

# 7 مراحل نمر بها عندما نقع في الحب

الوقوع في الحب عملية على طول عدة مراحل. ومع ذلك، مثل الكثير من العناصر الأخرى في الكون التي كانت تبدو عشوائية وغامضة، فقد أعطانا العلم مؤخرا قدرا كبيرا من التبصر في عملية الوقوع في الحب.

إليك المراحل التي من المحتمل أن تواجهها عندما تقع في الحب:

1. البداية: البداية هي اللحظة التي يبدأ فيها شخص ما في أخذ معنى جديد في حياتك. قد يكون شخص تعرفه منذ سنوات أو شخص قابلته قبل ساعات. في كلتا الحالتين، تبدأ في التركيز بالاهتمام على هذا الشخص.
2. التفكير المتسلل: تحدث الخطوة التالية عندما تبدأ أفكار حبيبك بالتدخل في عقلك. أنت تعيد مقتطفات من محادثات جرت معه، تتذكر بالضبط ما كان يرتدي في تلك الليلة المميزة، أو تفكر بابتسامته الجميلة.
3. التبلور: في هذه المرحلة، تبدأ في تطوير صورة واضحة ليس فقط عن نقاط القوة التي يتمتع بها حبيبك، ولكن أيضا عن نقاط ضعفه وأخطائه.
4. الحنين، الأمل، وعدم اليقين: عندما يصبح لديك صورة واضحة عن حقيقة حبيبك، إنك تشعر برغبة شديدة في الماضي قدما في علاقة. قلق الانفصال والتصميم على التغلب على أي عقبات للوصول إلى حبيبك هو جزء من هذه المرحلة.
5. الهوس الخفيف: هذا هو الاندفاع من الطاقة الذي يجعلك تشعر وكأنك في حاجة إلى القليل من الطعام أو النوم فقط. ولكن، قد تميل أيضا لاختبار مثل هذه ردود الفعل العصبية: الخجل، الارتجاف، الاحراج الجسدي، التأتأة، التعرق، ونبضات قلب سريعة.
6. الغيرة والدوافع المكثفة: الغيرة غير العقلانية تهدف إلى تحذير الشركاء المحتملين الآخرين من الاقتراب من حبيبك. فهذا التصرف هو شائع. الخوف من الرفض والشعور الساحق من الشوق أيضا يميل إلى الظهور في هذا الوقت.
7. العجز: قد تشعر في البداية باليأس، ولكن عندما يبدأ الهوس في الزوال، قد تتساءل لماذا تصرفت هكذا بطريقة غير عقلانية.

في هذه المرحلة، قد لا تزال ترغب في إنشاء علاقة، ولكن عليك أن تبدأ في اقناع نفسك أن القدر سوف يأخذ مجراه.