

أسئلة للمناقشة

فيديو ١: ما هو الاعتزاز؟

يذكر جيم دالي أن أول مرة -وربما آخر مرة- فكّر كثيرين منّا في كلمة "الاعتزاز" كانت عندما رددنا (أو سمعنا) تعهداتنا يوم الزفاف (أو صلاة الإكليل).

١- فكّر في زوجين أو أكثر هم محل إعجابك، ويجسدون نموذج الاعتزاز المتبادل. تحدّث مع شريك حياتك عما تراه في هؤلاء الأزواج -ربما تتحدثان عن نفس الزوجين، أو ربما تفكران في أزواج آخرين. شارك بما تراه فيهم ويُهمك.

٢- يقول جاري توماس إن معظمنا يدرك فكرة "الاعتزاز" في لحظة دخول العروس إلى الكنيسة متجهة إلى زوجها. تذكر اللحظة المماثلة في يوم زفافك.. بمَ كنت تفكر في شريك حياتك المرتقب؟ شاركا بذكرياتكما معًا. ركّز على المشاعر الإيجابية التي شعرت بها، والأشياء التي جذبتكما لأحدهما الآخر في البدايات.

٣- يقتبس جاري من نشيد الأناشيد ٦: ٩ ويقول إن الزواج سينطلق عندما تسمع الزوجة من زوجها كلمات الآية التي تقول: «وَأَحَدَةٌ هِيَ حَمَامَتِي كَامِلَتِي»، لكن الأمر ينطبق بالمثل في الاتجاه الآخر (أي من الزوجة إلى الزوج). يشرح جاري أن هذه الآية تقول: "لا أريدك أن تشبه أي أحد آخر، أنا لا أقارنك أبدًا بأي أحد آخر، أنا أحبك لشخصك." تحدّث مع شريك حياتك عن ٣ أشياء على الأقل تراها فيه وتُقدرها، وهي أمور متفردة.. لا أحد تعرفه لديه هذه السمات الإيجابية.

٤- يذكر جاري: "من المحزن جدًا أننا كثيرًا ما نفكر في الاعتزاز بالأشياء أكثر من الاعتزاز بالأشخاص." قد يكون هذا هو السياق الوحيد الذي ربما فكّر فيه بعضنا عن معنى الاعتزاز. فكر في شيء تفتنيه وتعزّز به منذ طفولتك أو في حياتك قبل الزواج. ما هو هذا الشيء؟ وما هي مشاعرك تجاهه؟ ولماذا؟ صف هذا الشيء، وصف مشاعرك أيضًا لشريك حياتك. الآن باستخدام نفس النوع من الكلمات، حاول أن تخبر شريك حياتك عن الأشياء التي تعزّز بها فيه (ليس هناك مشكلة في أن تبدأ بشيء بسيط أو صغير إذا احتجت لذلك).