

## 10 طُرق تعبّر عن حبّك للشريك من دون كلام



«تُفيد الدراسات أنّ الرجل أقل استجابةً للكلمات الحبّ من المرأة، لذلك ابحثي عن طُرق ووسائل لتصل رسالة حبّك إلى الطرف الآخر، وذلك بأساليب بسيطة؛ لكنّها فعّالة.

تُظهر تصرّفات المرأة حبّها للرجل، وريّما لا تستطيع إخفاء مشاعرها، وتبدأ بالاهتمام بمظهرها العام، وتبرز جمالها، وتهتم بلباسها، وشكلها لكي تقوم بلفت نظره، وتركز في الأُمور والأنشطة التي يحبّها، والتي لم تكن تعيرها أي اهتمام من قبل، وقد تقوم بمدحه والثناء عليه أمام الآخرين.

وقد تصل المرأة بتصرّفاتّها إلى حدّ الشعور بالغيرة إن رأتها يجلس مع فتاة غيرها، ولا تريد لأي فتاة أن تقترب منه، وتظهر على ملامحها عدم الارتياح، لأنّها تشعر بأنّ هناك فتاة أُخرى يمكن أن تهدّد علاقتها به. وعلى الرغم من كلّ تلك التصرّفات لا يلتفت الرجل إليها، ولا إلى ما تفعله، ولا يعيرها أي اهتمام.

في دراسة أُجريت على عدد من البنات والأولاد في عمر ما بين 16 و20 سنة، وجد أنّ الأولاد أقل ملاحظة لعلامات الحبّ التي يظهرها الطرف الآخر. أمّا الأعمار من سن 20 إلى 30، فقد ترتفع نسبة ملاحظة الرجل للمرأة التي تحاول إيصال رسالة حبّ إليه بطريقة غير مباشرة، ومن دون كلام.

- لغة الحبّ التي يفهمها شريكك:

هناك لغة يفهمها الرجل بسرعة، فلا تحتاج المرأة إلى الكثير من الكلام، فكيف تُعبّر عن حبك لشريكك من دون كلام؟

إليك 10 طُرق ووسائل بسيطة ويسيرة، يستطيع كلُّ شريك القيام بها، ويمكنه من خلالها أن يشعر كلُّ طرف الآخر بحبّه، من دون أن يُعبّر عن ذلك بالكلام، فالأفعال دائماً ما تنقل المشاعر بدرجة أقوى من الأقوال، وهي أكثر وقعاً وتأثيراً وتبقى مدى أطول.

#### 1- تخصيص وقت لكما فقط:

مهما كنت مشغولاً، أو كان يومك مزحوماً بالأعمال والمهام المختلفة، فحاول أن تخصص وقتاً لشريكك خاصاً به وحده، سواء أكان ذلك في المنزل أم خارجه.

#### 2- الاستماع والتحدُّث:

اجلسا معاً كلما أمكن ذلك، لتحكي له ويخبرك هو أيضاً، بكلِّ ما تعرّضتما له خلال اليوم، وتتجادبا أطراف الحديث في كلِّ جوانب حياتكما، ويستمع كلُّ طرف للآخر باهتمام وإمعان، ولا تُشعريه بأنَّ حديثه فيه مَلَل أو تافه مهما كان كلامه.

#### 3- تقديم المساعدة:

وفّر لطرفك الآخر كلَّ متطلّباته وأشياءه التي يجد صعوبة في الحصول عليها، أو القيام بها، فهذا يعني له الكثير، هناك أشياء تقوم بها المرأة بسهولة وتصعب على الرجل، وكذلك هناك أعمال تسهل على الرجل، ويصعب على المرأة عملها، فمجرد تقديم المساعدة للطرف الآخر، إذا طلب منك أو لم يطلب، يعكس مدى اهتمامك به وحبك له.

#### 4- تقديم الهدايا:

إذا أردت ألا يُصيب الملل والروتين حياتكما أنت وشريكك، فاحرص دائماً على أن تقوم بعمل المفاجآت السعيدة والسارّة للطرف الآخر، وأسهل هذه الطُّرق تقديم الهدايا له من وقت إلى آخر، أو دعوته للعشاء خارج المنزل مثلاً.

#### 5- الدعم المعنوي:

كُن دائماً إلى جانب شريكك إذا تعرّض لأي مشكلة أو عقبة في حياته، كن أوّل مَنْ يساعده ويشعّره بأنّه ليس بمفرده، وأسهم في أن يتجاوز أي محنة أو مشكلة تعترض حياته في عمله أو مع أصدقائه، أو مرضه... إلخ.

#### 6- المودّة والرحمة:

إنَّ أساس الحياة السعيدة هو المودّة والرحمة، وإظهار التعاطف والحنان لشريكك في أصعب الظروف التي مرّ بها، وأن تقدر متاعبه وقلقه ومخاوفه، وأن تكون أوّل شخص يلجأ إليه حين يقع في مشكلة ما، ويطلب مساعدته ويربت على كتفه.

#### 7- الاحتواء:

أشعر طرفك الآخر بأنك تحتويه، وتحتضنه عاطفياً ومعنوياً، وأنتك بالنسبة إليه تُغنيه عن أي إنسان آخر، وأنتك في حاجة إليه، كما أنه في حاجة إليك.

#### 8- التقدير:

أساس أي سعادة في الحب هو التقدير في كل تعامل مع الطرف الآخر. يجب أن تقدّر جيداً الأمور التي يقوم بها من أجلك، فلا تُدَفِّيه أي شيء يقوم به، فالشيء التافه من وجهة نظرك ربما يكون عظيماً من وجهة نظر شريكك، فيجب أن تعطي كل جهد يقوم به شريكك من أجلك اهتماماً، لتضمن استمرار الحب بينكما.

#### 9- تقديم طعام لنصفك الآخر:

حاول أن تقوم بطهو الطعام خصيصاً له، فهذا شيء فطري بالنسبة إلى المرأة، حيث تحب أن تقوم بطهو الطعام لشريكها، وتشعر بالسعادة لذلك، وستكون أكثر سعادة إذا رأت شريكها يقف في المطبخ خصيصاً ليُعدّ الطعام من أجلها؛ ولكن هناك بعض الرجال يعتقدون أن هذا شيء يُنقص من رجولتهم. علماً بأن دراسة اجتماعية أثبتت أن طهو الرجل الطعام وتقديمه لشريكته، يشيع روح الحب والمودة بين الشريكين، ويزيد من فرص التواصل بينهما.

#### 10- التناقش في وجهات النظر:

إن تفهّم وجهه نظر الطرف الآخر هو مدخل لإقامة حوار ناجح، يمكن أن تمرّ بمشكلة ما، وتختلفا في طريقة حلّها، أو تقييم الخسائر التي سوف تخلفها؛ ولكن مهما كان الاختلاف بينكما في وجهات النظر، استمع لوجهه نظر الطرف الآخر، ولا تكن متعصياً لوجهه نظرك، فمن الاحترام والحب والود أن تبدي الاهتمام بوجهه نظر شريكك، وتطرح وجهه نظرك من دون أن تهمل وجهه نظره، وتضرب بها عرض الحائط، بل العكس. فالنقاش والاهتمام بوجهه نظر كل طرف، سوف يساعد على تقريب وجهات النظر، على أن يكون النقاش في إطار حدود الأدب والبُعد عن العصبية أو التناول. ►