

قوانین واقعی عشق

نویسنده: باربارا دی آنجلیس

مترجم: فاطمه ساری زاد

www.ketab.ir

سرشناسه: دکتر باربارا دی آنجلیس.

عنوان و پدیدآورنده: قوانین واقعی عشق، باربارا دی آنجلیس. مترجم: فاطمه ساری زاد.

مشخصات نشر: قم، الینا، ۱۳۹۰

ISBN: ۹۷۸-۶۰۰-۶۳۲۸-۰۴-۱ مشخصات ظاهری: ۱۳۶ صفحه (سیاه و سفید)

وضعیت فهرست نویسی: فیا

امرازهایی درباره زندگی موفق، روابط زناشویی، الف. ساری زاد، فاطمه، مترجم. ج. عنوان.

۶۳۷۶ ق ۵ د ۹

کتابخانه ملی ایران

۸۵-۳۲۵۸۷ م

نام کتاب: قوانین واقعی عشق

مؤلف: فاطمه ساری زاد

ناشر: الینا

ناشر همکار: ملینا، چاف

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۰

چاپخانه: امیران

شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه

قیمت: ۲۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۳۲۸-۰۴-۱

info@chaf-melina.com

www.chaf-melina.com

مرکز پخش: قم، خیابان ارم، پاساژ قدس، طبقه پنجم، پلاک ۱۶۹

تلفن: ۷۷۴۷۳۹۶ - تلفکس: ۷۸۳۱۰۴۱

انتشارات چاف - ملینا

فهرست مطالب: ۷۶

مقدمه ۹

قوانین واقعی عشق چیست و چرا به آنها نیاز دارید. ۱۲

قوانین واقعی عشق چیست؟ ۱۳

چهار قانون محبت ۱۷

با پیروی از قوانین قدیمی منسوخ شده زندگی عاشقانه‌ی خود را ویران

نکنید ۱۹

دوست دارید چه زنی باشید؟ ۲۱

بازی دادن ۲۱

تظاهر ۲۲

چگونه قوانین قدیمی موجب تخریب اعتماد به نفس می‌شود ۲۲

بخش دوم: قوانین واقعی عشق برای رسیدن به یک رابطه‌ی

مناسب ۲۵

قانون شماره یک: با مردان همانگونه رفتار کنید که دوست دارید آنها با

شما رفتار کنند ۲۵

نظرتان درباره‌ی ایده‌های قوانین قدیمی چیست؟ ۲۷

بدترین اتفاق ممکن در چنین مواردی چیست؟ ۲۹

قانون شماره دو: مردان به اندازه‌ی شما نیازمند عشق و اطمینان

خاطرند ۳۰

- قانون شماره سه: از مردانی که قوانین واقعی را دوست ندارند اجتناب کنید. ۳۳.....
- مردان پیرو قوانین قدیمی ۳۴.....
- قانون شماره چهار: او را بازیچه نکنید. ۳۷.....
- یک برنامه‌ی عملی برای تشخیص شخصیت مردان با استفاده از قوانین واقعی ۴۰.....
- بیاید از قوانین واقعی عشق استفاده کنید. ۴۰.....
- پاسخ‌های او چه کمکی به شما می‌کند؟ ۴۲.....
- قانون شماره پنج: خودتان باشید ۴۲.....
- انواع نقش بازی کردن ۴۴.....
- انواع مخفی کاری ۴۴.....
- قانون شماره شش: عشق خود را ابراز کنید. ۴۸.....
- قانون شماره هفت: پیش از آنکه بیش از حد صمیمی شوید سوالات لازم را بپرسید ۵۳.....
- قانون شماره هشت: با مردان متاهل آشنا شوید. ۵۸.....
- قانون شماره نه: به دنبال یک مرد خوش خلق باشید. ۶۰.....
- قانون شماره ده: به علام خطر توجه کنید. ۶۶.....
- تفسیر چند علامت خطر ۷۰.....
- قانون شماره یازده: به وسعت قلب مردان نگاه کنید، نه حجم کیف پولشان ۷۲.....
- قانون شماره دوازده: منصفانه رفتار کنید - تبعیض قائل نشوید. ۷۷.....
- قانون شماره سیزده: عاشق ویژگی‌های خیالی مردان نشوید. ۸۰.....

بخش سوم: قوانین واقعی (فشار کردن با مردان) ۸۵

قانون شماره چهارده: احساسات خود را صادقانه ابراز کنید ۸۵

مزایای صداقت چیست؟ معایب دروغ‌های احساسی چیست؟ ۸۶

قانون شماره پانزده: جذاب‌ترین بخش خود را نشان دهید - ذهن‌تان را

..... ۸۹

قانون شماره شانزده: از نظر عاطفی سخاوتمند باشید نه خسیس ۹۵

بخش چهارم: قوانین واقعی برای اینکه مردتان از شما

خواستگاری کند ۱۰۱

قانون شماره هفده: چهار مرحله‌ی اصلی تعهد که باید در رابطه‌ی خود

از آنها عبور کرده باشید ۱۰۱

قانون شماره هجده: تعهدات عاطفی ارزشمندتر از حلقه‌ی ازدواج است.

..... ۱۱۰

قانون واقعی شماره نوزده: هرگز به مردان برای متعهد شدن فشار

نیاورید ۱۱۳

بخش پنجم: چگونه با قوانین واقعی به زندگی خود واقعیت

بخشید ۱۱۷

قانون واقعی شماره بیست: صبور باشید ۱۱۷

فرمول قوانین واقعی ۱۱۸

قانون شماره‌ی بیست و یک: با فکرتان از خودتان محافظت کنید، نه با

قلبتان ۱۲۱

قانون شماره بیست و دو: از قوانین واقعی در همه جا استفاده کنید. ۱۲۴

قوانین واقعی زندگی ۱۲۵

نتیجه گیری ۱۳۱

به کمتر از این راضی نباشید ۱۳۴

www.ketab.ir

مقدمه

بگذارید بگویم چه شد که این کتاب را نوشتم.

پاییز سال ۱۹۹۶ بود. با دوستانم در حال صرف ناهار بودیم. وقتی شروع به خوردن سالاد کردیم، یکی از ایشان گفت: راستی باربارا، نظرت درباره‌ی کتاب «قوانین عشق» چیست؟ این روزها، همه درباره‌اش حرف می‌زنند. «خب، شنیده بودم این کتاب به زنان می‌گوید که چگونه مردان را ترغیب به ازدواج کنند، اما آن را نخوانده بودم. بنابراین صادقانه گفتم: «آنها نخوانده‌ام».

«نخوانده‌ای؟» از داخل کیفش، یک کتاب کوچک درآورد.

«بگیرش این کتاب را یکی از همکارانم محض شوخی به من داده است. باور نمی‌کنی چه چیزهایی نوشته است!»

کنجکاوی‌ام تحریک شده بود. از آنجا که در روابط زناشویی یک صاحب نظر خبره به حساب می‌آمدم، همیشه نظرم را راجع به کتابهایی که در این زمینه نوشته می‌شد می‌پرسیدند. گاهی پیش می‌آمد که کاملاً با نظرات نویسنده مخالف بودم اما هرگز علناً هیچ کتابی انتقاد نکرده بودم. چنین اخلاقی نداشتم. آنچه در مورد این کتاب اتفاق افتاده، برای اولین بار بود.

جلد کتاب را نگاه کردم: قوانین عشق، عنوانش خطرناک به نظر نمی‌رسید. سپس کتاب را باز کردم و مشغول خواندن شدم - پر بود از باورها و توضیحات غلط، قدیمی و منسوخ - همان حرفهایی که سالها پیش مادر بزرگم به مادرم گفته بود. مادر بزرگی که فکر می‌کرد بارداری با بوسیدن ایجاد می‌شود!

یک لحظه فکر کردم سوء تفاهم شده است. گفتم نکند این کتاب از همان کتابهای طنز است که کتابهای روانشناسی را دست می‌اندازد. بعد، از آنجا که هر

فصلی که از کتاب می‌گذشت، توصیه‌ها بدتر می‌شد، فهمیدم که شوخی نیست - همه چیز کاملاً جدی است. نمی‌توانستم باور کنم! نوشته بود: " ... مردان هستند که رابطه را هدایت می‌کنند ...

... کم حرف و اسرار آمیز باشید، خانمانه رفتار کنید

... از خودتان زیاد نگوئید، بگذارید او فکر کند، بگذارید او حرف بزند ... او همه کاره است...

... اگر انگشتر الماس هدیه نداد ... یا او به هم بزنید ...

... لباسهای جذاب، تنگ و یقه باز بپوشید ...

... اگر لازم بود، پیشی‌تان را عمل کنید ...

... چاقی خلاف قوانین عشق است ...

اینها قوانین شادی نبودند بلکه قوانینی بود که زندگی عاشقانه افراد را تخریب می‌کرد و آنها را مجبور می‌کرد مثل زنهای کلیشه‌ای، سطحی‌نگر و سلطه‌پذیر رفتار کنند. این توصیه‌ها نه به کتابهای اخیر بلکه به قرن‌های پیش برمی‌گردد: اینها، همان باورهایی است که موجب شد میلیون‌ها زن (از جمله خودم) با مردانی رابطه برقرار کنند که اصلاً نباید از ابتدا با آنها آشنا می‌شدند. این قوانین زنان زیادی را به ازدواج‌هایی کشاند که خبری از عشق در آنها نبود همان‌هایی که نسل زنان را به موجوداتی بدون اعتماد به نفس تبدیل کرد؛ همان ایده‌هایی که من و بسیاری از زنان شاد و موفق دیگر، برای از بین بردن شان تمام زندگی‌مان تلاش کرده‌ایم.

به زنانی فکر کردم که بی‌خبر از همه جا، سعی می‌کنند این قوانین نادرست را در زندگی خود اجرا کنند. زنانی که نمی‌دانستند با زیر پا گذاشتن صداقت، منزلت و اعتماد به نفس خود برای به دام انداختن یک مرد، سرانجام چه بهای گزافی خواهند پرداخت.

به دختران نوجوانی فکر کردم که این مزخرفات را می‌خوانند و فکر می‌کنند درست است. پس عشق خود را به بازی می‌گیرند، ساکت می‌مانند و اندام خود را به نمایش می‌گذارند. به واکنش مردانی فکر کردم که قوانین این کتاب را می‌شنوند، حتما پیش خود می‌گویند: پس درست فکر می‌کردم، زن‌ها موجودات کنترل‌گری هستند که فقط ما را به بازی می‌گیرند.

ناگهان، متوجه شدم کتابی که در دست دارم نه تنها خنده‌دار، احمقانه و مزخرف است بلکه کاملاً اشتباه هم می‌باشد. توصیه‌های این کتاب کاملاً بر عکس اصولی بود که در بیست سال گذشته درباره‌ی روابط سالم فهمیده بودم.

اینجا بود که فهمیدم لازم است «قوانین واقعی عشق» نوشته شود ... قوانین واقعی عشق را تقدیم می‌کنم:

- به تمام زنانی که یک روز قلب‌شان شکست، چرا که عاشق مردی شدند که مناسب آنها نبود.

- به تمام زنانی که می‌خواهند جراحی کنند چرا که فکر می‌کنند باید اندامشان دقیقاً همانی باشد که مردها می‌پسندند.

- به تمام زنانی که می‌ترسند از احساسات، علایق و نگرانی‌های خود با مرد زندگی‌شان حرف بزنند، چرا که می‌ترسند او فکر کند آنها زنان نیازمند و پر توقعی هستند.

- به تمام زنانی که آنقدر می‌ترسیدند مردشان را از دست بدهند، که تمام عقاید، ارزش‌ها و اعتماد به نفس خود را فدا کرده‌اند.

- به تمامی زنانی که به خاطر جلب رضایت مردان، آنقدر از خودشان دور شده‌اند که دیگر نمی‌دانند چه کسی هستند.

- به تمامی زنانی که نمی‌خواهند دخترشان اشتباهات خودشان را تکرار کنند و دخترانی که نمی‌خواهند به سرنوشت مادرانشان دچار شوند.

- به تمام زنانی که رویایشان داشتن یک مرد واقعی براساس ویژگی‌های واقعی است - نه بازی دادن همدیگر و سلطه طلبی زنانی که در جستجوی یک رابطه صمیمانه همراه با عشق و احترام متقابل هستند. و به تمام مردانی تقدیم می‌کنم که می‌خواهند یک زن واقعی داشته باشند:

- زنی که بتوان، به او اعتماد کرد و محترم دانست؛ زنی که ذهنی روشن و قلبی مهربان دارد.
تقدیم با عشق، به شما.

قوانین واقعی عشق چیست و چرا به آنها نیاز دارید.

