



راز سوم:

رابطه‌تان را مانند یک باغ، با محبت تزئین کنید. بذر علاقه‌ها و عقیده‌های تازه بکارید تا زیبایی بروید. درضمن، فراموش نکنید که باغ را باید هرس کرد؛ مبادا غنچه‌های گل، پوشیده از علف‌های هرزه‌ی عادت‌ها شود. برای آن که عشق همواره باطراوت بماند، باید به آن مانند هنر، خلاقانه نگاه کرد.

راز چهارم:

خوش مشرب باشید. شوخی با دیگران را فراموش نکنید. درضمن، مراقب شوخی‌ها هم باشید. شوخی ناپسند نکنید. شوخی باید از روی حسن نیت باشد، نه نیش‌دار.

راز پنجم:

هر روز، کاری کنید که شریک زندگی‌تان را خوشحال کند، کاری مانند دادن هدیه‌ای

کوچک، تحسین و لبخندی از روی محبت. نگذارید که جویبار محبت‌تان، از کمی باران، خشکد.

راز ششم:

حقیقت اصلی عشق، یعنی تفکر را از یاد نبرید. آیا یک رابطه‌ی درازمدت، مهم‌تر از اختلاف‌های کوچک و زودگذر نیست؟!

راز هفتم:

مانع بروز هیجان‌های منفی در وجودتان شوید و صبر کنید تا خونسردی را دوباره به‌دست آورید. با این که احساس، جلوه‌ی الهام است، اما شخص عصبانی نمی‌تواند چیزها را با وضوح، درک کند. قلب‌تان را آرام کنید؛ تنها به این وسیله می‌توانید چیزها را همان‌طور که هستند، دریابید.

راز هشتم:

طرف مقابل خود را تحسین کنید. هرگز با فرض این که خودش این چیزها را می‌داند، از تحسین کردن غافل نشوید. مشکلی پیش نخواهد آمد اگر بارها با خلوص نیت بگویید: «دوستت دارم» گرچه احساس‌های بشری، به قدمت نسل بشر است، اما کلمه‌ها، همواره تازه و جوان خواهند ماند.

راز نهم:

در سکوت، دست یکدیگر را بگیرید. کم‌کم یاد می‌گیرید که بدون کلام، رابطه برقرار کنید.

راز دهم:

به عشق، بیش از یکدیگر احترام بگذارید زیرا عشق، هدیه‌ی ازلی خداوند است.

رازهای عاشقانه زیستن

راز اول:

راز عشق در تواضع است. این صفت، نشانه‌ی تظاهر نیست بلکه نشان‌دهنده‌ی احساس و تفکری قوی میان دو نفر است که یکدیگر را دوست دارند؛ «تواضع» مانند جویبار آرامی است که چشمه‌ی محبت را تازه و باطراوت نگه می‌دارد.

راز دوم:

به یکدیگر احترام بگذارید. اگر عقیده‌های شریک زندگی‌تان، با عقیده‌ی شما متفاوت است، با احترام، به نظرهایش گوش کنید. احترام باعث می‌شود که او بتواند خودش باشد.

راز یازدهم:

به لحن صدا توجه کنید. برای تقویت گیرایی صدا، باید آن را از اعماق قلب بیرون بیاورید. تارهای صوتی را آرام و رها نگه دارید. اگر احساس های قلبی خود را از طریق صدا بیان کنید، آن صدا باعث ایجاد شادی در دیگری خواهد شد.

راز دوازدهم:

از یکدیگر، انتظارهای بی جا نداشته باشید زیرا نقص، همواره جزو جدانشدنی بشر است. ذهن خود را برای ارزش هایی متمرکز کنید که شما را به یکدیگر نزدیک تر می کند نه برای مسائلی که بین شما فاصله می اندازد.

راز سیزدهم:

حس تملک را از خود، دور کنید. درحقیقت، هیچ کس نمی تواند مال کسی شود. شریک زندگی خود را با طناب نیاز نیندید. گیاه، هنگامی رشد می کند که آزادانه از هوا و نور آفتاب استفاده کند.

راز چهاردهم:

شریک زندگی تان را در چهارچوبی که خود می پسندید، حبس نکنید. عیب جویی باعث تباهی می شود. همه چیز را همان طور که هست، بپذیرید تا هر دو شاد باشید. قانون طلایی این است: «نقاط قوت را تقویت کن و ضعف ها را نه تقویت کن نه تقبیح. هرگز سعی نکن با سوزاندن، جلوی خون ریزی زخم را بگیری.»

راز پانزدهم:

هنگام سوء تفاهم، فقط به این فکر نکنید که طرف مقابل، چه طور شما را ناراحت کرده است. در عوض به راه حل فکر کنید که در آینده از بروز سوء تفاهمی مانند آن، جلوگیری کند.

راز شانزدهم:

هیچ کدام، خود را معلم دیگری ندانید؛ به عبارت دیگر، از این که می توانید از یکدیگر یاد بگیرید، سپاس گزار باشید.

راز هفدهم:

وقتی پیشنهادی به نظر تان می رسد، به نیاز خود برای بیان آن، فکر نکنید بلکه به علاقه دیگری به شنیدن آن فکر کنید. اگر لازم بود، حتی ماه ها صبر کنید تا طرف مقابل، آمادگی شنیدن آن چه را می خواهید بگوید، پیدا کند.

راز هجدهم:

باورها، آرمان ها و هدف های تان را با یکدیگر در میان بگذارید.

راز نوزدهم:

راز عشق در آرامش است زیرا آرامش باعث تکامل عشق می شود. عشق، هوای نفس و احساس های شدید نیست. عشق انسان ها نسبت به یکدیگر، بازتابی از عشق ازلی است و خداوند، آرامش کامل می باشد.

راز بیستم:

در وجود یکدیگر، عاشق خدا باشید تا همواره با وجود همه اشتباهات، تشنه رسیدن به کمال باشید چراکه بشر همواره با وجود مانع های فراوان، سعی می کند به سمت آرمان های جاودانه حرکت کند.

راز بیست و یکم:

محبت تان را بسط دهید تا تبدیل به عشق واقعی میان دو انسان شود؛ سپس آن عشقی را که دست پرورده ی پروردگار است، بسط دهید تا بشریت و کل مخلوقات را دربرگیرد.

راز بیست و دوم:

به دیگری لذت بخشید ولی عشق را برای لذت، نخواهید زیرا عشق حقیقی، هوس نیست؛ هرچه نفس، قوی تر باشد، تقاضاهایش بیش تر می شود و هرچه تقاضاهای نفس، بیش تر باشد، خودپرستی را بیش تر تقویت می کند. عشق، چهره ی واقعی خود را در ملائمت و مهربانی آشکار می کند، نه در لذت جویی.

راز بیست و سوم:

راز عشق در مراعات حال دیگری است. کسی را که دوست دارید، بیش تر درک کنید.

راز بیست و چهارم:

جاذبه های خود را با دیگری قسمت کنید. جاذبه، نیروی لطیف و نافذ است که از دیگری، دریافت می کنید. این نیرو، تنها با بخشش، رشد می کند.

راز بیست و پنجم:

در زندگی خود، تنوع ایجاد کنید. اجازه ندهید روزمرگی ها مانند سیم های کوک نشده ی ساز، نغمه ی زندگی عاشقانه تان را به نوایی غم انگیز تبدیل کنند.

راز بیست و ششم:

در هر فرصتی، کنار یکدیگر آرام بگیرید؛ با هم باشید و فکرهای تان را با یکدیگر در میان بگذارید. برای سرگرم شدن، لازم نیست از محرک های خارجی استفاده کنید. قرار بگذارید که بیش تر با هم تنها باشید تا بتوانید خودتان باشید.

راز بیست و هفتم:

با زمانه کنار بیایید. مایع عشق تان را طوری نگاه دارید که بتوانید با آن، گودال هایی که زندگی، پیش پای تان می گذارد را پر کنید.

راز بیست و هشتم:

به محبوب تان، قدرت و آرامش بدهید و از او، قدرت و آرامش دریافت کنید، اما نه با اصرار.

راز بیست و نهم:

راز عشق در استواری است. در فصل های مختلف زندگی، عشق تان را مانند کوهی بلند و استوار، شبیه خاک حاصلخیزی پرثمر و مانند آفتاب، چنان در مرکزیت نگاه دارید که همه ی ستارگان گسترده ی زمان و فضا، به دور آن گردش کنند.

راز سی ام:

بیش تر با نگاه حرف بزنید زیرا چشم ها، پنجره های روح هستند. اگر هنگام صحبت از نگاه استفاده کنید، مانند آن است که پنجره ها را با پرده های زیبا بپوشانید و به خانه، گرما و جذابیت ببخشید.

گردآوری و تنظیم: میترا هاشمی