



## OBSAH

1. Ako si udržať lásku po svadbe	7
2. Jazyk lásky č. 1: Slová uistenia	19
3. Jazyk lásky č. 2: Pozornosť	31
4. Jazyk lásky č. 3: Prijímanie darov	43
5. Jazyk č. 4: Skutky služby	55
6. Jazyk lásky č. 5: Fyzický dotyk	67
7. Objavte lásku, ktorá pretrvá	77

I. KAPITOLA

AKO SI UDRŽAŤ

*Lásku*

PO SVADBE



Prečo tak málo párov odhalilo tajomstvo vrúcnej lásky aj po svadbe? Prečo aj napriek tomu, že manželský pár navštevuje seminár o vzájomnej komunikácii a počúva úžasné rady o tom, ako zlepšiť komunikáciu, po návrate domov zisťuje, že navrhované a predvádzané komunikačné metódy vôbec nevedia uviesť do praxe?

Odpovede na spomínané otázky sú cieľom tejto knihy. Nie je to v tom, že doteraz napísané knihy a články sú neužitočné. Problém je, že sme prehliadli jednu

základnú pravdu: Ľudia hovoria rozdielnymi jazykmi lásky.

Väčšina z nás vyrastá a učí sa hovoriť jazykom našich rodičov a súrodencov, ktorý sa stáva naším primárnym alebo materinským jazykom. Neskôr sa môžeme naučiť hovoriť inými jazykmi, ale zvyčajne to vyžaduje oveľa viac úsilia. Tieto jazyky sa stávajú našimi sekundárnymi jazykmi. Jazykové rozdiely sú súčasťou a dedičstvom ľudskej kultúry.

V oblasti lásky je to podobné. Váš citový jazyk lásky a jazyk lásky vášho partnera sa môžu líšiť tak, ako sa líši čínština od angličtiny. Bez ohľadu na to,

ako urputne sa snažíte vyjadriť lásku po anglicky, ak váš partner rozumie len čínštine, nikdy sa nenaučíte jeden druhého milovať. Úprimnosť nestačí. Ak máme lásku prejaviteľ účinne, musíme byť ochotní naučiť sa hovoriť primárnym jazykom lásky nášho partnera.

Po tridsiatich rokoch praxe v oblasti manželského poradenstva som dospel k názoru, že v základe existuje päť jazykov lásky – päť spôsobov, ktorými ľudia prejavujú a prijímajú emocionálnu lásku. Rôznych dialektov je oveľa viac. Počet možností, ako vyjadriť lásku v rámci určitého jazyka lásky je obmedzený len