كيف تغذي الحب في العلاقة العاطفية؟

يُعتبر الحب أول عامل تُبنَى عليه العلاقة العاطفية الناجحة، فبغياب الحب في العلاق ستصبح علاقة مصلحة ولن تكون ناجحة مطلقًا.

كما يعد الحب أساس بناء الزواج الناجح والحياة الأسرية، فما هو الحب فعليًا؟

الحب هو مجموعة من المشاعر والعواطف، شعور بالانجذاب والإعجاب تجاه شخص ما، كيمياء متبادلة بين إثنين. ويعرف أن الجسم يفرز هرمون الأوكسيتوسين، الذي يعرف بإسم هرمون المحبين، أثناء لقاء الحبيبين. ويوجد أسماء كثيرة للحب ومنها الهوى والصبوة والوجد والشغف والشوق والغرام والهيام.

ومثل أي كائن حي، يمكن للحب أن يموت ان لم يحظ بالرعاية المثالية ولم يتوفر له بيئة جيدة تساعده على النمو والحياة والإستمرار. ومن اجل أن تبني علاقة ناجحة مع الشريك يجب أن تبدأ هذه العلاقة بالإحترام المتبادل، الذي يعد بيئة مثالية لتوليد الحب ويكبر بين الطرفين.

يكون الإحترام ظاهرًا بين الشريكين من خلال طرية الحوال والتواصل الذي يدور بينهما والتصرفات بينهما، فمن الضروري احترام الشريك في كافة الاوقات واحترام رأيه وجعله كبيرًا ومهمًا في نظره وفي المجتمع.

كما يعد الشغف بين الحبيبين، عامل أساسي لنمو وازدهار الحب، فتدل مشاعر الشغف واللهفة على مدى اشتياق الشريكين لبعضهما ومدى رغبتهما بالتواجد سويًا وشدة الرغبة باللقاء. فكلما زاد الشغف فهو دليل قاطع على عمق الحب في العلاقة.