



Adam & Eve آدم و حواء

(المستوى الأساسي)

(F e b r u a r y 2 0 2 4)

المقدمة

الهدف من البرنامج :

تجربة شعورية غنية يدرك فيها الذكر ذكوره ويفهم أحوال الأنثى، والأنثى تدرك الأنوثة فيها وتفهم ذكورة الرجل.

التعريف بأنفسنا من الخارج والداخل

- الخارج : الفروقات الجوهرية بين جسد الذكر وجسد الأنثى لتعزيز التواصل بهويتنا النوعية واستعادتها
- الداخل : رحلة تفصيلية عميقة عن خريطة المشاعر داخل الذكر والأنثى

أهمية توضيح الفروقات بين الذكر والأنثى

1. لأنهم يحاولون بيع : الصراع بين الذكر و الأنثى و التسويق له.
 2. لأنهم يحاولون ترسيخ أن الاختلاف بين الذكر والأنثى :اختلاف أفضلية (أحدهما أفضل من الآخر) بينما هو اختلاف مميزات يهدف التكامل.
 3. استحقاق (تقليل) جزء من هوية الذكر (احتياجاته العاطفية والجنسية ينظر على أنها شهوة حيوانية).
 4. لأن إنكار الاختلاف بينهما والتغافل عنه هو طمس للهوية، فقدان الهوية يؤدي إلى سهولة الاسترقاق(العبودية)، ولكنها عبودية بحدثة مقنعة .
- كالشذوذ مثلا:** تناول الاختلافات الجوهرية لجسم الذكر والأنثى يوضح الاضطراب الرهيب عندما نجد جسم ذكر يشتهي ذكر أو جسم انثى تشتهي أنثى.
5. تعزيز الشعور بتقدير الهوية ببعدها المادي الجسدي والشعوري، فبعض البنات تغير من شكل جسمها بعمليات التجميل لأنها لا تقدر نفسها و لا هويتها.
- فهي غير مدركة و غير مقدرة للجمال الشعوري الحقيقي الموجود خلف هذا التجسيد المادي (خلق الجسد محكم، و لا مكان للعبثية و الصدفة).
- فعندما تفهم الأنثى هذا المعنى: ستقدّر هويتها الأنثوية الرقيقة وتعزّز بها وتحب جسمها كما هو.
- مثال: الأنثى المصابة تكيس مبايض لا تشعر في بعمق إبداعها في المستقبل، و التي لديها أورام في الثدي غير مدركة أهمية اللين في حياة الأنثى، و الذكر المصاب دوالي الخصية لا يشعر بتأثيره.

الفروقات الجوهرية في جسد الرجل والمرأة

- الثدي و الأعضاء الجنسية
- الثدي
- مكانه (الضرع) رضاعة المسؤولية والانتماء
- وظيفته الشعورية : • انتماء
- أمام القلب والرئة (الأجهزة الحيوية للحياة).
- كيف تواجه الأنثى بثدييها (مصدات مطاط) لامتنعاص
- الصددمات واستقبالها بأريحية.
- عكس الذكر -بدون ثدي تقريبا- ولذلك جامد وصلب في
- مواجهة المشاكل والأحداث (خرسانة).
- ولذلك ذات الثدي المتحجر: ناشفة، صعبة، قاسية، متخشبة.

تمييز الفروقات العاطفية الجنسية

- قوة الأنثى في استقبالها واستيعابها الحنون للذكر، ولو تحولت لمؤثر لضاعت.
- قوة الذكر في تأثيره، ولو تحول لمستقبل واحتاج للأنثى لضاع.
- الثدي في الخارج: لين وقليل العضل.
- العضو الذكري في الخارج: قوي وصلب.

Zoom In

داخل هيكل الإنسان الشعوري على ثلاث أبعاد



1. بُعد الإتصال بالذات (هو البعد الأعمق والأصعب وأصل هيكل الإنسان الشعوري)

- كيف حالي مع نفسي؟
- كيف أنا مع ذاتي؟
- هل أنا متصل بنفسي؟
- هل أشعر بوجودي؟
- هل أحس جسدي؟

حال الإتصال: حال شعوري فطري طبيعي بين البشر، و متاح لأي إنسان - وهذا ليس بحال تواصل

Connect not communication -

ولذلك أول كلمة في القرآن "اقرأ" .. بلغة المشاعر أي إتصل.

إتصل بنفسك لكي تتصل بالكون من حولك وتقرأ.

الاتصال: هو الحال الأساس للإنسان مع نفسه، الإنسان إذا لم يتصل بنفسه لن يستطيع الإتصال بشئ.

الإنسان هو مركز الإرسال والإستقبال لنفسه وبنفسه.

****كيف أستحضر الحال ؟**

أحوال الذكر على بعد الذات	أحوال الأنثى على بعد الذات
<p>31: حال فيه استعداد وشدة وقوة من أجل التأثير، قدرته على التحقيق.</p> <p>* إذا عاش الذكر حال "الفككان والين" الأنثوي، لن يثق في قدرته على التحقيق، ويصبح حنون (باضطراب) ومحتاج للحنان.</p>	<p>13 : حال "الرحرحة والفككان"، حال فيه ارتخاء في العضلات، حال حنان ودفع واستيعاب وحضن ومساندة ودعم.</p>
<p>24 حال الوجود عند الذكر:</p> <p>لي وجود مختلف في هذه الحياة، حال رجل قوي يتفاخر بوجوده ورعايته الراقية</p> <p>مثال: يشعر بالفخر والعزة أن صرف على أخواته وزوجهم.</p> <p>مثال مضطرب: أنا عبدٌ مأمورٌ (لا يشعر بوجوده .. حال يطفئ الذكورة .. لأنه ليس له وجود).</p>	<p>42 حال الوجود عن الأنثى:</p> <p>حالي مختلف عن أقراني و ليس علوية على أحد ولكن اختلاف تمييز (فريدة)، كل أنثى لها وجود وحضور مميز عن غيرها. (unique:unlike anything else)</p> <p>* حضور ووجود مختلف - لكل أنثى - مبني على الجمال والنور والإشراق والمعرفة والحيوية والبهجة والسعادة</p> <p>* كل مشاعرها وتصرفاتها وحركاتها وكلامها فيه أناقة شعورية وتواضع و وُد ولطف في نفس الوقت.</p>

بمراقبة أحوالي: أنتبه لطريقة جلوسي، مشيتي، حالي، مشاعري، أقرأ حالي وأفعالي من أفكاري ومشاعري وتصرفاتي.

إنتبه!

من حال (الإلزام) & حال (بحاول: شعور المحاولة في حد ذاتها هو شعور باليأس)، وكلاهما اضطراب.

2. بُعد التواصل (العلاقات - Communication)

كيف أقضي وقتي مع نفسي ومع الآخر؟
كيف أتفاعل مع نفسي ومع الآخر؟
مستوى العلاقات والحياة العاطفية والاجتماعية

أحوال الذكر على بعد التواصل	أحوال الأنثى على بعد التواصل	
<p>أريد أن أكون مع الحق، عادل، كل تصرفاتي صحيحة، أريد العيش بطريقة صحيحة، بالمبدأ والأصول والدين والأخلاق، لا أريد أن أخطئ</p> <p>* أقضي وقتي في تفعيل، تَفَكُّر، أتداول مع نفسي المبادئ والصح والأصول.</p> <p>* كلما الذكر عاش المبدأ ، كلما أحببت الأنثى الانتماء له.</p> <p>وكلما تخلى عن مبدئه، كلما انفصلت عنه وتكررت عليه و رأته ضعيفاً حتى لو كان هذا التنازل من أجلها هي (اضطراب من الطرفين)</p> <p>* حدس الذكر : ليعمل تفقد (check) على ابنه إن كان على المبدأ والصح أم لا ؟</p>	<p>ارتباط وانتماء بالعائلة والأسرة والأصدقاء.</p> <p>حال فيه ارتباط عالٍ بالكون ولذلك هو حال حدسي.</p> <p>* قدرة الأنثى على الاتصال سحرّ، تدلّل لها العقبات وتمكّنها مما لا يتمكن منه الذكور.</p> <p>مهم ألا تقطع الأنثى علاقتها لأنها تقطع نفسها !</p> <p>* أقضي وقتي في تفعيل، تَفَكُّر، أتداول مع نفسي علاقاتي وكيف حالي معهم، أكون ملجأ وملاذ لذاتي.</p> <p>* قيمة الذكر في عين الأنثى بقدر تمسكه بثوابته واحترام كلمته (عندما تراه ثابت تأمنه)</p> <p>* حدس الأنثى : لتعمل تفقد (check) على ابنها إن كان بخير أم لا ؟</p>	<p>حال أعيشه مع نفسي (ارتباط مع نفسي)</p>
<p>حال الصقر - قناص الفرص - مثابر - ماهر - شغيل - ناجح</p> <p>يجيد اقتناص الفرص وتفعيلها وطويل البال لتحقيق الهدف</p>	<p>فراشة جميلة - طائرة - محلقة - - مبهجة - سعيدة - راقصة - معبرة مشرقة - دافئة - تحب مساعدة الناس وتقدم لهم دعم مختلف وجديد.</p>	<p>حال أعيشه مع الآخر حتى لو الآخر أنا</p>

أهمية الأنثى بحالها الفطري المتزن في حياة الرجل:

* وجود الأنثى في حياة الذكر يجعله يثابر براحة لأن وجودها في حياته مريح وتوفر البيئة المَعِينَة على المثابرة وتجعله أكثر وضوحاً وأقدر على اقتناص الفرص (مثل البحر عندما يكون صافي، وعندما يكون متعكر "الأنثى هي البحر")

* الأنثى هي الميناء (البيت، الوطن، Home) التي تجعله يرتاح، ويستطيع بعدها الغزو مرةً وتنين ويثابر طول حياته، الذكر الذي ليس لديه ميناء لن يعرف الراحة، و سيستهلك، لا يستكمل حياته في القنص والصيد والمثابرة، ستصبح حياته بلا طعم، و يصبح مثلولم (عكس حاد) لأنه في واقع الأمر هو يقتنص الفرص لأجل الأنثى، هي الوطن، هي زهرة حياته بمجرد أن تعيش حال الفراشة المنطلقة الخفيفة المريحة المبهجة.

* مثل شعبي: الستات أقدام، هناك ذكر مع أنثى ينجح و يتفوق و يتقدم في حياته، و مع أنثى أخرى يفشل فشل ذريع، فهي البحر النقي و الميناء المريح الذي ساعده و دعمه و أوصله للنجاح.

الإنتباه والسكون

- الإنتباه والسكون = (الحياة)
- الحياة = الوعي (الحساب)

مثال: المحاسب والمدير المالي

بدون محاسب: لن نعرف أين نحن

وبدون مدير مالي: لن نعرف إلى أين؟

انتباه وسكون بدون وعي = جثة تنبض (الحال العادي).

مش حاسس بطعم الحياة .. أجلا أم عاجلا سيمرض ويموت.

الحضور والإدراك

- الحضور: هو إدراك الانتباه والسكون
 - الإدراك: هو معرفة شمول / شمولية الوعي والفهم
- أرني أنظر إليك - ليطمئن قلبي.
- إدراك أعيش وأحيا به .. ولا أحتاج للتفكير به بين الحين و الآخر.

توضح ضلال عدم الانتباه
وعملية السكون والانتباه

آية 44 سورة الفرقان

أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ ۚ إِنْ هُمْ إِلَّا
كَالْأَنْعَامِ ۚ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا (44) أَلَمْ تَرَ إِلَى رَبِّكَ كَيْفَ مَدَّ
الظِّلَّ وَلَوْ شَاءَ لَجَعَلَهُ سَاكِنًا ثُمَّ جَعَلْنَا الشَّمْسُ عَلَيْهِ دَلِيلًا
(45) ثُمَّ قَبَضْنَاهُ إِلَيْنَا قَبْضًا يَسِيرًا (46) وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ
لَكُمْ اللَّيْلَ لِبَاسًا وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ النَّهَارَ نَشُورًا (47)
وَهُوَ الَّذِي أَرْسَلَ الرِّيَّاحَ بُشْرًا بَيْنَ يَدَيْ رَحْمَتِهِ وَأَنْزَلْنَا
مِنَ السَّمَاءِ مَاءً طَهُورًا (48) لَنُخْرِجَ بِهِ بَلْدَةً مَّيِّتًا وَنُسْقِيَهُ
مِمَّا خَلَقْنَا أَنْعَامًا وَأَنْعَاسٍ كَثِيرًا (49) وَلَقَدْ صَرَّفْنَاهُ بَيْنَهُمْ
لِيَذَكَّرُوا فَأَبَى أَكْثَرُ النَّاسِ إِلَّا كُفُورًا (50)

الذكر

- سكونه: مسؤولية
- انتباهه: معرفة

ولذلك الذكور يتعاطون المخدرات أكثر ليعيشوا سكون بدون ألم، فيتعاطون المخدرات ليغيبوا.

الأنثى

- سكونها: استمتاع (مبتسمة دائماً دون أن تنتبه)
- انتباهها: مسؤولية

ولذلك دائماً مع الإناث مسكنات ألم لأنهن لا تتحملن الألم ولا ثقل المسؤولية وشدها.

3. بُعد التأثير (كيف أُؤثّر في العالم الخارجي)

أكثر بعد يظهر فيه النوع "الجندر"

حال الراعي	حال الراعية
<p>منتبه بكل حواسه لأي خطر يحدق بأغنامه ويقوم فوراً بالتصرف السليم تجاه الرعية من أجل راحتها و سلامها وأمنها ويقوم بذلك وهو رائق ومنسجم و مرتاح وواثق من أدواته غير متوتر ومزعج</p> <p>* حال الراعي:</p> <p>منتبه وليس مسترخي " حال انتباه حسي"</p> <p>* الرجل شغله في سكونه: المسؤولية وفي انتباهه: يتعلم ويقرأ ويبحث. لماذا ؟ لينفذ براحة وسرعة ومهارة. ولذلك يأخذون كورسات التنفيذ والمهارة، يعرف كيف يكسب بسهولة ويزود مهارته في معرفة كيف تؤكل الكتف</p> <p>* المعرفة من أجل المسؤولية.</p> <p>* أصعب حال على الذكر يذاكر للمعرفة فقط.</p>	<p>توفر البيت الهادئ والمريح والدافئ وتعمل جو جميل ورائق، منتبهة لتفاصيل كثيرة لتوفر هذا الجو وتأخذ الموضوع بمسؤولية واهتمام</p> <p>* حال الراعية: " حال انتباه شعوري"</p> <p>هادئة ومرتاحة ومنسجمة وتشع نور، حالها جميل يألف بها زوجها ويسعد بها.</p> <p>* الأنثى شغلها في سكونها: الروقان والانسجام وتعيش المسؤولية في حال انتباه ولذلك هي أدق من الرجل في تنفيذها. وفي سكونها تتعلم وتنور وتعرف. ولذلك تأخذن كورسات المعرفة والعلاقات. تأخذ مسؤولية المعرفة.</p> <p>* أصعب حال على الأنثى حمل المسؤولية.</p>

تمرين السعادة (كيف تعيش الأنثى سعيدة)

1. إحضار ورقة وقلم.
2. نكتب 10 معاني للسعادة في حياتي.
3. اختاري منهم 3 معاني مريحة.
4. اختاري منهم 3 معاني غير مريحة.
- ستكتشفي أنّ معنى السعادة عندك متناقض، نفس الكلمة تحمل معاني إيجابية وسلبية في نفس اللحظة، فلا تعرفي أن تعيشي الانبساط والسعادة فعلاً.
5. اسألي نفسك متى آخر مرة شعرت فيها بالـ 3 معاني المريحة للسعادة.
6. ماذا شعرت وقتها ؟
- هذه المشاعر الجديدة هي معاني السعادة بالنسبة لك .. استحضريها وعيشيها

الحواس ومعرفة الذات

- تتفعل الحواس (في الانتباه).
- أكثر الحواس المستخدمة للذكر بما يخدم دوره الذكوري في الحياة هو: السمع والبصر.
- أكثر الحواس المستخدمة للأنثى بما يخدم دورها الأنثوي في الحياة هو: اللمس والشم.

السمع عند الذكر

- السمع: يضطرب أو ينزعج الذكر عندما لا يسمع بشكل جيد.
- الحل: اسمع بالتالي ستهداً
- الأنثى تعيش السمع: تفهم واستيعاب

البصر عند الذكر

- البصر: عندما يهمل الذكر رؤية التفاصيل يشعر بالخوف.
- الحل: الانتباه و رؤية التفاصيل بالتالي يذهب الخوف ويطمئن.
- الأنثى تعيش البصر: أفق ، إتساع ، حرية.

اللمس عند الأنثى

- اللمس: عندما لا تتمكن من لمس الأشياء و الإمساك بها تنزعج و تشعر بالقلّة، فتعرف انها "ماسك الهواء بإديا".
- الحل: تقدر نفسها وتعيش الحقيقة بالتالي سترتاح.
- الذكر يعيش اللمس: قيم ومبادئ وأصول وثوابت.

الشم عند الأنثى

- الشم: قلبها مقبوض ← تروح تشم ريحة حقيقية - تعيش الواقع.
- الستات تحب العيش في الوهم.
- ولذلك تتجسس على زوجها بسبب الظن والشك الذي سيقتلها، فتبحث عن دليل تمسكه عليه ..
- وتقوم بهذا بحاسة اللمس .. وهذا لن يعطيها الإشباع أبداً.
- الحل: تشم الحقيقة بنفس الحاسة بالتالي سترتاح.
- الذكر يعيش الشم: مهارة (حاسة الشم عند الدب)

بروتوكول حساب المشاعر على الثلاث أبعاد

المستوى - البُعد	النوع	السؤال ؟	الإحتياج	التصحيح
البُعد الأعمق الإتصال بالذات connect	ذكر ♂	انظر في عينيك بعمق، ماذا ترى ؟ ماذا تحتاج ؟ ماذا ينقصك ؟	شاعر بغربة مع ذاته ، مش قادر أنتي لنفسي، مش قابلها، مش متصلة بذاتها ، مقطوعة من نفسها، أشعر أنك غريبة وبعيدة	♂ : يتصل بذاته ويشعر بالإنتماء له ♂ : تتصل بذاتها في العمق وتعتذر لها وتطلب من نفسها السماح لأن هذا احتياج على بُعد الذات الذكوري
			تجد / يجد صعوبة في التعبير عن النفس ، غير قادر على الوصف ولذلك الذكر المضطرب هنا يحتاج لأنثى قعدها لنليذة	هذا احتياج على بُعد الذات الذكوري ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور التعبير الحر ولا يحتاج لآخر لإشباع ذلك الشعور
	أنثى ♀	انظري في عينيك بعمق ، ماذا ترين ؟ ماذا تحتاجين ؟ ماذا ينقصك ؟	مؤثرة على نفسها ، مبهوسة بالتأثير على نفسها ، ولما تضطرب تجري ورا ذكر يكون مؤثر عليها	هذا احتياج على بُعد الذات الأنثوي ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور التعبير الحر ولا يحتاج لآخر لإشباع ذلك الشعور

			<p>عايزة المبدأ يعي منها، فقدان الإتزان في هذا البعد يجعلني أحتاج أطبق المبادئ على الآخر ولا أطبقها على نفسي ، مش عارف أعيش المبدأ على نفسي ، أفرضه على الآخر</p>	<p>هذا احتياج على بُعد الذات الأنثوي ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور الإنتماء للمبدأ والصح والأصول والأخلاق والعدل ولا يشتهى فرضه على الآخر</p>
		<p>ماذاتود</p>	<p>يحتاج تواصل مع الآخر فيه حنية ودفا</p>	<p>هذا احتياج على بُعد التواصل الذكوري ممكن أن يضطرب</p>
المستوى - البُعد	النوع	السؤال ؟	الإحتياج	التصحيح
<p>البُعد الثاني بُعد التواصل communication</p>	<p>ذكر ♂</p>	<p>قوله لنفسك ؟ "تحب تقوله ايه؟"</p>		<p>فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور الحنية ودفا وان يكونوا هم مصدر هذا الشعور لأنفسهم</p>
			<p>يشعر باختلافه وتميزه وحداثته وأنه يتماشى مع أحدث صيحات الموضة</p>	<p>هذا احتياج على بُعد التواصل الذكوري ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور الحنية ودفا وان يكونوا هم مصدر هذا الشعور لأنفسهم</p>

	أنثى ♀		عايزة تشعر بقيمة ومكانة وأصالة والا هتموت على راجل قيمة ومكانة يعطيها هذا الشعور	هذا احتياج على بُعد التواصل الأنثوي ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور القيمة والمكانة والأصالة
		ماذا تودين قوله لنفسك ؟ "تحبي تقوليها ايه؟"	تفرض رأيها ، فيها احتياج للسيطرة على الأخر، بتعملها بقسوة شديدة واحساس داخلي بالضعف في نفس الوقت	هذا احتياج على بُعد التواصل الأنثوي ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور التأثير الدافئ
البُعد - المستوى	النوع	السؤال ؟	الإحتياج	التصحيح
البُعد الثالث بُعد التأثير	ذكر ♂	ايه اللي انت عايز تعمله ؟ ايه اللي عايز تشوفه في نفسك ؟	عايز الى حواليه يُشعره انه أصيل ومتميز ويتصرفوا معه على هذا الأساس	هذا احتياج على بُعد التأثير الذكوري ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور الأصالة والتميز والقيمة

<p>هذا احتياج على بُعد التأثير الذكوري ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور الصبح والأصول والمبدأ</p>	<p>عايز اللى حواليه يُشعروه انه رجل ذو مبدأ ويتعاملوا معاه بالأصول والصبح</p>			
<p>هذا احتياج على بُعد التأثير الذكوري ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور متفاعل وله حضور وتأثير واضح</p>	<p>عايز اللى حواليه يُشعروه انه رجل متفاعل وذكر قوى وله حضور "تفاعل تأثيري"</p>			
<p>هذا احتياج على بُعد التأثير الذكوري ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور التأثير والحنية والكرم والعطاء</p>	<p>عايز اللى حواليه يُشعروه انه رجل مؤثر وحنين وكريم ومعطاء</p>			
<p>هذا احتياج على بُعد التأثير الأنثوي ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور الحنية والدفا والعاطفة العميقة</p>	<p>عايزة حد يتصرف معاها بحنية و دفاء وعاطفة عميقة</p>		<p>أنثى ♀</p>	

<p>هذا احتياج على بُعد التأثير الأنثوي ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور التأثير المرح الخفيف والمُحبب</p>	<p>عايزة الآخر يُشعرها بأنها مرحلة وفراشة ووجودها وحضورها خفيف ومُحبب</p>			
<p>هذا احتياج على بُعد التأثير الأنثوي ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور الوطن والملجأ والملاذ لأنفسهم</p>	<p>عايزة الآخر يُشعرها بالإنتماء وأنه أبدا مش هيتغير عليها وانه الوطن والملاجأ والملاذ الآمن</p>	<p>ايه اللي انتي عايزة تعملينه؟ ايه اللي عايزة تشوفيه في نفسك ؟</p>		
<p>هذا احتياج على بُعد التأثير الأنثوي ممكن أن يضطرب فيه الذكر والأنثى ولذلك مهم على كل منهم أن يكتفوا ذاتيا بشعور التميز والإختلاف (uniquice)</p>	<p>عايزة الآخر يُشعرها بتميزها وإختلافها</p>			



Thank You !

