Գերի Չեփմեն

Սիրո 5 լեզուները

Հավերժական սիրո գաղտնիքը

Թարգմանությունն անգլերենից՝
Լիլիթ Գրիգորյանի

ԵՐԵՎԱՆ
2019

Bookmark

ՀՏԴ 159.9
ԳՄԴ 88
Չ 414

Չեփմեն Գերի
Չ 414 Սիրո 5 լեզուները: Հավերժական սիրո գաղտնիքը/ Գերի Չեփմեն; Թարգմանությունն անգլերենից՝ Լիլիթ Գրիգորյանի.- Եր.: Newmag, 2019.- 232 էջ:

Ավելի քան 10 միլիոն տպաքանակով վաճառք: Այս գիրքը վերափոխել է բազմաթիվ մարդկանց հարաբերությունները: Գրքի առաջադրած գաղափարը պարզ է, հստակ, համեմված հումորով: Ընդ որում, այն խիստ անձնական է, բայց շատերի համար կիրառելի: Գրքում տեղ են գտել իրական մարդկանց պատմություններ, որոնց խնդիրները ձեզ ծանոթ կթվան, լուծումները՝ պարզ, բայց անսպասելի: Գրքի ընթերցանությունը կարծես խելամիտ ժամանց է, հետաքրքիր զրուցակցի հետ զբոսանք: Այն մեկընդմիշտ կփոխի ձեր հարաբերությունները՝ կարդալու պահից սկսած:

ՀՏԴ 159.9
ԳՄԴ 88

Այս գիրքը հրատարակվել է Հայ Առաքելական Եկեղեցու Արարատյան Հայրապետական թեմի առաջնորդական փոխանորդ Տ. Նավասարդ արքեպիսկոպոս Կճոյանի օրհնությամբ և օժանդակությամբ:

ISBN 978-9939-9196-4-5
Սիրո 5 լեզուները. հավերժական սիրո գաղտնիքը© Newmag, 2019
Գիրքը թարգմանվել և հրատարակվել է ԱՄՆ Նորթֆիլդ հրատարակչական ընկերության թույլտվությամբ: Բոլոր իրավունքները պաշտպանված են:
«Սիրո 5 լեզուները» գրանցված ապրանքանիշ է և պատկանում է Չիկագոյի The Moody Bible Institute-ին:

“This book was first published in the United States by Northfield Publishing with the title The 5 Love Languages, copyright © 1992, 1995, 2004, 2010, 2015 by Gary Chapman. Translated by permission. All rights reserved.”
“The 5 Love Languages is a registered trademark of The Moody Bible Institute of Chicago in the United States and other jurisdictions.”

Գրքի հայերեն թարգմանության և հրատարակության իրավունքները պատկանում են «Նյու Մեգ» ՍՊԸ-ին: Իրավունքները ձեռք են բերվել «ԱՐԻ» գրական գործակալության միջոցով:

ԳԻՐ ՕՐՀՆՈՒԹՅԱՆ

«Երեք բանով գեղեցկացա և վայելուչ երևացի Տիրոջ և մարդկանց առջև: Դրանք են եղբայրների միաբանությունը, մերձավորների սերը և, երբ կինն ու տղամարդը համերաշխ են իրար հետ» *(Սիրաք 25:1-2)*

Ն.Ս.Օ.Տ.Տ. Գարեգին Բ Ծայրագույն Պատրիարք և Ամենայն Հայոց կաթողիկոսը 2019 թվականը հռչակել է Ընտանիքի տարի: Վեհափառի կոչին ընդառաջ կազմակերպվող բազմաբնույթ միջոցառումների շարքում գոհունակությամբ ողջունում ենք **new**mag-ի նախաձեռնությունը՝ թարգմանել պրոֆեսոր Գերի Չեփմենի «Սիրո 5 լեզուները» գիրքը, և բերում մեր օրհնությունն ու աջակցությունը գրքի հրատարակման աշխատանքներին:

Ընտանիքը սուրբ միություն է՝ օրհնված Աստծո կողմից, որի կապը իրական սերն է: Այն ներառում է ուշադրություն, ջանք ու կարողություն՝ հոգ տանելու մերձավորի մասին, զոհաբերվելու հանուն սիրելիի: Իսկ սերը հարատև պահելու համար անհրաժեշտ է պայքար, համբերություն, խոնարհություն և հավատարմություն:

Հատուկ կարևորելով առկա մարտահրավերները և հայ ընտանիքի առաջ ծառացած դժվարությունները, հույս ունենք, որ սույն հրատարակությունն օգտակար կլինի քրիստոնեական արժեհամակարգով ապրող ընտանիքներին՝ ամրապնդելու համար ընտանեկան հարաբերությունները և խոսելու սիրո լեզվով:

Մեր օրհնությունն ենք բերում «Սիրո 5 լեզուները» գիրքը հայերեն թարգմանությունը նախաձեռնողներին: Թող Աստված զորավիգ լինի հայ ընտանիքներին, առատացնի սերն ու համերաշխությունը, որպեսզի **«ընդօրինակենք Աստծուն սիրելի զավակների պես և շարունակենք քայլել սիրո մեջ»** *(Եփեսացիներ Ե 1-2)*:

Ջերմագին սիրով և օրհնությամբ՝

Նավասարդ արքեպիսկոպոս Կճոյան

Արարատյան Հայրապետական թեմի
առաջնորդական փոխանորդ

Bookmark

Բովանդակություն

	Երախտագիտության խոսք	9
Գլուխ 1	Ո՞ւր է կորչում սերը հարսանիքից հետո	11
Գլուխ 2	Սիրո շտեմարանը լեցուն պահելու անհրաժեշտությունը	21
Գլուխ 3	Սիրահարվելով	29
Գլուխ 4	Խրախուսանքի խոսքեր	43
Գլուխ 5	Ժամանց միասին	65
Գլուխ 6	Նվերներ	89
Գլուխ 7	Օգտակար լինելը	109
Գլուխ 8	Ֆիզիկական շփում	129
Գլուխ 9	Ինչպես ճանաչես քո սիրո լեզուն	145
Գլուխ 10	Սերն ընտրություն է	157
Գլուխ 11	Սերն ամեն բան փոխում է	169
Գլուխ 12	Ինչպես սիրել մեկին, որին անհնար է սիրել	179
Գլուխ 13	Հեղինակի կողմից	195
	Հաճախ տրվող հարցեր	199
	Սիրո 5 լեզուները. առաջադրանք ամուսինների համար	223

Bookmark

Նվիրում եմ Քերոլայնին,
Շելիին և Դերեկին

Bookmark

Երախտագիտության խոսք

Սերը սկսվում է կամ պետք է սկսվի ընտանիքում: Ինձ համար սիրո սկիզբը Սեմն ու Գրեյսն են՝ հայրիկն ու մայրիկը. առանց նրանց ես հավանաբար մինչև հիմա սեր որոնելիս կլինեի՝ սիրո մասին գրելու փոխարեն: Իմ ընտանիքը նաև իմ կինն է՝ Քերոլայնը: Եթե բոլոր կանայք նրա պես սիրել կարողանային՝ քիչ տղամարդկանց աչքը դուրս կլիներ: Շելին ու Դերեկը հիմա թողել են ընտանեկան բույնը՝ իրենց կյանքով են ապրում, բայց նրանց սիրո ջերմության մեջ ինձ ապահով եմ զգում: Ես երջանիկ եմ ու երախտապարտ նրանց բոլորին:

Ես պարտական եմ նաև բազմաթիվ մասնագետների, որոնց տեսություններն ազդել են սիրո իմ ընկալման վրա: Նրանց թվում են հոգեբույժներ Ռոզ Քեմբելն ու Ջադսոն Սվայհարթը: Խմբագրական աջակցության համար շնորհակալ եմ Դեբի Բարին, Քեթի Փիթերսոնին և Բեթսի Նյուենհայզին: Թրիշա Քյուբի և Դոն Շմիդի տեխնիկական հմտությունների շնորհիվ հնարավոր եղավ տեղավորվել հրատարակչության վերջնաժամկետների մեջ: Եվ ամենակարևորը՝ ցանկանում եմ երախտագիտություն հայտնել այն հարյուրավոր զույգերին, որոնք տարիների ընթացքում ինձ են վստահել իրենց անձնական ամենագաղտնի պատմությունները: Այս գիրքը տուրք է նրանց ազնվությանը:

Ո՞ւր է կորչում սերը հարսանիքից հետո

Բաֆալոյից Դալաս թռչելիս 9.000 մետր բարձրության վրա, նա մի կողմ դրեց ամսագիրը, շրջվեց դեպի ինձ և հարցրեց.

– Ի՞նչ բնույթի աշխատանք եք անում:

– Ամուսնական խորհրդատվություն և ամուսնությունն ավելի ամուր դարձնելու սեմինարներ,– ուղղակիորեն ասացի ես:

– Այդ դեպքում գուցե դուք ինձ ասեք. երկար ժամանակ է փնտրում եմ մեկին, որ հարցնեմ՝ ի՞նչ է պատահում սիրո հետ ամուսնանալուց հետո:

Հասկացա, որ ննջել չի հաջողվի.

– Ի՞նչ նկատի ունեք:

– Դե, երեք անգամ ամուսնացած եմ եղել, ու երեք անգամ էլ ամեն ինչ հրաշալի էր մինչև ամուսնանալը, բայց ամուսնանալուց հետո, չգիտես ինչու, ամեն ինչ փոխվում էր. մեր սերը հօդս էր ցնդում: Ես բավական խելացի անձնավորություն եմ, շատ հաջողակ բիզնես- կառավարիչ, սակայն այս ամենից բան չեմ հասկանում:

– Որքա՞ն ժամանակ եք ամուսնացած եղել,– հարցրի:

– Առաջին ամուսնությունս տևեց 10 տարի: Երկրորդը՝ 3, իսկ վերջինը՝ 6 տարի:

- Ձեր սերն անմիջապես հարսանիքի՞ց հետո էր չքվում, թե՞ աստիճանաբար,- հետաքրքրվեցի ես:

- Երկրորդ ամուսնությունս հենց սկզբից խափանվեց: Չգիտեմ՝ ինչ տեղի ունեցավ: Ես իսկապես մտածում էի, որ սիրում ենք իրար, բայց հենց մեղրամիսը մի մղձավանջ դարձավ, որից հետո այլևս չկարողացանք վերականգնել մեր հարաբերությունները: Մինչև ամուսնությունը 6 ամիս հանդիպել էինք: Բուռն սիրավեպ էր: Շատ հուզիչ: Սակայն ամուսնանալուց հետո՝ հենց սկզբից, այն վերածվեց ճակատամարտի:

Առաջին կնոջս հետ 3- 4 տարի վատ չէինք ապրում, մինչև որ հայտնվեց երեխան: Նրա ծնվելուց հետո զգացի, որ կինս իր ամբողջ ուշադրությունը կենտրոնացրել է փոքրիկի վրա, ու ես այլևս կարևոր չէի: Կարծես նրա կյանքի ամբողջ իմաստը երեխա ունենալն էր, ու իմ կարիքն այլևս չուներ:

- Իսկ նրան ասացի՞ք այդ մասին,- հարցրի ես:

- Այո, ասացի: Նա մտածեց, որ ես ցնդել եմ: Ասաց, որ չեմ հասկանում, թե ինչ է նշանակում 24 ժամ դայակ լինել: Ասաց, որ լավ կլիներ, եթե մի քիչ հասկացող լինեի ու օգնեի իրեն: Ես իսկապես փորձեցի, բայց կարծես թե առանձնակի փոփոխություններ չեղան: Դրանից հետո ավելի հեռացանք իրարից: Որոշ ժամանակ անց սիրուց այլևս բան չէր մնացել: Երկուսս էլ համաձայնեցինք, որ մեր ամուսնությունն ավարտված է:

Ինչ վերաբերում է իմ 3-րդ ամուսնությանը՝ իսկապես կարծում էի, որ այս մեկը տարբեր է լինելու: 3 տարի էր, ինչ ամուսնալուծված էի: 2 տարի հանդիպում էինք իրար: Մտածում էի, որ հաստատ գիտենք, թե ինչ ենք անում, կարծում էի, որ թերևս առաջին անգամ իսկապես գիտեի՝ ինչ է նշանակում ինչ-որ մեկին սիրել: Անկեղծորեն զգում էի, որ նա սիրում է ինձ:

Հարսանիքից հետո չեմ կարծում, թե փոխվեցի: Ես շարունակում էի արտահայտել իմ սերը նրա հանդեպ, ինչպես որ ամուսնությունից առաջ էի անում: Ասում էի, թե որքան գեղեցիկ է նա: Ասում էի, թե որքան շատ եմ նրան սիրում: Եվ թե որքան հպարտ էի նրա ամուսինը լինելու համար: Սակայն ամուսնությունից մի քանի ամիս անց նա սկսեց դժգոհել. նախ չնչին բաներից՝ օրինակ, աղբը դուրս չեմ տանում կամ հագուստս չեմ կախում: Հետո սկսեց քննադատել իմ բնավորությունը՝ ասելով, որ չի կարող ինձ վստահել, մեղադրելով, որ հավատարիմ չեմ իրեն: Դարձավ միանգամայն բացասական անձնավորություն: Իսկ ամուսնանալուց առաջ նա այդպիսին չէր՝ իմ իմացած ամենադրական մարդկանցից էր, ու դա նրա այն հատկանիշներից էր, որ հրապուրել էր ինձ: Երբեք չէր բողոքում որևէ բանից: Ամեն արածս հոյակապ էր, բայց արի ու տես՝ ամուսնությունից հետո ամեն ինչ սխալ էի անում: Անկեղծ՝ չգիտեմ, թե ինչ տեղի ունեցավ: Ի վերջո, սպառվեց սերս նրա նկատմամբ ու սկսեցի զայրացնել նրան: Ակնհայտորեն նա ինձ չէր սիրում: Միասին ապրելն այլևս անիմաստ էր ու բաժանվեցինք:

Դա մեկ տարի առաջ էր: Ինչ եք կարծում՝ ի՞նչ է պատահում սիրո հետ ամուսնանալուց հետո: Բոլորի՞ հետ է այդպես լինում: Դա՞ է պատճառը, որ մեր երկրում այդքան շատ են ամուսնալուծությունները: Չեմ կարողանում հավատալ, որ 3 անգամ բաժանվել եմ: Իսկ այն զույգերը, որոնք չեն բաժանվում, սովորում են ապրել դատարկ սրտո՞վ, թե՞ որոշ ամուսիններ կարողանում են պահպանել սերը: Եթե այո, ապա ինչպե՞ս:

Ինքնաթիռում 5A նստատեղը զբաղեցրած իմ ուղեկցի հարցերն իրականում հազարավոր ամուսնացած և ամուսնալուծ-

ված մարդկանց հարցեր են, որ տրվում են այսօր: Նրանցից ոմանք հարցնում են ընկերներին, ոմանք՝ խորհրդատուներին և հոգևորականներին, իսկ ոմանք էլ՝ իրենք իրենց: Պատասխանները երբեմն ձևակերպվում են հոգեբանական հետազոտությունների լեզվով, որ գրեթե անըմբռնելի է: Երբեմն դրանք ձևակերպվում են հումորի կամ բանահյուսության տեսքով: Կատակների և ասացվածքների մեծ մասը որոշ ճշմարտություն պարունակում է, բայց դա նույնն է, ինչ քաղցկեղով հիվանդ մարդուն ասպիրին առաջարկես:

Փորձագետների առաջարկած օգնությամբ հանդերձ՝ ինչո՞ւ է այդքան քիչ զույգերի հաջողվել գտնել սերը կենդանի պահելու գաղտնիքը:

Ամուսնական ռոմանտիկ սիրո երազանքը խորը արմատներ ունի մեր հոգեբանության մեջ: Այս թեմայով գրքերը բավական առատ են: Ինտերնետը հեղեղված է խորհուրդներով: Այդ մասին խոսում են հեռուստատեսությունն ու ռադիոհաղորդումները: Ինչպես նաև մեր ծնողները, ընկերներն ու եկեղեցիները: Ամուսնության մեջ սերը պահպանելը շատ կարևոր է:

Մեդիա փորձագետների այդ ամբողջ օգնությամբ հանդերձ՝ ինչու այդքան քիչ են այն ամուսինները, որոնք, թվում է, գտել են սերը կենդանի պահելու գաղտնիքը: Ինչպե՞ս է պատահում, որ զույգը այցելում է շփման վարպետության դասի, լսում հիասքանչ մտքեր հաղորդակցումը կատարելագործելու վերաբերյալ, վերադառնում տուն և հասկանում, որ անկարող է հետևել հաղորդակցման ներկայացված մոդելներին: Ինչպե՞ս է պատահում, որ մենք, առցանց կարդալով

նման մի բան՝ «Կողակցիդ հանդեպ սեր արտահայտելու 101 միջոց», ընտրում ենք դրանցից հատկապես օգտակար թվացող 2-ը կամ 3-ը, փորձում ենք դրանք, իսկ մեր կողակիցը անգամ չի գնահատում մեր ջանքերը: Ու մենք հրաժարվում ենք մնացած իննսունութ տարբերակներից և վերադառնում մեր սովորական կյանքին:

Անտեսված ճշմարտություն

Այս գրքի նպատակն է պատասխանել այդ հարցերին: Ոչ թե այն պատճառով, որ եղած գրքերն ու հոդվածները օգտակար չեն: Խնդիրն այն է, որ մենք բաց ենք թողել մի հիմնարար ճըշմարտություն՝ մարդիկ խոսում են սիրո տարբեր լեզուներով:

Համալսարանական կրթությամբ ես մարդաբան եմ, հետևաբար ուսումնասիրել եմ լեզվաբանություն, որը ներառում է մի շարք հիմնական լեզվախմբեր՝ ճապոներեն, չինարեն, իսպաներեն, անգլերեն, պորտուգալերեն, արաբերեն, հունարեն, ֆրանսերեն և այլն: Մեզանից շատերը մեծանալով՝ յուրացնում են ծնողների, քույրերի և եղբայրների լեզուն, որն էլ դառնում է նրանց *առաջնային* կամ մայրենի լեզուն: Հետագայում հնարավոր է՝ սովորենք լրացուցիչ լեզուներ, ինչը սովորաբար ավելի շատ ջանքեր է պահանջում. դրանք դառնում են մեր *երկրորդային* լեզուները: Ամենից լավ, իհարկե, մենք հասկանում և խոսում ենք մեր մայրենի լեզվով, առավել անկաշկանդ արտահայտվում ենք այդ լեզվով: Մինչդեռ որքան շատ ենք օգտագործում երկրորդ լեզուն, այնքան հանգիստ ենք սկսում զրուցել այդ լեզվով: Եթե խոսենք միայն մեր