

Треугольник счастья-2. Удивило название статьи? Дело в том, что на блоге уже есть статья под названием «Треугольник Счастья». Треугольник Счастья-2 - логическое продолжение, сиквел. Недавно в социальной сети Фейсбук я создал страницу «Треугольник Счастья» и это название для фан-страницы я выбрал не случайно.

Счастье – это любовь

В «треугольнике счастья-1» по вершинам треугольника располагались «вера в себя», «вера в тебя» и «вера в другого». Я постоянно размышляю и углубляю собственное понимание феномена счастья, счастливой жизни.

В последнее время мы с женой пришли к удивительному открытию, человек рождается для счастья.

И самый главный компонент счастья – это любовь.

Маленький человечек появился на свет. И его здоровье, развитие, его жизнь зависит от того, насколько сильно его любят родители.

Мы растем, взрослеем. Меняется все. Одно остается постоянным – наша жажда, наша нужда быть любимыми и наша страсть любить.

Я сейчас говорю о любви не столько как о чувстве, сколько о любви, как действии.

Любовь как действие.

Любовь как чувство – очень сложное состояние души, включающее целую гамму эмоций, ощущений и желаний. Страх, ненависть, боль, упоение, страсть и многое другое – это все любовь, как чувство.

Треугольник счастья-2

Автор: Александр Молярук

Если в Вашей жизни есть «любовь как чувство, еще не значит, что Вы счастливы. Вы можете любя страдать и болеть такой любовью.

Любовь как действие – очень конкретна и включает такие простые и важные действия, как забота, внимание, похвала, поддержка, ласка, телесный контакт. Подробно об этих важных действиях я написал в своей книге «

[Усилитель](#)

[Настроения](#)

«, В

секрете № 12.

Если в Вашей жизни много «любви как действие» □ **Вы скорее всего очень счастливы.** Внутри Вас много любви, Вы окружены вниманием и заботой, Вы сами легко поддерживаете окружающих.

Треугольник Счастья-2



Треугольник Счастья. Вершины.

Вы наверное обратили внимание, что треугольник счастья равносторонний. Этим я хотел подчеркнуть равнозначность в жизни взрослого человека всех трех вершин – всех 3-х видов любви как действия. Охарактеризую все три типа любви по очереди.

Любовь к себе.

Любовь □ **к себе** как действие - вершина счастья в Вашей жизни. Хочешь быть счастливым? Начни с любви к себе. Вы не способны дать другому любви, если внутри пусто. Вы не сможете утолить жажду путника, если в Вашем сосуде нет воды, согласны? Вы будете в ненасытной жажде по заботе другого человека и Ваш

Треугольник счастья-2

Автор: Александр Молярук

Треугольник счастья превратится в

[Драматический Треугольник](#) .

Полярностью «любви к себе» является роль Жертвы.

Вопрос «**как полюбить себя**» может стать предметом моей [консультации](#) для Вас.

Любовь к тебе.

Любовь к тебе как действие – это умение попросить поддержку и внимание у близких. Для счастья недостаточно любить себя, нужна забота окружающих, их внимание, нежность и признание. Это опора в жизни. Это позиция достатка и изобилия.

Полярностью «любви к тебе» является роль Преследователя.

Любовь к другим.

Любовь к другим как действие – это желание помогать людям и поддерживать окружающих от избытка. Мы хотим быть любящими, мы хотим хвалить, заботиться и проявлять нежность. И мы можем это сделать, поскольку мы любим себя, нас любят другие. В нашей жизни так много любви, что мы готовы ею делиться.

Полярностью «любви к другим» является роль Спасателя.

Путь счастья – это путь любви как действия. Это присутствие всех вершин треугольника счастья.

Путь несчастья – это отсутствие любви или псевдолюбовь. Это присутствие всех вершин драматического треугольника.

Тест на счастье.

Треугольник счастья-2

Автор: Александр Молярук

Проведем небольшой тест на счастье?

Начнем из точки нуля – середины треугольника счастья.

Оцените поочередно по 12 бальной шкале (1 – отсутствие, 12 – абсолютное присутствие) наличие в вашей жизни любви как действия, степень Вашей удовлетворенности 3-мя видами любви как действия. По порядку. Как они изложены в статье. Будьте честны с собой.

Прямо сейчас запишите 3 числа: «любовь к себе», «любовь к тебе», «любовь к другим».

Например, кто мог бы записать: 8/5/9. А что Вы записали, напишите в комментариях.

Внимание... барабанная дробь... расшифровка результатов теста.

Вы поставили вершинам треугольника (степень наличия любви):

1 – 4 баллов. Печально, но Вы находитесь в одной из вершин, а может быть во всех трех вершинах Драматического Треугольника. Вы несчастный человек с сценарием жизни «Без радости» или «Без любви». По крайней мере Вам есть от чего оттолкнуться, на пути к своему счастью. У Вас депрессивная [жизненная позиция](#) «Я-плохой, Мир-плохой».

5-8 баллов. Вы в более выгодном положении, чем в первом случае. В вашей жизни иногда присутствует любовь как действие. Однако Вы периодически чувствуете себя несчастным человеком. То Вы собой недовольны, то другими, то жизнью. Скорее всего у Вас банальный жизненный сценарий. Вы зависли между двух стульев: полное счастье или абсолютное несчастье. Помните «счастье по внешней причине» – это про Вас. Пора выбирать? У Вас плавающая жизненная позиция, между «Я-хороший, Мир-плохой» и

Треугольник счастья-2

Автор: Александр Молярук

«Я-плохой, Мир-хороший».

9-12 баллов. Вы счастливый человек. Вы счастливы по внутренней причине. Помните «счастье без причины»? Это про Вас. Вы удачник, счастливчик. Вы в устойчивой жизненной позиции «Я-хороший, Мир-хороший».

Поделитесь в комментариях, результатами этого теста. Какие баллы у Вас? Что Вы поэтому поводу думаете и чувствуете? Какие рубежи роста для себя видите? В какой поддержке нуждаетесь?

Поделитесь счастьем!