ماذا تفعلين عِندما يقول لك "أنا لست مغرماً بك"؟

يمكنك البقاء على قيد الحياة من بعد سماع تلك الكلمات فظيعة…

بالنسبة لمعظمنا، العبارة اللعينة، "أنا أحبك، ولكنني لست مغرماً بك"، مدمرة. اذا قال لك شخص ما هذا الشيء، يمكن أن يؤدي ذلك إلى آلام وذكريات علاقة سابقة وأليمة. لذا، ماذا تفعلين؟ إليك ما يجب القيام به عندما لا يكون حبيبك مغرماً بك:

1. تغلبي على خوفك لسماع ما يحتاج إليه:

عندما نخاف، كل ما يمكن أن نفكر به هي الكوارث التي تنتظرنا في المستقبل. نحن ننجر وراء الحوادث على نحو متزايد، درامي، ومأساوي: "إنه لا يعتقد أنني جذابة، وعلى الارجح سوف يتركني وينفصل عني. سوف أبقى وحدي في الأيام المتبقية من حياتي…" هل يبدو هذا الشيء مألوفا؟

سيطري على نفسك. لا تنجرّي إلى هذا الطريق. بدلا من ذلك، اسألي نفسك، "ما الذي يحتاج إليه؟". قد يجوز له أن يقول لك انه يحتاج الى استعادة حبه للحياة. الكثير من الرجال يقولون أنهم لم يعودوا مغرمين بزوجاتهم، ولكن ما يحدث في الواقع هو أنهم لم يعودوا يحبون حياتهم. تحدثي معه حول ما يشعر به، وبالأخص عن الأشياء التي تثيره.

2. اصبحي امرأة أحلامه الجديدة:

عندما تفكرين بالأمر، البيولوجيا تميل إلى دفع الرجال نحو نساء أخريات. جميع النساء يصلن إلى مرحلة في حياتهن، عادة عند سن ال ٥٠، حيث لا يعدن بإمكانهن إنجاب الأولاد. في حين أن الرجال في نفس السن هم قادرون على إنجاب الأطفال. بالنسبة للنساء، ليست هناك ميزة إنجابية تحفزهن على ترك شركائهن للعثور على شخص أصغر سنا وأكثر جاذبية. للأسف، ليس هذا هو الحال بالنسبة للرجال.

بدلا من تجاهل هذا الواقع البيولوجي، اجعلي الأمر لمصلحتك. لا يجب عليك اتباع نظام غذائي والعودة الى الوزن الذي كنت عليه عندما كنت في العشرين من عمرك. وليس من الضروري أن تحولي جسمك ليبدو وكأنه جسم امرأة بالغة من العمر 25 عاما. ما يمكنك فعله هو أن

تهتمي بنفسك للتأكد من أنك تشعرين وتبدين جميلة في أي عمر. يمكنك إجراء تغييرات في شخصيتك أو مظهرك لتصبحي امرأة جديدة لك!