

эл.почта: [email protected]

[Прислать свою новость](#)

## ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

---

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: @babrobot\_bot

эл.почта: [email protected]

## СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

---

эл.почта: [email protected]

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)