الزواج السعيد ممكن.. إن أردته!

الفرق بين الواقع والأساطير هو أن الزواج السعيد لا يظهر بأعجوبة. في العالم الحقيقي، يمكنك إنشاء زواج سعيد من خلال تعلم عدد قليل من مهارات التواصل الصحيحة – بما في ذلك التعاطف والمغفرة – وتطبيقها غالبا إلى شريك حياتك.

الفرق بين الزواج السعيد وغير السعيد هو أنه في العلاقة السعيدة، كل شريك يهتم لأمر الآخر.

دعونا نوضح ما نعنيه بذلك:

التعاطف:

التعاطف ليس التعلق العاطفي المرضي. انه وجهة نظر صحية لاحتياجاتك الخاصة بالإضافة إلى احتياجات شريك حياتك.

يجب أن تعرف الخطوات لتتلقى ما تريده وتحتاج إليه لممارسة التعاطف.

القبول:

القبول هو القدرة على حب الشخص لمن هو – كل الخصوصيات التي تجعل شريك حياتك فريد من نوعه – وليس حب الشخص الذي نريده أن يصبح.

كما أنه تقبل الإنسانية، مع العلم أنكما كائنين روحيين يختبران تجربة الإنسان. والزواج يمكن أن يؤدي إلى تحفيز جميع أجزائنا البشرية.

الاحترام:

الاحترام هو القدرة على رؤية الصفات الجيدة لشريك حياتك وتكريمها. لا أحد كامل، بل نحن جميعا أشخاص فريدة من نوعها.

العطف:

العطف يعني أنك تستمع، تفهم، وتهتم حقا بما يشعر به شريك حياتك، وهو يتعلم أن يفعل الشيء نفسه لك.

يمكنك إسقاط الجدران حول قلبك، التوقف عن حكم بعضكما البعض،

والترابط مع بعضكما من خلال القلب.

حب النفس:

حب النفس الصحيح هو القدرة على الاهتمام بنفسك، بغض النظر عن الظروف.

اعطي نفسك الاهتمام، المودة، التقدير، والقبول التي تحتاج إليها. ثم يمكنك مشاركة كل هذا الحب مع شريك حياتك.

هل يمكن أن يكون الزواج سعيدا؟ فقط إذا حاولت تحقيق ذلك!