لغة الحب

براهين الحب وعلاماته

١. الإخلاص.

- وهي علامة حب العباد لله ﷻ، ولهذا لا يقبل الله ﷻ عملاً ليس خالصًا له، فهو سبحانه أغنى الشركاء عن الشرك.

- والزوج المخلص هو الذي يقصر نظره وقلبه على حب زوجه، فلا ينظر إلى ما حرم الله، بل يرضى بما قسم له، وهذا أدعى لبقاء الحب، وزيادة المودة.

إذا كانَ لي فيمنْ أحبُّ مُشارِكٌ تَركْتُ الهوَى قَهرًا وعشتُ وَحيدا

- ومن إخلاص المحبة الوفاء مع الزوج، وحفظه في غيبته، وإفراده بالمحبة.

كَذبَ المدَّعي هوَى اثنينِ حتمًا مثلُ ما في الأصُولِ أكذبُ ماني

ليسَ في القلبِ موضعٌ لحبيبينِ وَلا أَحدثُ الأمورِ بِثاني

٢. الطاعة.

- وتكون في حق الزوج على زوجته أوضح وأجلى، فطاعة المحبوب والنزول عند رغباته عنوان محبته، والانقياد لأوامره دليل على صدق مودته.

تعصي الإلهَ وأنتَ تُظهرُ حُبَّه هذا محالٌ في القياسِ بَديعُ
لو كانَ حبُّك صادقًا لأَطعتَه إنَّ المحبَّ لمنْ يحبُّ مُطيعُ
في كلِّ يومٍ يبتديكَ بنعمَةٍ مِنْه وأنتَ لشكرِ ذاكَ مُضيعُ

ليست الطاعة إلا فيما يرضي الله ﷻ.

٣. كثرة ذكر المحبوب.

ومن أحب شيئًا أكثر من ذكره، كما يقول ابن القيم، فإدامة ذكر المحبوب واللهج باسمه أو كنيته من دلائل المحبة، والمحب يذكر حبيبه حتى في أحلك المواقف، وقد كان رسول الله ﷺ كثيرًا ما يذكر زوجه خديجة، حتى غارت منها عائشة رضي الله عنها.

يقول عنترة:

وَلَقَد ذَكَرتُكِ والرِّماحُ نَواهِلٌ مِنّي وبيضُ الهندِ تَقطُرُ من دَمي
فَوَدَدتُ تَقبيلَ السُيوفِ لأَنَّها لَمعَت كَبارِقِ ثَغرِكِ المُتَبَسِّمِ

ويقول غيره:

ذكَرْتُكِ وَالخطِيُّ يَخْطِرُ بَيْنَنَا وَقَدْ نَهِلَتْ مِنّي المُثَقَفَةُ السُّمْرُ

وتقول الخنساء:

يُذكِّرُني طُلوعُ الشَّمسِ صَخرًا وأذكـرُه لكُـلِّ غُـرُوبِ شَمْسِ
وَلَـولا كثـرةُ البـاكِينَ حولِي عَلَـى إخْوانِهم لقتلتُ نفسِي

وأقول:

أُسائِلُ الْقلْبَ عنْها وَهيَ حاضِرةٌ وإنْ تغبْ لم يُغادرْ ذكرُها شَفتِي

ويقول آخر:

واللهِ ما طلعتْ شَمسٌ ولا غربتْ إلا وحُبُّك مَقْرونٌ بأنْفاسِي
وَلا خَلوتُ إلَى قَومٍ أُحدّثُهمْ إلا وَأنْت حَديثي بَينَ جُلّاسِي
وَلا ذكَرتُكَ محزونًا ولا فَرِحًا إلّا وأنْت بقلبي بينَ وُسواسِي
ولا هممتُ بشربِ الماءِ من عطشٍ إلّا رَأيْتُ خيالًا منْك فِي الكاسِ
مالِي وللنّاسِ كمْ يلحونَنِي سَفهًا ديني لنفسِي ودِينُ النّاسِ للنّاسِ

حب ديار المحبوب، ومكان اللقاء الأول، وذكريات مجالسته، ومواضع تلك المجالسة.

أمـرُّ عَلَـى الدِّيـارِ ديارِ لَيْلَـى أُقبِّـلُ ذا الـجِدارَ وذا الجِدارا
وما حـب الدِّيارِ شَـغفْنَ قَلبِي ولكنْ حبُّ مـنْ سَـكنَ الدِّيارا

ولـذا يذكـر المحبون يـوم اللقاء، وموضـع اللقاء كثـيرًا على ألسنتهم.

أَطيبُ الوَقتِ كانَ يَومَ التقَينا أَقدسُ الأرضِ حيثُ كانَ اللِّقاءُ

ومـن علامات الحب أيضًا حب من يحـب المحبوب، وأصدقائه، ومـا يذكِّـره به من أقـارب وجيران، وقـد كان رسـول الهدى ﷺ وهو أصدق الناس حبًّا لأهله يكرم صديقات خديجة، حتى بعد وفاتها ﷺ.

يقول أحدهم:

فَيـا ساكِني أَكنـافِ طِيبةَ كلُّكُمْ حَبِيـبٌ إلَى قَلْبِي لأَجلِ حَبيبِي

ويقول آخر:

أُحِبُّ بنِـي العَوّامِ طُـرًّا لأَجْلِها ومِنْ أَجْلِها أَحْبَبتُ أَخْوالَها كَلْبا

وقد يظهر المحب لزوجه حبه لأهله، وإن لم يكن كذلك، إلا أنه يجامل محبوبه؛ حتى يحظى بمحبته، وهذا من كرم السجايا وحسن المنبـت، خاصة إذا كان يصبر على أذاهم، ويتحمل منغصاتهم من أجل حبيبه.

ويـدل على الحب الغيرة على المحبوب، وربما كانت أعلى دلائل المحبـة، وقد قـال ﷺ: «**أتعجبون من غيرة سعـد؟! لأنا أغير منه، والله أغير مني**»[1].

وقد ذهبت الغيرة من قلوب كثير من الناس اليوم، فيرى زوجه في مواطن الريب، ولكنـه كالنعامة، يدس رأسه في التراب، وكأنه لا

(١) أخرجه البخاري (رقم ٦٨٤٦)، ومسلم (رقم ١٤٩٩).

يـرى شيئًا وبعضهـم يرى زوجه أمام المسلسـلات الهابطة والأفلام الماجنـة، ثـم لا يحرك ساكنًا، ولا شك أن هـؤلاء أدعياء محبة، وإلا فلا محبة بلا غيرة إلا للمجانين.

ويدل على المحبة تتبع المحبوب، ومعرفة أخباره، ومحاولة رؤيته بين الحين والآخر، والاتصال به ما أمكن، فبعض الأزواج يتصل من مكان العمل مرات عدة، ولا يكاد يصبر عن سماع صوت حبيبه.

ويـدل على ذلك ما جـاء في الحديث، في شـأن مغيث وبريرة، فقـد روى البخـاري في صحيحـه أن مغيثًـا كان يمشـي خلف زوجه بريـرة بعد فراقها، ودموعـه تسيل على لحيته، فقال النبي ﷺ لعمه العباس: «**يا عباس، ألا تعجب من حب مغيث بريرة، ومن بغض بريـرة مغيثًا؟** ثم قـال ﷺ لبريرة: **لو راجعتيه**، فقالت: أتأمرني؟ فقال: **إنما أنا شافع**، قالت: لا حاجة لي فيه»[1].

ومن دلائـل المحبة إدامة النظر إلى المحبوب، كأن بصره وقف على محبوبه، يتبعه نظَره حتى يغيب، ويحن إليه حتى يؤوب.

ومِـنْ عَجـبٍ أنِّي أحـنُّ إليهم ... وأَسألُ عنْهـمْ مَنْ لَقيتُ وهمْ معي
وتطلبُهمْ عينِي وهمْ في سوادِها ... ويَشتاقُهم قَلبِي وهمْ بينَ أَضلعِي

فتراه يبحث عنه، ويقلب بصره علّه يراه، فلا يرتاح إلا إذا وقع بصره عليه، ولا يسعد إلا إذا مال إليه.

---

(١) أخرجه البخاري (رقم ٥٢٨٣).

أذودُ سوامَ الطَّرفِ عنكِ وما لَه علَـى أحَـدٍ إلّا عَلَيـكِ طَرِيـقُ

ومـن دلائل الحـب التضحيـة والصبر في سبيـل الحب، ولقد رأينـا الكثـير من هذا في زمننا هذا، فهـذا ضحّى بوقته وجهده من أجل تعليم زوجته في الجامعة، وهذا ضحى بماله من أجل إسعادها، وآخر يبيع سيارته من أجل تمريضها.

إنَّمـا الحـبُّ تَضْحيـاتٌ وصَبرٌ وَاشْتيـاقٌ ولَوعـةٌ وَحَنيـنُ

حتـى إن البعض ليتجـرع الذل والهوان من أجـل محبوبه، ولا يرى في ذلك غضاضة.

يلـذُّ لَـه ذلُّ الهـوَى وخُضُوعُه ولَولا الهوَى ما لذَّ للْعاقلِ الذلُّ

يقول أحدهم:

مَساكينُ أهلُ الحبِّ حتَّى قُبورُهُمْ علَيهـا غُبارُ الذُّلِّ بَـينَ المقابِرِ

لغة الحب

في كتابه (لغات الحب) يقول جاري تشابمان: إن اللغة العاطفية التي تستخدمها للتعبير عن حبك لشريك حياتك قد تكون مختلفة عن لغته التي يحبها، ويميل إليها، فبرغم الجهد الذي تبذله للتعبير عن حبك لزوجتك بطريقة ما، قد لا يلفت نظرها، ولا يعدّ دليلًا على حبك وإخلاصك – من وجهة نظرها -؛ لأنها تريد أن ترى حبك في أشياء أخرى، تمامًا كما تحدثها باللغة الإنجليزية، وتعبر عن حبك لها بهذه اللغة إلا أنها لا تجيد اللغة الإنجليزية، ولا تفقه شيئًا من كلماتها.

إذن قد تكون لغتك المعبرة عن الحب لغة أجنبية بالنسبة إلى رفيق دربك، وفي هذه الحالة لن تستطيع التعبير عن حبك له، وإفهامه بهذا، ولن يقدر هو الجهد الكبير الذي تبذله في سبيل محبته.

الشيء المهم: هو أن تتحدث اللغة التي يتقنها شريك الحياة.

ومن النادر جدًّا أن يكون للزوجين نفس المواصفات والسمات فيما يحبان وفيما يكرهان (نفس اللغة)، ومع ذلك نريد أن يفهم أزواجنا ما نريد وفق فهمنا نحن (لغتنا)، ونصبح في حيرة من أمرنا عندما نجد أنه لا يستطيع فهم ما نرمي إليه.

إننـا نعبر عن عظيم محبتنـا وتقديرنا لـه، إلا أن الرسالة لم تصل؛ لأن لغتنا أجنبية بالنسبة إلى صاحبنا.

وبمجـرد اكتشاف اللغة العاطفية - لغـة الحب - لشريكنا في الحياة وتعلمهـا نكون بذلك قـد وضعنا أيدينا علـى المفتاح الـذي سينعش الحياة الزوجية، ويجعلها أكثر روعة وأكثر متعة بعد توفيق الله ﷻ.

ما لغات الحب؟

كثـيرًا ما يستخـدم النـاس كلمة (أحـب) في حياتهم اليومية، فتجد من يقول: أنا أحب أبي، أنا أحب التفاح، أنا أحب كرة القدم.

وقد يخطئ الإنسان بدافع الحب، أو قد يسمي بعض الأفعال حبًّا، فقـد يتورط الإنسان في علاقـة محرمة ويسمّيها حبًّـا، وهي في الواقع خطيئـة، وقد يتدخل الأب في كل رغبات الأطفـال وتصرفاتهم؛ فيمنع ويأمر وينهـى، ويسمي ذلك حبًّا أو يعزو فعله إلى الحب، بينما يسميها التربويون تربية غير مسؤولة، لكن هل يعدّ الطفل تصرفات أبيه حبًّا؟

لا أعتقـد ذلك، بدليل أن أقـرب النـاس إلى قلوب الأطفال من يلعب معهم، ويلبي رغباتهم.

ربمـا تقـع الفتاة في شـرك علاقـة غـير شرعيـة؛ لأن أبويها لم يغمراها بالحب، أو سلكا طريقًا غير الذي تريده الفتاة، فعندما وجدت من ملأ هذا الفراغ، وعزف على الوتر الذي تحبه انجرفت أمامه.

قد يقول قائل: إن ضعف الإيمان وراء كل مصيبة، وسبب كل رذيلة، وهذا حق، إلا أن هذا الزمن الذي نعيشه هو الزمن الصعب، والذي اختلط فيه الناصح بالغاشّ، وكثر فيه الدخن، وغابت عنه القيم النبيلة، وقلّت القدوات، فساعد ذلك على انخفاض درجة الإيمان، فالفتاة وكذلك الشاب، بل الزوج والزوجة أحوج ما يكونان إلى يد حانية، وكلمة دافئة تشعرهم بذواتهم، وتبين أنهم في دائرة الاهتمامات، وليسوا على هامش الحياة.

إننا نحتاج إلى الحب، وسنظل نحتاج إليه ما دمنا في هذه الحياة.

ولا أعتقد أن تنوب الأشياء المادية عن العاطفة الإنسانية أبدًا.

نعود إلى ما قال (تشامبان) في لغات الحب.

يقول: إن الإنسان (الزوج والزوجة) يستطيع أن يعبر عن حبه تجاه الآخر بإحدى الطرق الآتية:

١- كلمات التشجيع.

٢- الهدية.

٣- تخصيص وقت للجلوس معه والتحدث إليه.

٤- الاتصال الجسدي.

٥- تقديم أعمال خدمية.

لاحـظ أن التعبيرعن الحب هو في جملة من العطاءات، الحب هو عطاء بلا شروط.

ليس الحب في أن نحصل على ما نريد من أحبابنا، بل أن نفعل لهم شيئًا إيجابيًّا وذا أهمية.

والآن إذا كنـت تظن أن زوجك يحب كلمات التشجيع (أي إنها لغـة الحـب بالنسبة إليه) فحـاول الإكثار من المجامـلات اللفظية، فهي بمنزلة التفاحة التي تجنبك زيارة الطبيب.

الثناء عليه أمام أولاده أو أصدقائه أو والديه.

أخبره بنقاط القوة التي لديه، وأنبئه بأنك تقدر هذه الطاقات.

اكتـب قصيدة مدح في شريك حياتك، فإن لم تستطع فاقتبس من الشعر الرقيق، وقدمه له.

حاول أن تدرب نفسك على كلمات التشجيع، وتذكر أن الكلمات مهمة جدًّا، أما إذا كان صاحبك (زوجك) ممن يرى أن تمام الحب في الهدية، وأن التقصير في ذلك يعبر عن نقصان في خزانة الحب، فاحرص على إهدائه بشـكل مستمر، ولا يعني ذلـك أن تشتري ما ثقـل وزنه وغلا ثمنه، لا، فالهدايا أشيـاء رمزية، والجدير ذكره أن أعظم الهدايـا هي الهدايا الذاتية المعنوية، وهـي الأكثر تعبيرًا من الهدايـا العينية، فوجـودك بجانب زوجك في المواقـف العصبية، أو عند حاجته لذلك هو أكبر هدية تقدمها له.

ومن الأهمية بمكان أن تعرف:

- الأشياء التي يحبها الزوج؛ لتكون هدايا تقدمها له.
- المواقف التي يريدك أن تكون حاضرًا معه فيها؛ لتشعره بالحضور.
- الوقت المناسب لتقديم الهدية، فهو أدعى لتذكرها على المدى البعيد وغالبًا لن ينساها طول عمره.

وإذا كان شريك حياتك ممن يحب أن تكون بجواره حتى بلا محادثة، فإياك أن تحرمه ذلك.

ومن العجيب أن يقضي بعض الأزواج الساعات الطوال خارج المنزل مع الأصدقاء والزملاء، ويبخل بعشر دقائق مع زوجته وأولاده، فهو مشغول بالعمل في ساعات النهار، وبالنوم في الظهيرة أو في العصر، وبالزملاء والمقاهي والسهرات ساعات متأخرة من الليل.

إن ألمح لك زوجك بأنك لا تعطيه من وقتك فانتبه لذلك، وحاول أن تجلس بجواره أكبر قدر ممكن، فيمكنك القراءة بجواره، ومشاهدة التلفاز معه، وشرب الشاي معًا، فلغة الحب بالنسبة إليه هي أن تعطيه وجهًا كما يقولون، وأن تكرس وقتًا للمكوث بجواره حتى بلا حديث، لكن بحضور القلب والعقل، فبعض الأزواج يجلسان في مكان واحد، لكنهما أبعد ما يكونان عن بعضهما على الرغم من جلوسهما على الأريكة نفسها.

إن الزوجة التي تحدث زوجها، وهي تشاهد مسلسلاً تلفزيونيًّا، أو تقرأ كتابًا لا تعطيه من وقتها؛ لأنها مشغولة بغيره، ولم تُعِرْه الاهتمام الذي يصبو إليه.

عند تخصيص وقت لزوجك افعل (افعلي) ما يأتي:

١- ركز بالكامل، ولا تنشغل بأشياء أخرى عند التحدث إليه.

٢- تواصل بصريًّا، فهذا يوحي باهتمامك به، ويساعد على عدم التشتت.

٣- اخرج مع زوجك في نزهة، وتحدث معه فيما يعود عليه بالسرور والارتياح.

٤- لاحظ لغة جسده، واكتشف ما يشعر به، فالدموع، واليد المقبوضة وحركة العيون، ستعطيك إشارات ورسالات مفهومة.

٥- اسأله عن الأشياء التي يجب أن تفعلاها سويًّا.

٦- خطط للعطلة؛ لتذهب معه إلى المكان الذي يحب.

٧- تذكر أن الزواج علاقة إنسانية، وميثاق غليظ، وليس مشروعًا تجاريًّا أو مشكلة تبحث عن حلول.

لغة أخرى للحب، وهي التقارب الجسدي، والتواصل البدني.

وقد خلق الله ﷻ جلودنا لتؤدي وظيفة الإحساس، فعند ملامسة الحبيب تعني تعبيرًا لصدق العاطفة، وصفاء المحبة، وقد تكون أبلغ من لغة الكلام، بل هي كذلك.

وليس لكل اللمسات التأثير نفسه، فالفطن من يعرف أين يلمس؟ ومتى؟؛ لأن بعض اللمسات تشعر بالسعادة، وبعضها قد يسبب النفرة، فتعلّم الطريقة التي يرغبها صاحبك، فقد توصل له بعض اللمسات معنى سيئًا.

عندما تريد مصافحة أحد، فإنك تريد إيصال رسالة مضمونها أن علاقتنا جيدة، لكن ماذا لو رفض المصافحة؟

إنها رسالة أخرى بأن العلاقة بينكما ليست جيدة.

الاتصال الجسدي أو التواصل البدني ربما كان أقوى لغات الحب، ولذلك فعندما يكتشف أحد الزوجين أن صاحبه خائن، ويغلب على ظنه أنه سلم بدنه لشخص آخر؛ فإن الحياة معه قد تصبح مستحيلة.

إذا كان زوجك يحب التواصل الجسدي فقم بما يأتي:

١- أمسك بيده عند ممارسة رياضة المشي، أو عند مغادرة البيت.
٢- عانق زوجك عند خروجك من البيت وعند عودتك.
٣- حاول تدليك ظهره وكتفه بين الحين والآخر.
٤- اجلس بجواره والصق كتفك بكتفه عند مشاهدة التلفاز أو شرب القهوة.

أخيرًا قد يكون الزوج أو الزوجة ممن يرغب في مساعدة الآخر له في بعض الأعمال، فهو يرغب في مشاركته، ويرى أن ذلك دليل الحب، وعلامة المودة، فبعض الزوجات ترغب من زوجها مساعدتها في الطهي وإعداد المائدة، وتنظيف البيت، وإخراج القمامة، وتغيير حفاظات الأطفال، وتغيير ترتيب المقاعد، وإيصالها إلى بيت أهلها، أو شراء ما تحتاج إليه لتلميذاتها إن كانت معلمة، وغير ذلك كثير، وربما قالت له: لو أنك تحبني لساعدتني في تنظيف المطبخ أو تجهيز الأطفال صباحًا للذهاب للمدرسة.

ولكي تشبع رغبة شريك حياتك إذا كان من هذا النوع فقم بما يأتي:

١- تذكر الأشياء التي طلب منك مساعدته فيها خلال الأيام الماضية، ثم حاول تلبية طلبه أو بعضه.

٢- فاجئ صاحبك بفعل أشياء يجب أن تنجز في أسرع وقت.

٣- استعن بالأطفال في إنجاز أعمال خدمية تهم شريك الحياة.

٤- إذا استطعت جلب عاملة منزلية لتساعدكما في أعمال المنزل فافعل، مع اعتقادي أنه في الأحوال العادية لن تحتاجا إلى ذلك.

تمرين للكشف عن لغة الحب

إليك الآن عزيزي الزوج، عزيزتي الزوجة، جملةً من العبارات يمكـن أن تكشـف من خلالها لغـة الحب الخاصة بـك (استخدمنا كلمة زوج للزوج وللزوجة).

اختر عبـارة واحدة فقط مـن بين كل عبارتـين، وذلك بوضع دائـرة حـول الحرف الـذي بجوار العبـارة المختارة (يجـب اختيار عبارة واحدة فقط).

١	أستمتع بالجلوس مع زوجي فترات طويلة	ب
	عندما يهديني زوجي بعض الهدايا أشعر بسعادة غامرة	ج
٢	أشعر بالسعادة الحقيقة عندما يأخذني زوجي بالأحضان	هـ
	أريد أن يشعرني زوجي بحبه، ولو بكلمة رقيقة	أ
٣	أرغب في أن أكون مع زوجي على انفراد	ب
	يسعدني زوجي عندما يساعدني في تنظيم البيت وترتيبه	د
٤	أشعر باحترام زوجي لي إذا وجدته رتب غرفة الجلوس	د
	أرتاح نفسيًّا عندما يدلكني زوجي	هـ
٥	أتمنى لو يلفّني زوجي بذراعيه	هـ
	أتمنى لو يفاجئني بهدية، ولو كانت بسيطة	ج

٦	أحب أن أخرج مع زوجي للنزهة في أي مكان	ب
	أشعر بالأمان عندما يضع يده في يدي	هـ
٧	كثيرًا ما أحتفظ بالهدايا التي تأتيني من زوجي	ج
	أحب أن أسمع منه كلمة: (أحبك)	أ
٨	يخبرني زوجي بأنني أبدو بصورة رائعة	أ
	أحب أن ألعب مع زوجي لعبة تشابك الأيدي	هـ
٩	قضاء الوقت مع زوجي يشعرني بالسعادة	ب
	إذا جاءني بوردة، فإنها تعني الشيء الكثير	ج
١٠	يسعدني زوجي بقوله: أنا فخور بك	أ
	أشعر بالرضا، عندما يحضر زوجي الطعام الذي أريد	د
١١	أتمنى دائمًا أن نأكل معًا، ونسهر معًا، ونقرأ معًا	ب
	يؤيدني زوجي بتحفيزه لي، وهذا مما يسعدني	أ
١٢	أفعال زوجي التي يقدمها لي أحب من امتداحه لي	د
	أحب أن يلامسني دومًا	هـ
١٣	مدحه لي يعني الشيء الكثير	أ
	أشعر باهتمام زوجي بي، عندما يهديني أشياءَ أحبها	ج
١٤	إن مجرد وجوده بجانبي يعني لي الشيء الكثير	ب
	ما أجمل أن يلملم شعري، أنا أشعر بالارتياح	هـ

١٥	يبارك زوجي إنجازاتي، ويشجعني على المزيد، وهذا يبهجني	أ
	أحيانًا يفعل زوجي أشياءَ يكرهها من أجلي، إنه يحبني فعلًا	د
١٦	لا أملّ من قبلات زوجي ومعانقته	هـ
	أريد أن يظهر زوجي اهتمامًا بما أفعل، على الأقل يراقبني	ب
١٧	يساعدني زوجي في مشروعاتي الخاصة، إنه طيب الطبع	د
	يفاجئني زوجي بأشياء مبهجة، زيارات أو رحلات	ج
١٨	ليته يمتدحني أو يمتدح طعامي، ولو مرة واحدة	أ
	ليته يستمع إلي، ويصغي إلى أفكاري قبل أن ينقدها	ب
١٩	أكاد لا أستطيع أن أمسك يدي عن ملامسة زوجي، عندما يكون قريبًا مني	هـ
	كثيرًا ما يقوم زوجي بخدمتي في أشياء خاصة، وأنا أقدر ذلك	د
٢٠	إنه يستحق التقدير، فكثيرًا ما يساعدني	د
	أحتفظ بالهدايا التي قدمها لي زوجي	ج
٢١	أحب عندما أتحدث إليه أن يرعيني سمعه وانتباهه بالكامل	ب
	يحافظ زوجي على بيتنا نظيفًا ومرتبًا، وهذا مهم بالنسبة إلي	د
٢٢	أترقب الأعياد والمناسبات؛ لأرى ما يقدمه لي فيها	ج
	ما أجمل أن أسمع من زوجي قوله: (أنت عمري.. أنت حياتي)	أ

٢٣	أجمل ما يهديني زوجي الأطياب والعطور، إنه يحبني فعلا	ج
	أقدر في زوجي اهتمامه بالأولاد ومساعدتهم في دروسهم	د
٢٤	يعجبني في زوجي عدم مقاطعته لحديثي	ب
	يعجبني أيضًا إحضاره الورد في المناسبات	ج
٢٥	يعرف زوجي متى أحتاج إليه، وهذا شيء رائع	د
	أحب الذهاب مع زوجي، بغضّ النظر عن المكان الذي نذهب إليه	ب
٢٦	المعاشرة هي أجمل شيء في حياتي	هـ
	أحيانًا يهدي لي الأطفال هدايا صغيرة، أعرف أنها من زوجي	ج
٢٧	كثيرًا ما يشعرني زوجي بالثقة في نفسي بكلماته المحفزة	أ
	أستمتع بمشاهدة التلفاز مع زوجي	ب
٢٨	هدايا زوجي لها طعم خاص	ج
	ما أجمل أن يربت بيده على كتفي	هـ
٢٩	على الرغم من مشاغل زوجي إلا أنه يحب تلبية طلباتي الصغيرة	د
	زوجي لا ينسى ما أقدمه له، فهو يذكرني بجميلي دائمًا	أ
٣٠	أشعر بلين يده، عندما يغمرني بها	هـ
	رسائل الجوال التي يرسلها زوجي، تزيد ثقتي به	أ

والآن احسب عدد مرات التكرار لكل حرف من الأحرف الخمسة.

أ ☐ كلمات محفزة ومشجعة.

ب ☐ تخصيص وقت كافٍ للجلوس معه.

جـ ☐ لغة الهدايا.

د ☐ الأعمال الخدمية.

هـ ☐ التواصل البدني.

إن اللغة المتوقعة لك هي الأكثر تكرارًا، وربما يكون لديك أكثر من لغة، فربما يتساوى التكرار.

ولا يعني ذلك أن نغفل اللغات (التصرفات) الأخرى، بل ينبغي أخذ كل هذه التصرفات في الحسبان لنصل إلى أقصى درجات المحبة، ونسعد أنفسنا وأحبابنا بإذن الله سبحانه وتعالى.