

راهکارهای عمای برای ابراز محبت به همسر

تهیه و تنظیم: سرکار خانم ابراهیم کوچک
پایگاه فرهنگی میقات مهر (www.mighatemehr.ir)

محبت به همسر، راهکاری برای رشد معنوی دوطرف و تبادل محبت الهی میان زوجین است. محبت می تواند زمینه را برای اخلاق کریمه تر نیز فراهم نماید. محبت به خودی خود مطلوب است و اگر نسبت به آن حس غربت می کنیم، از فرصت ازدواج استفاده نموده و بیشتر به آن نزدیک شویم. می توان با یادآوری تاثیر ایمان در محبت و اینکه خداوند منبع محبت های هستی است، آن را ارتقاء داد. خدای بزرگ، محبت را هدیه بزرگش به مناسبت ازدواج ما قرار داده است. وقتی که زرق و برق ها چشمان را پر می کند، کمتر برای محبت کردن برنامه ریزی می کنیم. اینجاست که مزه محبت کردن فراموش می شود و قدر این هدیه خدا هم یادمان می رود. برای قدردانی نعمت محبت، باید تمرین محبت کرد. باید محبت را ابراز کرد.

(دقت فرمایید که انتخاب راهکار مناسب، بستگی به شرایط زندگی شما دارد و موارد ذیل فقط پیشنهاداتی برای افزایش خلاقیت شماست)

پیشنهادهای عاشقانه

۱. یک عکس حرفه ای ۲ نفره بگیرید و و قاب آن را در جایی که مرتباً در معرض دیدتان هست قرار دهید.
۲. جمله دوستت دارم را به تمامی زبان های دنیا حتی زبان هایی که کاربردی ندارند بیاموزید.
۳. اگر همسرتان می خواهد به سفر برود برایش کادو بخرید و در گوشه ساکش بگذارید تا وقتی که در راه است آن را پیدا کند.
۴. اگر صبح ها شما زودتر از همسرتان دوش می گیرید حمام را پر از بخار کنید و روی آینه چنین پیغامی را برایش بنویسید تا بخواند: تو را دوست دارم.
۵. این کار را همچنین می توانید روی شیشه های اتومبیل وقتی که هوا خیلی سرد است انجام دهید.
۶. برای سلامتی همسرتان صدقه بدهید و گاهی این را به او بگویید.
۷. یک فیلم جالب تهیه کنید و در کنار هم از دیدن فیلم لذت ببرید.
۸. بعد از هر نماز حتماً برای همسر و فرزندان آینده تان دعا کنید و این را گاه در برگه ای بنویسید و در سجاده نمازش بگذارید.
۹. بر روی آینه حمام با صابون برای همسرتان بنویسید: دوستت دارم.
۱۰. شاخه گل سرخ را در جایی که همسرتان بتواند پیدا کند، همیشه همراه یک نوشته محتوی جملات زیبا قرار بدهید. مثلاً: «خدا را شاکرم که چنین همسری را به من هدیه کرده است. از تو ممنونم که وارد زندگی ام شدی. از اینکه با تو زندگی می کنم، خوشحالم. من خداوند را به خاطر نعمت بهترین همسر دنیا سپاسگزارم.»



۱۱. نهال درختی خریداری کنید و آن را در یک محل مخصوص بکارید هر سال در سالگرد ازدواجتان یک لیوان آب کنار آن درخت بنوشید و درباره این که چطور زندگی شما و این درخت همزمان رشد می‌کنند، صحبت کنید.

۱۲. شام و صبحانه را در زیر نور ملایم شمع میل کنید.

۱۳. همسرتان را برای پیاده روی دعوت کنید. یک کوله نیز همراه خود ببرید تا بتوانید لحظات بیشتر و خاطره انگیزی را کنار هم داشته باشید. (تلاش کنید تعداد دفعات پیاده روی را افزایش دهید و نه مدت آن را).

۱۴. یک بسته شبرنگ بخرید و در بالای تخت خواب روی سقف با آن یک جمله زیبا مثل " عزیزم دوستت دارم " بنویسید. زمان خواب که چراغ‌ها خاموش شد پیام شما آشکار می‌گردد.

۱۵. به وسیله جمع آوری تعدادی از عکس‌های دو نفره خودتان تعدادی از ته بلیت‌های جاهایی که از آن‌ها دیدن کرده‌اید و هر خرت و پرت دیگری که برای شما یاد آور خاطری می‌باشد یک مونتاژ عاشقانه درست کنید و گاهی با هم ببینید.

۱۶. گاهی اوقات در حضور دیگران از توانایی‌های همسرتان تعریف کنید. (البته اصل آن توانایی در همسرتان باشد)

۱۷. قبل از هدیه دادن گل رز مطمئن شوید یادداشتی که بر روی آن چسبانده‌اید تمامی احساسات قلبی شما را بیان می‌کند. حتی ممکن است یک غزل عاشقانه نیز این کار را به بهترین وجه انجام دهد.

۱۸. گاهی یک پیام کوتاه به او بدهید که می‌خواستم بدانی فقط به فکر تو هستم.

۱۹. تعدادی گل رز بخرید و آن را پشت آفتابگیر اتومبیل سمت مسافر قرار دهید روی یک کاغذ بنویسید دوستت دارم و آن را پشت آفتابگیر بچسبانید. همانطور که به سوی مقصدی می‌رانید به همسرتان نگاه کنید و به او بگویید روی گونه‌اش چیزی هست. او آفتابگیر را پایین خواهد کشید که از آینه‌اش استفاده کند که گل‌ها روی سرش می‌ریزد و یادداشت را می‌بیند.

۲۰. وقتی همسرتان از موضوعی ناراحت و یا نگران است او را به خدا امیدوار کنید.

۲۱. تقویم سال جدید را تهیه کنید و بالای هر صفحه صفات برتر همسرتان و یا صفات برتر که مورد سفارش دین است و شما دوست دارید انجام دهد را بنویسید و به مناسبت سال جدید هدیه بدهید.

۲۲. یادداشتی را در جایی که در دسترس همسرتان هست قرار دهید با عنوانی مثل: امروز به تو فکر می‌کنم. فکر تو همیشه لبخند را به من هدیه می‌دهد.

۲۳. یکی از کتاب‌هایی که همسرتان آن را مطالعه می‌کند را انتخاب کنید و با یک مداد زیر حروف بعضی کلمات خط سیاه بکشید تا یک جمله را تولید کند مثلاً در متن زیر جمله "عزیزم دوستت دارم" را به صورت رمزی در آورده‌ایم: «در سکوت می‌توان نگاه



را معنا کرد و آن را با عشق به دل پیوند زد. می‌توان بهار را به دیدار برگ‌های خزان زده برد و برای رازقی‌های امید از عطر دوست داشتن گفت. می‌خواهم سکوت کنم و تنها به حرف نگاهت گوش کنم. عمیق‌ترین درد در زندگی مردن نیست؛ بلکه گذاشتن سدی در برابر رودیست که از چشمانت جاریست.» خط‌های زیر حروف، همسر شما را کنج‌کاو می‌کند و احتمال دارد او، آنها را جدا کند. به همسران زمان دهید تا آنها را رمزگشایی کند.

۲۴. روز تولدش درون تمام بادکنک‌ها برایش یک پیام عاشقانه بگذارید.

۲۵. یک آئینه کوچک جیبی تهیه کنید و آن را همراه یادداشتی عاشقانه به همسران هدیه بدهید: «شما در این آئینه تصویر زیباترین و دوست‌داشتنی‌ترین همسر دنیا را می‌بینید.»

۲۶. در یک شب گرم تابستانی ترتیب یک پیک‌نیک را در حیاط خانه بدهید، پتوی مخصوص پیک نیک را روی زمین پهن کنید و برای خودتان مقداری خوراکی شکلات و نوشیدنی بردارید با همسران روی پتو دراز بکشید و با همدیگر به ستارگان خیره شوید.

۲۷. همسران را هر روز و هر ساعت صدا بزنید و فقط به او بگویید: دوستت دارم.

۲۸. در جایی مثل کیسه برنج و یا تو کفش و... برای همسران پیغام دوستت دارم بگذارید.

۲۹. هر چند وقت یکبار آیه یا حدیثی زیبا که برای خودتان جالب بوده را در قالب یادداشتی بنویسید و به همسران هدیه بدهید.

۳۰. نقاشی از قلب بر روی چند کاغذ بکشید و بعد آنها را به همراه یک یادداشت به همسران بدهید و بگویید که این‌ها کوپن‌های عشق هستند و او در عوض ارائه هر یک می‌تواند مقداری زیادی عشق از شما طلب کند.

۳۱. وقتی می‌خواهد به مسافرت برود به او بگویید نگرانش هستید و به همین خاطر ۱ محافظ شخصی برایش می‌فرستید (این محافظ می‌تواند یک خرس کوچولوی شنی باشد که جمله والله خیر حافظا بر کاغذی کنار آن است)

۳۲. یک بسته شکلات برای همسران بگیرید و به طور مخفیانه یادداشتی را درونش جای دهید.

۳۳. با ارزش‌ترین هدیه خود یعنی وقت خویش را به همسران بدهید. برای گفتگو با هم وقت بگذارید.

۳۴. در هفته؛ برنامه‌ریزی کنید تا یک برنامه معنوی کنار هم داشته باشید. (مثل رفتن به حرم و یا مکان مقدس دیگر)

۳۵. دادن هدیه‌های کوچک مثل آدامس و شکلات را همیشه در برنامه خود داشته باشید.

۳۶. روز تولدش مسیر ورودش به منزل را با گل تزئین کنید و یک جشن خودمانی برپا کنید.



۳۷. یکصد و یک یادداشت کوچک عاشقانه بنویسید و در همه جای خانه مخفی کنید.

۳۸. در سالنامه عاشقانه خود روز تولد خویش و تمام مناسبت‌هایتان را علامت‌گذاری کنید؛ یک روز را برای قدردانی از همسرتان اختصاص دهید.

۳۹. داخل اتومبیل همسرتان یادداشتی بگذارید که روی آن نوشته شده: «خوشحالم که راننده زندگی ام تو هستی»

۴۰. به مرور خواسته‌هایش را بپرسید و یادداشت کنید و به مرور برآورده کنید.

۴۱. به او بگویید با تمام افرادی که تاکنون دیده‌اید تفاوت چشم‌گیری دارد. این موضوع در روابطتان تحول شگفت‌انگیزی به وجود خواهد آورد.

۴۲. سعی کنید فیلمی از زمانی که با هم هستید، بسازید. با نشستن دو تایی روی مبل و معرفی خودتان شروع کنید چیزی شبیه به این جمله را بگویید: الان بهمن ماه ۱۳۹۰ است ما تصمیم گرفتیم این فیلم ویدیویی را تهیه کنیم تا بتوانیم در آینده در بیست و پنجمین سالگرد ازدواجمان با هم آن را تماشا کنیم. سپس قسمتی را بگیرید که خودتان دارید با دوربین حرف می‌زنید به دوربین می‌گویید که چه احساسی در مورد همسرتان دارید و چرا او را دوست دارید و به همسرتان هم بگویید که این کار را انجام دهد. وقتی فیلم برداری تمام شد ویدیو را در جای امنی قرار دهید و به موقع در بیست و پنجمین سالگرد ازدواجتان شما قادر خواهید بود زمان را به عقب برگردانید و لحظاتی را به خاطریاورید که در آن با همسرتان شریک بوده‌اید.

۴۳. یادداشتی روی تلویزیون بگذارید که گاهی اوقات به جای تلویزیون، مرا روشن کن.

۴۴. برای قدم زدن به ساحل بروید. یک قلب بزرگ عاشقانه روی شن بکشید همراه همسرتان داخل قلب بنشینید و از نگاه کردن به جلوه‌های الهی در طبیعت لذت ببرید.

۴۵. در یک مناسبت خاص همسرتان را به یک سفر اسرار آمیز ببرید. (مقصد سفر تا رسیدن مخفی باشد).

۴۶. روی یک کاغذ بنویسید: «دوست دارم» و آن را قبل از ترک منزل روی آئینه بچسبانید.

۴۷. گاهی به پاس قدردانی از زحماتش، دستش را ببوسید.

۴۸. پس از به پایان رسیدن ساعت کاری او یک تاکسی به دنبالش بفرستید و از پیش کرایه تاکسی را حساب کنید تا او را به یکی از بهترین رستوران‌های مورد علاقه‌اش و درست همان جایی که شما از پیش انتظارش را می‌کشید برساند.

۴۹. در یک روز که باد می‌وزد یک بادبادک بخرید و در پارکی آن را با همسرتان به پرواز درآورید.



۵۰. وقتی به مسافرت می‌روید، در ابتدای سفر برای همسران نامه بنویسید و از طریق پست ارسال کنید.

جهت حفظ حقوق معنوی، لطفا بدون اجازه نویسنده تکثیر نگردد.

هماهنگی: ۰۹۱۹۹۷۱۰۰۹۶

پایگاه میقات مهر

www.mighatemeher.ir

info@mighatemeher.ir

