

## حقا المريخ والزهرة

مقدمة:

تخيل أن الرجال من كوكب المريخ وأن النساء من كوكب الزهرة وأنه في أحد الأيام في الماضي البعيد ، كان أهل المريخ ينظرون خلال التلسكوب فاكتشفوا أهل الزهرة ووقعوا في حبهن وسرعان ما اخترعوا سفن فضائية وطاروا بها الى كوكب الزهرة ورحب بهم أهل الزهرة وتفتحت لهم قلوبهن وأحسوا بالبهجة لأنهم أصبحوا يعيشون معا ويقومون بعمل كل شيء معا ورغم أنهم من عالمين مختلفين فقد وجدوا متعة بالغة في اختلافاتهم ، عاشوا معا سويا في حب وانسجام ثم قرروا أن يطيروا الى كوكب الأرض ، في البداية كان كل شيء رائعا وجميلا ولكن جو الأرض قد أثر عليهم ، وفي صبيحة أحد الأيام استيقظوا جميعا وهم يشعرون بنوع غريب من فقدان الذاكرة ، فقد نسي أهل المريخ والزهرة انهم قد جاءوا من كوكبين مختلفين وأنهم من المفروض أن يكونوا مختلفين ومنذ ذلك اليوم الرجال والنساء في صراع مستمر .

أكبر الاختلافات بين الرجال والنساء:

أهل المريخ أكبر اخطائهم يقاطعون دائما بتقديم حلول، وهم بحاجة الى تعلم أهمية الاصغاء للمرأة، أما أهل الزهرة أكبر أخطائهم يقدمون نصائحهم المفيدة بدون طلب من أحد وهم بحاجة الى تعلم كيف يتوقفن عن محاولة تغيير الرجل.

إحساس الرجل بذاته يتحدد من خلال قدرته على تحقيق النتائج بينما إحساس المرأة بذاتها يتحدد من خلال مشاعرها وجودة علاقاتها.

المرأة تعتبر تقديم العون والمساعدة الى الاخرين بدون طلب منهم علاقة كبيرة على الحب ولكن هذا ربما يشعر الرجل يشعر بالإساءة والإهانة، لان المرأة عندما تقدم له النصيحة يشعر أنها لا تثق في قدرته على معالجة الأمور بنفسه.

حتى يشعروا اهل المريخ بمشاعر أفضل يذهبوا الى كهوفهم، فعندما يحتاج الرجل الى التفكير في مشكلة ما وإيجاد حل عملي لها، او عندما يغضب او يشعر بالضغط يحتاج أن يكون بمفرده حتى يهدأ ويستعيد السيطرة على اعصابه.

فيجب على النساء ان تحترم الرجل وتفهم انه بحاجة الى العزلة والانسحاب في بعض الأحيان من اجل التغلب على الضغوط، ومن ثم لم يعد الكهف لغزا محيرا او سببا للقلق والازعاج.

بالنسبة للنساء حتى يشعرن بمشاعر أفضل يجتمع اهل الزهرة لمناقشة المشكلات بصراحة عندما تشعر المرأة بالضغط تشعر بانها بحاجة الى التحدث عن مشاعرها، وعن كل المشكلات المحتملة المرتبطة بهذه المشاعر وهي لا تهتم على الفور بالبحث عن حلول لمشكلاتها ولكنها تتراح من خلال التعبير عن ذاتها وفهم الرجل لها، ومن خلال الحديث عن مشكلاتها تصبح اقل ضيقا وانزعاجا، ولكن عندما تتحدث النساء عن مشكلاتهن، فعادة ما يبدي الرجال المقاومة.

ان الرجل يفترض انها تتحدث معه عن مشكلاتها لأنها تحمله المسؤولية عنها وكلما كثرت المشكلات، ازداد شعوره بانها هو المولوم، غير انه لا يدرك انها تتحدث فقط حتى تشعر بمشاعر أفضل، وهو لا يعرف انها سوف تقدر له مجرد استماعه لها.

المرأة تحتاج الى الاهتمام بينما الرجل يحتاج الى الثقة فعندما يظهر الرجل اهتمامه بمشاعر المرأة وقلقه العميق على سلامتها تشعر بحبه ورعايته لها وعندما يشعرها بأنها كيان خاص في حياته ينجح في إرضاء اول حاجة أساسية لها وبصورة طبيعية تبدأ في الثقة به بشكل أكبر.

المرأة تحتاج الى ان يفهمها الرجل أما الرجل يحتاج ان تتقبله المرأة وكلما تم اشباع حاجة المرأة الى ان يسمعها الرجل ويفهمها بشكل أكبر أصبح عليها من الاسهل ان تمنحه ما يحتاجه من قبلها له.

المرأة تحتاج الى الاحترام، أما الرجل يحتاج الى التقدير.

المرأة تحتاج الى الإخلاص أما الرجل بحاجة الى الاعجاب وان تنتظر اليه باستحسان وابتهاج.

المرأة تحتاج الى اعترافه بها والرجل يحتاج الى استحسانها له، إن موقف الاستحسان معناه أن تعترف المرأة بالأسباب الوجيهة وراء ما يفعله الرجل. وعندما ينال الرجل ما يحتاجه من استحسان المرأة له، يصبح من الأسهل عليه أن يتقبل مشاعرها ويصادق عليها.

المرأة تحتاج الى الطمأنينة والاستقرار بينما الرجل يحتاج الى التشجيع. يشعر الرجال بالابتعاد من وقت لآخر بشكل غريزي والاخلاء بأنفسهم ولا يكون ذلك قرار او اختيار ولكنه يحدث فحسب، كما انه لا يكون خطأه او خطأها فهو دورة طبيعية، فيجب على المرأة ان تتفهم شعوره ولا تطارده ولا تعاقبه على الابتعاد، فعندما يرجع اليها يجب ان تصارحه وتشاطره مشاعرها وترحب به وهو أيضا يجب أن يطمئنها ويحتويها.

الرجال في علاقاتهم يبتعدون في بعض الأحيان ثم يقتربون بعد ذلك، أما النساء فتتذبذب قدرتهن على حب أنفسهن وعلى حب الآخرين بين ارتفاع وانخفاض.

فعندما تشعر المرأة بحب الرجل لها، يرتفع تقديرها لذاتها وينخفض في حركة موجية، فعندما تشعر بانها راضيه عن نفسها ترتفع الموجه الى القمة، ولكن بعد ذلك ربما تتغير حالتها المزاجية فجأة فتتكسر تلك الموجه وتتحطم

ولكن هذا التحطم يكون وقتيا، فبعد ان تصل الموجه الى القاع سوف تتحسن حالتها النفسية فجأة وتعاودها مشاعر الرضا عن الذات مره أخرى وبصورة تلقائية تبدأ موجتها في الارتفاع مره ثانية.

ان ما تحتاجه المرأة هو ان يكون الرجل بجوارها وهي في طريقها الى الهبوط، وان يستمع اليها عندما تشاطره مشاعرها وحتى إذا لم يكن الرجل قادرا على فهمها تماما فانه يستطيع في كل مره ان يتحسن في مسانده لها، بأن يقدم لها حبه وصبره وتفهمه لها.

طرق اسعاد المرأة:

1. فاجئها بباقة من الزهور
2. في وجود الآخرين انتبه لها أكثر من انتباهك لهم
3. اذهب الى النوم في نفس الوقت.
4. أخبرها كيف أنك تفقدها كثيرا وانت بعيد عنها.
5. اسألها عن مشاعرها
6. ادعها أحيانا للخروج للتنزه وخطط للأمر قبل أيام من تنفيذه.

طرق اسعاد الرجل:

1. لا تعطيه تعليمات او نصيحة لم يطلبها منك.
2. أظهر له اعجابك الشديد بذكائه وفطنته.
3. أظهر استمتاعك واعجابك بسيارته
4. بدلا من التشاجر معه، خذي بعض الوقت للتفكير في الأمور مليا
5. عندما يدخل الى كهفه، لا تجعله يشعر بالذنب.
6. اضحكي على النكات التي يلقيها.

كما أن التواصل هو أهم عنصر يمكن أن يدعم العلاقة بين الرجل والمرأة، فإن الجدل يمكن أن يكون أكثر العناصر التي تهدمها.

ان الخلافات والنزاعات التي تحدث بين الرجال والنساء لا تجرح المشاعر بقدر ما تجرحها الطرق التي نتعامل بها مع هذه الخلافات. والمفروض الا تكون المجادلات جارحة ومؤلمة للمشاعر، ولكن بدلا من ذلك، أن تكون ببساطة حديثا جذابا يعبر عما بيننا من اختلافات وفوارق.

الطرق الأربع لكي تتجنب جرح المشاعر

1. الهجوم.

2. الهروب.

3. التظاهر بأنه لا توجد مشكلة.
4. الخضوع وتحمل المسؤولية كلها على الرغم من ان الطرف الاخر هو المخطئ.

يصبح الرجل اكثر ميلا للجدال والشجار عندما يرتكب خطأ ما، او عندما يغضب المرأة التي يحبها. تبدأ المرأة الجدال والشجار بدون ان تشعر بان تنقل للرجل مشاعرها بطريقه غير مباشره. أفضل طريقة تساعد بها المرأة الرجل على التغير والنضج هي أن تتوقف عن محاولة تغييره بأي طريقة. إذا لم تطلب المرأة المساندة من الرجل، فسيفترض انه يساندها بالشكل الكافي. خمس نصائح لتوجيه الطلب للرجل:

- 1 التوقيت مسالة حاسمة
- 2- استخدمي لهجة غير أمره.
- 3- كوني مختصرة.
- 4- كوني مباشرة.
- 5- استخدمي الصياغة الصحيحة.

• تدوين المشاعر وسيلة أساسية للتعامل معها: فبدلا من ان تعبر عن مشاعرك للطرف الاخر بالكلمات، اكتب له خطابا. ان كتابة الخطابات الى الطرف الاخر بهذه الطريقة تتيح لك ان تصغي الى مشاعرك الخاصة بدون ان تقلق من جرح مشاعر الطرف الاخر. ومن خلال التعبير عن مشاعرك بحرية والاصغاء اليها، تصبح بشكل تلقائي أكثر اتزانا وحبا ولا داعي بعد ذلك لان تطلع الطرف الاخر على هذا الخطاب وعندما تشعر بالدفء والألفة، يمكنك ان تركز على إيجاد حل للمشكلة بدون الحديث عنها كثيرا.

• الحب شعور موسمي فالعلاقة بين الزوجين تشبه الحديقة. ولكي تزدهر هذه الحديقة يجب ان تروي بانتظام وان نوليها اهتماما خاصا مع الوضع في الاعتبار فصول السنة وكذلك أي أحوال جوية لا يمكن التنبؤ بها، كما يجب باستمرار ان ننثر فيها بذورا جديدة، وان نقلع منها الحشائش الضارة. وبنفس الطريقة ن حتى يظل سحر الحب مفعما بالحياة، يجب علينا ان نفهم فصوله ومواسمه، ونرعى حاجات الحب الخاصة.