تكامل

أفكار وتفاصيل خلاّقة تساعدك على تطوير تعاملك مع الجنس الآخر.

إهداء وشكر :

أهدي هذا الكتيب لقارئ مجهول وصل إليه مقالي هذا

فأثر في حياته إيجاباً لأنه آمن أنه سيجد الخير فيما سيقرأ .

شكراً من القلب

ممتن لكل دورة وفرصة للتعليم ساهمت في دفعي للاطلاع أكثر والتعلم أكثر وتغيير نفسي للأفضل.

شكراً لكل من ساهم في جمع وتأليف هذا الكتيب الذي حرصنا أن يكون غنياً بمعلومات واقعية و أفكار خلاقة تساهم في تطوير علاقتك مع شريكك أو محيطك .

شكراً " **أمي** " لأنك آمنتي بي منذ أن خطوت الخطوات الأولى في عالم التدريب بسماعك لقصصي وتجاربي ولحضورك لبدايات دوراتي وأنت تقولين ... " أحسنت ... جعلتني فخورة بك "

شكراً " **أبي** " لأنك كنت و مازلت السند دائماً بدعمك وحرصك وكلماتك الحكيمة عن الحب والتربية التي بت أفهمها أكثر بعد أن أصبحت اليوم أباً لطفلتي المدللة(تولين) ، شكراً لقسوة أبوية مُحبة أورثت أدباً واحتراماً للعلم وفهماً أعمق للحياة.

شكراً زوجتي " **مريم** " التي كنت أستمد من عينيها القوة والثقة بأهمية مشاركة الأفكار التي ذكرتها ضمن هذا الكتاب دفعني بأسلوبها وإعجابها بما كنت أكتب كل ليلة لأكتب أكثر وأبحث أعمق لأخرج الدر المكنون من عصارة تجارب البشر في هذا المضمار.

شكراً لكل الكُتاب والمؤلفين الذين كتبوا في هذا المجال وكل المُحاضرين العرب والأجانب الذين استفدت منهم من خلال الندوات والمحاضرات التي حضرتها شخصياً أوتابعتها عبر الإنترنت فتعلمت منها ، هم أساتذتي الذين أكن لهم كل الامتنان .. أثروا فيّ فعلموني كيف أتعامل مع الحياة في الأمس واليوم والغد لتصبح قراراتي أكثر حكمة في كل تفصيلاتها ... ومنها ما قدمته في هذا الكتاب.

المدرب: محمد زياد الوتار

إهداء وشكر :

أهدي هذا الكتاب لشاب آمن بالمرأة وأعطى من وقته ليكمل حياته معها ..

وأهدي هذا الكتاب لامرأة وثقت بالرجل وبذلت وقتها لتكون سبباً لسعادته ..

شكر

إلى سيِّد ولد آدم ومعلِّم النَّاس الخير، رسول اللّه ، إمام الهدى: محمد ﷺ.

إلى من كان العطاء سعادته، والقناعة كنزه...إلى من ضحَّى بسعادته لنعيش سعداء....

والدي الحبيب السلطان عبد الحميد

إلى من حملت همي وسهرت من أجل راحتي .. إلى السيدة وفاء رمز العطاء والوفاء...

أمي الغالية الحنونة.

إلى رفيق دربي... وشريك حياتي....إلى مَن كان عوناً لي لأتابع دراساتي والكثير من أعمالي

زوجي الحبيب شريك العمر أسامة

إلى فلذات كبدي .. مَن حملوا هم دراستي وإتمام تحصيلي العلمي وعاشوا معي لحظاتي المتعبة قبل المفرحة ..

ابني المحبوب سامي وابنتي الطموحة ساما

إلى مَن شاركوني حلو الحياة ومرِّها....

إخوتي زياد ومحمد خير وأختي ولاء

إلى ورثة الأنبياء... إلى حماة الدِّين والشريعة .. أساتذتي العُلماء المخلصين.

أُهدي هذا العمل إليهم .. تكامل

ومضات وتفاصيل بسيطة على يُسر التعامل مع الجنس الآخر

الأستاذة المدربة: علا زيدان

جمع و إعداد

الأستاذ المدرب : محمد زياد الوتار

الأستاذة المدربة : علا زيدان

مُقَدِّمَة

لا أحد يقرأ المقدمات

اقلب الصفحة

ما هو برنامج" تكامل " :

لماذا تسبب مسألة الحب الحيرة للرجال ؟ ولماذا تتحدث النساء بأسلوب الكناية ؟! كيف أختار شريكي المستقبلي ؟! ماهي التفاصيل والأمور التي يجب أن أخذها بعين الاعتبار كأساسيات للتكافؤ بيني وبين شريكي ؟! هل الحب هو البداية أو النهاية في العلاقة؟ إن كان هو البداية كيف يمكن الحفاظ على تلك الزهرة الفواحة بعد الزواج تساؤلات عديدة يبحث عن إجابات لها أغلب شبابنا اليوم، الأمر الذي دفعنا لكتابة هذه الصفحات بما حوت من إجابات وتفاصيل والتي تقصّدنا أحياناً أن نقدمها بطريقة مرحة و بسيطة و واضحة تكملة للبرنامج التدريبي الذي يقدمه المدربان كأساس لتطوير تلك العلاقة بالتوازي مع التمارين العملية وهذا الكتاب كمرجع للمتدرب لتوثيق المعلومات وتذكرها.

مجموعة من الآراء والأفكار

خصصت لك عزيزي القارئ صفحات خاصة في هذا الكتيب لتتمكن من تقديم إضافاتك التي أتمنى أن تراسلنا بها لنضيفها في النسخ الجديدة من الكتيب ويكون لك نصيب من الأجر والثواب ... فرب مُبلغٍ أوعى من سامع.

ماهي فوائد قراءة هذا الكتيب ؟

وصولك لهنا وقراءتك لهذه الأسطر دليل على اهتمامك بتطوير علاقاتك وهذا أمر ممتاز، وعيك الذاتي بنفسك هو البداية ، كل شخص بحاجة لطرق جديدة دائماً لتطوير علاقاته مع الآخرين، فأصبح بالإمكان اليوم توقع تصرفات الآخرين حيث قام علماء النفس والاجتماع بإستقراء ملايين البشر ليفهموا طبائع الإنسان وكيفية بناء العلاقات، والرجال هم الرجال في كل زمان ومكان والنساء كذلك هم النساء، يمكن فهمهم ويمكن لذلك أن يخفف من تلك المشكلات التي تحدث بشكل يومي بسبب عدم فهم طبيعة المرأة من قبل الرجل وعدم فهم طبيعة الرجل من قبل المرأة ! فلا يمكن أن ينتظر الرجل من المرأة أن تكون نسخة عن تفكيره وأحاسيسه و تنتظر المرأة من الرجل الأمر نفسه فهذا الأمر يستحيل أن يكون !!

وبالطبع أنت اليوم تدرك أن العلم سيخدمك في هذا المجال، لقد قمنا بالبحث بأكثر من ٢٠ مرجعاً متخصصاً في مجال العلاقات الأسرية واختلاف طرق التفكير بين الجنسيين والاطلاع على الكثير من الكتب والمقالات والندوات العلمية لنلخص لك أهم تلك الأفكار التي ذُكرت، فضلاً عن تناول العديد من التجارب الواقعية التي نعيش تفاصيلها ضمن مجتمعاتنا عبر تعاملاتنا مع كلا الجنسيين بشكل يومي.

بالطبع ستحصل على فائدة كبيرة من قراءة هذا الكتيب إن وصلك عن طريق حضورك للبرنامج وستجد أن العديد من الأفكار التي تناولناها ضمن البرنامج التدريبي قد تم ذكرها هنا بشكل مقتضب أو موسع بعض الشيء لأهمية الفكرة المذكورة... وإن وصلك هذا الكتيب عن طريق أحد معارفك ستحصل أيضاً على جزء من تلك الفائدة، ولكن حضورك للبرنامج التدريبي " تكامل " سيجعلك تفهم بشكل أعمق ما نتحدث عنه، لذلك اشحذ همتك و استعد لرحلة لاكتشاف معالم طريق لم تسلكها من قبل في معرفة الجنس الآخر.

ما هي أهدافك من حضور هذا البرنامج وقراءة هذا الكتيب ؟

ستساعدك كتابة أهدافك هنا و الأسئلة التي ترغب بالحصول على إجابات واضحة لها على فهم فقرات هذا الكتيب بشكل أفضل ... لذلك فكر جيداً بما ترغب بالحصول عليه قبل أن نبدأ .

الأن ستبدأ رحلة المعرفة بـ الحصول على تلك الإجابات .

تمهيد

قصص من حياتنا الزوجية

تؤكد ريم أن حياتها الزوجية كانت سعيدة، وأن الأمر في البداية كان لا يتعدى حدود اهتمام زوجها بأمورها، ما جعلها سعيدة بذلك الاهتمام. إلا أن الحالة تطورت، خصوصًا بعد إنجابهما طفلهما الأول، ليبدأ زوجها "يتدخل" في كل كبيرة وصغيرة تخص الطفل، إضافة إلى تدخله في طريقة تنظيف المنزل، وكيفية تحضير الطعام، ما أشعرها أن لا أهمية لها في المنزل، وأنها إنسانة غير موثوق بها.

اختصاصي الطب النفسي د. جمال الخطيب يبين أن **الحشرية** نمط من أنماط الشخصية. ويقول: "إنه عندما يُحاول الرجل القيام بوظائف غير المناطة به يصبح مزعجًا وثقيلًا في البيت"، خصوصًا إذا لم تكن هذه الوظائف تمارس بالاتفاق والتراضي.

إيمان تكشف أن زوجها كان يتدخل في كل شيء يخص المنزل والأطفال، حتى وصلت الأمور بينهما إلى طريق مسدود. ولكنها تؤكد أنها جلست معه وناقشا الموضوع بروية، ليصلا إلى حل في مصلحة الطرفين، وهو **تحديد واجبات كل منهما، وعدم تعدي أحدهما على دور الآخر.**

إيمان سعيدة اليوم بما أنجزته هي وزوجها من تفاهم جعل بيتها أكثر استقرارًا ودفئًا، ولم يعد الموضوع يشكل حجر عثرة في طريق إحساسها بالسعادة.

يؤكد العديد من الأزواج أن الحياة المشتركة ينبغي أن تقوم على **التكامل بين الزوجين**، من خلال توزيع الأدوار بشكل سليم، إضافة إلى تحديد المسؤوليات للطرفين.

الاختصاصي الاجتماعي د. حسين الخزاعي يرى أن النجاح في الحياة الزوجية يعتمد على الحقوق والواجبات المشتركة بين الاثنين، ويبين أن تحديد الأدوار التي يقوم بها كل واحد منهما تعمل على **إنجاح الحياة الأسرية** في ظل تغيير الأنماط التقليدية للرجل والمرأة. ويلفت إلى **ضرورة** ألا يتحيز كل طرف منهما لحقوقه وينسى واجباته أو يتحيز إلى واجباته وينسى حقوقه.

إن الزوجين بحاجة إلى تحديد الحقوق والواجبات **على أساس إدارة الأسرة**، من أجل الوصول إلى حالة من **الاستقرار** يكونان فيها قادرين على إدارة المنزل وتربية الأطفال، بعيداً عن التعصب للأدوار التي ينبغي أن تناقش بينهما قبل إقرارها.

كيف بدأت القصة ؟

إن قصة الاختلاف بين الرجل والمرأة قصة أزلية بدأت مع خلق اللّه ﷻ لبني الإنسان، فمنذ أن خلق اللّه ﷻ آدم في الجنة فاستوحش فخلق اللّه له الزوجة حواء ليسكن إليها ويأنس بوجودها بجانبه.

اختار اللّه ﷻ في خلق حواء طريقة مختلفة عن طريقة خلقه لسيدنا آدم عليه السلام وتلك هي النقطة التي أود أن ننطلق منها للحديث عن الاختلاف الذي بدأ منذ تلك اللحظة الخالدة.

عندما اختار سبحانه خلق أدم عليه السلام من تراب ارتبط (الرجل) آدم بالأرض والإنتاج والفعالية وركز على النتائج والرغبة بالسيطرة والهيمنة و أخذ على عاتقه مسؤولية الإنفاق (البناء المادي) ؟!.

وعندما خلقت حواء من ضلع آدم بجانب قلبه ... أخرجت من قلب إنسان حي فـ (المرأة) حواء لم ترتبط بالأرض إنما ارتبطت بـ (الرجل) خلقت له ومن أجله ، لتسعد وتسعده وتكون له السكن بمزيج من العواطف والأحاسيس والمشاعر فكانت بدورها في دعم البناء المادي بتلك العواطف والمعنويات.

فالرجل والمرأة نصفان يكمل كل منهما الآخر وذلك لأن اللّه ﷻ خلق لكل منهما مهمة تتناسب مع تكوينه وطبيعته ليشكلا معاً كُلاً متكاملاً، ويحققا الغاية التي وجدا من أجلها وهي عبادة اللّه وعمارة الكون، فلا الرجل يستغني عن المراة ولا المرأة تستغني عن الرجل، والحديث بأنهما متساويان خاطئ لأن الحقيقة تقول عكس ذلك.

فهما من طبيعتين مختلفتين وبطرق تفكير مختلفة وبنية جسدية مختلفة أيضاً مع اختلاف في الهرمونات والصبغيات

فترى الكثير من النساء يشتكين تغيّر أزواجهن عما كانوا عليه قبل الزواج، والحقيقة أن السبب الأساسي هو أن الرجل يحتاج أن يتصرف وفق طبيعته كرجل ولكن في فترة ما أعمى الحب قلبه فاجتهد في إظهار ما تحبه تلك المرأة فقط مع إخفاء كل ما قد يعكر صفو الحياة إلا أنها فترة من عدم إظهار الحقائق التي لابد أن تنتهي.

كما تحتاج المرأة أن تتصرف وفق طبيعتها كامرأة ، ومن الخطأ أن ينكر أحدهما على الآخر هذا الحق - كما ننكر على أبنائنا أن يتصرفوا كأطفال ، أو ننكر على كبار السن أن يتصرفوا ككبار سن ، يحدث كثيراً أن يعجز الواحد منا أن يستمر فى التمثيل لفترة طويلة ، فيعود كل منهم للتصرف على طبيعته، فلا يفهم الطرف الآخر تلك التغييرات فيظن أنه تغيّر لأنه فقد حبه لشريكه، فتحدث المشكلة فلا يدريان كيف يتعاملان مع تلك المشكلات ويقف كل منهم موقف المدافع عن نفسه، فتقع المصيبة بعدم التجاوز والتغاضي عن الزلات والأخطاء، لتتحول الجنة إلى جحيم ويقع ما لا تحمد عقباه.

الذكر والأنثى ... تكامل أم تصادم ؟

مثل الكواكب التي لا تصطدم ببعضها البعض لأن كل منها يعرف مساره فلا يحيد عنه، فإن الرجل والمرأة يجب كذلك ألا يتصادما.... فالصراع يختفي ما أن نكتشف أن تصميم عقل المرأة وعقل الرجل إنما يؤدي إلى التوازن فيما بينهما فالمرأة تطمح للسعادة، وهذا ما يرغب شريكها بتحقيقه، فهو يجد سعادته في سعادتها.

إن المرأة بحاجة لأن تعرف رجلاً واحداً حتى تفهم كل الرجال ، في حين أن الرجل قد يعرف كل النساء ولا يقوى على فهم أي منهن

هيلين رولاند

لا يمكنك أن تفهم الجنس الآخر ما لم يجتهد في التعرف على الاختلافات الفطرية والمكتسبة لذلك ينبغي على الزوجين في السنة الأولى أن يدقق كل منهما النظر في شخصية الآخر حتى يفهمه، يرى ما يحب وما يكره ، فيعرف متى يبدأ معه الحوار وكيف يحب أن يكون طعامه وشرابه وملبسه، ومتى يغضب وكيف يرضى وهكذا حتى تسير حياتهما بهدوء وسكينة.

عن عائشة رضى اللّه عنها أنها قالت: قال لي رسول اللّه ﷺ : (إني لأعلم إذا كنت عني راضية، وإذا كنت عليّ غضبى!) قلت: من أين تعرف ذلك يا رسول اللّه ؟ قال : (أما إذا كنت عني راضية فإنك تقولين : لا، ورب محمد ! و إذا كنت عليّ غضبى، قلتِ: لا، ورب إبراهيم) قالت : قلت أجل واللّه يا رسول اللّه ! ما أهجر إلا اسمك.

إن هذا الحديث يدل على أن الرسول ﷺ فهم السيدة عائشة رضي اللّه عنها حتى أصبح يعلم أمارات الغضب والرضا من تصرفاتها، فها هو يبوح لها بمحبته وبتفهم.

هل الاختلافات فطرية أم مكتسبة ؟!

يولد الصبي والبنت في بيت واحد، يتلقيان التربية ذاتها، ويعيشان نفس التفاصيل، دين واحد، مستوى معيشي واحد، يخضعان لنفس العادات والتقاليد، ثم إذا كبر كل منهم يلتحق الشاب بركب الرجل، وتلتحق الفتاة بركب النساء ويصبح بالإمكان لمس تلك الفروقات في الإحساس والاهتمام وطريقة التفكير والتعبير !

الحقيقة أنها لا التربية ولا التعليم أو الثقافة أو الدين أو طبيعة المجتمع أو .... أو .... أو ... هي المسؤولة عن الاختلاف بين الرجل والمرأة وإن كانت كل تلك الأشياء تؤثر بشكل مؤكد على تلك التغييرات في الشخصية فمنبع الاختلاف فينا كامن منذ الولادة، ولدنا مختلفين دون أن يكون لنا الخيار في ذلك والأصل كما ذكرنا يبدأ من أصل الخلقة، لقد خُـلقنا من أصلين مختلفين .؟! ... ف " آدم " خلق من تراب و " حواء " خلقت من ضلع آدم.

تؤكد الدراسات أن كثيراً من تلك الاختلافات فطرية والعديد منها اكتسب عبر الزمن من خلال التربية والنشأة والتواصل مع الآخرين و الأصدقاء والإعلام وهذا ما جعل الفارق أكبر بين المرأة والرجل فيما اكتسبوه من طريقة التعامل المختلفة خلال الوقت.

أنت ترتب صناديقك

وهي تربط كل شيء بكل شيء !

خلق اللّه ﷻ الذكر والأنثى بدماغين مختلفين في التركيب، حيث أنك ستجد آلاف الدراسات والأبحاث التي فَرغّت بعد تصوير الدماغين بأجهزة الرنين المغناطيسي والأجهزة الحديثة أن التركيبة مختلفة في كثير من تفصيلاتها، فمنها مثلاً أن دماغ المرأة يحتوي على مناطق تنشط لدى حالات التواصل المختلفة كثير منها غير موجودة لدى الرجل، الأمر الذي يفسر بالطبع محبة المرأة للدخول في العديد من الأحاديث واهتمامها بالكلام أكثر من الرجل.

اليوم يمكن أن نضع النقاط على الحروف من خلال أهم ما يميز طريقة التفكير لكل منهما، حيث نرى أن عقل الرجل يفكر بطريقة سنطلق عليها اسم (الصناديق) حيث يحتوي كل صندوق على أشياء منضبطة ومحددة للغاية لا يمكن أن تختلط بأغراض الصندوق الآخر، قمة في التنظيم والترتيب والأرشفة، لذلك ينزعج الرجل عندما يتحدث لإحدى النساء حول أمر ما وتقوم المرأة تلقائياً بالانتقال لحديث آخر ثم تسأله عن رأيه، فتصيبه تلك الحالة من الارتباك لأنه غير مجهز للإجابة عن هذا السؤال الذي لربما يتنمي لصندوق آخر غير الصندوق المفعل في الفترة الحالية، الأمر الذي يصعب إدراكه من النساء عامة أمر الصندوق الأهم لدى الرجل والذي يقضي فيه أغلب أوقاته في حالات الضغط النفسي أو الفراغ بسبب أو دون أي سبب مقنع (بالنسبة للمرأة) وهو (صندوق اللاشيء) هذا الصندوق يظهر جلياً أثناء سرحان الرجل و قيامه بتقليب محطات التلفزة بشكل سريع لإجراء مسح عام، تكلّمه زوجته فلا يسمع ... إنه في كهفه المظلم .. في صندوقه المعزول عن العالم الخارجي.

أما المرأة فعقلها يشبه (الشبكة العنكبوتية) محرك غوغل للبحث يمكنك أن تجد الكثير من النتائج بمجرد أن تطلب كلمة واحدة فقط، وكل شيء لديها مرتبط بأشياء أخرى بطرق لا يمكن للرجل فهمها ولكن يمكن فهمها من قبل نساء أخريات وتجد النساء تلك الروابط منطقية، حتى أنك عندما تسأل المرأة عن رجل أحلامها ستجدها تصف صفات امرأة أخرى .

هي تريد من الرجل أن يكون شاعرياً رومانسياً حنوناً، يدللها، يمدحها، يساعدها، يساندها، يلبي احتياجاتها، يهتم بها، يمسح على شعرها، يواسيها، يضمها، ينسى وزنها إذا مازاد، يسكن ثورة غضبها، يتفهم مزاجها المتقلب، يشتري لها حاجاتها، يحمل عنها أغراضها، يقدسها، يعترف بإيجابياتها، يدلعها، يموت من أجلها، يحلم بها، يرضيها، يصرف أمواله في سبيل سعادتها... تريده أن يكون لها كل شيء، هي مبرمجة على الاتكال عليه وهو مبرمج على الاستقلالية.

هو يحب الكلام عن إنجازاتهِ

وهي تعشق من يصغي لحديثها

خلق اللّه ﷻ الذكر والأنثى وكل منهما له ميل وحب للتحدث مع الجنس الآخر. وتتميز المرأة أكثر بهذه الصفة (حب التحدث) لما جبلت عليه في تركيبة دماغها وزيادة في مناطق التواصل، فتراها إذا غضبت تتحدث مع كل صديقاتها عن غضبها وأسبابه القريبة والبعيدة، وإذا فرحت تحدثت أيضاً معهن بنفس الطريقة، وهكذا، لذلك على الزوج أن يشبع هذا الجانب عند الزوجة ولا ينفر منه ولا يتأفف بسببه بل ينبغي عليه أن يدرب نفسه على الإصغاء لها بأذن كاملة لا بنصف أذن، لأن لإنصاته فوائد مهمة منها:

- إشباع حاجتها لحب التحدث فلا تلتفت لغيره
- يتعرف عليها أكثر، وعلى طريقة تفكيرها فيستطيع أن يفهمها
- يتعرف ماذا تستمع في لقاءاتها سواء من العمل أو الزيارات النسائية
- يُقوّم لها بعض الأفكار الخاطئة التي قد تدمر العلاقة الزوجية أحياناً إن وجدت

وكثيرات هن النساء اللواتي انحرفن بسبب عدم تحدث الزوج معهن فذهبن ليشبعن هذه الحاجة بطرق غير شرعية، وما أسهل الحرام اليوم عبر وسائل التواصل الحديثة التي وصلت لجيب كل واحد منا، ولذلك في حسن الإنصات وأهمية اشباع حاجة النساء للكلام لنا في رسول اللّه ﷺ أسوة حسنة، فقد كان يحاور زوجاته و يناقشهن في كثير من الأمور ولعل حديث السيدة عائشة رضي اللّه عنها أكبر دليل، فهو قصة طويلة ترويها السيدة عائشة تتحدث فيها لرسول اللّه ﷺ عن إحدى عشرة امرأة اجتمعن في الجاهلية و أخذت كل واحدة تصف زوجها وأخذت السيدة عائشة تسرد القصة والرسول ﷺ يصغي باهتمام دون ملل أو تأفف حتى يشبع رغبتها بالتحدث معه، فرغم كل همومه ودعوته لم يمنعه ذلك من إصغائه لها والذي يدل على أنه كان يصغي باهتمام أن عائشة رضي اللّه عنها حين انتهت قال لها ﷺ : **(كنت لك كأبي زرع لأم زرع ..)**

المهام المتعددة والمهمة الواحدة فقط

يشتكي الرجال من أن النساء يقاطعن دوماً أعمالهم ولو كانت بسيطة، فعندما يشاهد الرجل التلفاز تقاطع المرأة ما يحدث لتناقش ما شاهدت عبر الشاشة ظناً منها أنها تود المشاركة فينزعج الرجل، الحقيقة أن الرجل منهمك بالمشاهدة وهو الآن ضمن صندوق المشاهدة غير قادر على مشاركتك تلك التفاصيل ... أجلي الحديث عنها حتى الإعلان التالي

تتسأل النساء لماذا لا يتمكن الرجال من القيام بالقراءة، و التحدث إلينا أو التفكير في شيء آخر ؟!... فمعظم النساء قادرات على تحريك الطبخة والإصغاء لحديث ما دون التركيز، الأمر لا يبدو لهن بتلك العسارة التي يبدو عليها بالنسبة للرجال .
إن مخ الرجل مبرمج على أن يقوم بأمر واحد فقط وبكفاءة عالية ويمكن أن يتدرب على القيام بأمرين ولكنه حكماً سيفقد تركيزه، ولكن مخ المرأة مبرمج بشكل تلقائي على القيام بأكثر من مهمة في الوقت ذاته وهي نعمة كبيرة من اللّه جعلها في المرأة لتقوم بمهمة التربية فهي تحتاج عقلاً يقظاً دوماً مع أبنائها والقيام بشؤون المنزل وألا تنسى الاهتمام بنفسها.

راقب أحاديث الرجال كيف تبدأ وكيف تنتهي... تبدأ بنفس الموضوع وتنتهي بنفس الموضوع تقريباً أو بموضوع أخر يرتبط بشكل وثيق مع الموضوع الأول، فالنقاش بمثابة صندوق جماعي كبير للحديث عن هذا الأمر فقط دون غيره ، أما النساء يبدأنَ بالحديث مثلاً عن امتحانات الأولاد ثم يتحدثن عن أهمية متابعة برامج الطبخ و يدور الحديث عن خطبة بنت الجيران وتفاصيلها وعما فعلته جارتهم مع حماتها ! لينتهي الحديث أخيراً عن أهمية الرياضة والرشاقة في هذه الأيام لأن الموضة تخبرنا أن النساء الرشيقات هن الملفتات للنظر في هذه الأعوام بالنسبة للرجال ... فضلاً عن مناقشة أمور أخرى كان لها نصيب من الوقت الذي تخللته تلك الأحاديث ... لا يمكن للرجل أن يتحدث أبداً بتلك الطريقة

المرأة تنتقل بين تلك المواضيع بسلاسة و انسيابية لا يمكنك فهمها عزيزي الرجل، ويمكنني أن أثبت كلامي بمشكلة صغيرة حدثت بينكم هل تذكر تلك الدفاتر القديمة التي نبشت من يوم خطوبتك إلى يومكم هذا ؟! بالرغم من أن كل تلك المشكلات الصغيرة ليس لها أي علاقة بالمشكلة الحالية !!!

هي لا تقصد تعقيد الأمر واختلاق المزيد من المشاكل ولكن نظام التشغيل الخاص بها يعمل بهذه الطريقة الشبكية، لا تحاول تغيير هذا النظام لأن نظامك يختلف عن نظامها، فلكل نظام تشغيله الخاص، تأقلم معه فحسب لتعيش بسعادة وهناء ... لا يمكنك القيام بأكثر من ذلك.

هي تحدثه عن مشكلاتها وهو أبو العريف لديه الحل لكل مشكلة.

يمتلك الرجل ذهناً منطقياً قادر على تحليل المشكلات وجعلها تحديات تحتاج لإيجاد حل، إنه يفكر دوماً في الوصول إلى الأهداف ووجود أي مشكلة يشكل تحدي له بشكل شخصي ولكنه لا يدرك أنه يرتكب حماقة حقيقية عندما تخبره المرأة بمشكلاتها وهي **لا تريد من ذلك سوى التواصل والتحدث عن الأمور التي تشغلها** دون أي رغبة منها بالحصول على مساعدتك في إيجاد حلول.

علماً أن الأبحاث التي أجريت في هذا المجال أكدّت أن المرأة قادرة على إيجاد الحلول لمشكلاتها بطريقة إبداعية بسبب قدرتها على الرؤية المحيطية للأمور ولكنها ترغب وبشدة أن تتحدث عن مشكلاتها بحثاً عن التعاطف والحب من الآخرين. الحقيقة أنها ترغب منك بأن تتعايش مع المشكلة التي طرحتها وترغب منك أيها الرجل بالتعاطف.

عزيزي الرجل لا يفتئ يقدم النصح والإرشاد في كل دقيقة لحل تلك المعضلات التي تحدثه عنها المرأة ، إنه بهذه الطريقة يقوم بما تمليه عليه غريزته ... إنه لا يركز على الكلام وإنما يرغب بشدة أن يفعل شيئاً ما تجاه ما يسمعه وعلى الأرجح قد يمل الحديث ليقاطعها قائلاً

"ما هي المشكلة بالتحديد ؟

أغرقتيني بالتفاصيل ولم أفهم إلى الآن لماذا أنت منزعجة لهذه الدرجة "

الأمر بسيط للغاية يمكنك أن تفعلي كذا وكذا ...

عزيزي الرجل .... القصة حقيقة ... أنه لا يوجد مشكلة من الأساس!

المشــكلة بقدر ما هي كبيرة بقدر ما ترغب المرأة التي تبادلك الحديث عنها برغبة بالكلام لمجرد الراحة ولوجود شخص أمامها يصغي لما تقول وأحياناً دون توقف!

هل شـاهدت مرة شـاحنة محملة بالرمال تقوم بإفراغ حمولتها ؟ إنها تماماً تشـبه ما تقوم به المرأة عندما تتحدث عن مشكلاتها، إنها تقوم بتفريغ تلك الحمولة التي أثقلت كاهلها وبمجرد انتهائها من الحديث تشعر بالراحة ولكن إياك أن تعتقد أنها تقوم بإفراغ حمولتها عليك ... إنها فقط تفضفض !

عندما تشـكو إنزعاجها من تدخل أمك المسـتمر في شـؤونها، هي لا تريد منك أن تدخل في معركة تحسـم به هذه المسألة بينها وبين أمك ... لا تريدك أن تكون عاقاً، إنها فقط تقول: " أنا منزعجة من هذا التدخل " لا تريد منك سوى أن تستمع إليها، تفهم أن لديها تلك الحمولة الثقيلة وتريد إفراغها أمامك لا عليك !

إنها تجد راحتها النفسية عندما تتحدث عن مشكلتها لإحدى صديقاتها بالتفصيل الممل ولساعات طويلة دون أن تقول الأخرى أي شـيء حيث تسـتعرض المصـاعب التي تمر بها بشـكل يومي وهي تعيد عليها تلك القصـص لأكثر من مرة دون وعي ربماً ولكن صـديقتها لن دون تجابهها بشـيء من الاعتراض أو التململ وهو ما يجعلها " صـديقة مقربة " مصـدر ثقـة وحـب بـالنسـبـة للأولى..... **فهـل يمكنـك القيـام بهـذه المهمـة الصـعبـة عزيزي الرجـل ؟!**

عندما يتحدث رجل إلى رجل الأمر أشـبه ما يكون بحلبة المصـارعة تسـديد اللكمات وفرض وجهات النظر والمدافعة بشراسة عن الرأي، الأمر يختلف تماماً عندما تناقش المرأة ... إياك واستخدام اسلوب الملاكمة، هي تريد الفضفضة فـقـط ... تـذكـر هـذه الـقـاعـدة ... ومـارس هـوايـتـك بـالـمـلاكـمـة فـقـط مـع الـرجـال أمـثـالـك .

وأنت عزيزتي المرأة عندا تسـعين للتعاطف وليس الحل قولي لحبيبك ((عزيزي، إن حلولك رائعة ، لكني أحتاج حقاً الآن للحديث عن المشكلة والتعبير عن مشاعري فقط)).

الحل إذن عندما تصـادف بحياتك امرأة غاضـبة، لا تحاول أن تنصـحها أو تعطيها حلولاً لمشـكلاتها ولا تقلل من أهمية مشاعرها تجاه الأشياء، تعاطف معها وتعايش مع المشكلة و تذكر أن ميزان إدراكها للأمور وتقييمها للحياة يختلف عن تقييمك وميزانك عليك فقط أن تظهر لها أنك تسـتمع إليها وتنصـت بكل جوارحك هي متكدرة وترغب منك أن تكون متعاطفاً و النصـيحة في ما بعد... أرجوك !! اتبع الإرشـادات بدقة متناهية و أعدك أن النتائج سـتكون مذهلة.

لا يعني ذلك أن يكون دورك مسـتمعاً بشـكل دائم، عليك أن تميز الوقت الذي يمكنك فيه أن تقدم بعض الحلول، فأحياناً الحل يكون بالمحافظة على المشكلة بالمقدار الذي وصلت إليه دون أن تتطور واستدراك ما كان سبب بالوصول إليها بمنع تفاقمها، كإمساك العصى من المنتصف، وأحياناً يكون الحل بيدك .. تشكو من أمر يمكنك تغييره .. فحاول أن تتغير لتسعد بحياتك ... فاللّه لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم.

إياكِ وتقديم الحلول لزوجك ...

لأنه سيقول : إنها تحاول تغييري .

إن من حب المرأة لزوجها عندما يحدثها عن مشكلاته تعتقد أنها المسؤولة عنه، فتحاول مساعدته لتحسين طريقة تعامله مع الأشياء، فلا يقبل الرجل ذلك ويقول إنها تحاول تغييري.

فمثلاً يحاول أحد الرجال أن يركن سيارته بين سيارتين فتمد الزوجة يد المساعدة فوراً فتقول : ارجع أكثر إلى الوراء... حرك المقود إلى اليمين .. انتبه كي لا تصدم السيارة الحمراء ! يغضب الرجل فجأة ويقول : " دعيني أقود بنفسي " بالرغم من أن هذه النصائح والإرشادات طبيعية إلا أن الرجل لا يتقبلها من المرأة ... بل لربما يتقبلها من الرجل .. وصدورها من المرأة فقط سبب وجيه لتسبب له الإزعاج .. وهذا أمر يتفق عليه الرجال عموماً !!

فعندما ترى المرأة تغير سلوك الزوج وهو يرتكب بعض الأخطاء، تبادر إلى تقديم النصح دون سابق طلب وهي لا تدري كم تبدو " انتقادية " و " غير ودودة " من وجهة نظر الرجل لذلك تجد الرجل يتجاهل نصائحها وحينئذ تشعر المرأة بأنه لا يقدرها ولا يحبها.

المرأة مفطورة على الرعاية ولا نعني بذلك أنها لا تنتج، على العكس هناك نساء منتجات ومبدعات في مجالاتهن، وهناك نساء غيرن وجه العالم بفكرهن وجهودهن لكن القصد أنها تجد في نفسها دوماً رغبة بتقديم الرعاية ولا يقف الرجل على النقيض أبداً بكونه مفطور على الإنتاج، فالرجل يعتبر تقديمه للرعاية جزء من إنتاجه ولكنه يقدمها عندما يتحتم عليه ذلك لا يبادر إليها كما تبادر المرأة.

لذلك ... تدربي عزيزتي الزوجة على الإحجام عن بذل النصائح والنقد دون أن يطلب منك ذلك، فالرجل الواقع تحت ضغط ما ، يميل إلى التركيز على المشكلة لإيجاد حلها بنفسه وعندما يعجز عن ذلك سيلجأ لشخص يشعر أنه يمكن أن يقدم له الحل المناسب

ماذا عن اتخاذ القرارات ؟ الحكمة ؟ السرعة !

يعتقد الرجل أن التردد يضيع عليه الكثير من الفرص، فالرجال هم صانعو القرارات !

فرجال الأعمال يقررون في قاعات الاجتماعات وتعتبر صناعة القرارات بالنسبة للرجل صدى أساسي وطبيعي لرغبته بفرض السيطرة.

أما المرأة فهي تأخذ وقتاً أكبر في اتخاذ القرار لأنها ترغب بمعرفة تأكثر هذا الإختيار ليس على نفسها فحسب، بل على من هم حولها وتميل غالباً للتمعن بكل الاحتمالات وأثرها على المشاعر فتسأل الكثير من الأسئلة طمعاً بالتفاصيل وهذا ما يجعلنا لا نستغرب رغبتها الملحة بأن تدور على كل المحال التجارية لتقرر أي بلوزة أو بنطال ستشتري وأن تدخل لأكثر من عشرة محلات لتنتقي هدية ما لمناسبة يمكن للرجل أن يشتري تلك الهدية من أول محل يجده في طريقه.

المرأة تستشير من حولها أكثر من الرجل، فهي أقل استقلالية من الرجل وبعكسه تماماً،فهو يرغب بأن يتفرد في صناعة قراراته ثم يتأكد منه مع الآخرين إن كان مقبولاً لديهم أم لا ..

المال هو الحافر والمحرك له ولكن ؟!

يقدم الرجال كل التضحيات الطبيعية بكل السعادة الشخصية والصحة والوقت والصداقات والعلاقات سعياً وتأكيداً على القوة والمركز والنجاح، لكن النساء لا يفعلنَ ذلك فمعظمهن ببساطة غير مخلوقات لذلك، ويعتمدنَ على الرجل ليقدم لهن تلك الأشياء، تعتبر السلطة والمال رمز هام للرجولة وبرهان للأداء (الإنجاز والامتياز) وهي بطاقات سريعة للاستحسان والاحترام والثقة بالنفس والحرية وحتى للنساء بالنسبة للرجل

إن المرأة ترى المال من وجهة نظر أخرى .. فهي تراه وسيلة للحصول على ما تريد أن تتمتع به من (ثياب ، أثاث منزلي ، أطعمة جاهزة، هدايا ...) وتميل النساء للتسوق لغايات واضحة وكوسيلة للاستمتاع بينما حصول الرجل على المزيد من الأموال يعني المزيد من السلطة على المجتمع وتسهيل الحياة

إن مسألة الاحترام بالنسبة للرجل ... أكون أو لا أكون

الحصول على الاحترام بالنسبة للرجال مسألة خطيرة ومهمة للغاية كأهمية رغبته بالحصول على المال والسلطة، فالرجل يتميز بإنجازاته وهو يشعر بذاته من خلال احترام الآخرين له فعلاقاته لا تدور حول (الألفة إنما الاحترام)

وهي النتاج الطبيعي للتركيز على " الذات " فالذات التي تعمل تستصرخ الآخرين من أجل إقرارهم بالإحترام.

كيف نحصل على الاحترام في عالم الرجل ؟

بالإنجاز طبعاً، بالمغامرات والتحديات، الانتصارات الرياضية، النقاشات الذكية، النجاحات المالية، السيطرة على الآخرين، تصليح الأشياء، أن تكون لماحاً وحكيماً وقادراً على اقتناص الفرص
أما عالم المرأة فإنه يعترف أكثر بـ (التواصل مع الآخرين) وهو أعلى أهمية من (الاحترام) هذا لا يعني أنها غير منجزة ولكنها لا تسعى للإحترام بالطريقة الشغوفة التي يسعى الرجال لها.

الرياضة وعلاقتها بالاحترام ؟!

يميل أغلب الرجال للرياضة فهي بمثابة واجهة ذكورية يستطيع من خلالها الرجل أن يتنافس مع نده من الرجال علناً، الرابحون يحظون بالاحترام والخاسرون يسعون للثأر، ويستطيع الرجل بذلك أن يكون مع الآخرين دون الحاجة إلى التآلف معهم، فالرياضة والألعاب هي تعبير عن طقوس الصراع، هل شاهدت يوماً مشجعي كرة القدم وهم يتقاتلون بعد خسارة فريق أحدهم ... ما علاقتهم هم بالمشكلة ؟! إنه الصراع الأزلي الذي يتجسد في التنافس حول الاحترام .

لعب النساء للرياضة غالباً لا يتعدى كونه للصحة واللياقة البدنية و التدريب و قلة قليلة جداً من النساء اللواتي اهتممن برياضة ما وبرعن فيها، وعندما يلعبن برياضة ما لا يهتمّن كثيراً بالربح والخسارة فالموضوع برمته للتسلية وتمضية الوقت بالتواصل بطرق جديدة لا أكثر .

التصريح مقابل الكناية

تبدو النساء بالنسبة للرجال غامضات وأنهن لا يتحدثن مطلقاً بشكل مباشر و في بعض الأحيان يشعر الرجل أنه من المفترض عليه أن يخمن ماذا تريد المرأة أو أنه مطالب بقراءة أفكارها لذلك غالباً ما يتهم الرجل المرأة بأنها غير مباشرة في أحاديثها وفي كونها مناورة ومتلاعبة .. ولأن الرجال مسيطرون في مجتمعاتنا بكل القوة والمال، فتاريخياً كان على المرأة أن تستعمل اللغة بشكل حذر للحصول على ما تريد. أما من وجهة نظر أنثوية ... فالرجال غالباً ما يكونون غير حذرين بشكل كاف ... وتفضل النساء اللغة غير المباشرة.

إن الدبلوماسية اللغوية التي تستخدمها المرأة غالباً ما تكون مفيدة للغاية فهي حريصة كل الحرص على عدم إزعاج الآخرين وتحاول قدر الإمكان التفكير في كل الكلام الذي سيقال ونتائجه على الطرف الآخر، لكن الانجراف فيها قد يكون هداماً ومانعاً من الفهم في بعض الآحيان .

إليك جدول بسيط عما تقوله المرأة وعما تقصده.

عندما تقول المرأة ...	فإن ما تعنيه حقاً هو ...
نحن بحاجة لأن نتحدث	أنا منزعجة أو نحن نعاني من مشكلة، أريد أن تنتاقش
إننا بحاجة إلى ...	أنا أريد أن ...
أنا آسفة ..	ستأسف على ما فعلت !
إن الأمر يعود إليك ..	إذا ما وافقت عليه أنا
أنا لست متضايقة ..	بالطبع أنا متضايقة جداً !
يجب أن تتعلم كيف تتواصل	فقط وافق على ما أقوله وستكون الأمور على ما يرام
هل تحبني !	أريد شيئاً غالياً
إلى أي درجة تحبني ؟!	لقد قمت بشيء لن يعجبك غالباً
لا شيء	هناك الكثير مما لا أرغب بالحديث عنه
أنت لا تحبني	أرغب بأن تشعرني بالمزيد من الاهتمام
اتركني وشأني	أنا بأشد الحاجة للمسة حانية وقلب مفعم بالمشاعر.
لا أرغب بذلك الآن	إن أصررت علي أكثر ... لربما أغير رأيي !
حسنا	سأنهي هذا الحوار مع عدم اقتناعي بما قلته
خمس دقائق	نصف ساعة ... ساعة ... ساعتين وربما أكثر
حقاً !!!	يبدو أنك كُشفت ... أنت تكذب !
التنهد بشكل مبالغ به	لم أضيع وقتي بالجدال معك ؟! النتيجة واضحة

كلامها أغلى من الألماس
و هو يعتبر صمته أنفس من الذهب !

كما في برنامج تكامل ..
أسأل حضور الندوات والدورات التي تهتم بالرجل والمرأة هذا السؤال المحيّر ؟!
برأيكم من يتحدث أكثر ... الرجال أم النساء ؟!

الجواب غالباً ما يكون متحيز من قبل الرجال ... فهم يجدونها فرصة للانتقام من الجنس الآخر.... حان الوقت للتعبير ! يقولون ... بلا شك ولا ريب إنها المرأة ... المرأة التي لا تنفك تتحدث عبر الهاتف الساعات الطوال، وهي المؤسسة الأولى للجلسات النسائية الاجتماعية (الصبحية، العصرية، العشاءات الأسبوعية، الزيارات العائلية – زيارات الجيران ...) وهذا صحيح بشكل كامل ... هي تفعل كل ذلك ولكن !

الحقيقة أن الفرق بين الرجل والمرأة بالنسبة للكلام لا يتجاوز نسبة الـ ٢٠ ٪ فالرجل أيضاً يتحدث بشكل كبير ولكنه يجد نفسه بالحديث عن الأشياء والإنجازات والأمور التي يعرفها متفاخراً ... أما المرأة فالحديث عندها هو وسيلة لتعزيز التواصل الاجتماعي مع كل من حولها ... هي ترغب أن تكون محبوبة ومرغوبة والحديث يعزز من الحصول على هذه المشاعر .

على سبيل الشكوى تتحدث هي فتقول : " إنه يتهرب مني دائماً يريد أن ينهي أي نقاش بالهروب والصمت " على الصعيد الآخر هو يريد أن تفهمه المرأة دون أن يتكلم، إنه يود أن يجلس في كهفه وحيداً فهو لا يحب الحديث عن المشاعر بنفس المقدار الذي يحب به الحديث عن الأشياء ... تشتكي هي فتقول : " إنه أفضل متحدث على الإطلاق ولكن خارج المنزل وعلى الملأ " ولكن في البيت " إنه يعشق الصمت والهدوء بشكل غريب " ؟!

كلما أصبح الحديث عاطفياً تجد معظم الرجال ينسحبون بخطوة إلى الوراء ، فهو يحب الحديث عن الإنجازات والأمور العامة كالرياضة، السياسة، التاريخ، وكيفية عمل الأشياء، وغالباً ما تعتبر النساء سرد الحقائق كمحاضرة ليست تحمل (الهم) فقط إنما تحمل بدلاً من ذلك رسالة دونية: أنا المعلم وأنت الطالبة.

إن الرجل حقيقة يرغب بالحديث بشكل عام عندما يرغب بالسيطرة فهو يعتبر مواضيعه أكثر أهمية، أما المرأة فقد اعتادت أن تكون أكثر لطافة وأن تفسح المجال أمام الرجل للحديث عما يريد.

نصيحة للمرأة : حاولي أن تأخذي معظم ما يقوله الرجل بشكله السطحي، لا تبحثي عن المعاني الخفية فهو يحب الصراحة ولن يراوغ غالباً، ما يقوله هو ما يقصده وما يعنيه لا شيء آخر .

نصيحة للرجال: عليك أن تستمع أكثر للمرأة وأن تصبر على تكبد هذه المشقة، إن كنت تحب أن تكون ميالاً للسيطرة على الحديث فحاول أن ترجع خطوة للوراء .. إن مشاركتها الحديث والاستماع لها يسمح لك بالشعور بالقرب منك، لا تشكك أو تستخف بأسلوب النساء في الحديث فالتأكيد على الاختلاف هو اسم اللعبة الأساسية وقيامك بعكس ذلك سيفقدك الكثير من رصيدك العاطفي.

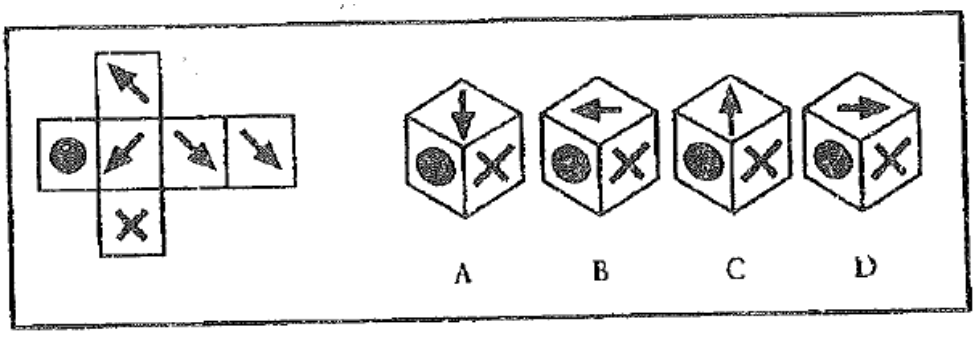
صديقة مقربة من أول زيارة :

الثرثرة هي طريقة مهمة لاتصال النساء ببعضهن البعض، أخبرتني إحدى النساء هذه القصة قالت " زارتني اليوم مندوبة مبيعات لمنتجات تخص المطبخ، كانت قد اتصلت بي هاتفياً مؤخراً وقبل أن تغادر منزلي كنت قد عرفت أنها مطلقة مرتين و عرفت الأسباب التي أودت إلى طلاقها من أزواجها، وعن العملية الجراحية التي قامت بها مؤخراً، بالإضافة للأشخاص المدخنين في عائلتها وعن طفلها الذي يعاني من عدم القدرة على التحدث دون تأتأة، وخططها في إجازة الصيف المقبل، لقد تحدثنا حوالي الساعتين دون أن نشعر بالوقت ، وكأننا أفضل صديقتين "

إنه بارع في القيادة وأنتِ غالباً ما تجدين صعوبة في ركن سيارتك

تؤكد آلاف الدراسات أن الرجال متفوقون بالمهارات التي تتعلق بالتعامل مع الفراغ والتصور المكاني فالمنطقة المسؤولة عن ذلك لها علاقة أيضاً بحل المشكلات ولذلك فإن الرجل يوظف هذه المهارة أيضاً في مباراة لكرة القدم أو الكمبيوتر أو ألعاب رياضية تعتمد على بنيته الجسدية وتعامله مع الفراغات وتحقيق الأهداف فهو مجبول على تحقيق النتائج، ألعاب التصويب مثلاً تعتبر متعة حقيقية لدى الرجال بعكس ما تقدمه من ملل لأي امرأة.

كما يصعب على المرأة غالباً أن تتذكر الأماكن بشكل جيد ففي أغلب البلدان يمكنك أن تلاحظ السائحات وهن يقلبن الخرائط بحثاً عن المكان الذي يودن الوصول إليه دون فائدة، أو يمكن أن ترى جيداً امرأة تبحث عن المكان الذي تركت فيه سيارتها في المرآب ولا تجدها



في هذا الاختبار، على الدماغ أن يقلب الرسم ثنائي الأبعاد إلى تصور ثلاثي الأبعاد ، وتقليبه ذهنياً للوصول إلى الزاوية الصحيحة.

المهارة المطلوبة لحل هذا الاختبار هي نفسها التي يحتاجها المرء لقراءة المخططات وصيد الحيوانات وإصابة الأهداف وركن السيارة بشكل صحيح.

إن النتيجة الصحيحة هي الشكل A

تفضل غالبية النساء أن تركن سيارتها في فراغ أكبر، حتى لو اضطرت للمشي، من أن تركنها بشكل عكسي وتحشرها في فراغ ضيّق

بإمكانك أن تعرف جنس الشخص صاحب السيارة المتروكة بجانب الرصيف من خلال طريقة ركنه لتلك السيارة، فالعديد من الدراسات أثبتت صعوبة ركن السيارة للمرأة بشكل صحيح من المرة الأولى و من هذه الدراسات أيضاً دراسة أجريت في سنغافورة تقول أنهُ يتفوق ٦٦ ٪ من الرجال في دقة ركن السيارة مقابل ١٩ ٪ فقط من النساء، و كما يتفوق ٦٨ ٪ من الرجال مقابل ١٢ ٪ من النساء في ركن السيارة من المرة الأولى، لذا أنصحك أن تبتعد عزيزي السائق عن الطريق إذا كانت التي تقود أمامك امرأة من سنغافورة.

دائماً ما تترك النساء بصمة في التعليم والتربية

تؤكد العديد من وزارات التعليم والتربية في أنحاء العالم مع بذل الجهد في منح فرص عمل متساوية لكلا الجنسين تفوق النساء على الرجال في موضوع التربية والتعليم، فالدماغ الأنثوي أفضل تهيئة للتدريس بسبب قدرة المرأة وتفوقها بمهارات التواصل وتوطيد العلاقات.

الدراسات والإحصائيات أيضاً تؤكد أن الرجال يتميزون في بعض المواد التي تعتمد على التصور المكاني كالفيزياء والكيمياء والمعلوماتية والعلوم الطبيعية والتي تتطلب حدساً عالياً للتصور المكاني الخاصية التي يتمتع بها الرجل بشكل تلقائي.

ذلك بالطبع يفسر عدم وجود إلا نسبة قليلة جداً تكاد لا تذكر من اختيار المرأة أن تكون باختصاص المهن التالية (مهندسة طيران، سباق السيارات، قبطان طائرة أو سفينة) فالدماغ الأنثوي لا يتوافق مع هذه الوظائف.

النساء عموماً يتفوقن في مجالات أخرى كالفنون الجميلة والرعاية الاجتماعية والآداب، فبينما يستمتع الرجال بلعب الورق والشطرنج تلتفت النساء إلى الرقص وتجميل أنفسهن وبيوتهن.

من يتفاخر أكثر ؟ الرجال أم النساء !

إن التفاخر هو سلوك تنافسي وذاتي وهكذا فإنه يخص الرجال غالباً و يتنافس الرجال بسرد أشياء تجعلهم يبدون بصورة جيدة، ونجاح الرجل هو معلومات للعموم حيث يبثون إنجازاتهم لمن يرغب بالإصغاء: كالمواقف العصيبة، والخطب العصماء، والسفينة التي بناها بنفسه، ويتفاخر الرجل بما يمتلكه وبراتبه وبعدد صديقاته في بعض الأوساط، لذلك ينصح دوماً بالتحري عن الخاطب لربما قام بالتفاخر بما لا يملك دون قصد الكذب إنما المبالغة لنيل الإعجاب.

أما المرأة فأسلوبها بالتفاخر غير مباشر أكثر من الرجل فمعظم النساء يفضلن الحديث عن نجاحاتهن للأصدقاء المقربين بشكل منفرد، فضلاً عن أن المرأة تهتم كثيراً بعدم تشويه صورتها التي تبنيها على مدار أعوام وتفكر كيف سينعكس حديثها على الآخرين ؟ هل سيظن المستمع أني متواضعة أو متكبرة إذا سردت هذه القصة ؟

موضوع التفاخر أيضاً موضوع نسبي يؤثر فيه العديد من العوامل: كالنشأة والتربية ووسائل الإعلام والأصدقاء، بالمختصر البرمجة العقلية للشخص، فهناك أشخاص يحبون التفاخر بالرغم من عدم امتلاك ما يدعو للتفاخر وآخرون يتواضعون بالرغم من أن الدنيا بين أيديهم.

مين النقاق أكتر ؟! .... نقاق من النق ! ... والنق كلمة عامية بس بليغة على فكرة ☺

عندما يكون الصمت ذهباً فالرجل يتفوق على النساء في هذا المجال ... فالرجل ميال إلى الصمت أكثر بسبب تركيبة دماغه الذي يميل إلى العزلة والاستقلالية غالباً ويشتكي الرجال من زوجاتهن (النقاقات) اللواتي ينهكنهم بتكرار الطلب أو كثرة الطلبات التي قد يجدها الرجل لا تستحق كل هذا الإهتمام.

الحقيقة أن تعريف النق .. هو الإزعاج بالطلبات الملحة والتذمرات، ولكنه نتيجة حتمية بسبب تركيز النساء على الآخرين، والنساء تحب الآخرين بما يفعلون لصالحهم وعندما لا يستجيب الآخرون تصبح نبرتهن ملحة ومصرة و غاضبة .. مثال " كم مرة يجب علي أن أقول لك أن ..... "

ينكر النساء فكرة أنهن يقمن بـــ " النق " لأنه تصرف غير واعي و طبعاً ليس كل النساء تقوم به، فالرجال أيضاً يقومون بالنق ولكن بشكل أقل لأنهم لا يهتمون كثيراً كيف يتصرف الآخرون وإنما يهتمون أكثر بأدائهم أنفسهم و يساهم الرجال إذن بهذه الطريقة بإكمال دائرة النق .

على أي حال .. الرجال يساهمون في أن تكون المرأة " نقاقة " أو قليلة " النق " بسبب عدم الإصغاء بشكل فعال، فمعظم الرجال يقومون بالإصغاء للنساء بنصف أو ربع أذن و هكذا على النساء تكرار ملاحظاتهن أكثر من مرة قبل أن يقوم الرجل بردة فعل تجاه الطلب أو الحديث.

الخبر السار لك عزيزي الرجل أن النق لا يؤثر على النساء بشكل سلبي كما يؤثر على الرجال ... فمعظم النساء لا يشعرن بالضغط نفسه الذي يشعر به الرجل عندما يكون ملتقي للـــ (النق) وذلك لأن أجسام النساء أفضل بالتعامل مع الضغط فضلاً عن أن ضغط الدم لا يرتفع لديهن بشكل كبير.

كهف الرجل وإعلان المرأة

مهموم وحزين ومشغول، تقلب كفيك يمنة ويسرى ولكنك منكفئ على نفسك لا تريد أن يتدخل بك أحد تستعرض أمورك لوحدك تريد أن تجد الحل وهي تريديك أن تحدثها عن مشاكلك وتشاركها همومك وفي تلك اللحظة بالذات لو خيروك بأن تذهب للصين مشياً على الأقدام أو تتحدث لربما اخترت أن تذهب للصين مشياً وزحفاً ولا تتكلم بكلمة !!

هذه هي طريقة آدم عندما يواجه المشاكل والضغوطات يُحجم عن التحدث عن ما يهمه ويدخل وحده في كهفه الخاص، يرفض الكلام ويكره أن يشفق عليه أحد في حين أن المرأة ترى إشفاق الرجل عليها اهتماماً و حباً لها، فعندما تمر امرأة ببعض الضعوطات تقوم بالحديث عنها من باب الفضفضة التي تجدها مريحة لها نفسياً

الرجال غالباً يريدون مساحة أوسع وترغب النساء بمزيد من التفهم، تفكر النساء بصوت مرتفع ويسئن تفسير صمت الرجال، فيبدأن بتخيل الأسوأ ... يمكن للمرأة أن تسأل الرجل في كهفه " عندما تشعر برغبة في الحديث تأكد أنني موجودة لأسمعك ، أود أن نقضي بعض الوقت معاً، سأكون بانتظارك "

كل من الرجل والمرأة يفترض خطأ أن لدى الآخر نفس الرغبات والاحتياجات ونتيجة لذلك ينتهي كلاهما إلى عدم الرضا والاستياء، أما إذا تقبلوا اختلافاتهم عندئذ تكون الفرصة سانحة ليزدهر الحب.

أيتها الزوجة الغالية : دعي لزوجك مساحة من الحرية ولا تقتحمي عزلته، لأنه يفضل أن ينعزل عن الآخرين عندما يكون لديه مشاكل أو ضعوطات عليه حلها ؟

لماذا لا يستطيع الرجل أداء أكثر من مهمة في الوقت ذاته ؟

يتسـم عقل الرجل بأنه أحادي التركيز وهذا يعني أنه " قادر على القيام بشـيء واحد فقط " خلال وقت واحد و معظم النسـاء تواجه مشـكلة في فهم هذا الأمر، فالمرأة يمكنها أن تتحدث وتسـتمع بنفس الوقت، وتتسـائل حواء لماذا يصر على خفض صـوت التلفاز عندما يرن هاتفه المحمول ؟! و تصـرخ النسـاء بغضـب" لماذا لا يسـتطيع سـماع ما أقوله له وهو يتابع برامجه المفضلة على التلفاز ؟!

السـبب في ذلك أن عقل الرجل مقسـم إلى أجزاء ويتمتع بخاصـية الخصـخصـة كما ذكرنا سـابقاً وكأنَّ عقله مصـمم كصناديق يحتوي كل منها على وظيفة واحدة فقط مستقلة عن باقي الوظائف والحبل الرابط بين شقي مخه (الأيمن والأيسر) والذي يسمى " الجسم الجاسئ " يُعّدُ أرفعَ من مثيله عند المرأة بنسبة ١٠٪ في المتوسط و يقل من روابط بين شـق المخ الأيسـر والأيمن بنسـبة ٣٠ ٪ عن تلك الموجودة لدى المرأة، يبدو ذلك كله للمرأة كشـكل من أشـكال العجز والقصور .. ولكن هذا ما يفسر حكماً البراعة التي يتمتع بها الرجال في أداء هذه المهمة الواحدة.

التركيز في أداء مهمة واحدة يجعلك تصبح خبيراً متخصصاً في مجال واحد ولذلك تجد نسبة الفنيين ٩٤ ٪ مقابل ٦٪ من النسـاء، لذلك لا تحاولي التحدث إليه بأمور مهمة أثناء مشـاهدته لمباراة كرة القدم لفريقه المفضـل أو متابعته لنشرة الأخبار أو قراءته للجريدة اليومية، لأنه فعلياً قد يكون أصم لا يسمع أي شيء مما تقولينه،

على صـعيد آخر تسـتطيع معظم النسـاء القيام بعدة أمور غير مترابطة مع بعضـها في الوقت عينه دون أن تشـعر بأي ارتباك فعقلها مصـمم أن يعمل ٢٤ على ٢٤ وهذا ما يفسـر براعة النسـاء في وظيفتي (المسـاعد الشـخصـي – أمين السر)

وكأنها مرتبطة جينياً بأنثى الأخطبوط التي يمكنها أن يقوم بتقطيع الخضـار لطبخة اليوم وهي تتابع برنامجها المفضـل على التلفاز و تقرأ أهم أخبار العالم على جوالها المحمول وهي تتحدث مع جارتها على الهاتف لتتعرف على آخر صـيحات الموضـة والأزياء، و هي تقوم بدفع الكرسـي الهزاز لينام صـغيرها فيه فضـلاً عن أنها تفكر بما سـتفعله غداً في عزيمة بيت خالتها، كل ذلك وربما أكثر ... أنها كائن جبار، لا يمكنك أن تتصور قدراتها أبداً .

لذلك أنصحك ألا تقومي بمناقشة الرجل بأكثر من أمر مختلف في نفس الجلسة، ستقومين بدعوته للجنون لا محالة، حاولي التركيز أكثر لمناقشة كل نقطة على حدى دون التشويش، ولا تنتقلي للنقطة الجديدة مالم تتأكدي من أن النقطة الأولى قد انتهت بشكل تام من قبله.

الرجل يعشق بعينيه و المرأة تعشق بأذنيها

هل حدث مرة أن شـاهدتما فيلماً معاً فبكت هي لموت أحدهم أو ظهرت عليها علامات السـرور والبهجة لكلمات قالها البطل للبطلة، أو لموقف جميل حدث وأنت تتابع معها و لكنك لم تتأثر بأي من المشاهد .. استمتعت فقط دون التفاعل بمشاعرك ... أليس لديك مشاعر ؟! ... بلى " آدم " لديه مشاعر ولكن !!

" لم يسـمعني كلمة جميلة حانية منذ سـنوات ... ولم يبادر في يوم من الأيام بمدحي ولو باليسـير من الكلمات ! أنا واللّه أقوم بواجباتي الزوجية من نظافة الجسد والمكان والأولاد ولكن دون فائدة .

أظن أنـي أضـيع عمري مع شـخص لا يشـعرني بأي قيمة، هل فيّ الخطأ أم بطبعه ؟! كم تمنيت أن يقول لي : " سلمت يداك .. ما ألذ هذا الطعام وما أشهاه ..." أو " هذا الفستان جميل عليه و أنت ما يجعله جميلاً " بل عندما كنت أطويل الليالي مريضة كان لا يخطر بباله أن يضع يده على جبيني ويدعوا لي بالشفاء ... أو يقرأ علي آيات من كتاب اللّه .. هكذا تشتكي إحدى الزوجات .. فما أقبح برود المشاعر ..! وما أصعب أن يشعر أحدهم أنه لا يكلم إلا نفسه .... ولربما شعرت الزوج بأن أمامها " **تمثال أخرس** "

يقول نزال قباني :

قل لي ولو كذباً كلاماً ناعماً **قد كان يقتلني بك التمثال**

و ما أكثر التماثيل التي تقتل بصمتها وبرودتها

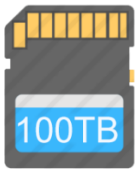
تعشق المرأة بأذنيها ويعشق الرجل بعينيه لذلك يكذب الرجل ولذلك تضع المرأة مستحضرات التجميل ... ليلبي كل منهم احتياجات الطرف الآخر من الإشباع العاطفي ... ولكنها أيضاً تهتم بمظهرك لذلك لا تنسى أن تهتم أنت أيضاً به، فوسامتك لها قيمة و واجبة عليك كما هي واجبة عليها، ليس لك أن تغير في خلقك فالوسامة والجمال منح من اللّه ولكن الاستحمام والتطيب والاهتمام بأناقتك كما كنت تفعل أيام الخطوبة لا تزال مهمة بالنسبة لزوجتك بعد الزواج.

ثبت عن الرسول صلى اللّه عليه وسلم أنه كان إذا دخل بيته يستاك، وينظف أسنانه وهذا من جميل هديه عليه السلام فالحبوب المنعشة للفم والبخاخات المعطرة تجعل من رائحتك منعشة، اهتمامك بشعرك ولحيتك و نظافتك كلها لها أثرها الإيجابي على نظرة زوجتك لك ... إنها تحب أن تسمع منك أطيب الكلام وتحب أن تراك في أجمل مظهر .

الأنثى تهتم بالأشخاص بينما يهتم الذكر بالأشياء

إن دماغ المرأة مبرمج منذ الصــغر لتكون ردود أفعالها موجهة للأشــخاص، بينما تكون ردود الأفعال بالنســبة للرجل موجهة نحو الأشكال والأشياء، وقد بينت الدراسات التي أجريت على الرّضع في سن أيام أو بضعة أشهر أن الصبيان يرغبون بالأشــياء بشــكل بالغ الوضــوح بينما تميل الفتيات الصــغار للتعلق بالأشــخاص والمشــاعر المرتبطة بهن، فالطفلة الصغيرة تحملق بالوجوه أضعاف ما يفعله مثيلها من الجنس الآخر.

ويمكنك أن تلاحظ في جلسات العمل أو التمارين التي تؤدى في البرامج التدريبية أن الفتيات يملن تلقائياً لتكوين العلاقات والتعاون ضمن المجموعة، بينما يتنازع الصبيان السلطة والمركز.



إنها تهتم بكل التفاصيل الدقيقة و تتمتع بذاكرة خارقة !

هل حدث أن ذهبت أنت وزوجتك لزيارة جيرانك أو أحد أقاربك لتبارك لهم بانتقالهم لمنزل جديد ولما عدت إلى منزلك تناقشت مع زوجتك بالزيارة فسألتك عن رأيك بالستائر والمفروشات، إلا أنك لم يخطر ببالك الانتباه حتى لألوانها لربما سألتك عن تفصيل أدق ؟ " كيف وجدت شرشف طاولة الطعام ؟ فتسألت في نفسك ؟! هل يوجد شرشف أساساً ... لم تنتبه !! حتى أنك لربما لم تنتبه لملابس أصدقائك وأحذيتهم وتناسق ألوانها ؟!

كيف يحدث ذلك .. إنها تتذكر كل تلك التفاصيل بشكل خيالي لا يصدق ؟! هل زوجتك مهتمة حقاً بتلك الزيارة حتى تمكنت من التذكر لهذه الدرجة أم أن الأمر طبيعي للغاية وهي تتذكر أصلاً كل التفاصيل دوماً ؟!

سأوفر عليك عزيزي الرجل الكثير من المشكلات من خلال هذه النصيحة: قم الآن فوراً بجدولة تنبيه على هاتفك المحمول لتلك التواريخ الهامة في حياة زوجتك في حياتك أيضاً ولكنك لا تعطيها نفس الاهتمام كـ (يوم زواجك – عيد ميلاد زوجتك – أول ذكرى للقائكم، تاريخ ميلاد ابنك أو ابنتك الأولى ...) كل هذه الأمور لربما لا تعني لك سوى تاريخ ما مر في حياتك ولكنها تعني الكثير بالنسبة للمرأة ... الهدية والفرح المرتبط بهذا اليوم بالنسبة لها، يجب عليك أن تعطيها المزيد من الاهتمام و تقدم لها هدية مناسبة بهذه المناسبة ... هل خطر ببالك أنه يجب عليك أن تقدم لزوجتك هدية بمناسبة " عيد الأم " بمجرد أن يصبح لديكم ولد، إنها تعتبر هديتها منك أمر أساسي! !

نظرة سريعة مجدداً فروق هامة بين الجنسين

- فطرية : فيزيولوجية
- مكتسبة : من البرمجة والمجتمع
- في كل الفروق الأكثر وعياً ومسؤولية هو من يتماشى مع الآخر

الفروق بين الزوجين :

المرأة	الرجل
تفصيلية	إجمالي
تتكلم وتنصت في نفس الوقت	إما يتكلم أو ينصت
تتكلم من أجل التواصل	يتكلم من أجل هدف معين
تتنقل بين المواضيع دون روابط	لا يفكر إلا بموضوع واحد
تفكيرها شبكي	تفكيره صندوقي
عاطفية أكثر من الرجل	منطقي أكثر من المرأة
في الضغط أكثر تشويشا	في الضغط أكثر تركيزا
تتحسن بالتحدث عن المشكلة	يتحسن بإيجاد حل للمشكلة
تتحفز عندما تحس بأنها معززة	يتحفز عندما يحس بأن أحد ما بحاجة إليه
تقرأ ما بين السطور	لا يقرأ ما بين السطور
نفس لغة الرجل بمعاني مختلفة	نفس لغة المرأة بمعاني مختلفة
تنهدها يعني أنها ستنفجر	تنهده يعني الأمور ممتازة
تشعر بالفخر إذا ساعدها أحد	لا يحب المساعدة دون طلب
تفهم بالتأويل	يفهم بالتصريح
أسئلتها مبهمة	أسئلته واضحة
أكبر مخاوفها من الرفض	أكبر مخاوفه من الفشل
شكواها الأولى لا يستمع لي	شكواه الأولى تحاول تغييري
تهتم بالعلاقة الحميمة بعد بالعاطفة	يهتم بالعلاقة الحميمة بعد الضغط
الجنس لديها عاطفي	الجنس لديه فيزيولوجي هرموني
تتفوق على الرجل بالذكاء الاجتماعي	يتفوق على المرأة بإدارة الذات
تهتم بدافع العمل (الحب)	يهتم بتأدية العمل وحسب
الجنس لديها بطئ وطويل	الجنس لديه سريع ومتفجر

أهمية الحاجات النفسية لدى الجنسين:

- اعرف حاجاتك حتى تستلمها
- اعرف حاجات شريكك لتقدمها له على الدوام
- تذكر أن تسأل شريكك دوماً هل ألبي احتياجاتك ؟
- اسأل شريكك دوما عن الطريقة المحببة إليه في العلاقة الحميمة
- تنشأ المشاكل من تضارب الحاجات النفسية والجسدية
- اصنع قائمة حاجات مشتركة "وتنازل فيها لتصل إلى حل أو صيغة تفاهم"
- اعتبر هذه الصيغة دستور للأسرة من يخرج عنها يفقد الثقة

حاجات الرجل	حاجات المرأة
الأمان الأسري	تحمل المسؤولية
الثقة	الاهتمام
القبول	التفهم
التقدير	الاحترام
الإعجاب	الأولوية
التشجيع	التوكيد
الجنس	الإعجاب

- **الأمان الأسري :**
  - عدم تحمل المسؤولية عند الرجل يفقد المرأة صوابها
  - اختلال نظام المنزل و الأمان الأسري بسوء إدارته مشكلة كارثية عند الرجل .
- **الثقة /الاهتمام :**
  - على المرأة أن تثق بالرجل ليهتم بها
  - على الرجل أن يشعر المرأة بأهميتها في حياته
  - نصف ثقة الرجل بنفسه من زوجته
- **القبول / التفهم :**
  - على المرأة تقبل الرجل وعدم محاولة تغييره بشكل مستمر.
  - على الرجل تفهم مشاعر المرأة والتوقف بعض الشيء بالتفكير بمنطقية.
  - على المرأة أن تعجب بجميع تفاصيل الرجل فهو نرجسي غالباً.
- **التقدير / الاحترام :**
  - على المرأة أن تقدر الأمور التافهة التي يقوم بها الرجل لأنها سر العلاقة معه.

- على المرأة تقدير الرجل لأنه عندما ستقدره سيحترمها ويهتم بها أكثر .
- ٩٩٪ من الرجال يحترمون من يقدرهم ولم أجد بصراحة أحد من ١ ٪ حتى الآن.
- الرجل يقدر ذاته أكثر من المرأة لأن الإنجاز لديه من أهم أهداف حياته.

- **الإعجاب/ والأولوية :**
  - تعجب المرأة بالرجل عندما تشعر بأنها مسيطرة على عرش قلبه
  - الرجل يعطي الأولوية لمن يعجب به لذلك عليك بتأكيد إعجابك به كل فترة.
  - بداخل كل رجل حاجة عارمة لإيجاد من يعجب به وخصوصا زوجته
- **التشجيع / التوكيد:**
  - يجب أن تقوم المرأة بتشجيع الرجل حتى يؤكد محبته لها دوماً
  - الرجل يحب المديح والتشجيع لدرجة كبيرة ولا يحب أن يمدح الآخرين.
- **الجنس / الإعجاب :**
  - الجنس عند الرجل هام وعاجل كل ٧٢ ساعة تقريباً بحاجة إلى علاقة
  - يجب التثقف جنسياً قبل الزواج لأن ٩٣٪ من حالات الطلاق سببها الرئيسي هو الجنس
  - العملية الجنسية عند الإنسان صعبة لأنها تؤثر على الحب سلباً وإيجاباً
  - بداخل كل امرأة إحساس بأنها ساندريلا والجميع معجب بها
  - يجب على الرجل تعلم الرومانسية ليعرف طريقة التعبير عن إعجابه.

هذا ما تعلمته مما سبق

هذه الصفحة مخصصة لك لتكتب ما تعلمته من الصفحات السابقة

هل الحب هو " البداية " أم " النهاية " ؟

الحب ماء الحياة وسرها الأبدي ، بالحب نحيا وبالحب نتحرك و الحب هو من يحيي قلوبنا و يجعلها تموت في الوقت ذاته، بالحب تصفو الحياة و تُغفر الزلات و يبدو جلياً أن الجميع يرغب بتجربة هذه المشاعر الغريبة التي تنتاب الإنسان فتؤثر في كيانه بشكل إيجابي غريب ، تذلل الصعاب وتجعل من المستحيل مجرد كلمة.

الحب ربيع القلب ومخدع النفس ومتنفس الروح، وهو طيف رائع يتسرب إلى أحشاء الإنسان حتى يصل إلى أعماق قلبه، إنه نعمة إلهية عظمى تشعر الإنسان بجوهره و تعطي الجمال للأشياء التي تحيط به.

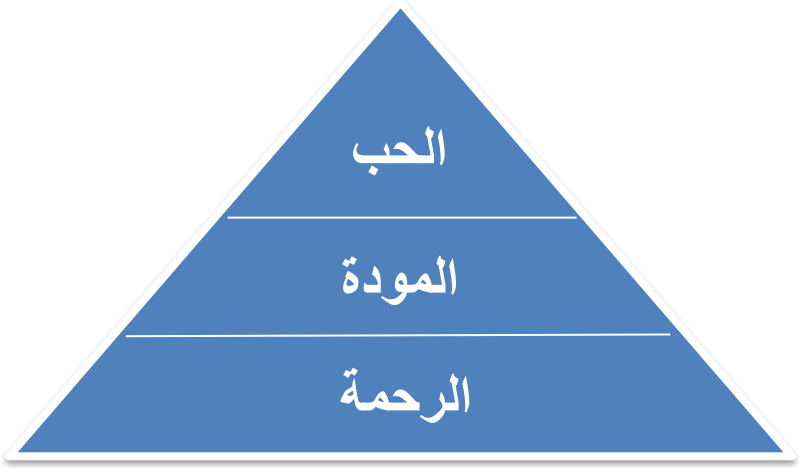
جميع البشر بحاجة للحب الحقيقي الذي يُغيّر حياتهم للأفضل ويجعلهم يعيشون أوقاتاً سعيدة مع من يحبون، وهناك العديد من علاقات الحبّ التي تفشل وتنهار، بسبب عدم توافق الشريكين، ولكن الحب الحقيقي لا يُمكن أن يضعف وينهار حتى بعد سنوات من الزواج ومشاركة تفاصيل الحياة اليوميّة :

يبدأ الحب بين الرجل والمرأة بطريقتين، وهما

الحب من النظرة الأولى: وهو ذلك الحب الذي يبدأ بالإعجاب والانجذاب من النظرة الأولى.

الحب بعد وقتٍ من الزمن: وهو ذلك الحب الذي يحصل بعد فترةٍ من تعرف الطرفين على بعضهما، حيث تجمعهما في البداية الصداقة التي تتحول فيما بعد إلى حب، أو أنّهما يقضيان وقتاً مع بعضهما، كأن يسهرا طول الليل أو يعملان على مشروعٍ ما، فتتطور العلاقة لتتحول لحب.

وينظر الكثير من الناس إلى الحب على أنه بداية العلاقة ولكنه يقع في رأس هرم العلاقة بين الرجل والمرأة وخصوصاً في إطار الزواج:



هل أنا ناقص حتى أبحث عن نصفي الآخر ؟!

لماذا أتزوج ؟ ما هي دوافع الزواج ؟

إذا وجهنا هذا السؤال لكثير من المقبلين والمقبلات على الزواج سمعنا إجابات تدل على أن كثيرا منهم لا يعرفون قيمة الزواج وأهميته ومعناه.

فمثلا نسمع كثيرا من الشباب يقول:

- تعبت من العزوبية
- وآخر يشتكي همه الجنسي
- وثالث يقول : والداي يريداني أن أتزوج
- رابع يقول : لأني كبرت وأصبحت رجلا . وهكذا..

والفتيات يقلن:

- لأن جميع صديقاتي تزوجن
- لابد للفتاة من الزواج
- لأني كبرت وقد يفوتني القطار
- لأني أحب الأطفال
- وقد تقول بعض الفتيات لأني أحب السفر
- وربما قالت إحداهن هربا من بيت الأهل وهكذا...

و من هنا نرى أن كثيرين لا يفهمون مضمون الزواج فهم يدخلون هذه المرحلة بمفاهيم خاطئة وتصورات غير واقعية فتكون النتائج سلبية ، وغير مرضية لهم أنفسهم قبل أن لا ترضي عائلاتهم.

ينبغي على المقبلين على الزواج .... قبل الزواج أن يفهما أن (الزواج) حياة جديدة غير الحياة التي قبلها وأن الاختيار يتم لشخص يرافق الآخر حياته في كل تفصيلاتها أمر غاية في الأهمية ... فالأمر لا يشبه أبداً شراء سلعة من السوق إن أعجبته أخذها واحتفظ بها وإلا ألقى بها وأخذ أخرى.

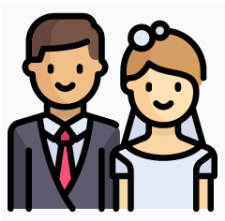
فالزواج مسؤولية وتكاليف ومهام وواجبات وإذا رجعنا إلى تعريفه وجدنا أن الزواج ميثاق تراضٍ وترابط شرعي بين رجل وامرأة على وجه الدوام غايته الإعفاف وإنشاء أسرة مستقرة برعاية الزوجين.

فليس المقصود من الزواج قضاء متعة أو تقليد الآخرين بل بناء أسرة صالحة نافعة وهذا البناء يستهلك وقتاً وتفكيرا وجهداً ومالاً وحكمةً ... ومن وفق لهذا الفهم فسوف يجد كل ما يبحث عنه في أسرته. فالزواج هو أول مؤسسة جعلها اللّه ﷻ بين شريكين يسعى كل منهما لإسعاد الآخر و قد صممت هذه المؤسسة لسعادة الإنسان ليعمل بأفضل صورة عندما يكون متصلاً بالجنس الآخر بالطرق الصحية والصحيحة.

الزواج .... استقرار وراحة ، هدأة نفس، وسكينة للروح ، هي المحطة الأغلى والأثمن لأنها أول لبنة صحيحة في المجتمع و إن عدم فهم دافع الشريك للزواج سيجعل الشريك يفتعل المشكلات بشكل إرادي وغير مقصود، سواء بوعي أو دون وعي ويؤول بذلك أمر الأسرة لنتيجة لا تحمد عقباها من عدم الوفاق ... ولربما يصل الأمر للطلاق.

القاعدة الأساسية تقول : **وراء كل خيبة أمل .. توقع !**
ماذا يعني ذلك ... يعني أنه يجب عليك أن تراقب توقعاتك هل هي منطقية وقابلة للتحقيق ؟!
إن لم تكن تلك التوقعات مستمدة من الواقع فستصاب بخيبات أمل متتالية، كي لا تتفاجئ سلبياً بالحقيقة بعد الزواج.

و لذلك أنصح كل من يطرق أبواب الزواج أن يقف وقفة صادقة يسأل فيها نفسه ليسأل الأسئلة التالية:
- ما هو هدفي من الزواج ؟
- ما هي صفات المرأة التي أريد أن أعيش معها ؟ أسعد معها وتسعد معي ؟
- من هو الزوج الذي أريده أن يكون شريك حياتي ؟!



دوافع الزواج والبحث عن شريك الحياة

و أما دوافع الزواج فهي ستة :

الدافع الديني : وهو أنبل دافع انطلاقاً من حديثه ﷺ : ((يا معشر الشباب، من استطاع منكم الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر، وأحصن للفرج)) متفق عليه، شاب يحركه الدين نحو سنة اللّه ﷻ في أرضه أي امتثالاً لأمر اللّه ﷻ ونبيه ﷺ

به يسلم المرء في مرحلة الشباب و اشتعال الشهوة من الوقوع في الحرام، يقصد بذلك إعفاف نفسه و زوجته، وهي ترجو بذلك رحمة ربها ورضاه، ينفق الرجل على زوجته ابتغاء مرضاة ربه ورغبة منه بإدخال السرور على أهله، وهكذا يدفع هذا الدافع بالشريكين أن يبر كل منهما صاحبه، ويضفي على البيت المودة والسكينة.

الدافع الاجتماعي: المجتمع السليم ينظر إلى الشاب الأعزب برتبة أقل من رتبة المتزوج، فيستغرب حال شاب وصل بالعمر إلى الثلاثين دون أن يتزوج؟ ويستغرب حال فتاة وصلت إلى الخامسة والعشرين دون زواج ؟! ويسأل لماذا ؟ هذا الأمر يدفع بالكثيرين إلى الزواج وهو دليل على سلامة المجتمع.

دافع الأبوة أو الأمومة: وهو من أقوى الدوافع لدى الإنسان وللمرأة أقوى من الرجل، فمن منا لم يرى تلك الطفلة التي تحمل لعبتها لتقلد أمها باعتنائها بالطفل .. حلم الأمومة يرافق النساء منذ الطفولة بسبب الهرمونات الأنثوية التي فطر اللّه عليها الأنثى، ولعل بعض الفتيات يتزوجن بقصد الإنجاب وحسب، ولربما يكون العكس فتتضارب المصالح الشاب يريد أن يصبح أباً وهو الأمر الأهم الذي يدفعه للزواج وهي لا تريد الحمل كي لا يتغير شكلها، ولا تفقد رشاقتها و تخسر حرية حركتها ويضيع وقتها بالعناية بالطفل !!

الدافع الجنسي: هو الميل الغريزي الذي فطرنا اللّه ﷻ عليه نحو الجنس الآخر، و من لم يجد ذلك في نفسه فعليه مراجعة الأطباء، و قد جعل الإسلام الزواج القناة الشرعية الوحيدة لإشباع هذا الدافع.

و إن تقصير الزوجة في أداء حق زوجها لإشباع هذا الدافع أمر محرم شرعاً، قال رسول اللّه ﷺ ((**إذا باتت المرأة هاجرة فراش زوجها لعنتها الملائكة حتى تصبح**)) متفق عليه.
و لأن الزوجة إن لم تُحصن زوجها يخشى أن يميل إلى الحرام بسبب جهل زوجته وخطئها، فليس لها الانشغال عنه أياً كان الشاغل، و حتى إن كان عبادة .

و كذلك الرجل إن أهمل زوجته في هذا الأمر هو آثم و لا يجوز له ذلك، حتى أن تفسير قوله تعالى ((**واهجروهن في المضاجع**)) عن ابن عباس ﷺ الهجران هو ألا يجامعها، ويضاجعها على فراشها ويوليها ظهره .. فلا يترك الرجل الفراش بل يهجرها فيه، وهذه عقوبة شديدة لا تستخدم إلا عند حاجتها.

يقول الإمام الغزالي رحمه اللّه: " إن الزواج يساعد (الرجل والمرأة) على التحصن عن الشيطان، وكسر التوقان (يعني: ميل النفس الشديد) و دفع غوائل الشهوة، وغض البصر، وحفظ الفرج)

الدافع النفسي: وهو خليط من المكنونات النفسية كالحاجة إلى الحب والتقدير والهروب من الوحدة كل تلك المكنونات تدفع الشاب والفتاة للرغبة بالارتباط بشريك يمكن أن يشبع تلك الحاجات، فالحب والمودة والحنان حاجة لدى المرأة وإظهار ذلك الحب على الملأ أمر يدعو للفخر لا للخجل، فقد سئل عليه الصلاة والسلام عن أحب الناس إليه فأجاب بدون تردد ((عائشة)) يتكلم معها ويشعرها بوجودها ومكانتها في بيتها وقلب زوجها.

الدوافع الخاصة: فللبعض أسباب أخرى سوى ما ذكر كالرغبة بالحصول على المال كمن يتزوج فتاة من أسرة غنية ليحصل على مال أبيها دون تعب، أو العكس تلك الفتاة التي ترضى بزوج لربما ليس فيه من الأخلاق والدين والرجولة شيء سوى أنه كثير مال ... قال أحد العلماء : سألني رجل قال: تقدّم شاب إلى خطبة ابنته، لديه معمل، ومنزل في حيٍّ راق من أحياء المدينة، و سيارة فارهة، لكنه لم يكن ذا دين، ما رأيك ؟ أزوّجه ؟ فقلت له: سأنصحك بما قال النبي ﷺ : ((**إذا جاءكم من ترضون دينه و خُلقه فأنكحوه**)) أخرجه الترمذي إذا اجتمع الدين والخلق مع هذه الأمور فبها ونعمت، وإلا فالدين والخلق مقدمان... لم يستجب الأب للنصح ! وزوج ابنته للشاب ، وبعد مضي سبعة عشر يوماً عادت لأهلها مطلقة !! والعكس حاصل أيضاً وأخرى تتزوج برجل مشهور طمعاً بالشهرة و آخر يتزوج نكاية بزوجته الأولى، فإن علمت المرأة ذلك عليها أن تعلم أنه على الأرجح سيطلقها ما إن تعود الأمور إلى مجراها مع الزوجة الأولى، وغالباً ما يجتمع عند الشاب أو الفتاة أكثر من دافع من الدوافع الستة، لكن يرجح واحد على الآخر وكلها دوافع مشروعة إلا الدوافع الخاصة فليست مرضية ولا مشكورة ، واللّه أعلم.

أفضل معايير اختيار شريك الحياة

قال أعرابي لأولاده يوماً : لقد أحسنتُ إليكم قبل أن تولدوا وصغاراً وكباراً، فقالوا: عرفنا إحسانك إلينا صغاراً وكباراً، فكيف أحسنت إلينا قبل أن نولد ؟ .... قال : تخيرت لكم من الأمهات من لا تُعيّرون بها.

لا ندعي أننا وضعنا هذه المعايير بشكل لا يمكن معه الشك أنك إن اتبعتها ستنال بها فتاة أحلامك أو ستجدين بها فارسك الذي لطالما انتظرته!؟ ... هذه المعايير حكماً ستساعدك على الاختيار بشكل أفضل بما يضمن لك على الأقل أن تنسجم بحياتك مع من اخترت ما يخفف عنك من الملامة في عدم التحري عن كيفية الاختيار الصحيح.

أ _ ضع لائحة دقيقة بأهم أولوياتك الشخصية بالاختيار

كل منا يضع العديد من الصفات التي يحلم أن يجدها في شريك حياته وتسمع كثيراً بعدها بفترة من خطوبته أو زواجه عبارات (الحب أعمى - ما حدى بياخد غير نصيبه) لماذا نتجنى على القدر بهذه العبارات ... ألم يكن شريكك اختيارك بملء إرادتك

هي تقول : أريده أن يكون طويل شعره أسود بعضلات مفتولة... صادقاً... أميناً .. عطوفاً ..و غيرها من الصفات التي لا ترغب أن تتنازل عن أي منها ولكن عندما رأته قبلت به دون تردد ونسيت تلك القائمة، يبدو أنها تنازلت عنها لأنها لم تكن ذات قيمة من البداية ..

هو يقول لأصدقائه ... سأتزوج من ملكة جمال مازلت في بداية عمري وما زال لدي متسع من الوقت لأختار أفضل الفتيات ... أريدها أن تكون كذا وكذا ويحدد صفاتها بدقة متناهية وكأنه رسم صورة عنها في مخيلته ولكن ما إن يدخل بيت (صاحبة النصيب) حتى ينسى كل تلك المواصفات.

نصيحتي لك عزيزي أن تختار تلك الصفات بجلسة صفاء وتراجعها أكثر من مرة قبل الاعتماد على أنها صفات الأحلام في شريك العمر، واختر الأهم فالمهم ما لا يمكن التنازل عنه البتة وما يمكن غض الطرف عنه، فمثلاً أن تجعل من الجمال أمر شرطاً لازماً أمر جيد ولكن تذكر أن الجمال ظل زائل، لا يذهب جمال الجميلة، إنما يذهب شعورك به، و انتباهك إليه، لذلك ترى من الأزواج من يترك امرأته الحسناء، ويلحق من ليست على حظ من الحسن والجمال، من

هنا صحت في ذلك شريعة إبليس اللعين قاعدة الفرزدق وهو من كبار أئمة الفسوق، حين قال لزوجه النّوار في القصة المشهورة: " ما أطيبك حراماً وما أبغضك حلالاً !"

و لقد علمنا و أرشدنا رسول اللّه ﷺ عما تنكح المرأة له فقال : ((تنكح المرأة لأربع: لمالها، ولحسبها، ولجمالها، ولدينها، فاظفر بذات الدين تربت يداك)) متفق عليه.

إذن : كي لا تكون من النادمين .. ضع تلك اللائحة بشكل مكتوب وراجعها بعد اللقاء الأول أكثر من مرة وحاول أن تتصالح مع نفسك ... هل أنت جاهز للتنازل عن تلك الصفات ؟

وقع باسمك الثلاثي أنك أنت وبكامل قواك العقلية قد تنازلت عن الصفات غير الموجودة بشريكك وأنك تتقبله كما هو بصفاته الحالية دون أي فرض للتغيير ... لا تقل سيتغير مع الأيام لأنه ذلك غالباً صعب للغاية، ويحتاج منك للكثير من الصبر .... فتغيير المألوف أشد من ضرب السيوف ...هذا بالنسبة للصفات السلوكية أما الصفات الخلقية التي كوننا اللّه عليها فعليك بالتقبل عزيزي، هذا اختيارك أنت فاختر لنفسك ما يحلو.

٢ً - اخطب من قوم تعرفهم وتحرى عن كل التفاصيل.

اعتاد أهل الشام أنه عندما يأتي أهل الشاب ليخطبوا الفتاة أن يقوموا بالسؤال عن صفات الشاب والتحري عن أخلاقه في مكان عمله وسكنه وكلما اجتهد الأب والأخ في البحث الدقيق استطاعوا الحصول على معلومات تساعد في اتخاذ القرار الصحيح، ولطالما جر عدم التحري خيبات الأمل ومفاجآت غير سارة لم يفصح الخاطب عنها، وكما أن للفتاة حق التحري عن خاطبها عليك يا عزيزي أن تقوم بالبحث أكثر عن الفتاة التي ترغب بخطبتها والارتباط بها مدى الحياة والتي سيكون لها الدور الأكبر في ترتيبة أبنائك وتنشئتهم، اسأل عن عائلتها وتاريخهم واسأل عن سلوكيات أخيها وأبيها في مكان عملهم وسكنهم وتذكر أنك ستحتك بهم لا محالة على مدار السنوات القادمة.

واليوم أصبحت حياتنا الشخصية مغزوة من الواقع الافتراضي، وإن كنت غافلاً عن هذا يهتم الكثيرين بعدم إظهار تفاصيل حياتهم والمحافظة على خصوصياتهم بعيدة عن مواقع التواصل الاجتماعي وعلى النقيض من ذلك يظن آخرون أن وجودهم بشكل تفاعلي كثيف على المواقع يزيد من محبة الناس لهم ويجلعهم اجتماعيين ومحبوبين أكثر وقد تشكل هذه النقطة بالتحديد مشكلة خلاف أساسية بين الشريكين، لذلك قبل أن تشرع في الارتباط، ابحث عن صفحة الخاطب أو المخطوبة على الفيس بوك و التويتر والانستغرام و السناب شات .... هل ينسجم ما شاهدته على تلك الصفحات مع مبادئك في الحياة والتعامل مع وسائل التواصل الحديثة .... سؤال مهم لابد من الإجابة عنه قبل الخطوة التالية.

٣ً - جهز أسئلتك التي ترغب بالحصول على إجاباتك عنها

تروي زوجتي عندما أراجع معها ذكريات خطوبتنا أنها إلى اليوم عندما تجلس على أريكة خاصة جلست عليها عند اللقاء الأول تشعر وكأنها في (جلسة استجواب) بالطريقة الودية طبعاً، ولكنها شعرت ببعض الضغط، لقد أعددت قائمة بأسئلة مهمة للغاية بالنسبة لي استطعت من خلالها تحليل شخصية زوجتي قبل المضي قدماً بتفاصيل الارتباط، لأنني كنت مهتم بانسجام شخصياتنا بعد الزواج

وأرغب أن أعرف هل تصلح الفتاة التي أقابلها اليوم أن تكون شريكة حياتي وأم أولادي في المستقبل، كيف تفكر هذه الفتاة ؟ ما هي أولوياتها وأهدافها في الحياة ؟ كيف حالها مع اللّه ومع رسوله ؟ إلى أين تتجه عندما تضيع الطريق ؟ الكتب التي تقرؤها و مصادر معلوماتها الجديدة ! .. أين ترينَ نفسك بعد خمس سنوات من الآن ؟.

٤ً – قارب من تختار بالطبقة الاجتماعية التي تنتمي إليها.

ستجد صعوبة بعض الشيء في الارتباط بطبقة اجتماعية أعلى من الطبقة التي تنتمي إليها عزيزي الشاب لذا حاول أن تختار من يماثلك في معيشتك، ومن أجل ذلك جُعلت الكفاءة بين الزوجين شرطاً عند فقهاء الحنفية في الزواج، (سيأتي معنا تفصيل الكفاءة بين الزوجين في بحث لاحق) فهو ركن وثيق في صرح السعادة الزوجية .

٥ً – اسأل عن المستوى الثقافي للشريك ؟

كثيرة هي المشكلات التي تبدأ بشكل رئيسي بسبب الفارق التعليمي للشريكين فتجد أحد الشريكين يقول في نفسه " كم أنا غبي، أنا خريج جامعي و ارتبطت بفتاة لم تحصل على الشهادة الإعدادية " هناك شرخ حقيقي في هذه العلاقة ... لا يمكن أن يردم إلا بالتقبل والتعايش مع هذا الأمر على أنه لا يمكن تغييره.

عليك عزيزي الخاطب أن تختار زوجة تتناسب مع مستواك التعليمي لتتمكن من مناقشة الأمور الحياتية بينك وبينها بطريقة فعالة تتشابه ، أما إذا كان الفارق الثقافي كبير للغاية، فلا بد من مشكلة قريبة لاحت بالأفق.

كيفية اختيار الشريك بناءً على أسس علمية

الجانب	الفكري	الأخلاقي	النفسي	العمر	الجسدي	الاجتماعي	العاطفي	المالي	المجموع
العلامة لدى المرأة	٢٥	٢٠	٢٥	٥	١٥	١٠	١٥	١٠	١٢٥
العلامة لدى الرجل	٢٥	٢٠	٢٥	٥	٢٠	١٠	١٥	٥	١٢٥

الدرجات وشرحها:

- الجانب الفكري : يعني التصورات الذهنية المستقبلية و كل الاعتقادات
- الجانب الأخلاقي : تعني قيمه كريم، صادق، متسامح
- الجانب النفسي : تعني شكاك، اجتماعي، منفتح، إيجابي، قيادي، منطوي
- الجانب العمري : الرجل أكبر من المرأة من ٣-٥ سنوات أفضل
- الجانب الجسدي : الجانب الجمالي والبنية الجسدية.
- الجانب الاجتماعي : البيئة المستوى الاجتماعي الطبقة
- الجانب العاطفي : الحب والأحاسيس الأخرى
- الجانب المالي : الوضع المادي

بتغير النتيجة يتغير نوع الزواج وفقا لما يلي:

- يكون الزواج جيداً إذا كانت النتيجة من ١٠٠ إلى ١٢٥
- يكون الزواج وسطاً إذا كانت النتيجة من ٩٠إلى ١٠٠
- يكون الزواج سيئاً إذا كانت النتيجة لا تتجاوز ٩٠

نصيحة عامة فترة الخطبة سنة واحدة

- يجب إعادة الاختبار كل شهر أثناء فترة الخطبة ويعتمد على آخر جدول
- اعتمد على المواقف العفوية التي تصدر في فترة الخطبة لتطبيق الاختبار
- جيّش جميع أفراد أسرتك لهذا الاختبار
- اكتشف والد ووالدة الشريك لأن الابن غالبا ما يكون مثلهم
- اعلم أن معظم الأشياء التي نفعلها قبل الزواج لا نفعلها بعد الزواج
- لا ترتبط بكاذب أو كاذبة على الإطلاق
- تعرف على شريكك من وقت فراغه وماذا يفعل فيه وبماذا يستثمره

الخطوبـــــة ... إنهـــــا مرحلـــــة تحديـــــد المصـــــير !

مخطـئ أنـت يـا صـديقي عنـدما تفكـر فـي فتـرة الخطوبـة بالهـدايا التـي سـتجلبها لمحبوبتـك والرسـائل الغراميـة التـي جهزتهـا لتجـدول إرسـالها بشـكل يـومي فقـط ! ، والكـلام المعسـول الـذي سـتغدقه علـى خطيبتـك حتى تهيم بك حباً .

مخطئـة أنـت يـا صـديقتي عنـدما تفكيـرين فقـط فـي الطبخـة المقبلـة ..آخـذةً بنصـيحة (أقصـر طريـق لقلـب الرجـل معدتـه) .. أو بـالزي الجديـد الـذي ستلبسـينه فـي اللقـاء القـادم ومـا هـي الهديـة التـي سـيفاجِئك بهـا صاحبنا ؟!

إنهـا فتـرة تحديـد المصـير يـا عزيـزي ... مصـيرك أنـت وحـدك، الوقـت الـذهبي الـذي يمكنـك فيـه أن تمضـي للأمـام أو تعـود أدراجـك بأقـل الخسـائر !! ... ابـدأ بـالتعرف أكثـر وأعمـق علـى شخصـية خطيبـك ... مـن هـم أهلهـا وكيـف يفكـرون ؟! ... كيـف يتعـاملون مـع المشـكلات وكيـف ينظـرون للحيـاة الـدنيا والحيـاة الآخـرة علـى حـد سواء ؟!

يـا تـرى هـل سـتهتم خطيبتـك إن تشـاجرت معهـا بـأن تبـادر لحـل المشـكلة أم أنهـا سـتنتظرك حتـى تقـوم بالاعتـذار وتقـديم الزهـور حتـى يرضـى قلبهـا عنـك ؟! ... لربمـا كانـت تلـك العـادات مؤشـرات هامـة تـنم عـن شخصـية متسـلطة تحمـل مـن اللـؤم مـا لا ترضـاه ولا تسـتطيع التعامـل معـه مسـتقبلاً !.
ضـع تلـك الحـدود منـذ البدايـة وشـاهد كيـف يتعامـل أهلهـا مـع تلـك التفاصـيل كافـة ... إنمـا أنـا لـك مـن الناصحين.

مخطئة أنت أيتها الفتاة الذكية عندما **لا تدرسين** أخلاق زوجك المستقبلي في فترة الخطوبة !!
كيف ينظر إلى الأشياء .. الحلال والحرام ... الواجبات والسنن !!
كيف يدير أموره المادية ؟! كيف يتعامل مع مشكلاته الاجتماعية ؟ كيف يملؤ وقته ؟!
و ماهي صفاته الخُلقية المحمودة والمذمومة التي ستعيشك في الفترة المقبلة وعليك التعامل معها؟!
حاولي اختبار غضبه .. لتتعرفي هل هو سريع الغضب بطيء الرضا ؟! أم أنه بطيء الغضب سريع الرضا ؟!
كل ذلك يجب عليه أن تبحثي عنه في تلك الأيام الوردية ... كوني واعية فتلك الأيام ستنقضي و ستندمين إن اكتشفتي أمراً كان يمكن أن يعالج في تلك الفترة ..... هذه الإجابات التي ستجمعينها ستساعدك على اتخاذ قرار أكثر وعياً .. هـل أنت جاهـزة للمضي قدماً في تلـك العلاقـة في وقـت لا يمكـن علاجه لاحقاً أو ستكـون تكلـفة العلاج بـاهظة الثمن.

تلـك التفاصـيل لا تعنـي أنـي أقـول لـك أن تكـون جـدياً بشـكل تـام أثنـاء فتـرة الخطوبـة ... فبـالرغم مـن أنهـا فتـرة يجـب أن تهـتم فيهـا بـالتعرف علـى شـريكك بشـكل أفضـل إلا أنهـا الفتـرة الخالـدة فـي ذاكـرة الفتـاة وتعتبرهـا النسـاء مـن أجمـل أيـام حيـاتهن وكثيـر مـن الشـباب يعتبرهـا كـذلك ... هـي فتـرة تفـرغ كـل منكمـا ليعطـي تلـك الأحاسـيس الدافئـة مسـاحتها مـن الحريـة و يفكـر كـل مـن الشـريكين جاهـداً كيـف سيسـعد شريكه.

تلـك الطريقـة بـالتفكير التـي يحتاجهـا كثيـر مـن الأزواج لاحقـاً لتجديـد حيـاتهم الزوجيـة بعـد فتـرة مـن الـزواج ومصـاعبه التـي كانـت كفيلـة بـأن تنسـيهم تلـك المشـاعر التـي عاشـوها ... لـذلك أنصـحك بتخليـد بعـض مـن تلك الذكريات بصور جميلة تمكنك لاحقاً من استعادة تلك المشاعر بسهولة.

بعض الأسئلة الهامة في فترة الخطبة:

- ماذا تفعل في أوقات الفراغ ؟
- من هم أصدقاؤك ؟ وما هو معيار الصداقة لديك ؟
- ما هي هواياتك ؟ وكيف تقضي وقتك في الأيام الطبيعية ؟
- كيف هي علاقتك مع والديك ؟ هل تفكر بالابتعاد عنهم أم البقاء قريب منهم ؟
- هل لديك مشاكل صحية ؟
- ما رأيك أن يتدخل أحد في مشاكلنا ؟
- ما هي الطرق التي سنلجأ إليها عندما لا نتمكن من حل مشكلاتنا لوحدنا ؟!

الآن حان وقت التوقيع ☺

عقد اتفاق تقبل اختلافات الشريك

أتعهد أنا ..... على تقبل صفات شريكي والتي هي :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

و التي أختلف بها عنه وأتعهد ألا أجادله بها قطعاً ولا أفكر في تغيير شخصه.

هذا ما تعلمته مما سبق

هذه الصفحة مخصصة لك لتكتب ما تعلمته من الصفحات السابقة

قبل أن تتزوج عليك أن تعرف هذه الأمور ؟!

اعلم يا صديقي أنك مقبل على أمر عظيم سيغير لك حياتك بشكل كامل، أنت غداً متزوج تختلف كلياً عن كونك بالأمس أعزب ... هي حالة اجتماعية نفسية تغيرك بشكل كامل تماماً ، ويجب عليك أن تعرف أن:

- الزواج مسؤولية
- الزواج تضحية
- الزواج قبول للاختلاف

ما هي المسؤولية : عندما تقبل بتحمل هذه المسؤولية عليك أن تكون كفؤاً لحملها، فلا تكفي عبارات الحب أن تعيش أنت وشريكك عليها، فأنت اليوم رب هذه الأسرة وأنت ربة هذه الأسرة، بكما تقوم أساسيات هذه الأسرة وبكما تهدم، فعلى كاهلكما ستلقى أعباء جديدة لم تألفوها سابقاً في حياة العزوبية، و يجب على الشريكين أن يكونا مهيئين نفيساً لتحمل تلك المسؤولية فكما قال رسول اللّه ﷺ ((ألا كلكم راعٍ ، وكلكم مسؤولٌ عن رعيته)) متفق عليه.

كيف ستتصرف الزوجة إذا وقع زوجها في إعسار وفقر ؟!

كيف سيتصرف الزوج إذا مرضت زوجته مرضاً شديداً ؟ أو تغير حالها وشكلها لشيء أصابها !

إذا كان الشريكان متدربين على تحمل المسؤولية سيراعي كل من الطرفين الآخر، فهذه الرعاية ستولد الحب الذي يعتمد عليه في الحياة، لا الحب المبذول على قارعة الطرقات، المعروض بكلمات العشق والغرام، حب المسلسلات والدراما التي لا تمد للواقع بصلة.

الزواج تضحية ولا يقوم ويدوم دون بذل التضحيات بشكل مستمر سواء كانت من طرف الزوج أو من طرف الزوجة، و إن قلبت بصرك في أحوال الناس فلن تجد أسرة استمر زواج الشريكين فيها دون أن يكون أحدهم يضحي من أجل الآخر.

الزواج قبول للاختلاف : فلا يوجد زوج يتفق مع زوجته بشكل كامل ١٠٠ ٪ فإن كانت النسبة تصل لما فوق الـ ٥٠ ٪ فهذا أمر جيد و مع مرور الأيام لا بد أن تتقارب وجهات النظر ويزيد التفاهم والوفاق، ويقل الاختلاف والخلاف بينهم

الزواج مؤسسة رائعة ولكنها مليئة بالمشاكل ... والشريك الناجح هو من يعرف كيف يتدارك تلك المشكلات ويحلها وينظر لها على أنها فرص للتقرب من الشريك وفهمه بشكل أعمق.

إذا لم تكن مستعداً للمسامحة فلا تتزوج !

تمر على الأزواج ساعات صفاء جميلة فيشعر كل منهم بالحب العميق نحو الآخر فيعتقد أنه ما من سبب مباشر أو غير مباشر قد يؤثر في هذا الحب أو يفرق بينهما، فيبدأ كل منهما بنشر أسراره للآخر و يبدأ كل طرف بطرح أسئلة على الآخر عن ماضيه، ومن هذه الأسرار، علاقات ما قبل الزواج، فتسأل الزوجة زوجها .. هل أحببت غيرها قبل الزواج ؟ فيجيب الرجل مثلاً بـــ (نعم) و يذكر من أحب وبعض أو صافها، وهو يعتقد أن ذلك لا يؤثر على حب زوجته له ويذكر لها ذلك من باب الماضي الذي انتهى من حياته.

وكذلك الزوجة في تلك اللحظة (لحظة الصفاء) إذا سألها زوجها قد تجيب بـ (نعم) وتحدثه عن صفات الشاب الذي أحبته من باب أنه كان ماضي ولم يعد الآن شيء في حياتها، إلا أن هذه المواقف تكون أحياناً سبباً في الطلاق مستقبلاً لأن الزوج لن ينسى كما الزوجة، فتبدأ رحلة الشك بينهما فكل نظرة معناها إعجاب وكل كلمة يقصد من وراءها أمر ما .. و بذلك يكونا فتحا على نفسيهما باب لا يمكن إغلاقه ... لذلك من البداية لا تقلبا صفحات الماضي و إن سأل أحد الزوجين الآخر عن الماضي وكان له ماض ما .. فليجب بالنفي ولعل هذا من الكذب الجائز.

" كل بني آدم خطاء وخير الخطائين التوابون " من منا لا يخطئ وهل نحن إلا بشر، ولأننا اعترفنا بنقصنا كان الخطأ وإدراكه بعدها ليأتي الاعتذار كأحد الحلول الأساسية في مرحلة المسامحة عن الذنب المقترف .

الاعتذار هو تعبير عن الأسف في حال الخطأ بحق الآخر ... والمرأة تعترف بالأخطاء أكثر من الرجل لأن لوم الذات سهل عليها. يلاحظ الدكتور جون جراي، عالم النفس : أن النساء قاسيات وحائرات بحكمهن على أنفسهن بشكل خاص قبل أن ترى مساهمة الآخرين بالمشكلة، بينما الرجال ميالون لاتهام الآخرين قبل أن ينظروا لمسؤوليتهم عن المشكلة "

في الحقيقة كثير من الرجال يعتذرون فقط عندما يتوقع منهم ذلك أو لا يستطيعون فكاكاً، خاصة لتجنب العراك و عدم الاعتذار قد يحط من قيمة المرء فالرجل يرغب أن يكون في المقدمة دوماً لذلك يبادر لأن يظهر بشكل اجتماعي جيد في حال تقديمه للاعتذار.

كُفَّ عن إلقاء اللوم على الآخرين

لاتنسَ أنها زوجتك تقوم بخدمتك وتلبية احتياجاتك وتربية أبنائك .. بل لعلها تهتم بأهلك من والدين وأخوات ... تعطي بلا حدود ... ثم تقابل في كثير من الأحيان باللوم وعدم الرضا

لا تلم زوجتك إن هي قصرت يوماً في حق من حقوقك !

لا تفتح عليها باب من الكلمات الجارحة ولا تقف لها بالمرصاد باحثاً عن أخطائها فذاكرتها ستستدعي تلك الذكريات السلبية لاحقاً حتى في ساعات السعادة لتنغض عليها تلك اللحظات، حاول أن تجعل ساعات غضبك ساعات يعمها الصمت و التصرفات الحكيمة .

تأنَّ ولا تعجل بلومك صاحباً لعل له عذراً وأنت تلومُ

التمس لها الأعذار .... فالتغيير الهرموني في جسدها يؤثر بشكل كبير على نفسيتها ... وطريقة تعاملها مع الآخرين

وقد أوصى رسول اللّه ﷺ بتعامل خاص مع النساء بقوله " رفقاً بالقوارير " لا تعاملها مثلما تعامل رجلاً من الرجال، عاملها كامرأة رقيقة مليئة بالمشاعر ... شبهها النبي بالقارورة الزجاجية سهلة الكسر و تجرحها سوء المعاملة

كن لطيفاً إن قصرت، وناقشها بهدوء دون تأنيب ، انظر إلى النملة أضعف مخلوقات اللّه وهي لا تملك القوة والعقل التمست لبني الانسان العذر لتحطيمه لها عندما قالت " يأَيُّهَا النَّمْلُ ادْخُلُوا مَسَاكِنَكُمْ لَا يَحْطِمَنَّكُمْ سُلَيْمَانُ وَجُنُودُهُ وَهُمْ لَا يَشْعُرُونَ " قالت " لا يشعرون " لدقة حجمها واستحالة رؤيتها ولأنها علمت أن بني الانسان انشغلوا بما هو أعظم .

و كثير من البشر اليوم لا يلتمس العذر لأخيه المسلم ... ثم أليس الأولى أن يكون هذا مع رفيقة الدرب وشريكة الحياة؟!

و قال العقل دعه ولا تزره وقال القلب فلتذهب إليه

حديث العقل موضوع ولكن حديث القلب متفق عليه

فرصة للتعلم من عجوز

سيدة عجوز حكيمة يحبها زوجها كثيراً حتى أنه ينشد لها أبيات الحب والغرام !

عندما سئلت تلك العجوز عن سر سعادتها الدائمة .. أهو الجمال أم المهارة في إعداد الطعام ؟ أم إنجاب الأولاد أم غير ذلك.

قالت : السعادة الزوجية بعد توفيق اللّه بيد المرأة وحدها، فالمرأة تستطيع أن تجعل من بيتها جنة وارفة الظلال، أو جهنم تستعر بالنيران ! لا تقولي المال ! فكثيرات هن الغنيات التعيسات .. ولا الأولاد .. فمن النساء من أنجبن عشرة أولاد وزوجها يهينها .. و ما أكثرهن الماهرات في الطبخ ومع ذلك يشكون سوء المعاملة ... فما هو السر !

قالت .. **السر** .. عندما يغضب زوجي وقد كان عصبياً كنت ألجأ إلى الصمت المطبق بكل احترام .. وإياك والصمت المصاحب لنظرات السخرية ولو بالعين ، لأن الرجل ذكي ويفهمها ؟

فسئلت : لم لا تخرجين من الغرفة ؟

قالت : إياك ... فقد يظن أنك تهربين منه ولا تريدين سماعه ... عليك بالصمت وموافقته على ما يقول حتى يهدأ .. وعندما ينتهي أخرج من الغرفة وأكمل أعمالي المنزلية وشؤون أولادي ... ويظل بمفرده وقد أنهكته الحرب التي شنها ضدي .

وسئلت : هل تلجئين إلى أسلوب المقاطعة فلا تكلمينه لأيام أو أسبوع ؟

قالت : لا ... إياك وتلك العادة السيئة فهي سلاح ذو حدين .. فعندما تقاطعين زوجك أسبوعاً ... قد يكون ذلك صعباً عليه في البداية ومع الأيام يتعود على ذلك وإن قاطعتيه أسبوعاً قاطعك لأسبوعين .. عليك أن تعوديه أنه الهواء الذي يتنفسه والماء الذي يشربه ولا يستغني عنك أبداً

بعد ساعتين أو أكثر أصنع له كوباً من العصير أو فنجاناً من القهوة و أقول له تفضل اشرب .... لأنه فعلاً يحتاج إليه و أكلمه بشكل طبيعي ... فيصر على سؤالي ... هل أنت غاضبة .؟ ... فأقول : لا ! فيبدأ بالاعتذار عن كلامه القاسي ويسمعني أطيب الكلام .

وهل تصدقين اعتذاره وكلامه الجميل ؟ !

طبعاً لأنني أثق بنفسي ولست غبية ! فهل تريدين مني تصديق كلامه وهو غاضب، وتكذيبه وهو هادئ ؟!

أسامحه فوراً لأني قد نسيت كل الشتائم، وأدركت أهمية سماع الكلام المفيد .. فسر السعادة الزوجية عقل المرأة ... ومربط تلك السعادة لسانه

هذا ما تعلمته اليوم

هذه الصفحة مخصصة لك لتكتب ما تعلمته من الصفحات السابق

هل يموت الحب؟

في البداية لا بد أن نفكِّر بشكل عميق بمفهوم مشاعرالحب ومراحل تطور الحب فمشاعر الحب الرومانسي سواء تكللت بالزواج أم لا؛ تمرُّ بمراحل محددة، حيث تتطور مشاعر الإعجاب المتبادل إلى مشاعر قوية وجارفة ومتداخلة من الحب والشوق والرغبة والغيرة ترافقها تفاعلات كيميائية في الدماغ وأعراض جسدية واضحة، وتتحول قصة الحب إلى مكافأة مثيرة للسعادة والسرور!.

لكن الثابت أن هذه المشاعر لا تستمر إلى الأبد، بل تصل إلى مرحلة الذروة في بداية كل علاقة ثم تأخذ بالتراجع بعد الإشباع التدريجي للرغبات العاطفية المتنوعة، إلى أن يختفي الحب أو يموت ما لم يكن الشريكان على قدر كبير من الوعي بمشاعرهما وطرق تغذية هذه المشاعر.

بمعنى آخر؛ المشاعر القوية التي يختبرها الشريكان في بداية العلاقة أو في بداية الزواج تتجه بشكل طبيعي بعد بلوغها الذروة إلى الانخفاض، ويحتاج الشريكان إلى جهد إرادي منهما للحفاظ على الشعور الجميل بالحب بعد تجاوز مرحلة الذروة.

إذا عدنا للسؤال الذي طرحناه في البداية "هل يموت الحب ؟ سنجد الإجابة المنطقية والوحيدة -باعتقادنا- أن مشاعر الحب القوية التي تميِّز بداية العلاقة زائلة لا محالة لأنها بطبيعتها مشاعر كثيفة ومؤقتة، وأما الحب العميق الذي يتم بناؤه على مدى العلاقة فهو الذي يمكن أن يستمر، وتكون مسؤولية الحفاظ على الحب بعد الزوج مسؤولية الزوجين وحدهما، فالحب ما لم يجد جهداً إرادياً من الشريكين لتجديده باستمرار لا بد أن يقل ويختفي ويموت.

تقول الصحفية الأمريكية Mignon McLaughlin: "الزواج الناجح يتطلب الوقوع بالحب مرات عديدة، دائماً مع نفس الشخص!".

ما هي أسباب موت الحب بعد الزوج؟

لماذا يتغير الزوج بعد الزواج ولماذا تتغير الزوجة؟ لماذا تتبدل المشاعر بعد الزواج؟

أفضل من يستطيع الإجابة عن جميع هذه الأسئلة المشروعة هم الأزواج أنفسهم، ونحن بدورنا سنقدم لكم سبعة أسباب هي الأكثر شيوعاً من أسباب تغير المشاعر وموت الحب بعد الزواج:

موت الحب بعد الزواج بسبب التوقعات الوهمية!

قد تكون هذه التصورات والتوقعات المسبقة وغير الواقعية سبباً وجيهاً لانهيار علاقات الحب المتينة بعد الزوج، فمجرد اعتقاد أحد الزوجين أن الحب سيبقى بنفس القوة دون بذل الجهد؛ هو توقع خاطئ يكون مسؤولاً عن إهمال زهرة الحب حتى ذبولها.

كذلك التوقعات المادية والمعنوية المختلفة التي يحملها معه كل من الشريكين إلى بيت الزوجية، والتي تصطدم بالواقع وبمسؤوليات الحياة الزوجية وتكون غائبة عن الأذهان في سكرة الحب، ولأننا جميعاً مغرمون بالدفاع عن توقعاتنا البسيطة والكبيرة؛ نشعر بالخيبة ونحاول إنكار مسؤوليتنا عن سوء التقدير منذ البداية.

الحبُّ أعمى والزواج بصير!

نعتقد أننا سنرتبط بأفضل إنسان على الكوكب، وأننا سنعيش السعادة الكاملة عمًّا قليل بمجرد ارتداء ثوب الزفاف والخواتم والمرور بين جموع المهنئين، وأما الزواج فيكشف عيوب الناس التي لا يخلو منها أحد، ويجعلنا بمواجهة مباشرة وقاسية مع واقع الحياة ومتطلباتها اليومية، لذلك نقع ضحية توقعاتنا غير الواقعية! وليس ضحية الزواج نفسه.

الزواج لم يحقق أهداف الحب!

الزواج من التجارب التي لا يمكن محاكاتها عن بعد، فمهما سمعت ورأيت من تجارب يبقى الزواج علاقة فريدة بين اثنين لا يمكن التكهن بشكلها أو طبيعتها قبل حصولها على أرض الواقع وعيش تفاصيلها.

الخيانة تقتل الحب

الخيانة الزوجية مهما كان شكلها من أشد المشاكل الزوجية تأثيراً على المشاعر المتبادلة، علماً أن خيانة الزوج لا تعني فقدانه الحب لزوجته والعكس صحيح، لكن حصول الخيانة يعني فقدان الثقة وانكسار الحلقة الأهم في علاقة الزوجين، وسيكون من الصعب إعادة ترميم ما تم كسره.

السلوك بين الحبيبين بعد الزواج

هناك مجموعة كبيرة من السلوكيات التي يقوم بها الزوج أو تقوم بها الزوجة والتي تكون مسؤولة عن موت الحب بعد الزواج، منها ما يكون أصيلاً في شخصية الشريك ومنها ما يكون مكتسباً، من هذه السلوكيات البخل، تقليل الاحترام، الإهمال العاطفي، الانشغال بالعلاقات الاجتماعية مع الأصدقاء والأهل، السلبية في الحوار، الهروب من المسؤولية، وغيرها الكثير من الطبائع والسلوكيات التي تكون كفيلة بتدمير علاقة الحب على البطيء، لكنها بالنهاية تعلن وفاة الحب بين الزوجين ما لم يحسنا التواصل والتعامل مع الأمور التي تنغص حياتهم.

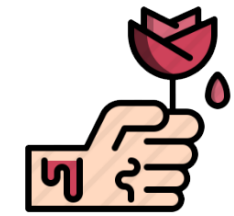
أعباء الحياة الزوجية

إيجار البيت، فواتير الهاتف والكهرباء، كلفة الصيانة، إنجاب الطفل الأول، مدارس الأولاد ،وعكة صحية، فقدان الوظيفة والبحث عن عمل جديد،...إلخ، مئات التحديات التي يواجهها الزوجان بشكل يومي، والتي تتزايد وتتعاظم مع مرور الزمن ومع إنجاب الأطفال، هذه التحديات والأعباء كفيلة بالتغطية على المشاعر الجميلة ما لم يكن الزوجان على دراية كافية بآليات وأساليب تجديد الحب بعد الزواج والتشاركية في تحمل المسؤوليات والأعباء.

وبرأيي الحب لا يموت بعد الزواج... لكنه يدخل مرحلة مختلفة

إلى جانب الأسباب التي ذكرناها نعتقد أن سوء الفهم لتطور علاقة الحب بعد الزواج قد يكون سبباً مهماً لاعتقاد الزوجين أن الحب انتهى بعد الارتباط، وتكون الحقيقة أنهما لم يفهما تبدُّل طبيعة العلاقة وتغيُّر المرحلة، فهما يرغبان باستمرار تلك العلاقة الرومانسية التي جمعتهما إلى الأبد، وهذا غالباً غير ممكن، وإصرارهما على أن الحب يجب أن يكون كما هو في كل وقت قد يعمي عيونهما عن نوع آخر من الحب، هو الحب العميق بين الزوجين.

يقول مدربو التنمية والعلاقات الأسرية **الزواج لا يمكن أن يكون مقبرة الحب بل تترجم فيه المشاعر والرومانسيات والاهتمام بطرق مختلفة**، فخروج زوجك من الصباح للمساء وعودته متعباً منهكاً دون التفكير بنفسه وسعادته ألا يعتبر حباً؟ هو يحاول أن يقدم لكم حياة كريمة ويعمل طوال النهار لأنه يحبكم ويحاول توفير الحياة لكم في هذه الظروف الصعبة التي نعيشها".



حتى لا تذبل زهرة الحب بعد الزواج ؟

يراهن الناس على أن قصص الحب والغرام التي يرونها في كل لقاء بين اثنان ستتبدد وتتلاشى مع إشراقة أول شمس بعد ما يسمى بشهر العسل، وأن الحب يتلاشى بالزواج ويتداولون فيما بينهم " إذا دخل الزواج من الباب خرج الحب من الشباك ! " ويقولون أنه إن طالت مدة الوفاق والحب فلن تتجاوز السنة الأولى بعد الزواج وإن طرح اللّه البركة فيها أكثر لربما وصلت إلى ما قبل ولادة الطفل الأول... ثم ما تلبث زهرة الحب بالذبول و التحول من زهرة نضرة إلى زهرة يابسة تتساقط أوراقها الواحدة تلو الأخرى.

ماذا تفعلين كي لا يموت الحب ؟

ليس المهم أن تحبي زوجك كثيراً ولكن الأهم أن يبادلك زوجك القدر نفسه من الحب وزيادة، لا يمكن أن لا تثمر البذرة إن تعهدتيها على الدوام بالعطف والرعاية ، تعهدي حبك في قلبه ونميه لأن طبيعة الرجل التقلُب وقد يخبو حبه إذا لم يجد من يتعهده

يؤكد كل الأزواج أن فترة الخطوبة كانت أجمل فترات حياتهم لأن كل من الشريكين يجعل شريكه الآخر يرى أفضل ما فيه من المحاسن، فتراه يتفنن في تحري النظافة في الملبس والمسكن ولا ترضى الفتاة أن يرى منها خطيبها إلا كل جميل، تقابله بوجه تعلوه ابتسامة عريضة تزيح بها عن كاهله هموم الدنيا بما فيها.

تخبره أنها كانت بلا نبض فلما حضر تحركت الحياة ودق القلب من جديد ... تنتظر عودته على الدوام وتستمر هذه الحالة في الفترة الأولى من الزواج ، ولكن ما إن تغير المرأة تلك العادات حتى ترى زوجها قد تغيّر معها وتبدأ تشتكي منه .

هل المطلوب من المرأة إذا دوماً الانتباه إلى تلك التفاصيل الدقيقة ، بالطبع نعم ! لأن الرجل بطبعه يميل إلى الاهتمام بالنتائج وتأمين مستلزمات البيت وبذلك يعبر عن حبه أما أنت عزيزتي المرأة الأقدر على الاهتمام بالتفاصيل العاطفية وإنعاش العلاقة الزوجية، حاولي أن تهتمي أكثر وتجعلي حياتك مليئة بالحيوية والتغيير.

أتدرون لماذا يموت الحب بين الأزواج يا سادة ؟

إنه الإهمال ... العدو الأول للحب ...يهمل كل منهما الآخر فيغرقان في مشكلات الحياة وتحدياتها ، فيموت الحب ويضيع.

ما هو دورك عزيزي الزوج كي لا يموت الحب ؟

لا تتعلل بالسن ... فليس هناك سن يتوقف عنده الحب ، ولا تتعلل بالمشاغل فزوجتك هي أحد أهم شؤونك، ولا تتعلل بنقص المال ... فالحب والمودة لا تحتاج إلى مال !

وإذا خرجت من البيت فودعها بابتسامة وطلب دعاء وإذا دخلت فلا تفاجئها حتى تكون متأهبة للقائك ولئلا تكون على حال لا تحب أن تراها عليه ... وخاصة إن كنت قادماً من سفر ... لاطفها بطيب الكلام و المداعبات البريئة

حتى أن سيدنا عمر بن الخطاب ﷺ وهو القوي الشديد الجاد في حكمه كان يقول " ينبغي للرجل أن يكون في أهله كالصبي (اي في الأنس والسهولة) فإن كان في القوم كان رجلاً "

وتقول إحدى الزوجات : بعد مضي ١٨ عاماً من الزواج وطهي الطعام، أعددت أسوء عشاء في حياتي ... فاللحم قد احترق .. والخضار قد تفتت .. والسلطة كانت كثيرة الملح، وظل زوجي صامتاً طوال تناول الطعام ، وبعد العشاء توقعت أن تقوم الدنيا ولا تقعد و لربما يقلب الطاولة ويغضب لما قمت به !

و تقول ما كدت أبدأ في غسل الأطباق حتى وجدته يحتضنني بين ذراعيه ويطبع على جبيني قبلة ... فسألته: لماذا هذه القبلة ؟

فقـال : **لقـد كـان طهيـك الليلـة أشـبه بطهـي العـروس الجديـدة ! لـذلك رأيـت أن أعاملـك معاملة العروس الجديدة**

لـم يغضـب هـذا الـزوج فحسـب ... بـل حـول الموقـف إلـى مناسـبة يتقـرب بهـا إلـى زوجتـه بـدلاً مـن تعنيفهـا ،،، صـنع مـن الحـامض شـراباً حلـو المـذاق وهـذا مـا نحتاجـه حتـى لا تـذبل زهـرة الحب وحتى نحافظ على نضارتها .

ومضة من التاريخ

الحب شبيه بالضباب الكثيف حيث انه يمنع الإنسان من أن يسير إلى الأمام في خط مستقيم

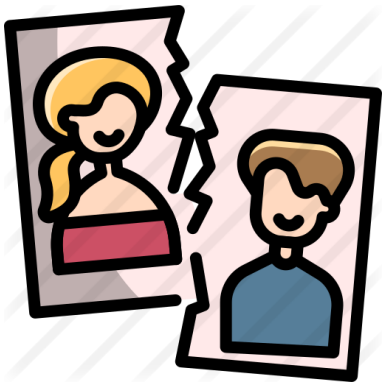
الفيلسوف هيراقليطس

تلـك التفاصـيل الهامـة التـي نعيشـها بشـكل يـومي فـي تغييـر مـا تبـدو الأمـور عليـه حقيقـة، يمكنـك أن تعـود إلـى منزلـك لتـراه ملـيء بالألعـاب وبـالرغم مـن أن زوجتـك تهـتم بـأن تجـد أولادك فـي فرشـهم والبيـت علـى أفضـل مـا يكـون إلا أنهـا فـي هـذا اليـوم لـم تسـتطع أن تجعلـه كمـا يبـدو عـادة ... انظـر إلـى ذلـك علـى أنـه فرصـة ... اسـتثمر تلـك الفرصـة لاعـب الأولاد وعلمهـم كيـف يرتبـون ألعـابهم بعـد الانتهـاء منهـا وعنـدما يحـين وقـت النوم ... عادة ما تقدر النساء تلك القصص والتفاصيل وتخلدها في الذاكرة .

كن لزوجتك كما تحب أن تكون لك في كل الميادين، فإنها تحب أن ترى منك ما تحب منها.

إذا مـا بـدأتِ تشـعرين بجفـاف فـي علاقتكمـا فـالجئي إلـى بعـض الوسـائل التـي تزيـل مـن الرتابـة والـروتين، وتفيـد فـي إنعـاش تلـك العلاقـة، صـفحات الإنترنـت مليئـة بـبعض الألعـاب اللطيفـة التـي يمكنـك أن تقـومي بهـا مـع زوجـك ومنهـا أن تقـومي بكتابـة بعـض الكلمـات اللطيفـة التـي يقولهـا لـك زوجـك وأن تضـعيها فـي سـلة مليئـة بـالورود ... و أن تطلبـي منـه أن يقـرأ واحـدة أو اثنـين علـى سـبيل المثـال كـل ليلـة .. " أحبـك عنـدما تقـف بجـانبي أمـام المـرآة وتقـول نحنـا لابقـين لـبعض " بعـض التفاصـيل يقولهـا الرجـل ولا يـدرك أثرهـا الكبيـر الـذي يتركـه فـي نفـس المـرأة ... مـن الجميـل أن تشـعره الزوجـة أن تلـك الكلمـات هامـة بالنسـبة لهـا وأنهـا أضـافتها إلى رصيد المحبة المشترك بينهما .

الحياة الزوجية تكامل أم صراع



أولاً : لا بد من إدراك أن المرأة لها كيانها وتفكيرها وعالمها الخاص بها ، كما هو الرجل .

ثانياً : إذا تأنث الرجل أو استرجلت المرأة ، انحرفت طبيعة العلاقات الاجتماعية عامة والأسرية بشكل خاص ، لذلك فإنه من الأسلم أن يتعامل كل منا بطبيعته مدركاً طبيعة الآخر وعالمه ...

ثالثاً : قوة المرأة التي تستطيع بها أن تكون أساساً لحياتها ومستقبلها ، تكمن في أنوثتها وقلبها ، إضافة إلى قوة حدسها وصبرها وحنكتها في تقدير المواقف والأحداث التي ينبني عليها القيام بالفعل أو اتخاذ ردود الفعل المناسبة حيالها .

تفعل ذلك ما دام نَفَسُها نابضاً بين جوانحها ، في حياتها كلها دون تراجع أو انكفاء .

بينما قوة الرجل في جَلَدِه وحكمته وصلابته ، فإذا تميّع أو تضعضع خارج بيته ، صار مطية لكل راكب.

ولا يعني ذلك أن يكون داخل بيته بتلك الشخصية التي تتطلب مواجهة الحياة وطلب الرزق ومقارعة الخطوب ، ذلك أن البيت سكن ومستقر ، فلها قوانينها وشخصيتها المناسبة ، لذا من المهم أن يدرك ذلك ويتخفف من سطوة شخصية الخارج ، حتى يستطيع تقمص شخصية الداخل التي تميل إلى الحكمة والبصيرة ، وتحتاج منه (حلم في حزم ، وثقة مغلفة برقابة وإرشاد ، وعزم لا يحاسب على الصغيرة والكبيرة ، بل يتوسل التغافر حيناً والتغاضي أحياناً أخر ...)

رابعاً : بالنسبة لتربية الأولاد

إذا لم يكن بين الزوجين تناغم ونظرة متكاملة في التربية لأولادهم - قِيَمِيّاً واجتماعياً - ، سينشؤون ضعيفين غير ثابتين مستقبلاً ، إذ هم يميلون للمحاكاة وتَمَثّل القدوة ، وكما هم بحاجة لذلك ، فإنهم يحتاجون إلى قسوة الأب وجلادته وهيبته ، وحنان الأم وعطفها وصبرها .

إن الحزم - أحياناً - سيعلمهم أن الحياة ليست متروكة على عواهنها ، بل فيها مسؤولية وضبط ورقابة وحذر ....

فقسا ليزدجروا ومن يك راحماً فليقسُ أحياناً على من يرحم .

ومن الأهمية بمكان أن يكون التوازن والتؤدة جناحا ذلك ، حتى لا يتعدى أسلوب عما يناسبه، ولا تشذ ردة فعل تجاه تصرف ما

ووضع الندى في موضع السيف بالعلا مضر كوضع السيف في موضع الندى .

خامساً : هذا ما يجعل كل فرد منا مستشعراً نقصه بنفسه ، مدركاً احتياجه لمن يقوم معه بتأدية دوره المنوط به في الحياة ..

وما الأكدار والمتاعب إلا جزء من كينونتنا ، بل هي جانب مهم لنشعر بمدى جمال ولذة الشق الإيجابي منها (لقد خلقنا الإنسان في كبد)

وكما قيل : يعرف جمال الأشياء بأضدادها فقيمة العافية واضحة جلية عند كل مريض، وما أجمل السعادة بعد مرور الأحزان فلا بؤس يدوم عليك ولا رخاء و دوام الحال من المحال.

الخلاصة

إذا عرف كلٌ منا دوره وطبيعته ، سيكون التكامل والتشاور والتناغم هو المحصلة النهائية والنتيجة المأمولة لحياة زوجية سعيدة.

تكامل الأدوار في الحياة الزوجية

- التكامل بين الزوجين هو أن للزوج دور وللزوجة دور ويتضح ذلك في الحقوق والواجبات، فعلى كل منهما أداء الواجبات ليأخذ الحقوق وهذا العدل من أسباب النجاح في الحياة الزوجية.

هناك أشكال من العلاقات بين البشر منها:

١- **التنافس**: هي حالة من فوز الطرفين وحصولهما على مكاسب معينة يرضى بها كلا الطرفين، معنى ذلك أن هناك طرفين متنافسين والنتيجة النهائية هي فوز كليهما بشيء من الخيرات.

٢- **الصراع**: في الصراعات لا يتقبل كلا الطرفين وجود الطرف الآخر إطلاقا ويسعى إلى إنهائه تمامًا، والخروج بفوز نهائي ساحق، بينما يخرج الطرف الثاني من الصراع متألمًا خاسرًا وهذه صراعات صفرية أي طرف فائز وطرف خاسر

لا أعتقد أن شكل العلاقة بين الزوجين هو حالة التنافس ولا حالة الصراع، ولكن أنسب ما يقال في شكل العلاقة بين الزوجين هو **التكامل** فلكل من الزوج والزوجة دور في الحياة الزوجية، وبأداء هذا الدور يحدث **تكامل الأدوار** بينهما وهذا التناغم في أداء الأدوار يشبه:

حركة التروس: فإذا تأملنا حركة التروس والفراغات التي تتداخل مع بعضها أثناء تحركها لتنتج لنا حركة الموتور، وجدنا نوع غريب ومتناسق من التناغم بين التروس لإحداث الحركة المطلوبة.

توزيع الأدوار في الأسرة:

توزيع الأدوار في الحياة الزوجية منطلق من الحديث النبوي الشريف

«**كلكم راع وكلكم مسؤول عن رعيته** » رواه البخاري

إن غياب طرف سيكون على حساب الطرف الثاني.

الإدارة العائلية تتوخى تحقيق أعلى درجات الوئام بين الأم والأب والأطفال من جهة والعالم الخارجي من جهة ثانية. إن اختلال توزيع المسؤوليات والأدوار في الأسرة نذير بتفككها وخرابها ويبتدئ ذلك ببزوغ الأنانية والإهمال والسيطرة والابتزاز المالي والنفسي وينتهي بالتفكك، ويجب ألا ينفرد الزوج باتخاذ القرار لأن قراره سيكون ناقصًا، وليتذكر كل **زوج أنه المدير الإداري في المنزل**، أما **المدير التنفيذي فهي الزوجة** لأنها أكثر اتصالًا منه بالمنزل.

بعض المشاركات من قبل الرجل، في الأدوار المنزلية لها **مفعول الدواء** بالنسبة للزوجة. **الإدارة الناجحة هي الإدارة القائمة على التشاور والتفاهم**، والالتزام الدائم بالأسرة والمرونة في التعامل بين الزوجين، **وأنجح القرارات الأسرية هو ما اتخذ بالتشاور بين جميع الأطراف المعنية.**

إن توزيع الأدوار ضمن الأسرة الواحدة وفق الخطوط الأساسية التي شرعها اللّه، إنما هو تكامل للأسرة وعامل قوة ذاتية فيها، وهو أحد متطلبات المودة الإنسانية والتراحم والتكافل الإسلامي. فبالتفاهم والمصارحة بالمسؤوليات نحقق أسباب الاستقرار والحفاظ على الأسرة هادئة.

من صور التكامل:

يعتقد كثير من الناس أن نقاط الاختلاف بين المرأة والرجل سبب للصدام والمشاكل، مع أنها هي سبب للوئام والتكامل وليس للصراع وهي حكمة ربانية لتوزيع الأدوار في الحياة.

توزيع المسؤوليات على الأدوار: يقوم الزواج الإيجابي على توزيع مسؤوليات الأسرة بالتساوي على أدوار الزوج والزوجة في الحقوق والواجبات، مع المحافظة على تغاير الأدوار لا تشابهها وعلى تكاملها لأن الحياة في الأسرة تتطلب التغاير في الأدوار أكثر من التشابه بينها، ولأن طبيعة الرجل والمرأة تجعل مهمات كل منهما في الأسرة تكمل مهمات الآخر وتتلخص مسؤوليات الأسرة الخاصة بالزوجين في أربعة أنواع هي:

١- رعاية حقوق الزوجين وإشباع حاجاتهما.

٢- أعمال البيت وتدبير شؤون المنزل.

٣- تربية الأطفال ورعايتهم حتى يكتمل رشدهم.

٤- كسب الرزق وتوفير حاجات الأسرة وتحسين ظروف معيشتها. إن كلًا من الزوجين يسهم في القيام بهذه المسؤوليات، بدرجات متفاوتة، بحسب ما هو مهيأ له وبما يحقق التكامل بينهما في تحقيق أهداف الزواج، وهذا يعني أن دور الزوج والزوجة ليس دوراً بسيطًا بل دورٌ مركبٌ من أربعة أدوار فرعية هي:

١- **دور الزوجية**: وهي الواجبات نحو الآخر.

٢- **دور البيت**: وهي الأعمال المنزلية.

٣- **دور الأب أو الأم**: وتخص تربية الأولاد.

٤- **دور العمل**: ويتعلق بكسب الرزق وتوفير حاجات الأسرة. "ويتقاسم الزوجان مسؤوليات الحقوق الزوجية وتربية الأطفال، بينما تزداد مسؤولية الزوجة على مسؤوليات الزوج في الأعمال المنزلية.

وتزداد مسؤوليات الزوج على الزوجة في الكسب والإنفاق على الأسرة سواء كانت الزوجة تعمل خارج البيت أو لا تعمل لأنه مسؤول من **الناحية الشرعية** عن الإنفاق سواء كانت الزوجة تعمل أو لا تعمل.

ويتأثر التفاعل بين الزوجين بكفاءة كل منهما في القيام بهذه الأدوار الأربعة حيث يتعاون الزوجان، وتترابط الأسرة إذا كان **كل منهما كفئًا في أداء مسؤولياته الزوجية والبيتية والأمومية (أو الأبوية)**، وكسب الرزق في حدود ما هو متوقع منه.

مبدأ المنفعة للجميع: « **لا يؤمن أحدكم حتى يُحبّ لأخيه ما يُحبّ لنفسه** » (رواه البخاري) عبارة نبوية محكمة موجزة، لن يكتمل إيمانك حتى تحب لأخيك ما تحب لنفسك، إنه البعد عن الأنانية والتمحور حول الذات أن المؤمن تتسع نظرته، لتشمل العالم كله ويصير همه تحقيق المصلحة لنفسه وللآخرين ويصبح تفكيره المنفعة للجميع

هذا المبدأ في التعامل بين الأزواج يتلاقى مع التكامل بين الزوجين في أداء الأدوار والمسؤوليات وهذا ما يؤكده ستيفن كوفي حين يقول: "أغلب المواقف في الحقيقة تكون جزءاً من واقع يتطلب التعاضد والتعاون بيننا وبين الآخرين، وعندئذ تكون فلسفة **المنفعة للجميع هي الخيار الوحيد من الخيارات الخمسة القابلة للتطبيق**"

ماذا بعد:

- تجنب التنافس والصراع في حياتك الزوجية لأنها طريقة غير مناسبة على الإطلاق.

هذا ما تعلمته مما سبق

هذه الصفحة مخصصة لك لتكتب ما تعلمته من الصفحات السابقة

مفاهيم وتعاريف هامة في العلاقات بين الجنسين

الحب :

- الحب في الدين : هو حب المحبوب في القلب دون غيره
- الحب في الفلسفة : هو كل ألفة شديدة بين اثنين ليس فيها مصلحة أو شهوة
- الحب علمياً : هو هرمونات كيميائية تسبب ظهور حافز عند المحب ليقدم لمحبوبه ما يريد
- الحب في التنمية البشرية : لم يهن الحب مرة أكثر من إهانته عندما اعتبر الحب مشاعر لأن الحب قيمة تتجسد بأفعال تدل عليه وهو فعل حر إرادي

العشق : هو انفعال لا إرادي يدخل القلب دون استئذان

طرق استرجاع العشق :

- بعد إنجاب الأولاد
- بعد كل مشكلة زوجية
- الإلهام والإبداع والتجديد

الغيرة:

الغيرة من الصفات المرغوبة في النساء فالزوج يفرح عندما يرى غيرة زوجته عليه، و الغيرة نوعان

محمودة ومذمومة ، أما المحمودة فهي التي تدفع الزوجة للفوز بزوجها والعمل من أجل أن تحظى بقلبه فهي تعمل له كل ما يحب ويرضى و تتزين له لكيلا ينظر لغيرها .

و لها أشكال عديدة أهمها إظهار الحب في الفعل والمقال ومثال على ذلك

دخل سيدنا علي بن أبي طالب ﷺ على زوجته فاطمة رضي اللّه عنها وكانت تستاك بعود آراك فقال:

حظيت يا عود الآراك بثغرها ..... أما خفت يا عود الآراك أراك

لو كنت من أهل القتال قتلتك ..... ما فاز مني يا سواك سواك

أما المذمومة فهي الغيرة الباعثة على الشك، التي تفسر كل حركة أو غياب أو مكالمة هاتفية على أنها من امرأة أخرى ما يدفعها أن تفتش بهاتفه المحمول بحثاً عن أدوات الجريمة التي تبرهن من خلالها اتصالاته بأخرى، والتي تدفعها لأن تتصرف دون تروٍّ وتعقل والتي ستجلب بلا شك الكثير من المشكلات والخلافات.

إن مبعث الغيرة حقيقة هو الخوف من فقدان الحبيب، فكل من الرجل والمرأة يغار ولكن يعبر كل منهم بطريقة مختلفة عن الآخر... ((إن ما يهم في علاقة ما ليس وجود الغيرة إنما إلى أي درجة هي موجودة، وكيف يتم التعبير عن وجودها)).

إن الرجل الغيور ينظر إلى المرأة كملكية، فهو أناني ونرجسي، لذلك يستعد الرجل لافتعال مشكلة مع أي شخص آخر عندما يشعر بأن ملكيته مهددة، على الطرف الآخر تعبر المرأة عن غيرتها كلامياً بالبكاء أو الاتهام " لقد شاهدتك كيف كنت تنظر إليها " حيث أن تهديد الشعور بالأمان يكون هو الدافع لغيرتها، فالمرأة تهتم بالعلاقات وتقدرها وتخشى من فقدان تلك العلاقات التي تشعرها بأنها محبوبة ومرغوبة من قبل الآخرين.

أمور مهمة يجب عليك معرفتها عن الغيرة:

- عندما تهدد العلاقة من شخص خارجي فالمرأة غالباً ما تحاول إنقاذ تلك العلاقة أما الرجل فيهتم بحفظ ماء الوجه.
- إن الشعور بالنقص غالباً ما يقود المرأة للغيرة، بينما يشعر الرجل بالنقص بعد أن يلمس سبباً للغيرة.
- كلما قل تعليم الناس زادت غيرتهم.
- اليافعون هم أكثر غيرة من الكبار، والعلاقات طويلة الأمد ينتابها غيرة أقل من تلك الحديثة العهد.
- يلوم الرجل الآخر عند الغيرة ولكن المرأة تلوم نفسها.
- تكون ردة فعل المرأة أكثر حدة من الرجل عندما تسأل عن مدى شعورها بالغيرة إن كان شريكها غير مخلص.

التغليف النهائي للاختلافات بين الذكر والأنثى

الآتي هو ملخص لخواص الشخصية الذكورية والأنثوية عامة، و بمعرفتك لهذه الخواص سوف تعي نفسك والآخرين وبشكل متفائل، ولسوف تستطيع التمييز بين الميزات (بناء على فارق الجنس) و بين ميزاته " الشخصية " وهي خبرة مفيدة مع أجل علاقات العمل والعلاقات الشخصية

اقرأ هذه الخواص أفقياً للمقارنة بين الرجل والمرأة، ومن ثم عامودياً لفهم الذكورية والأنثوية.

	هي	هو
١	أكثر إهتماماً بالغير	أكثر اهتماماً بالذات
٢	تحتاج حميمة أكثر	يحتاج حميمة أقل
٣	تخشى العزلة	يخشى الانغمار
٤	تشعر باستياء أكثر	يشعر باستياء أقل
٥	ذاتية أضعف	ذاتية أقوى
٦	واهبة للانتباه	مستريح للانتباه
٧	عاطفية غالباً	حيادي غالباً
٨	أقل تنافساً	تنافسي بشكل كبير
٩	أقل استقلالية	أكثر استقلالية
١٠	المال والقوة ليست مهمة	رغبة قوية نحو المال والقوة
١١	الاحترام أقل أهمية	الاحترام مهم جداً
١٢	تتكلم غالباً عن الناس	يتكلم غالباً حول الأشياء
١٣	تبحث عن المعاني الخفية	يأخذ الكلام بحرفيته
١٤	تحب مناقشة المشكلات	يركز على إيجاد الحلول

١٥	تأخذ وقتاً أطول لتقرر	أكثر سرعة بإتخاذ القرارات
١٦	جاهزة للسعي للمساعدة	أقل سعياً لتقديم المساعدة
١٧	أقل تفاخراً	يتفاخر بأدائه
١٨	تتجنب الصدام	غالباً ما يسعى للصدام
١٩	تميل أن تحب الآخرين	يميل أن يُحب
٢٠	تواقة للإلتزام	يخاف من الالتزام
٢١	تهتم بالغيبة	يهتم بالاستخفاف
٢٢	اللغة أكثر مراوغة	يميل للمباشرة في أحاديثه
٢٣	تغار بشكل عاطفي	يغار بشكل جنسي
٢٤	أكثر محاولة لتغيير الآخرين	أكثر تقبلاً للآخرين
٢٥	لديها العديد من الأصدقاء المقربين	لديه أقل أصدقاء
٢٦	أكثر اهتماماً بالصحة	أقل اهتماماً بالصحة
٢٧	لا تصنع حرباً	يبتدئ الحرب
٢٨	غالباً ما تتسوق للمتعة	يتسوق عند الضرورة
٢٩	تقوم بالمجازفة أقل	يقوم بالمجازفة أكثر
٣٠	تفضل اللقاءات الحميمية	يحب النشاطات الجماعية

أهمية التكافؤ بين الزوجين

بعيداً عن التجارب الشخصية الناجحة للزواج غير المتكافئ والتي غالباً ما تجد طريقها إلى النجاح بسبب درجة عالية من الوعي والانضباط عند الزوجين ليست متاحة إلى لقلة نادرة؛ يمكن القول أن التكافؤ بين الزوجين هو بمثابة وضع **حجر الأساس** لعلاقة زوجية مستقرة وتأسيس أسرة سوية وتنشئة أطفال متزنين ومستقرين عاطفياً ونفسياً.

على سبيل المثال؛ في دراسة ميدانية في الجزائر استهدفت رصد تأثير التكافؤ التعليمي بين الزوجين على تربية الأبناء؛ تبين أن هناك دور فعال وتأثير واضح لمدى تكافؤ أو تقارب المستوى التعليمي بين الزوجين على القيام بالأعباء التربوية، حيث يساهم التكافؤ التعليمي بين الزوجين بتوحيد نظرتهما التربوية وانتقاء الضوابط والأساليب التربوية المتناسقة وتجنب الوقوع في الصراع مع الأطفال أو النزاع فيما بينهما.

ويمكن أخذ هذه النتيجة كنقطة انطلاق لفهم أعمق لأهمية التكافؤ بين الزوجين، فوجود علاقة متكافئة بين الزوجين يضمن وجود بيئة أسرية مستقرة من جهة، كما أن التكافؤ يعزز الاحترام والتناغم حتى في غياب الحب من جهة أخرى أحياناً.

التكافؤ الاجتماعي بين الزوجين

في معظم المجتمعات وخاصة الأكثر ترابطاً يعتبر التكافؤ الاجتماعي المعيار الأهم في اختيار شريك الحياة، يشمل التكافؤ الاجتماعي الطبقة الاجتماعية والاقتصادية والسمعة والصورة الاجتماعية العامة، وكلما صعدنا في الهرم الاجتماعي كلما وجدنا اهتماماً متزايداً بتحقيق التكافؤ.

وينتج عن الزواج غير المتكافئ اجتماعياً مجموعة من العقبات والآثار السلبية خاصة في مجالات التربية والعلاقات الاجتماعية العامة والتي قد يكون لها عميق الأثر في تدمير العلاقة الأسرية لعدم وجود هذا التكافؤ.

التكافؤ الصحي والجسدي بين الزوجين

حيث يتمتع الزوجان بمستوى صحي متكافئ أو متقارب على الأقل؟!

هنا تكمن أهمية المصارحة في فترة ما قبل الزواج حول وجود أي عيوب أو مشاكل صحية مزمنة، بل أن البعض يحاول معرفة القصة المرضية لعائلة شريك المستقبل بشكل مسبق خوفاً من انتقال الأمراض الوراثية للأبناء، وإن عدم المصارحة بذكر بعض العيوب قبل الزواج واكتشاف الشريك لوجود هذا العيب يؤثر بشكل كبير سلباً على العلاقة الزوجية والتي قد يعتبرها الشريك نوعاً من الكذب والغش والخداع.

تكافؤ السن عند الزواج

يخضع فارق السن الأنسب بين الزوجين لمجموعة كبيرة من المعايير الاجتماعية والشخصية، فالتكافؤ هنا قد يكون خاضعاً إلى تلك المعايير أكثر من كونه تكافؤاً مطلقاً، كما أن الآثار السلبية والإيجابية لعدم تكافؤ السن بين الزوجين أكثر مرونة وتتعلق أكثر بشخصية الشريكين، ما عدا المشاكل الصحية وتفاوت الخبرات الحياتية الناتج عن الفارق الكبير بالسن بينهما.

التكافؤ بالمظهر الخارجي بين الزوجين

نسمع كثيراً عن تفضيل الأخلاق والنبل والحب على الشكل، لكن الحقيقة أن التكافؤ بالمظهر والشكل الخارجي بين الزوجين ليس أمراً تافهاً أو غير مهم، فمعظم الشعارات التي نطلقها قبل الزواج تضمحل خلال السنة الأولى أو الثانية بأحسن الأحوال، وتظهر بدلاً منها المعايير العملية التي يعتبر الشكل والمظهر جزءاً أساسياً منها.

والتكافؤ بالمظهر لا يعني أن يكونا متطابقين، بل أن يكون فارق الطول بينهما منطقياً مثلاً، وأن يكون كلاهما يتمتع بقدر متقارب من الوسامة، وأن يهتم كلا الزوجان بمظهرهما بمستوى متقارب، فلا يكون أحدهما شديد الأناقة –والأناقة لا علاقة لها بالجمال- والآخر شديد الإهمال لمظهره.

التكافؤ العلمي والثقافي بين الزوجين

أي أن يكون الزوجان في الدرجة العلمية نفسها بغض النظر عن الاختصاص أو النظرة الاجتماعية للاختصاص، فالتكافؤ التعليمي بين الزوجين لا يعني أن يكونا طبيبين أو محاميين، بل يعني أن يكونا في نفس الدرجة تقريباً، أو أن يكون الشريك الذي لم يستطع الحصول على شهادة جامعية قد حصل على ما يغنيه عنها ويجعله مكافئاً لشريكه.

وتبدو أهمية التكافؤ العلمي بين الزوجين واضحة في العملية التربوية للأبناء كما تنعكس بشكل كبير على التكافؤ الوظيفي في حال كان كلاهما على رأس العمل.

من جهة أخرى فإن التكافؤ بالمستوى الثقافي والمعرفي لا يقل أهمية عن التكافؤ العلمي بين الزوجين بل يتخطاه، فنظرة الزوجين إلى الرومانسية مثلاً تخضع إلى ثقافة كل منهما ومصادر هذه الثقافة، ونظرتهما إلى القضايا العامة كذلك الأمر.

التكافؤ الروحي بين الزوجين

برأينا أن التكافؤ على مستوى المعتقدات الدينية والروحية ومدى الالتزام به أمر بالغ الأهمية، لأن وجود تفاوت في المعتقدات الدينية أو مدى الالتزام بها واحترامها سينعكس غالباً على تربية الأطفال بالدرجة الأولى، فضلاً عن كون التفاوت الروحي بين الزوجين **سبب رئيسي** من **أسباب الخلافات الزوجية العميقة والمزمنة**.

ولا يشمل التكافؤ الروحي بين الزوجين الجانب الديني والإيماني فقط، بل أيضاً نظرة كل من الزوجين إلى القضايا الروحية العامة مثل علوم الطاقة وما وراء الطبيعة.

التكافؤ المالي والوظيفي

في مجتمعنا العربي قد لا يعتبر التكافؤ المالي والوظيفي نقطة مهمة في اختيار شريك الحياة، حيث ما زال الرجل في **معظم المجتمعات العربية** هو المسؤول عن تأمين احتياجات الأسرة حتى وإن كانت المرأة عاملة، وقد تظهر بعض المشاكل العميقة التي تنتج مباشرة عن عدم التكافؤ الوظيفي بين الزوجين ، فزواج طبيبة من مدرس قد يخلق فجوة كبيرة بينهما خاصة بعد الإنجاب وتنامي احتياجات الأسرة المالية.

هل أختار شريكاً يشبهني أو يختلف عني ؟!

الاختلاف في الرأي ينبغي ألا يؤدي إلى العداء وإلا لكنت أنا وزوجتي من ألد الأعداء .

(المهاتما غاندي)

تؤكد العديد من الدراسات والتجرب التي استهدفت الوصول إلى أفضل طرق الاتصال والتواصل، أن الإنسان ينجذب تلقائياً لمن يشبهه باهتماماته وتقيميه للأمور ومواقفه من الحياة و طريقة مواجهته لها، أي (**الإنسان اللي منفهم عليه وبيفهم علينا**)، كما تساعد التصورات المتشابهة عن الحياة بضمان فرص أكبر للبقاء معاً على المدى البعيد.

ولكن لا بد من الانتباه إلى أنه عندما تكون الاختلافات قليلة جداً فقد يظغى على ذلك الملل تجاه الشريك، فغنى الاختلاف يشعر بالحيوية عندما تتكامل الشخصيتان، ولكن دون أن يكون هذه الاختلاف كبيراً لدرجة أن يشكل عائقاً في مسيرة الحياة المشتركة.

فعلى سبيل المثال: يمكن للمرأة الاجتماعية بطبعها أن تنجذب للرجل الهادئ، والرجل ذو الشخصية القلقة أن يعجب بالمرأة المرحة التي تتعامل مع الأشياء ببساطة دون أن تحملها أكثر مما تستحق.

اختلاف طباع الزوجين وكيفية إدارة الحياة الزوجية رغم وجود كثير من الاختلافات

الاختلاف سنة من سنن الحياة والاختلاف فى الطبع ،وجهات النظر ،العادات والسمات الشخصية للزوجين أمر طبيعي ولكن يجب أن يتعلم الزوجان الاتفاق رغم هذه الاختلافات وهذه حكمة إلهية أن الناس تختلف في هذه الصفات وفي غيرها، في حين أن اللّه قد جعل من سنة الحياة أن يعيش الناس سوياً، فيعيش الابن مع أبيه رغم اختلاف طباعهم، والزوجة مع زوجها، والأخ مع أخيه.

ويأتي السؤال: كيف يمكن العيش سوياً رغم اختلاف الطباع؟

الإجابة بالصبر والاحتمال، وهو صبرٌ لحين وليس للأبد.

وهناك اعتقاد خاطئ بأن السعادة الزوجية قائمة على التناسخ بين الزوج والزوجة، سواء في الأفكار او الأراء او المعتقدات .

وهناك أدلة عديدة تؤكد خطأ هذا الأعتقاد، واكبر دليل على ذلك أن الحياة الزوجية السوية لا بد أن تكون قائمة على التكامل بين الزوج والزوجة، **فما يفتقده الزوج يتوفر في الزوجة، والعكس صحيح** حتى يتم بلوغ السعادة في الحياة الزوجية.

ولكن **كيف يمكن أن تكون هذه الاختلافات مصدراً لبلوغ السعادة؟**

١- من المؤكد أن **كل طرف لديه نقاط قوة ونقاط ضعف**، وهذا لا يعيب الإنسان، ولكن بالرغم من ذلك فغالبا ما نقوم بملاحظة العيوب والسلبيات الموجودة في الطرف الأخر، متجاهلين أي مزايا إيجابية تدعم موقفه، لذا ليكون الاختلاف مصدرا للسعادة في الحياة الزوجية لا بد من ابراز نقاط القوة الموجودة لدى الشريك، حتى يمكن الاستفادة منها قدر الإمكان في نجاح العلاقة .

٢- **المثالية شيء خيالي** ينسجه لنا خيالنا ليبعدنا عن ارض الواقع الذي نعيش فيه؛ ولأن أرض الواقع لا نستطيع تشكيلها مثلما يحدث مع الأشياء الخيالية غالبا ما نرفضها، لذا ليكون الإختلاف مصدراً للسعادة في الحياة الزوجية لا بد من تقبل الواقع عن اقتناع ورغبة في إيجاد نقاط التقاء بين الزوج والزوجة، بل وتحفيز القوة ليس في رفض الواقع أو انتقاد الشريك، بل في الاستفادة من اختلافات الشريك .

٣- **اختلافات الشريك يجب النظر اليها على انها الجزء المفتقد** في شخصية الطرف الآخر، وبالتالي يجب العمل على تقبلها وعدم مقاومتها، بل النظر فيها لاستكشاف مزاياها، فقد تكون هناك مزايا لا يستطيع الطرف الأخر إدراكها في ظل الإعتقاد في ثقافة رفض الآخر باختلافاته .

٤- وجود اختلافات بين الزوج والزوجة يتيح **الفرصة للاعتماد المتبادل بينهما**، فما يفتقده الزوج قد يجده عند الزوجة والعكس، مما يعطي الحياة الزوجية تجددا باستمرار، وشعور دائم بالإحتياج، وبالتالي ترابط العلاقة .

٥- وجود اختلافات بين الزوج والزوجة قد يعود بالفائدة على العلاقة ذاتها اذا تم **توظيف هذه الاختلافات في صالح العلاقة**، فإختلاف طبيعة الزوج عن طبيعة الزوجة في طريقة التعبير عن الحب، أو في طريقة التفكير، أو في الهوايات، أو في الميول يجعل الاختلافات بمثابة توابل للحياة الزوجية لا يستطيع الزوجان الاستغناء عنها لما تعطيه هذه الإختلافات من تجدد للحياة الزوجية .

وفى النهاية فان الاختلاف هو أول خطوات الاتفاق، فقد خلقنا اللّه سبحانه وتعالى مختلفين، فلا يوجد شخص صمم خصيصاً من أجل الآخر وإذا لم تتواجد صفة مختلفة، لظل المجتمع على ما هو عليه ولم يتقدم خطوة واحدة، لأن جميعنا يحمل أفكاراً من الممكن أن تتلاحم مع أفكار شخص آخر، ومن الممكن أيضاً أن تكون مكملة له إذا كانت مختلفة معه".

أدوار كل فرد في العلاقة الزوجية

ما هي مسؤولية كل فرد في العائلة؟
هو السؤال الذي يطرح نفسه لعلاقة زوجية سعيدة. هذا الأمر يعود إلى التكامل بين الزوجين وتوزيع الأدوار بشكل سليم حتى قبل الزواج ، وما دور كل منهما داخل البيت، وأين حدود مسؤوليته داخل وخارج البيت ؟ بحسب طبيعة عمل كل منهما.

فالنجاح في الحياة الزوجية يعتمد على الحقوق والواجبات المشتركة بين الاثنين، ويبين أن تحديد الأدوار التي يقوم بها كل واحد منهما تعمل على إنجاح الحياة الأسرية في ظل تغيير الأنماط التقليدية للرجل والمرأة. ونلفت إلى ضرورة أن لا يتحيز كل طرف منهما لحقوقه وينسى واجباته أو يتحيز إلى واجباته وينسى حقوقه.

ما هو دور كل فرد في العلاقة الزوجية؟

سنبدأ معكم هذه الفقرة بهذا الحوار بين زوج وطبيب نفسي:

المعالج : ماهي مشكلتك سيدي ؟
السيد : روتين وضغط العمل
المعالج :ماهي وظيفتك سيدي ؟
الزوج : محاسب في بنك ..
المعالج : ما هي وظيفة زوجتك ؟
الزوج : لا تعمل مجرد ربة منزل .. !!

المعالج : من يوقظك ويوقظ أبناءك ويصنع الفطور لك ولهم في الصباح ؟

الزوج : زوجتي لأنها لا تعمل .. !!

المعالج : متى تستيقظ زوجتك ومتى تستيقظ أنت صباحاً ؟

الزوج : زوجتي في الساعة الخامسة صباحا وأنا في الساعه السابعة لأنها تعد الأطفال للمدارس وتعد لنا الفطور!!!

المعالج : من يوصل أطفالك للمدرسة ؟

الزوج : زوجتي فهي لا تعمل .. !!

المعالج : ماذا تفعل زوجتك بعد توصيل الأطفال للمدرسة ؟ وماذا تفعل أنت ؟؟

الزوج : تعود وتعد الغداء وتغسل الملابس وتنظم البيت وتنتظر عودة الأبناء فهي بدون وظيفة و لا تعمل .. !!

وانا أذهب لعملي حتى الثالثة بعد الظهر !!!!

المعالج : في المساء حين عودتك من العمل ماذا تفعل سيدي ؟ وماذا تفعل زوجتك ؟؟

الزوج : آخذ قسطاً من الراحة بعد الغداء بعد يوم شاق من العمل .. وزوجتي : تستذكر مع الأبناء واجباتهم اليومية

وتوقظني بعد ذلك لنشرب الشاي معا !!!

المعالج : ماذا تفعل أنت بعد ذلك وماذا تفعل زوجتك في المساء ؟؟

الزوج : أتصفح أنا الصحف وأتابع التلفاز وأخبار العالم وزوجتي تعد العشاء لي وللأطفال ثم تغسل الصحون وتنظف

المنزل وتجهز الأطفال للنوم ..

المعالج : الآن ؟!؟! من منكما محتاج إلى طبيب نفسي أنت أم هي سيدي !!!

ومن محتاج للراحه من ضغط العمل أنت ام هي سيدي !!!!!

هل الروتين اليومي للزوجة من الصباح الباكر حتى وقت متأخر من الليل يسمى " لاااا تعمل وبدون وظيفة!

لقد ظلمتها و أسأت في حقها وأنت لا تعلم ... إنها تعمل دون ساعات عمل ودون راتب ودون تأمين ودون علاوات أو حوافز و لربما دون كلمة شكر ومع كل هذا لا تكل ولا تمل ولا تشتكي ...كل هذا ويقال عنها انها لا تعمل ؟!!!!

لربما تحتاج منا هذه القصة إلى وقفة تأمل لنتفكر أكثر في المسؤوليات واختلافها بحسب الظروف المتوفرة.

فإذا كانت الزوجة **ربّة منزل** ستكون طبيعة مسؤولياتها مختلفة عن **الزوجة العاملة** التي تعود إلى البيت في وقت متأخر.

إذ ليس من المنطق أن تكون هي المسؤولة الوحيدة عن كل الأعمال المنزلية، في حين يعود الزوج من العمل ويجلس لمشاهدة التلفاز أو يقرأ جريدة، وتبدأ عندها الأسئلة: "لمَ لم يخلد الأولاد إلى النوم؟ لمَ الطعام ليس جاهزاً بعد؟ لأن ذلك ليس من مسؤولية الزوجة خاصة إذا كانت امرأة عاملة. هنا يكمن الاتفاق بين الطرفين على تقسيم الأدوار والمسؤوليات.

يمكن للزوج أن يقترح مثلاً تقديم المساعدة للزوجة في **أيام العطلة**، أو يمكن أن تقترح الزوجة تولّي مسؤولية الطبخ وطلب عاملة منزل للمساعدة من القيام بالأعمال المنزلية. وكلما كان **طرفا الزواج** متفقين على هذه النقاط، كلما كان الزوج متفهماً. وهذا ما نراه حالياً بين الأزواج ذوي الفئة العمرية الشابة، وهو **أمرٌ إيجابي** على المرأة أن تأخذه بعين الاعتبار، لكن يتوجب على الطرفين أن يتحدثا مسبقاً بموضوع تقسيم الأدوار.

.

وليس انطلاقاً من الاعتقاد المسبق بأن على الزوج تقديم المساعدة ، تفترض المرأة أن من واجب الزوج الوقوف إلى جانبها، بل عليها أن تسأله وتطلب منه المساعدة فيتفقان على تقسيم الأعمال فيما بينهما وتكون الأمور محسومة. هكذا يعرف كل فرد حدود صلاحياته في المنزل، فينجز أعماله بحسب قدرته وطاقته ووقته، ولندع الشخص الآخر ينجز أعماله أيضاً بحسب وقته، ما يخلق تناغماً وانسجاماً بين الطرفين.

فالمرأة، على قدر ما تكون متفهمة وهادئة وتنجز أعمالها بهدوء ووعي **وتعلم حق المعرفة التوقيت المناسب** الذي يجب عليها فيه أن تنجز تلك الأعمال (أي ليس في الوقت الذي يكون فيه الزوج متعباً أو غاضباً أو بحالة نفسية غير مستقرة)، على قدر ما يكون الزوج متفهماً ومسانداً.

.

إنما الزوجة اللجوجة، المتذمرة، وكثيرة الكلام ولا تكف عن الطلبات التي غالباً ما تكون خارجة عن حدود طاقة الزوج ومسؤولياته، حينها تكون ردّة فعل الزوج عكسية فنراه غير متعاون مع زوجته. فندور في حلقة مفرغة من الخلافات وحالة من "النكد" حيث يصبح من الصعب التوصل إلى تفاهم حول أي موضوع من قبل الشريك أو الطرف الآخر، وبالتالي الوصول إلى طريق مسدود وزواج غير ناجح.

أسباب المشاكل الزوجية الأكثر انتشاراً

عدم التفاهم

من أهم المشكلات التي يمكن أن تواجه الزوجين عدم التفاهم فيما بينهما بسبب الاختلاف بين الشخصيتين مع رفض كل طرف التنازل للآخر في سبيل فهمه، أو التغاضي عن بعض القصور في جوانب شخصيته.

قلة الثقة

من المهم جداً بناء الثقة بين الزوجين، لأنهما إذا عانيَا من قصور في هذا الجانب المهم، فسيتعبان للغاية حتى يلتقيا عقلياً، سيسيطر الشك عليهما، ما من شأنه أن يفتـّر، أو يهدم العلاقة الزوجية.

تصادم المصالح

قد يحدث تصادم في المصالح، حيث يرغب أحد الزوجين في تحقيق مكاسب شخصية، وزيادة نجاحه، فيقابل الطرف الآخر الأمر بالرفض والمنع التام بذريعة عدم الحاجة إلى ذلك، مثل (استكمال الدراسة، أو العمل) ما يولِّد المشكلات بينهما، فلا بد من الاتفاق وتفهم وجهة الطرف الآخر في تحقيق مصلحة مشتركة للطرفين.

الملل والضجر

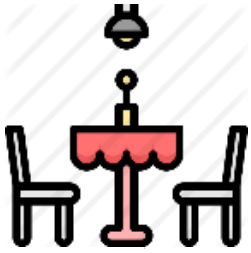
فكرة الملل والضجر بين الزوجين واردة أيضاً، خاصة في المرحلة الأولى من حياتهما، لكن لا يجب أن يعكس أحدهما شعوره بالملل على شريك حياته، ويحمِّله المسؤولية عن ذلك، أو يصارحه بأن الحياة معه مملة، فالأمر يعتمد على الروتين ومدى التأقلم مع العلاقة، وعلى الزوجين الواعيين إيجاد مجموعة من الأعمال المشتركة التي تساعدهما على تغيير الأجواء الروتينية بين الفينة والآخرى و بعض الأنشطة التي تسعد الطرفين معاً، ما يخلق أجواءاً إيجابية وذكريات تساعدهم على تجاوز الصعوبات وقت حاجتها.

تحمُّل الأعباء

أحياناً تنشأ الخلافات بين الزوجين بسبب التضارب في تحمُّل الأعباء الحياتية، مثلاً الرجل مسؤول عن تأمين مستلزمات المنزل، والمرأة مسؤولة عن الاهتمام ببيتها، فإذا حمل أحدهما العبء كاملاً على كاهله فسيشعر بالظلم وهنا تتولَّد مشكلة كبيرة.

هذا ما تعلمته اليوم

هذه الصفحة مخصصة لك لتكتب ما تعلمته من الصفحات السابقة



كيف تواجه المشاكل في العلاقة الزوجية ؟

في العلاقة الزوجية على الرغم من تقسيم الأدوار بين الزوج والزوجة، تبرز العديد من المشاكل الزوجية التي لا تعدّ مؤشراً على سوء العلاقة بل هي ظاهرة طبيعية، لطالما أن الزوجين قادر على مواجهة المواقف الزوجية وعلاج التغيرات التي تطرأ على العلاقة والتي تعرقل وتؤثر في أدوارهما كزوج وزوجة.
وفي هذا الإطار نطلع كل ثنائي على ٣ نصائح ضرورية لتوفير السعادة للزوجة:

الاحترام

من المهم أن يحترم كل شريك شخصية الطرف الآخر، **ويتقبل عيوبها قبل مزاياها**، فـ (**الزواج الناجح لا يبنى على مميزات الطرف الآخر إنما على تقبل عيوبه**) والتقبل يعني القبول والتفهم بأن صفات قرينه قد يكون جزء منها وليد الظروف والبيئة، لذا يجب ألا نحاول أن نعيب على الطرف الآخر تلك العيوب ونتذمر منها، ونحاول أن نغيرها بالقوة. ورغم أنها قد تكون صفات غير مرغوب فيها، وبعضها الآخر قد يظل على ما هو عليه، إذن فما جدوى الانتقاد الدائم والنزاع المستمر بشأنها؟ إن ذلك لن يخلق إلا مزيداً من المصاعب والمتاعب.

التعاون

إن التعاون من السمات الأساسية التي يجب أن يتحلى بها الزوجان، فكل منهما لا بد أن يكون السند للطرف الآخر ليدفعه قدماً للأمام، وليس هناك مانع من أن يتنازل أحد الطرفين قليلاً عن أهدافه إذا كانت ستعوق تحقيق أهداف الطرف الآخر. لذا فإن القول: بأن **وراء كل رجل عظيم امرأة هو قول على قدر كبير من الصواب والصدق**.

الصداقة

لعل الصداقة هي الكلمة التي تشمل كل الصفات السابقة المتعلقة بالمفاهيم الاساسية في العلاقة الزوجية، فالصداقة تعني المحبة الحقيقية، وتعني الاحترام المتبادل القائم على التفاهم. فالزوج قد لا يستطيع أن يبوح بكل مكنونات قلبه لزوجته ولكنه قد يقولها إذا شعر أن زوجته صديقته، بمعنى أن بإمكانها أن تفهم وتقدر دوافع سلوكه، ولن تسيء فهم كلماته وهذا يقودنا إلى أن نحمل ما يقصده الشريك دوماً على حسن الظن.

سوء الظن بين الزوجين:

تقوم الحياة الزوجية على المودة والرحمة، والسكينة والصدق والوضوح، وحب الخير وحسن الظن، فيكون قلب الزوجين سليماً، قال ابن القيم رحمه اللّه: "**هو السليمُ من الآفات التي تعتري القلوب المريضة، من مرض الشبهة التي توجب اتباع الظن، ومرضِ الشهوة التي توجب اتباع ما تهوى الأنفس، فالقلبُ السليمُ الذي سَلِمَ من هذا وهذا** " ... ومن ثم، فالنجاح والسعادة و الهناء في نعيم الحياة الزوجية في الدنيا أن يكون موصولاً بنعيم الآخرة بإذن اللّه.

وهذا يعني أن تكون صفحة كل من الزوج والزوجة ورؤيته ونيته للآخر حسنة جميلة، فلا يحمل الزوج في عقله وذهنه إلا صفاء النية، وسلامة المقصد والحب لزوجته، ولا تحمل الزوجة في عقلها وذهنها إلا صفاء النية وسلامة المقصد والحب والسعادة، فلا مجال للتآمر أو التنافس أو التضاد، بل التكامل والمودة والرحمة.

وليس هناك أريح لقلب الزوج والزوجة، وأسعد لنفسيهما وأنقى لضميرهما من حسن الظن، وليس هناك أمرض لقلب الزوج والزوجة وأشقى لنفسيهما وأتعب لضميرهما من سوء الظن. فتجد الزوجة في تحقيق دائم مع زوجها، واتهامات متواصلة في الليل والنهار، واستجواب عن أي شيء، تراقب تصرفاته وحركاته وأقواله؛ حتى أنها تعد عليه أنفاسه، إن تحدث مع أحد فلماذا؟ وبماذا تحدث؟ ولماذا تحدث حول هذه الموضوعات بالتحديد؟ وإن تأخر عن البيت بضع دقائق أساءت به الظن، وإن ذهب مبكرا لعمله أساءت به الظن، وإن تطيب وتعطر أساءت به الظن، وإن صمت وشرد بذهنه أساءت به الظن، وإن أخبرها بمقدار راتبه أساءت به الظن في أنه يتقاضى مرتبا أكثر بكثير مما أخبرها.

وتجد الزوج في تحقيق دائم، واتهامات في مشيتها في الطريق، وإذا فتحت النافذة لتهوية الغرفة لماذا؟ وما الفائدة؟ وإذا كان الهاتف مشغولا لماذا؟ ومن المتحدث؟ وما الحوار الذي طال لساعات، وإذا وجد منها تمنعا دارت الوساوس برأسه لماذا ومنذ متى؟

وغيرها من صور سوء الظن التي صورة واحدة منها كفيلة بتدمير الحياة الزوجية، فما بالك إذا اجتمعت هذه الصور، إنها قنابل تدمر الأخضر واليابس.

لهذا نهى الإسلام عن سوء الظن، الذي يحجب صفحة القلب السليم فيعكره، ولا يرى الآخرين على جمالهم النفسي والأخلاقي فيشوهها، وحذر أتباعه من هذه الصفة فقال تعالى: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبْ بَعْضُكُمْ بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ } (سورة الحجرات:١٢).

وقال رسول اللّه ﷺ " إياكم والظن، فإن الظن أكذب الحديث " متفق عليه، أي رواه البخاري (٥١٤٣) ومسلم (٢٥٦٣).

أثر سوء الظن على الحياة الزوجية:

العداوة : إن الحياة الزوجية قائمة على المحبة والألفة والتعاون والتكامل، وليس على العداوة والبغضاء، فإساءة الظن توجب كراهية المظنون به، وتقطع حبال المودة، وتمزق روابط المحبة، وتزرع البغضاء، وتحصد الشحناء، ولنتأمل أي نوع من الحياة الزوجية ستكون؟

وصل أم قطيعة، التحام أم شقاق، توحد أم تشرذم، والرسول ﷺ يقول: " تفتح أبواب الجنة يوم الاثنين ويوم الخميس، فيغفر لكل عبد لا يشرك باللّه شيئاً، إلا رجلاً كانت بينه وبين أخيه شحناء"رواه مسلم (٢٥٦٥)، هذا بين رجل وأخيه، فما بالك بين الزوج وزوجته؟

التحقير والسخرية: قال الغزالي رحمه: "فمن يحكم بشر على غيره بالظن بعثه الشيطان على أن يطول فيه اللسان بالغيبة، فيهلك أو يقصر في القيام بحقوقه، أو يتوانى في إكرامه، وينظر إليه بعين الاحتقار ويرى نفسه خيرا منه، وكل ذلك من المهلكات" (إحياء علوم الدين ٢٦/٣).

فإساءة الظن مدعاة للاحتقار والسخرية، والاحتقار وانتقاص الزوج لزوجته، والزوجة لزوجها لا تؤدي إلى خير، بل كما قال الحبيب المصطفى ﷺ "بحسب امرئ من الشر أن يحقر أخاه المسلم" رواه مسلم (٢٥٦٤).

التجسس: وهو مرتبط ارتباطا وثيقا بسوء الظن، فهو إما قبل وإما بعد، وسواء كان هذا أو ذاك فان الحياة الزوجية لا تستقيم، ولا تسير في حال فقدان الثقة بين الزوجين، وتجسس كل منهما على الآخر، قال الغزالي: "من ثمرات سوء الظن التجسس، فإن القلب لا يقنع بالظن، ويطلب التحقيق، فيشتغل بالتجسس وهو أيضا منهي عنه، قال اللّه تعالى: "ولا تجسسوا"(سورة الحجرات:١٢)، فالغيبة وسوء الظن والتجسس منهي عنه في آية واحدة، ومعنى التجسس أن لا يترك عباد اللّه تحت ستر اللّه، فيتوصل إلى الاطلاع وهتك الستر حتى ينكشف له ما لو كان مستورا عنه كان أسلم لقلبه ودينه"(إحياء علوم الدين ١٥٢/٣).

يورث الأخلاق السيئة: الحياة الزوجية بحاجة إلى أخلاق حسنة كالكرم والصفح والتسامح والشجاعة والحياء، ولا يمكن أن يكون لها وجود في تضاد هذه الصفات التي يجمعها سوء الظن، قال ابن عباس رضي الله عنه " الجبن والبخل والحرص غرائز سوء، يجمعها كلها سوء الظن باللّه عز وجل"

مجاهدة سوء الظن:

إن سوء الظن يحتاج إلى جهد كبير، وجهاد عظيم؛ لتتخلص منه النفس، وليحل محله إحسان الظن، فالشيطان يجري من ابن آدم مجرى الدم، ولا يهدأ ولا يفتر ولا يتكاسل عن التفريق بين الأزواج.

- التثبت وقطع الشك باليقين، مصداقًا لقوله تعالى: «يا أيها الذين آمنوا اجتنبوا كثيرًا من الظن إنّ بعض الظن إثم». وأيضًا لا تحملهما الغيرة نحو تيار الشك والظنون. والأهم من ذلك إشعار الشريك بالثقة والتقدير والبعد عما يفسد علاقتهما ويقضي عليها.

- استعادة الماضي والذكريات الجميلة التي عاشاها معًا، وجمعتهما خلال فترة الخطبة، ويستعيدان الهدوء والطمأنينة،

-خلق المواقف الرومانسية التي تعيد الحياة لعلاقتهما.

-أن ينشغلا بأمور أخرى مفيدة، سواء على المستوى الشخصي أو العائلي، أما إن زاد الموضوع عن حده فيمكنهما استشارة مختص نفسي بالشؤون الاجتماعية والعائلية كي يساعدهما على التخلص من مرض الشك ويستعيدا الاستقرار الزوجي.

التكامل الثقافي للمرأة و الحياة الزوجية

ما إن تتزوج المرأة حتى تزداد مسؤولياتها فتنهمك أغلب النساء بهذه المسؤوليات و تنشغل بها فتتأخر عن التكامل العلمي ، والثقافي ، ومواكبة التطورات بعكس الزوج المتواصل علمياً وثقافياً مع تطورات الحياة ...و حينها يلاحظ الزوج ان هناك شرخاً عميقاً بينه وبينها ... وأن المسافة قد ابتعدت كثيرا .. بينما نجد البعض الآخر من النساء و هن القلة النادرة في مجتمعنا يقدمن تكاملهن و تقدمهن العلمي و الثقافي على حساب الزوج و الأولاد .

في حين أن المرأة الذكية لا تتنازل عن طموحها و في الوقت نفسه تؤدي التزاماتها الزوجية والعائلية..و ذلك بمعالجة أهم الأسباب و أبرز المعوقات و هو ضيق الوقت غالبا وذلك من خلال عدة حلول نذكر منها :

١- وضع خطة أو برنامج بالمهام الواجب عليها تأديتها بحسب الأهمية مع تخصيص وقت بين عمل وآخر للراحة أو لممارسة هواية لغرض تجديد النشاط ..

٢- عدم تضييع الوقت بمتابعة الافلام و المسلسلات غير الهادفة والتي تضيع العمر الذي تسأل عنه يوم القيامة ... كما روي عنه ﷺ :" لا تزول قدما العبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع : عن عمره فيما أفناه .... " (١) ، بل قد تكتسب الذنوب والآثام من خلالها فيما لو وقع نظرها على مشاهد محرمة والعياذ باللّه. .

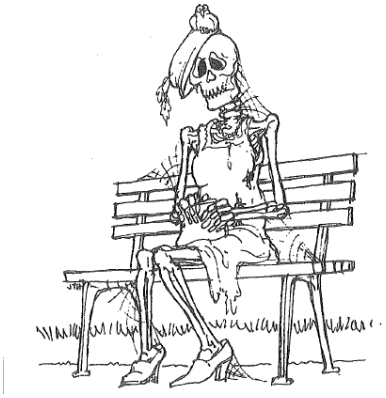
٣ - تخصيص وقت محدد لتصفح برامج التواصل الاجتماعي لكيلا تلتهم جل الوقت و الابتعاد عن المراسلات التي لا تجدي نفعا عاما ولا خاصا ..

٤-بإمكانها أن تستثمر قدرتها على إدارة أكثر من عمل في وقت واحد فتطهو الطعام مثلا و تراقب الثياب في آلة الغسيل و تشرح لولدها ما صعب عليه فهمه -- إن أمكنها ذلك -- أو أن تستمع للمواقف التي تعرض لها خلال اليوم و كيف تعامل معها فتشجعه أن أصاب و تقوم سلوكه إن أخطأ...

٥ - أغلب الأعمال المنزلية لا تفتقر إلى إعمال الذهن لذا يمكن للمرأة و هي تؤدي أعمالها أن تشغل ذهنها بالأمور النافعة من خلال الاستماع إلى محاضرة أو درس أو برنامج مفيد يثري رصيدها الثقافي و العلمي ...

وهكذا يكون للمرأة بعض الفائض من الوقت يمكنها استثماره في مطالعة الكتب أو تنمية هواية ككتابة الشعر أو القصص و غير ذلك حسب توجهاتها و طموحها ...

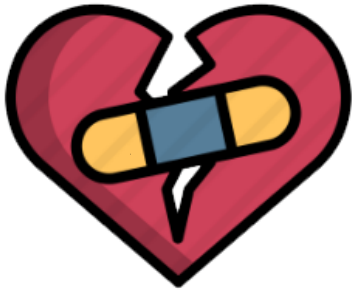
عزيزتي ... إن قطار العمر لا ينتظر فإن استثمرتيه استثماراً صحيحا تقدم و تقدمت معه والا تقدم هو فيما تبقين انت على ما أنت عليه بل تكونين قد غبنت نفسك ...كما روي عن الإمام جعفر الصادق رضي الله عنه :" من اعتدل يوماه فهو مغبون ومن كان في غده شرا من يومه فهو مفتون".



ها هي الجميلة تنتظر فارس الأحلام
ولن تتنازل عن المواصفات المنشودة

تقوم العلاقة بين الزوجين على تنمية العلاقات والود بين الزوجين ، فدائما يسعى الأزواج إلى البحث عن طرق جديدة للتقرب وزيادة وتوطيد الصلة بينهم ، وتوجد مجموعة من النصائح التي تعمل على زيادة الحب والألفة بين الزوجين .

مشكلات الحياة الزوجية



قد يعيش الكثير من الأزواج داخل بيتٍ واحد حياةً تعيسةً وخاليةً من المشاعر والسّعادة، ومن أسباب ذلك اختلاف وجهات النّظر بين الزوجين الذي قد يقود إلى حدوث المشكلات بينهما، وعندما يفتقد أحدهما أو كلاهما فنّ الحديث تصبح لكلٍ منهما حياة خاصّة بعيدة كلّ البعد عن الآخر، ولا يجتمعان إلّا عند الحديث عن الأبناء، بعد أن كانت أحلامهما في فترة الخطوبة التشارك في كل شيءٍ واحترام رغبات بعضهما البعض والوقوف معاً في كافّة أمور الحياة

الحوار بين الأزواج

الحوار من أهم مقوّمات التواصل بين الناس وخاصةً بين الأزواج، حيث يستطيع كلّ واحدٍ منهما أن يُعبّر للآخرعن مشاعره وأحاسيسه من خلاله، وما يحب ويكره، فاللّه تعالى جعل الزواج استقراراً وسكينةً ومودّةً، ولكن توعّد الشيطان بالتفرقة بين الزوجين، حيث يعد هذا العمل من أفضل الأعمال لدى الشيطان بشكلٍ عامٍ، نظراً لما تتسبب به التفرقة بين الزوجين من تدميرٍ للأسرة وبالتالي تدمير المجتمع وانتشار المفاسد، وللحوار أهمية كبيرة في نشر السعادة والتفاهم بين الأزواج؛ فعندما يكون الزوج غير مستعدٍ لسماع حديث زوجته وغير لبقٍ فإن الزوجة تلجأ للصمت والابتعاد عن الدائرة التي يوجد فيها، وفي المقابل عندما يجد الرجل من زوجته عصبيةً زائدةً وعناداً وعدم تفهّم الأمور فإنه يُحجِم عن إجراء أي حديثٍ معها، بل إنه قد لا يشاركها أي قراراتٍ حتى وإن كانت تخص البيت فيتصرّف لوحده وبحسب ما يراه مناسباً.

قد يظن بعض الرجال أن الحوار لا يتوافق مع الرجولة، بينما كان النبي ﷺ أروع مثالٍ على الرجل الذي يحاور زوجاته ويتحمّلهن وهن كذلك، وكان يخصص لهنّ وقتاً مستقلاً لتبادل أطراف الحديث معهن، ومعرفة احتياجاتهن ومشاعرهن على الرغم من حجم المسؤولية التي تقع على عاتقه.

المرأة كمستمع أفضل من الرجل

لأن المرأة غيرية التوجه، فهي تستمع للآخرين أكثر من الرجل وقد أظهرت الدراسات أن المرأة تطلق أصوات إصغاء أكثر من الرجل وتوافق على ما يقوله الآخرون بهز الرأس و الابتسام، أما الرجل فهو يعبر كلامياً ... و غالباً ما يسيطر الصمت على الأحاديث بغرض إعادة الحديث لصالحه.

عندما تتحدث النساء لبعضهن، فالإصغاء مرغوب كما الكلام لأن المرأة تسعى للشعور بالتقارب مع الآخرين، وتتحمس النساء لسماع قصص بعضهن البعض و الموافقة عليها بطرح أسئلة مشابهة، ونادراً ما تتحدى النساء معلومات بعضهن، لأن الأرقام والحقائق الدقيقة لا تلعب الدور المحوري في أحاديثهن.

تذكر تمرين تعلم : أهمية تعلم الإنصات للوصول لحل المشكلات

يعود بعض الأزواج من العمل، يتوضأ ويصلي، ثم يتابع الأخبار، زوجته ترغب بإخباره ببعض أمرها وأمر البيت ـ فيأمرها أن تنتظر حتى يتابع الأخبار، فإذا انتهت أخبار المحطة الأولى انتقل إلى الثانية فالثالثة وينقضي الليل ولا يهتم بالاستماع إلى زوجته وهذا ما يكون ربما سبباً في مقتل الحب بينهما، فهي تنتظره طوال النهار ليعود فتبث له آمالها وآلامها ... فلا تجد منه إلا عدم الاكتراث والاهتمام ... ليصبح القريب في بيته غريباً.

نصائح لحوار ناجح بين الزوجين

لا بد من أن يتصف الحوار بعدة صفات من أجل أن يكون إيجابياً وذا نتائج طيبةً، ومنها:

- يجب على الزوجين التمتع بسعة الصدر وتقبّل الرأي الآخر ومحاولة استيعابه وعدم التعصّب للرأي الفردي، ويجب أن يكون الاحترام هو أساس الحوار وعدم التعنّت ومحاولة النيل من الآخر، فاختلاف وجهات النظر لا يسبب العداوة والبغضاء.
- الابتعاد عن المقاطعة أثناء الحديث، وترك المجال أمام المتحدّث ليخرج كل ما في قلبه ليرتاح ولتتوضّح الأمور، فكم من المشاكل التي حدثت بين الأزواج نتيجة التسرّع في الحكم وعدم فهم الزوجين لبعضهما.

- استخدام الأسلوب الهادئ في الحوار بعيداً عن التعالي أو التكبّر في الحديث، واختيار الكلمات المناسبة بعيداً عن استخدام الكلمات النابية التي تترك آثاراً سلبيةً عند الشخص.
- يجب على الزوجين تحمّل كلّ منهما للآخر، فإذا كان أحدهما غاضباً فمن الأفضل على الآخر أن يستوعبه ويستمع إليه لنهاية حديثه وعدم استفزازه أبداً.

الأسس المساعدة في بناء الترابط الأسري

الدين

الدين هو أول وأهم عامل ترتكز عليه الحياة بالكلية فمن كان في دينه صالحا صلحت دنياه وصلح أمره، وهو الوسيلة الأولى لتحقيق المراد من ايجابيات الأمور والبعد عن أي من مخاطر حياتية، إنه الركيزة التي يجب أن تبنى على أساسها الأسرة، ويكون استخدام الدين في تحقيق أسرة متوازنة بأشكال متباينة.

يجب على الأبوين تربية أبنائهم على العقيدة الصحيحة وحسب تعاليم الدين الإسلامي.

بأن نغرس في قلوبهن الضمير الذي يعتمد على أوامر ونواهي الدين، عبر توعية الأبناء بما يتوجب عليهم من الواجبات والحقوق سواء تجاه آبائهم أو إخوتهم وبذلك تكون العلاقة أقوى وأكثر ترابطاً، يدرك كل منهم دوره فيؤديه على أكمل وجه، فتصبح الأسرة كالبنيان المرصوص يشد بعضه بعضاً ويؤزه كل حجر فيه الحجر الآخر.

أهمية الترابط الأسري وتأثيره على الفرد والمجتمع

- الترابط يعزز من ثقة الشخص في نفسه وثقته في من حوله.
- إنشاء فرد يتمتع بنفسية سليمة مما يؤثر على المجتمع بأكمله وتكوين جو صحي عام سليم وتكوين بيئة سليمة.
- زيادة الانتباه والتركيز في الدراسة بالنسبة للاولاد.
- الاحساس بفخر الانتماء إلى أسرته.
- التحصيل الأكبر بالنسبة لعمل الفرد داخل المجتمع.
- عموم السلام والأمان والاطمئنان على الفرد والأسرة والمجتمع.
- توفير جو صحي سليم يساعد في بناء مجتمع متحضر.

قالوا عن الحب

الحب يستأذن المرأة في أن يدخل قلبها ، وأما الرجل فإنه يقتحم قلبه دون استئذان ، وهذه هي المصيبة

- نشر الوعي بكيفية التعامل الصحيح بين أفراد الأسرة وأفراد المجتمع بأكمله.

نصائح لزيادة الحب والاهتمام المتبادل بين الزوجين :

- الحرص على تبادل الهدايا حتى لو كانت بسيطة.
- تخصيص وقت للجلوس والتحدث معاً بإنصات.
- الحرص على تبادل نظرات الحب والإعجاب.

- **السلام العاطفي :** يجب أن يعبر الزوج عن شعوره بالسلام العاطفي عند الرجوع إلى المنزل ، السفر أو عند التحدث عبر الهاتف .

- **مدح الزوجة والإشادة بمميزاتها :** يساعد ذلك على اختفاء الشعور بالغيرة بداخلها ، وتقتنع أنك لا تقارنها بأي امرأة أخرى .

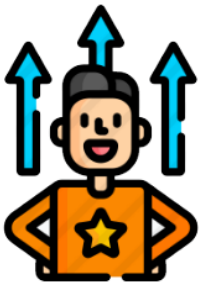
- **مشاركة الأمور معاً :** يجب مشاركة الزوجة للتخطيط للمستقبل ، ترتيب بعض الأشياء أو المكتبة ، الأعمال المنزلية والطهي ، مناقشة الأمور المتعلقة بالأطفال ، ومحاولة كتابة بعض الأعمال أو قوائم الاحتياجات حتى يسود جو من المرح والود بين الأسرة .

- **استخدام الكلمات العاطفية والعبارات الطيبة :** عندما تتحدث مع زوجتك اختر بعض الكلمات العذبة الدافئة ، مثل أن تعبر عن مدى حبك لها ، أو تقول لها أنها نعمة وهبة من اللّه ﷻ وأنك ستبذل قصارى جهدك لتحافظ عليها وتسعدها

- **اختيار الوقت المناسب لتقضياه معاً :** حيث يكون الجو مهيئاً، ويسوده بعض الضحك والمرح ، بعيدا عن بكاء الأولاد ومشاكلهم ، مما يزيد الألفة، الود والمحبة بين الزوجين .

- **التوازن بين التراخي والإلتزام :** فهذا الأمر هام للزوج ، فهناك بعض الأمور التي تتطلب تراخيه ومرحه أحياناً ، وبعض المواقف التي تتطلب التصرف بجدية وحكمة، دون مزح أو لعب، فلا يجب دوام أحد الحالتين، بل التنقل بينهما وفقا للحالة التي تمر بها العائلة .

- **التفاعل بين الزوجين وخاصة وقت الشدائد والأزمات :** فربما تكون الزوجة حامل على سبيل المثال ، وهذه الفترة تحتاج الرعاية العاطفية والمادية ، وأحيانا يحتاج الزوج إلى الدعم المعنوي ومشاركة بعض شؤونه ، فعندما يشعر أحدهما بمشكلة أو ألم يجب أن يجد الطرف الآخر إلى جانبه ، مما يترك أثرا جميلا في الطرفين ، ويساعد على توطيد المودة والمحبة بين الزوجين .



- **الصلح بعد المشاكل الزوجية :** يجب أن يكون لدى الزوجين رغبة في الصلح بعد كل مشكلة ، وعدم الاستمرار والتمادي فيها ، فينبغي فهم المشكلة بدلا من الجدل فيها .

- **الشعور بالأمان :** يحتاج الزوجان إلى الشعور بالأمان والاهتمام ، فالأمان أساس لحل العديد من المشاكل الزوجية ، ويعطي شعور بالتفاهم والتعاون بين الزوجين .

رابطة الحب بين الزوجين تنعكس استقرارا على الأسرة بأسرها

لا استقرار للمرأة ولا للرجل ولا سكن إلا بائتلاف بعضهما ببعض. فمن آيات اللّه ﷻ أن لا يسكن الرجل ولا تسكن المرأة إلا مع نفس تقاسمها الخصوصية الحياتية. قال اللّه ﷻ: ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة.

لهذا حرص الإسلام على بث روح المودة بين الزوجين وغرس جذور الصفاء بينهما، ومحو كل ما يكدر صفاء العشرة الزوجية ونقاءها، فلا يعيب الزوج زوجته، ولا ينتقص من جمالها حتى لا يجرح مشاعرها، بل يصفها بالحسن والجمال حتى يستميل قلبها ويكسب ودها. ولا تصف الزوجة زوجها بالنقص أو دمامة الخلقة حتى لا تكدر صفوه. فالعيوب والنواقص التي هي من الطبيعة البشرية لا ينبغي أن تكدر صفوة الحياة الزوجية. وتكرار الكلمات الطيبة في الحياة يقوي روابط الحب والمودة، فبالمودة والرحمة الحميمين يتميز الزواج المطابِق بالقصد والفعل والتوفيق الإلهي للفطرة. وبهما لا بمجرد العَقْد القانوني يحصل الاستقرار في البيت، وبالاستقرار في البيت يشيع الاستقرار في المجتمع.

لهذا فإن العلاقة التي تسود بين الوالدين، ورابطة الحب التي تجمع بينهما، على جانب كبير من الأهمية في توفير الأجواء الأسرية المفعمة بالمحبة والطمأنينة والأمن، لأن التوافق الأسري بين الوالدين، واتفاقهما على الأساليب التربوية في التعامل مع الأبناء، يهيئ المناخ الأسري المطلوب لنجاح عملية التربية وتحقيق أهدافها.

في هذا السياق جاءت المقولة التي مفادها أن أفضل هدية يقدمها الأب لأبنائه هي حبه لأمهم، فإذا كانت العلاقة بين الوالدين منسجمة وقائمة على أساس راسخ من الحب والتفاهم والتعاون، فإن ذلك يشكل لدى الطفل

مفهوم **العلاقات المتوازنة**، التي تتضح مظاهرها في احترام الذات وتقديرها، كما تظهر في الثقة بالنفس، فيعبر الطفل عن تقبل ذاته ورضاه عنها، كما يعبر عن قدرته على تحمل المسؤولية، وأنّه شخص يتفاعل مع الآخرين تجاه متطلبات الحياة.

كما أن السلوكيات غير السليمة التي يكتسبها الأطفال في طفولتهم غالباً ما يكون مبعثها انعدام الحب والوفاق بين الوالدين، حيث يصاحب ذلك التوتّر والقلق بين الأطفال، إلى جانب اكتسابهم السلوك المضطرب أو العدواني.

متى يكون الطلاق حلاً ؟!

لو كــانت العصمة بيــدي لطلّقــتك ٢٠ مرّة.

كانت تتحدّث هي وزوجها في مواضيع تخصّ حياتهم الزوجيّة، وفي لحظة انقلبت الأمور وتحوّلت إلى شجار، نعم فهذه ليست المرّة الأولى ولكن هذه المرّة تختلف عن مثيلاتها في السابق!! طلبت من زوجها الطّلاق؛ ممّا أدّت إلى إشعال غضبه حتّى أخرج ورقةً من جيبه وكتب عليها (نعم أنا فلان ابن فلان أؤكّد وأنا بكامل قواي العقليّة أنّني أريد زوجتي، ولا أريد التخلّي عنها، ومهما كانت الظّروف ومهما فعلت سأظلّ متمسّكاً بها، ولن أرضى بزوجةٍ أخرى غيرها تشاركني حياتي، وهي زوجتي للأبد...)

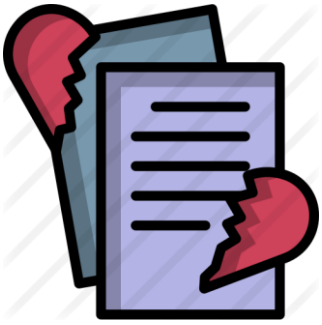
وضع الزّوج الورقة في ظرف وسلّمها لزوجته وخرج من المنزل غاضباً حتّى لا تشعر بشيء. كلّ هذا والزّوجة لا تعلم ما كُتب في الورقة، وعندها شعرت بالذّنب لارتكابها هذه الغلطة وتسرّعها في طلبها

فالزّوجة في ورطة الآن أين تذهب؟ وماذا تقول؟ وكيف تمّ الطلاق؟... كلّ هذه الأسئلة جعلتها في دوّامةٍ وحيرةٍ من أمرها فماذا عساها تفعل؟. وما الّذي جرى وحدث؟

عاد الزّوج فجأةً إلى البيت، ودخل إلى غرفته مسرعاً من غير أن يتحدّث بأيّة كلمة. فلحقت زوجته به وطرقت الباب، فردّ عليها بصوتٍ عالٍ وبغضب: ماذا تريدين؟ فقالت له الزّوجة بصوتٍ منخفض وخائف: أرجوك قم بفتح الباب أريد التحدّث إليك، ثمّ قرّر ماذا تفعل ...!!

وبعد تفكيرٍ من الزّوج قام بفتح باب الغرفة، ليجد بأنّ زوجته حزينة وتسأله أن يستفتي الشيخ؛ لأنّها نادمة كلّ النّدم على فعلتها، وهي لا تقصد ما قالته. ردّ عليها الزّوج: هل أنت نادمة ومتأسّفة على ما حدث؟ فأجابته الزّوجة بصوتٍ منكسر: نعم واللّه إنّني لم أقصد ما قلت، وأنا نادمة كلّ النّدم على ما حدث!!

علم الزوج من تصرفات زوجته أنها لم تقرأ بعد ما كتب فطلب منها بأن تفتح الورقة وتنظر إلى ما بداخلها لتحكم ماذا تريد. فقامت بفتحها ولم تُصدّق ما رأت عيناها، وغمرتها الفرحة وهي تقرأ الورقة، فقامت إلى زوجها وقبّلت يديه وهي تبكي والدّموع تتناثر من عينيها وتقول بحرقة: **واللّه إنّ هذا الدّين لعظيم؛ لأنّه جعل العصمة بيد الرّجل، ولو جعلها بيدي لكنت قد طلّقتك ٢٠ مرّة .**



هي حكمة اللّه ﷻ أن جعل عصمة المرأة بيد الرجل

فالرجل أقدر على التحكم بعواطفه واتخاذ القرارات بعقلانية أكبر ، فهو أبعد نظراً ، فلا يقدم على الطلاق إلا حيث لا بد منه فقد قالوا: الرجل يفكر ثم يتصرف والمرأة تتصرف ثم تفكر ، وفي هذا شيء من الصحة، وقد وضع اللّه ﷻ الطلاق بيد الزوج وحده لحكم عظيمة منها:

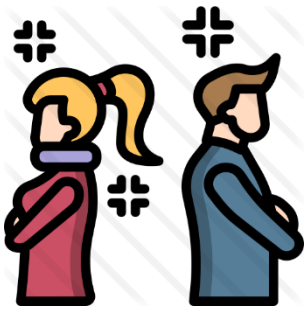
١- قوة عقله وإرادته وسعة إدراكه، وبعد نظره لعواقب الأمور، بخلاف المرأة فليست كذلك.

٢- قيامه بالإنفاق وكونه صاحب السيطرة والأمر والنهي في بيته، فهو عماد البيت ورب لأسرته.

٣- أن المهر يجب على الزوج، فجعل الطلاق في يده؛ لئلا تطمع المرأة، فإذا تزوجت وأخذت المهر طلقت زوجها للحصول على مهر آخر وهكذا، وهذا يضر الزوج، وقد نبه اللّه ﷻ على هذا المعنى في قوله تعالى (**الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ**).

على صعيد آخر... إذا كان الزوج نفسه لا تطاق عشرته فترجع في ذلك إلى المحكمة، ويمكنها تبين الأسباب التي تمنع الزوجة من الاستمرار في الزواج وتطلب الطلاق وينظر في ذلك القاضي ويمكن أن يفرق بينهما لعلة الشقاق.

أخيراً : جعل اللّه ﷻ للرجل أحكاما تخصه، وجعل للمرأة أحكاما تخصها، وجعلهما مشتركين في كثير من الأحكام، والمرجع في ذلك هو الشرع.



شرع اللّه ﷻ الطلاق كحل للزوجين إذا استحالت بينهما الحياة وجعله راحة للطرفين، وكذلك شرع اللّه ﷻ التعدد للرجال لمن أراد أن يعدد ولم يجعلهما (الطلاق والتعدد) سوطاً للتهديد يستخدمه الزوج كورقة يجلد بها الطرف الآخر

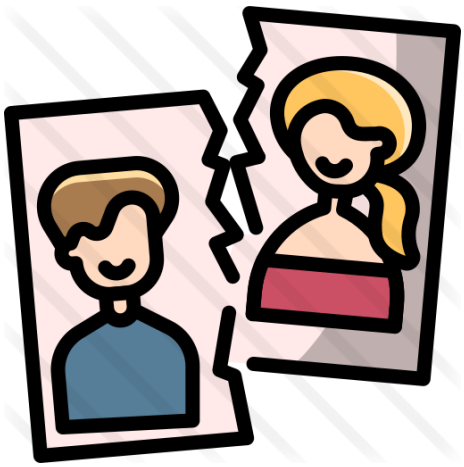
قال ﷻ (الطَّلَاقُ مَرَّتَانِ فَإِمْسَاكٌ بِمَعْرُوفٍ أَوْ تَسْرِيحٌ بِإِحْسَانٍ) و قال ﷻ: (فَانكِحُوا مَا طَابَ لَكُم مِّنَ النِّسَاءِ مَثْنَى وَثُلَاثَ وَرُبَاعَ) فالزواج من ثانية و ثالثة ورابعة جائز شرعاً للرجل، وليس لأي كان رأي في الموضوع فالعديد من مقدمي البرامج يسألون ضيوفهم عن رأيهم بالتعدد ، هو حكم اللّه ﷻ ولا رأي فيه.

ولكن أن يستخدم للتهديد فهذا استخدام حقٍ في غير موضعه، وأضرب لكم مثلاً يوضح ما يصيب المرأة من إزعاج وقلق من كثرة التهديد، لو أن عاملاً يعمل لدى مدير، وهذا المدير يهدد العامل يومياً بالفصل والطرد من العمل برأيكم كيف يمكن أن تكون نفسية هذا العامل .؟ !!

- هل سيعمل بارتياح ؟ ! - هل سينتج كما ينبغي ؟ !! - ألا يسيطر الخوف على كل أعماله ؟
- أليس كلما رأى مديره تذكر التهديد فأصابه الارتباك وأخطأ ؟

فاستخدام التهديد بالطلاق قد يفقد الزوجة كثيراً من هدوئها واتزانها وتفكيرها ويجعلها تتصرف بارتباك ويطغى على سلوكها العشوائية والتصرفات الغير منطقية أحياناً ... ناتجة من الخوف وعدم الانضباط فيحصل ما لا تحمد عقباه ويكون المتسبب في ذلك هو الزوج .

سبحان اللّه ..



من الغريب حقاً أن تتحول حياة اثنين يحبان بعضهما أو عاشا لفترة مع بعضهم البعض من أيام امتزجت بمعاني كالـ (الود – الحب – الاحترام – التفاهم – التعايش – العشرة) إلى رغبة ملحة بالانفصال وإنهاء هذه العلاقة التي تحولت من حرية إلى سجن ينال فيه الشريكان ألوان من التعذيب، لا بد أن ذلك لا يمكن بحال من الأحوال أن يكون في يوم وليلة.

إن ذلك يدفعنا بشكل رئيسي للانتباه أكثر إلى أن الكأس لا يمكن أن يمتلىء فجأة دون أن قطرات تجمعت الواحدة تلو الأخرى إلى أن امتلى الكأس ولم يعد هناك متسع، هل سمعتم عن القشة التي قصمت ظهر البعير ؟!

غالباً ما تنتهي حياة الشريكين عندما يبدأ خزان الحب بالامتلاء بأمور أخرى غير الحب نفسه الذي يجب أن يمتلئ به هذا الخزان، كلا الشريكين يمتلكان خزان للإيجابيات والسلبيات وغالباً ما يكون خزان السلبيات غير جاهز للاستخدام في فترة التعارف والخطبة والهيام لأننا كما نعلم (الحب أعمى) ما يتيح الفرصة للخزان الآخر بالامتلاء بشكل سريع.

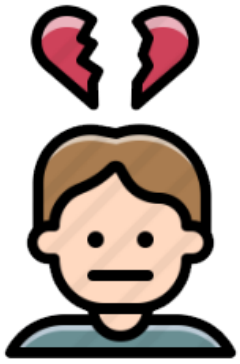
عند وقوع الأخطاء في هذه الفترة يغفر كل منهما للآخر وتفسر الهفوات والأخطاء الصغيرة أو الجسيمة أحياناً بطريقة إيجابية مع دفاعنا عن الشخص الذي نحب ونرغب بالارتباط به، ولكن بعد أن يكون هذه الشخص ارتبط بنا برابطة الزواج يتم تفعيل الخزان الآخر بشكل تلقائي وفي حالات واعية أخرى يتم تفعيل هذا الخزان قبل تلك الفترة أقصد بأنه لا يمكن تفعيل (خزان السلبيات) ما دمنا نرى الشخص الآخر بعين (الحب الأعمى) عيون القلب والعاطفة فقط.

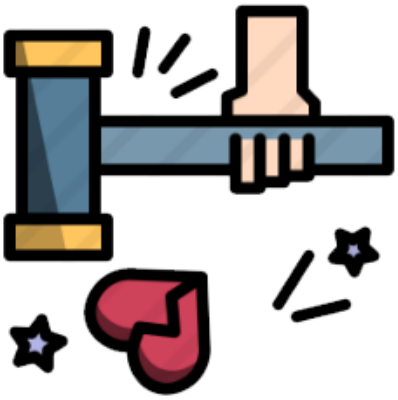
إن المحرك البيولوجي للرجل يجبره بشكل دائم على الاهتمام بالمرأة، ويكون اعترافها بجهوده معياراً لنجاحه، فعندما تكون سعيدة يشعر بنجاحه بمهمته والعكس صحيح وإن من أكبر مخاوف الرجل شعوره بالفشل في أمر ما وكثيراً ما نسمع الرجل يقول لصاحبه (لم أستطع أن أجعلها سعيدة) وهذا السبب بذاته يجعل الرجل يترك المرأة ليبحث عن أخرى تظهر له سعادتها بالأمور التي يمكن أن يوفرها لها.

فالنساء لا يتركن الرجل لأنهن غير سعيدات بمزاياه، إلا أنهن غير مكتفيات عاطفياً، لا بد إذاً من الرجل أن يحاول بشكل مستمر فهم المرأة واحتياجاتها وتلبية تلك الاحتياجات المتغيرة مع تغير مزاجها وحالتها النفسية، عليه بداية أن يتعلم فن الإنصات ليتمكن من الاستماع إليها ليصل إلى فهم احتياجاتها .

أيضاً ... لا يستسيغ الرجل الانتقاد، لذلك يفضل معظم الرجال الزواج من صغيرات السن، كما لا يحب الرجل أن يكون على خطأ لأنه يعتبر ذلك فشلاً بالقيام بالمهمات الموكلة إليه.

أخيراً .. إذا وصلت الأمور لحد من الخلاف المستمر في الأمور التي ذكرناها عن التكافؤ ولم يهتم الزوجان في إنقاذ هذه الأسرة سيجدان أنفسهما قد وصلا إلى حد لا يحتمل أي منهما الآخر، وسواء انتهت العلاقة بالطلاق اللفظي أم لا ... فهنالك ما يسمى بـ " الطلاق العاطفي " حيث يعيش كلا الزوجين في بيت واحد ولكنهما كالمطلقين حكماً لا يهتم أي منهما بالآخر نفسياً أو عاطفياً والغرض من ذلك فقط استمرار الحياة المشتركة لأجل الأولاد أو لغايات اجتماعية أخرى





لماذا الطلاق ؟

كلمة أبكت عيون الأزواج والزوجات ... وروّعت قلوب الأبناء والبنات ... وهُدم بها صرح أسر وبيوتات ! ، كلمة واحدة كفيلة بأن تغير حالة السعادة والاستقرار إلى شقاء و شتات .. تقلب الفرح ترحاً و البسمة غصة !

لقد كثُر الطلاق اليوم ... حينما فقدنا زوجاً يراعي الذمم

كثر الطلاق اليوم حينما استخف الأزواج بالحقوق والواجبات وضيعوا الأمانات والمسؤوليات.

كثر الطلاق اليوم حينما كثر الحساد والواشون .. وأصبحت حياتنا بتفاصيلها على شبكات التواصل الاجتماعي.

كثر الطلاق حينما فقدنا الصالحات القانتات ... الحافظات للغيب بما حفظ اللّه ... حينما أصبحت المرأة طليقة العنان .. مضيعة لحقوق الزوج والأبناء.

كثر الطلاق اليوم لما أصبح التدخل في شؤون الأزواج من قبل الآباء والأمهات أمر أساسي تتابع فيه الصغيرة قبل الكبيرة ... الأم تتدخل في كل جليلة وحقيرة .. حتى ينتهي الأمر إلى الطلاق والفراق، إن هذه التدخلات هي مكمن الخطر لدى كثير من الأسر .. فما بال الأهل يوقعون العداوة والبغضاء بين الأزواج !!!

كثر الطلاق اليوم لما قلبت المفاهيم ... وأصبحنا نريد أن نتشبه بما نرى على وسائل الإعلام الذي أفسد القلوب قبل العقول فلم ينج من بلائه إلا كل عاقل رزين .

يا من تريد الطلاق

اصبر فإن الصبر جميل ، إن كانت زوجتك ساءتك اليوم فقد سرّتك أياماً .. وإن أحزنتك عاماً فقد أسعدتك أعواماً، فكّر أكثر بعواقب الطلاق وانعكاسه على الأبناء والبنات ... فكم من عائلات تبدد شملها وتفرق قلبها بما جنته تلك الكلمة.

قال ابن عباس ﷺ في قول اللّه ﷻ ﴿ فَإِن كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا ﴾ النساء ١٩ قال: هو الولد الصالح.

قد تكون المرأة عند زوج طيب فتؤذيه وتسبه .. تهينه و تؤلمه .. فيصبر عليها لوجه اللّه ويحتسب أجره عند اللّه، فما هي إلا أعوام حتى يقرّ عينه بذرية صالحة.

وما يدريك فلعل هذه المرأة التي تكون عليك اليوم جحيماً .. لعلها أن تكون بعد أيام سلاماً ونعيماً، وما يدريك فلعلها تحفظك في أخر عمرك .. فاصبر .. فإن الصبر عواقبه حميدة .. وإن مع العسر يسراً .

فإذا أردت الطلاق فاستخر اللّه .. واستشر العلماء وراجع الحكماء والتمس أهل الفضل و الصلحاء، وتذكر أن اللجوء إلى الطلاق كاللجوء إلى بتر عضو من الجسم، فهو الحل الأخير للضرر الذي يصيب أحد الزوجين أو عليهما معاً.

ومن حكمة اللّه ﷻ أن جعله ثلاثاً حتى تكون الفرصة في المراجعة والوقت الأطول للتفكير ... لذلك من الحمق استخدام الطلاقات الثلاث في وقت واحد و في بعض المذاهب لا تقع الطلقات الثلاث في مجلس واحد.

النساء يتأقلمن مع الطلاق أكثر من الرجال!

أظهرت دراسة بريطانية أن النساء يتأقلمن بشكل أفضل من الرجال مع الحياة بعد الطلاق مع أنهن أكثر عرضة للمعاناة من الصعوبات المالية، وذكرت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية أن الدراسة التي أجراها باحثون من جامعة «كينغستون» أظهرت أن النساء يكنّ أكثر سعادة خلال فترة تستمر حتى ٥ سنوات ما بعد نهاية الزواج. بحسب يونايتد برس.

وقال الباحث يانيس جيورجيليس «في الدراسة أخذنا بعين الاعتبار أن الطلاق قد يكون له في بعض الأحيان تأثيراً مالياً سلبياً على النساء، وعلى الرغم من ذلك فهو يجعلهن أكثر سعادة من الرجال»، وأضاف إن ذلك قد يعزى إلى أن النساء اللواتي يتخلصن من زواج تعيس يشعرن بحرية أكبر بعد الطلاق مقارنةً بالرجال، وشملت الدراسة ١٠ آلاف شخص في المملكة المتحدة تتراوح أعمارهم بين ١٦ و٦٠ عاماً طلب منهم بشكل منتظم إعطاء علامة لمدة سعادتهم قبل وبعد حدث مهم في حياتهم.

زوجة تريد الطلاق

بعض النساء أصبحت تطلب الطلاق من أدنى مشكلة ... تنطق بها وكأنها كلمة عادية فهلا عرفت أثر تلك الكلمة !

ألم تسمع حديث رسول اللّه ؟ ﷺ عن ثوبان قال : قال رسول اللّه ﷺ ﴿ أيما امرأة سألت زوجها طلاقاً في غير بأس فحرام عليها رائحة الجنة ﴾ رواه أبو داوود – صحيح الترمذي ١١٨٧

سأل عمر بن الخطاب ﷺ رجلاً يريد أن يطلق امرأته: لم تطلقها ؟ فقال : لأني لا أحبها ! فقال عمر ﷺ أوَ كل البيوت بُنيت على الحب ؟! فأين الرعاية والتذمم ؟!

روي لي أن رجلاً كان صنديداً قوياً شديداً أمام الناس.. ولكنه أمام زوجته كان حملاً ضعيفاً .
وذات يوم حدثت مشادة كلامية بينه وبين زوجته .. فقالت له : إن كنت رجلاً وعندك كرامة فطلقني !
فقال لها على الفور ... أنت طالق ... أنت طالق ... أنت طالق !
وكانت الصدمة الكبرى التي ما كانت تتوقع حدوثها أبداً ...

بالمقابل حدث لامرأة أخرى مشكلة مع زوجها... فثار غاضباً من خطأ زوجته فقد كان كبيراً ... فما كان إلا أن قال : " خذي أغراضك واذهبي إلى بيت أهلك وستصلك ورقة طلاقك في الصباح "
رفضت الزوجة وقالت :" واللّه لا أذهب لبيت أهلي ... فأنت خير من كل أهلي .. وليس للمرأة كرامة إلا في بيت زوجها ؟

"

فهدأ الزوج وسكت .. ثم عرض عليها خطأها بهدوء وطلب منها أن تصحح الخطأ .. فوافقت .. اعتذر لها عن غضبه وإهانته لها .. وانتهت المشكلة .. اعترفت الزوجة بخطئها و سارعت لطلب الصفح والمسامحة .. واستمرت الحياة.

و من المفيد أن تعلم المرأة أن تضحياتها في بداية الحياة الزوجية خطوة هامة لإنجاح العلاقة وبناء حياة أسرية سعيدة وقبل الإقدام على طلب الطلاق فكري كثيراً في كيفية إدارة واحتواء عصبية زوجك ومزاجيته ..

كوني الملاذ الآمن بالنسبة لزوجك فهو ينتظر العودة إلى المنزل ليجد فيه السكينة والهدوء وإن كان بيته مليئاً بالمشكلات فلن يكون له الملاذ الذي يلجأ إليه .. أعطه الوقت الكافي لتخطي ساعات الغضب والضغط والإحباط .. التي قد يمر بها بسبب الضغوط المادية والحياتية.. وقد لا يرغب بالحديث عنها في لحظة سؤاله عنها

مفاتيح إنعاش العلاقات و لغات الحب الخمس

اجتهد علماء الاجتماع بفهم السلوكيات الإنسانية ومن أفضل ما كتب عن كيفية كسب الحب من الناس كتاب لغات الحب الخمس للكاتب جاري تشابمان حيث شبه الكاتب في كتابه الحب كخزان فارغ لدى كل شخص يمكن أن يمتلئ من قبل الأشخاص الآخرين إذا عرفوا لغة الحب الخاصة بهذا الشخص ... اي أنه لا يُملأ هذا الخزان إلا اللغة الخاصة بهذا الشخص، و هذه اللغات هي خمس:

- كلمات التشجيع
- تكريس الوقت
- تبادل الهدايا
- أعمال خدمية
- الاتصال البدني

ويمكن استخدام هذه اللغات في حياتنا بشكل عام مع كل الناس فعندما تكتشف لغة الحب الخاصة بالشخص الذي أمامك يمكنك بسهولة أن تصبح شخص محبوب من قبله إذا وظفت لغة الحب الخاصة به وقمت بتقديم ما يحتاجه، لذلك يتوجب على كل زوج معرفة لغة الحب المناسبة لشريكه كي يبذلها في سبيله ويشبع حاجاته منها.

تمارين في لغات الحب

- **كلمات التشجيع :** اكتب كلمة جميلة تسمعها في مفكرة خاصة واستخدمها
- **تكريس الوقت :** كل يوم كرس نصف ساعة لشريكك مع المعية الكاملة دون أي مشتتات
- **تقديم الهدايا :**إياك أن تفوت مناسبة دون هدية حتى لو كانت الهدية رمزية فقيمة الهدية بوقتها.
- **أعمال خدمية :** قدم كل يوم خدمة لشريكك حتى لو كانت متناهية في الصغر
- **اتصال بدني :** في أي لقاء مع الشريك المس يده بفترات متقاربة.

- يحتاج الرجل إلى ٤ضمات و٥ قبلات يومياً لأن جسمه بعدها يفرز هرمون هو نفس الهرمون الذي يفرزه جسم المرأة أثناء الولادة
- تحتاج المرأة إلى ١٤ لمسة منوعة في اليوم.

عشرة لك عزيزي الرجل

١. أشعرها أنها دائماً من أولى اهتماماتك

عليك أن تجعلها تشعر دائماً أنها أهم من العمل والأصدقاء، نقوم نحن الرجال بالاهتمام بالعمل والتفاني فيه تركيزاً على النتائج التي نحصلها منه ولأننا نشعر أن اهتمامنا بالعمل هدفه الأساسي تأمين حياة سعيدة وهانئة لمن نعول ونحب، وتقدر المرأة ذلك ولكنها ترغب دوماً بأن تشعر أنها أهم مافي حياتك.

٢. حاول أن تفهم لغة حب شريكك

ما هو أكثر ما يؤثر في شريكك هل هي لمسات الحنان أو الكلمات الإيجابية أم الهدايا أو لربما تكون بعض الأعمال الخدمية ، ارجع إلى بحث مفاتيح السعادة وإنعاش العلاقات وحاول أن تطبق ما ذكرنا فيه من أمثلة لتكتشف لغة الحب التي يتحدثها شريكك وتعلمها لتسير معه بنفس الموجة والتردد، لتعزفا معاً أفضل مقطوعة من التناعم والتفاهم.

٣. أودع لديها بعضاً من أسرارك

ترغب المرأة بأن تكون شريكة حقيقية لك في كل تفاصيلات حياتك

ويتهرب معظم الرجال من مشاركة المرأة كل ما يظنون أنهُ لا يهمها أو لا داعٍ لمشاركته إياها، أخبرها عن طموحاتك وشاركها أفكارك ومخططاتك وأحداث يومك، وأخبرها ببعض أسرارك .

٤. تعلم أن تهتم أكثر ببعض التاريخ !

لا اقصد أبداً أن تصبح أستاذاً للتاريخ ولكن إذا أردت أن تسعد بحياتك عليك أن تتذكر بعض التواريخ الهامة ، كـ ذكرى زواجك، عيد ميلادها ، تاريخ ولادة طفلك قد تكون مجرد أيام عادية بالنسبة لك ولم تعرها أي اهتمام عزيزي الرجل ولكنها بالنسبة لزوجتك هي تواريخ مقدسة لن تتهاون بنسيانها وستعتبرها إهانة لرابطة الحب بينكما، لذلك أنصحك أن تقوم فوراً بإنشاء قائمة بأهم التواريخ و كتابتها على الروزنامة الخاصة بك لتكون السباق دوماً في المبادرة التي ستعني الكثير لزوجتك.

٥. الثناء والمديح (لسانك عسل)

نحن معشر الرجال عمليون أكثر من المطلوب نحب دوماً أن نقدم الحقائق ونناقشها لا نهتم بالمشاعر، نتهرب من المجاملات والمديح، ولكن زوجتك تنتظر منك دوماً كلمات الثناء والمديح، ستشعل لك أصابعها العشرة وتنير لك الدنيا بأسرها مقابل كلمات جميلة تسمعها من فمك، أخبرها أنها أجمل نساء الدنيا وستصدق ذلك وستعيش أجمل ايام عمرك بعدها.

٦. تذكر أن العين مغرفة الكلام

أهل أول ما غلطوا لما قالوا هالعبارة، يؤكد علماء الاجتماع أن التواصل البصري يشكل أكثر من ٥٠ ٪ من التواصل الفعال والذي يؤثر بدوره في فهم الرسالة بشكل أوضح .

لعلك لا تدرك أهمية النظر في عيني زوجتك وأنها ترى بحدقة عينيك جرعات من الحب والعطف والاحترام والتقدير، كل ذلك وأكثر يكون بنظرة حب صادقة تنظرها في عيني زوجتك.

٧. شاركها بعض اهتماماتها

تهتم المرأة بأشياء مختلفة عن الرجل كرغبتها بالتسوق بسبب أو بدون سبب، لأن التسوق يشكل بالنسبة لها متعة، قد يكون طلب أن تتسوق معها تعذيب بالنسبة لك ولكن تذكر أنَّ الحب يحتاج لتضحية لذلك اعتبره كنوع من أنواع التضحية.

٨. هدية غير متوقعة في وقت غير متوقع.

المفاجأة لها وقع وأثر كبير علينا ، تخيل أن أقدم لك الآن هدية مميزة كيف ستكون مشاعرك، وكيف ستكون إذا كنت لا تتوقع تلك الهدية، كذلك الأمر بالنسبة لشريك حياتك، افعلها كلما شعرت أن الأمور لم تعد كسابق عهدها وستصبح أفضل مما كانت.

٩. أظهر لها الحب أمام الأخرين

لن أجد أفصح مثالاً من حديث أن النبي صلى اللّه عليه وسلم سئل ذات يوم عن أحب الناس إليه فقال بدون أي تردد (عائشة) لقد صرح بحبها وباسمها وتجد اليوم كثيراً من الرجال يعتبر من العيب أن يخبر الناس أنه يحب زوجته.

ترغب المرأة بشدة أن تشعر أنها تسعدك أنها حبيبتك التي تفخر بها أمام الآخرين، صرح لها عن محبتك بين الفينة والأخرى .

١٠. راع مزاجها المختلف .

هل ألمتك أسنانك يوماً لدرجة أنك لم تتمكن من النوم أو التركيز في أمور حياتك ؟ تخيل أن يستمر هذا الأمر لسبعة أيام أو لأربعين يوم متتالية ؟! تخيل ذلك الألم المرير الذي يمر على المرأة في ثلث عمرها تقريباً تقضيها بين آلام

كـ (الحيض – النفاس) والتي تؤثر على حالتها النفسية بشكل سلبي حتى أن اللّه سبحانه وتعالى خفف عنها فلا تصلي ولا تصوم إلا بعد أن تعود لوضعها الطبيعي فلا تقضي الصلاة ... فاللّه الذي خلقها أدرى بها وبأنه يجب أن يخفف عنها ما افترض عليها في تلك الفترة، وأنت عزيزي الزوج عليك أن تراعي هذه التغييرات فلا تطالبها بما كانت عليه وهي صحيحة بل كن لها داعماً مسانداً ... ساعدها وخفف عنها لتشعر أنك تكمل نقصها

عشرة لك عزيزتي المرأة

١ – الحياء .. أصل أنوثتك .

لا يأتي الحياء إلا بكل الخير، وحقيقة الحياء خلق يبعث على ترك القبيح ويمنعه من التقصير في حق ذي الحق، فالزوجة التي تستحي من زوجها أنها معه منذ أكثر من سنة ولم تتقن أمور بيتها، تستحي إذا رجع من عمله أن يجدها نائمة، تستحي من طلب دون حاجة، فلا يرتفع صوتها على صوت زوجها في مناقشة أو شجار فتلك الصورة تتنافى مع خلق الحياء.

٢- اختيار التوقيت المناسب سيضمن لك الموافقة

كم من امرأة طلبت أمراً في وقت غير مناسب ورغم سهولة تقديم هذا الأمر إلا أن الزوج واجهه بالغضب والتأفأف منه لأنه طُلب في وقت غير مناسب، عزيزتي المرأة كوني فنانة في اختيار التوقيت الأفضل لأي طلب، لا تطلبي في وقت غير مناسب ولو كان الطلب هام للغاية. لتضمني الموافقة اختاري الوقت المناسب وتكونين قطعتي بذلك نصف الطريق.

٣- – انه يعشق التزين والألوان ... لا يجب أن يراك زوجك بالأسود والأبيض فقط

الزينة خلقت لك لتجملك وتجعلك الأجمل دوماً في عيني زوجك، ولا تخلو امرأة من جمال ولكن العبرة في حسن إظهاره والتفنن بذلك، فكم من امرأة لم تعلم كيف تظهر لزوجها مفاتنها و جمالها فجعلته ينظر لغيرها رغم أن ما تمتلكه من مُقومات خير ألف مرة مما يبحث عنه الزوج في الخارج، استقبليه بأحسن الثياب والعطور و بأفضل ما تكون عليه الزوجة عندما تستقبل زوجها، تذكري كيف كنت تستقبلينه عندما كان **خطيبك** ☺

٤ – أسرار البيت يحب أن تبقى مدفونة فيه

أكثر ما يفسد العلاقة الزوجية إخراج أسرار البيت إلى الخارج كالحديث عن تلك الأمور الخاصة للجيران والأصدقاء والأقارب، ووصول خبر إلى الزوج أن أسراره و أسرار زوجته انتشرت بسبب سوء التعامل معها وهو ما سينزع عنها تلك الثقة ولربما يغضب ويفعل ما لا تحمد عقباه، فضلاً عن ذلك الإحترام الذي يُكنه الزوج ربما لأهل زوجته يتلاشى بسبب انتقال تلك الأسرار والمشكلات وغالباً ما تتفاقم المشكلات أكثر بنقلها لأهل الزوج أو الزوجة.

٥- احذري من الإنشغال بالمولود الأول

أعلم أن عقلك يطير في السماء فرحاً عندما ترين ابنك الأول بين يديك اليوم بعد أن كان في بطنك والشوق يبذل في سبيل تلك اللحظات الحانية، ولكن إحذري كل الحذر ... زوجك يحب الطفل أيضاً ولكنه لن يتأقلم معه بسرعة هو يريد منك أن تبقي زوجته التي تلبي له احتياجاته إن هذا الأمر يغضب الكثير من الأزواج لأن الزوجة تدع عنها التزين والإهتمام و إذا جلست مع زوجها كان مولودها في حضنها فلا يجد الزوج وقتاً ليتحدث مع زوجته فيبدأ بالإنزعاج والهروب من المنزل لما يجده من مشكلات لربما تفتعلها المرأة بقولها لقد تغييرت معي ولم تعد تهتم بي، أنا أهتم طيلة النهار بأطفالك ولا أجد من يهتم بي.

٦- اجتهدي بالاهتمام بما يحبه شريكك

اعلم حقاً أنك تقضين يومك كاملاً تهتمين بشؤون البيت والأولاد ولكن كل ذلك لا يغني عن الاهتمام بنفسك، يجب أن يراكِ زوجك بأبهى صورة إن كان يحب ذلك وكل الرجال تحبه، وإن كان يجب أن يجد طعام العشاء جاهز فور وصوله حاولي دائماً أن يكون طعامه جاهز ... افهمي ما يحب وقدميه له بكل الحب .. وستجدين إنعكاس هذا الحب منه حكماً.

٧ – الكِبر ... أقبح العيوب و أبغض الذنوب .

لقد أخرج اللّه إبليس من الجنة لأنه تكبر على السجود لبشر، لقد مَنع الكبر أبا جهل من اتباع الحق ... فهو من أعظم الذنوب، ومهما بلغت المرأة من الجمال والحسب والنسب فهي لا تستغني عن الرجل لأنهما يكملان بعضهما البعض، فكل شجرة مهما طالت مصيرها أن تصبح حطباً وكل ورد مهمت تفتحت ستذبل وترمى، فلا تجعلي من الكِبر صفة تلزمك وابتعدي عنه قدر استطاعتك فهو واللّه صفة تنفر الناس منك .

٨ – ما أسوء دروب الكذب .

إن اقبح الكذب ما يكون بين الشريكين، ومهما طال أمره لابد أن ينكشف، فهو ريبة وارتباك وقلق دائم خوفاً من الفضيحة، ولا تكون له إلا كل عاقبة وخيمة، لذلك اسلكي طريق الصدق دوماً ولو بدا لك أنه شائك وصعب، فاللّه سيهون عليك دروب الصدق إن صدقتي النية بألا ترتكبي إثم الكذب.

٩ – أكثري من شكر زوجك على كل شيء

يحب الرجل أن يتلقى الثناء بشكل مستمر وخصوصاً من زوجته وأولاده، فإن قام الرجل بعمل ما فأتقنه وقدمه لك بعد تعب، فلا تقصري بمديحه والثناء على أعماله وجعله يشعر بالفخر بما أنجز ولو كان إنجازه بسيط، فإن ذلك يعزز ثقته بحبك له ويجعله يرغب بتقديم المزيد من تلك الأعمال الخدمية.

١٠ – طاعة زوجك من طاعة ربك

أمر اللّه الزوجة بإطاعة زوجها في كل شيء عدا معصية اللّه، فهي مأجورة بذلك فما أجمل طاعتها مع الحب، تكسب بذلك طاعة ربها وحب زوجها، وما أجمل حديث الرسول صلى اللّه عليه وسلم إذا يقول : " ألا أخبركم بنسائكم في الجنة ؟ قلنا : بلى يا رسول اللّه، قال: كل ودود ولود إذا أغضبت زوجها أو أُسيء إليها، أو غضب زوجها قالت : هذه يدي في يديك لا أكتحل بغمض حتى ترضى " و في حديث آخر يقول : " ثلاث لا تجاوز صلاتهم آذانهم، العبد الآبق حتى يرجع ، وامرأة باتت وزوجها عليها ساخط، وإمام قوم وهم له كارهون "

لذلك تذكري دوماً أن تَصلي حبال الوداد بحبال الحب والطاعة فكم من طاعة أورثت حباً في قلب زوجك فعمت بذلك السكينة والمودة في بيت الزوجية الذي كنت أنت سبب سعادته.

نصائح الختام و لمسات أخيرة .

- اطلب في حدود المستطاع (إذا أردت أن تطاع اطلب المستطاع) ليراع كل منا شريكه في الظروف والأحوال والوقت والمكان وليتخير الوقت والمقدار المناسب في الطلب .. فتلك أسباب الإجابة وإلا فذلك الخطأ بعينه.
- شجع شريكك على محبتك بأن تبادله المحبة ... كن لها كما تحب لتكن لك كما تحب ... أما سمعت قوله ﷻ (ولهن مثل الذي عليهن بالمعروف) البقرة ٢٢٨
- ابحثوا عن الاهتمامات المشتركة وتشاركوا ببعض الأنشطة (قراءة كتاب أو رواية - متابعة برنامج مفيد – فيلم كوميدي – كتابة مذكراتكم ....) كل ذلك له دور في خلق ذكريات إيجابية ويقربكم من بعضكم أكثر.
- تناسَ عيوب شريكك ولا تذكرها مهما حدث وخصوصاً تلك التي صدرت منه دون قصد أو ساعة غضب.
- الزما الهدوء ولا تغضبا أبداً .. فالغضب أساس الشحناء والبغضاء ... إن أخطأ أحدكم فليعتذر فوراً و لا تناما ليلتكما وأنتما حزينان أو غاضبان من بعضكما البعض و تذكرا أن خيركما من يبادر صاحبه بالصلح والسلام.
- تعلما أن لا تتشاجرا على توافه الأمور ... فالحب أكبر من أن تشوبه التوافه، وليحمل كل منكم تصرفات شريكه على خير محمل وحسن نية ... و إبتعدا قدر الإمكان عن سوء الظن .. فإن بعض الظن إثم.
- التغافل فن عليكم أن تتقناه . غضا الطرف عن التقصير فظروف الحياة صعبة ولكل منا ظروف تمنعه من تقديم الأفضل .... بني آدم مجبول على النقص والكمال للّه وحده.
- ردًّدا معاً : (عسى اللّه أن يجمعنا في الدنيا والآخرة) وعبارات تشبهها فمثل هذه العبارات تقوي بنيان العلاقة و تزيد الحب في قلب الشريكين .

لمسات أخيرة

معلومات هامة عن المرأة ونصائح للرجل

- معلومات هامة عن المرأة
  - ٩٠٪ من النساء عندما تكون رئيسة على الرجال تكون ديمقراطية
  - ٩٠٪ من النساء عندما تكون رئيسة على النساء تكون ديكتاتورية
  - العطاء عند المرأة يكون تدريجي وتتفاعل بالمفاجآت
  - للمرأة ذاكرة قوية حتى أنها تتذكر أشياء لم تحدث ولكنها أحستها.
  - عند تعرضها للضغط فإنها تستخدم التعميم والحذف و تنسى كل خير.
  - كل امرأة تحب الدلال ولا يوجد امرأة على وجه الأرض ترفضه
  - نادراً ما تبدع المرأة في مجال واحد لأنها تحسن القيام بعدة أعمال بنفس الوقت
  - تعيش المرأة في إطار الوقاية لخوفها من الرفض
  - الجنس عند المرأة عاطفي كل دقيقة عاطفة بالنسبة لها تتساوى مع الإشباع الجنسي
  - في تفكير المرأة كل شيء مرتبط بكل شيء ولن تتمكن عزيزي الرجل من ربط تلك الأشياء
  - المرأة دليل اجتماعي للرجل لأنها أذكى منه اجتماعياً بكل المقاييس .

- **نصائح هامة للرجل :**
  - ربع ساعة إنصات للمرأة كل يوم تختصر ٥٠٪ من المشاكل
  - لا تعطي المرأة حلول لمشاكلها بل دعها تتكلم
  - تذكر دوماً أنها لا تشبهك في طريقة تعاطيها مع الأمور... أنت تختلف عنها

معلومات هامة عن الرجل ونصائح هامة للمرأة

- **معلومات هامة عن الرجل :**
  - الرجل غالبا لا يعرف التكلم عن نفسه
  - ٨٠٪ من اختيار الرجل لشريكة حياته لأنها تشبه أمه
  - في تفكير الرجل كل شيء له صندوق لا يلامس الآخر

- ٩٧ ٪ ممن يصابون بالتلعثم هم ذكور
- الرجل لا يستشير شخص آخر إلا عندما يعتقد أنه خبير بما سيقوله في رأيه
- داخل كل رجل طفل يبحث عن المحبة
- يعتبر الرجل نفسه حامي المرأة وملهمها ولا يعترف بالعكس
- لدى الرجل صندوق يسمى صندوق لا شيء يدخله عندما يحس بالتعب الفكري
- أذكى الرجال من يستطيع حل لغز المرأة لأنها أكبر لغز في حياته

- **نصائح هامة للمرأة :**

- لا تعطي الرجل حلول لأنه سيرفضها
- لا تعطي الرجل حلول لمشاكله إلا عند الضرورة القصوى وبعد تشجيعه وتأييده
- يجب على المرأة أن لا تغير الرجل لأن محاولة تغييره ستجعله يتمسك برأيه أكثر
- إذا أرادت المرأة من الرجل طلبا يجب محادثته بموضوع واحد لأن تفكيره صندوقي
- إذا دخل الرجل إلى كهفه لا تقتربي منه بل كوني بجانبه ولا تغادري المكان وقدمي له احتياجاته لتتغير حالته

الخاتمة

لم يؤلف مؤلف كتاباً واطلع عليه بعد زمن إلا وقيل لو أضفت كذا لكان أفضل ولو ذكر هذه القصة وهذا المثل لاتضحَ المعنى ولو تطرق لهذا الموضوع قبل هذا أو ذاك .... كل هذا يؤكد حقيقة حتمية أعترف بها أنا ومن ساهم في إعداد هذه الصفحات وهي - (النقص البشري) كثيراً ما قمنا بالنسخ والاقتباس و تقديم عصارة أفكارنا لتتحد وتشكل هذا الكتيب الذي نعتبره على المستوى الفردي خلاصة خبراتنا في هذه الحياة التي ما زلنا صغاراً فيها.

و لا يمكن لكتاب على الإطلاق أن يضم كافة المواضيع التي يرغب القراء في الاستزادة منها لذلك وجدنا أن ذكر المراجع سيساعد من كان شغوفاً بالقراءة والازدياد أن يطلع ويستفيد أكثر وجميعنا في الدنيا طلاب علم ما حيينا.

إنه النقص البشري الذي يعتري جميع البشر بألا تتصف أعمالهم بالكمال، فالكمال للّه سبحانه وما كان من نقص أو خطأ فمنا وحدنا لا ننسب النقص إلا لأنفسنا وهو ما يدفعنا دوماً للقراءة والاطلاع أكثر على التجارب الإنسانية.

فاللّه نسأل أن نكون قد وفقنا لما فيه الخير ونسأله سبحانه وتعالى أن يجعل هذا العمل في ميزان أعمالنا يوم القيامة شاهداً لنا لا شاهداً علينا في علم نسأل اللّه ﷻ فيه أن نكون أول من طبقه قبل أن ننصح غيرنا بتطبيقه.

و نسأل اللّه ﷻ لكل من قرأ وحضر برنامجنا أن يرسم له ربنا طريق السعادة في الدارين، وإن وجد الفائدة فيما قدم ألا ينسانا من دعائه (دعوة في ظهر الغيب) عسى أن يجعل اللّه فيها خيراً

و لأننا اعترفنا بنقصنا ولأننا ندرك أهمية أفكارك عزيزي القارئ نسألك أن تقدم لنا النصح والتوجيه في حال لمست أي خطأ فيما قرأت فنحن نتقبل ذلك بصدر رحب و نشكر كل من راسلنا بكتابة عبارات موجزة يشرح فيها مدى استفادته وأفكار يمكن أن تفيد الحضور في البرامج المقبلة .

جزاكم اللّه كل خير وتقبل اللّه أعمالكم ، دمتم بحفظ اللّه ورعايته.

الكتب والمراجع

- كتاب الروح – لابن القيم
- احياء علوم الدين – الغزالي
- البيوت الآمنة – د. محمد هاني الشعال
- الدورة التأهيلية للحياة الزوجية – د. محمد خير الشعال
- الآداب الشرعية والمنح المرعية - ابن مفلح
- همسة في أذن زوجين – حسان شمسي باشا
- الرجال من المريخ والنساء من الزهرة – جون غراي
- أسعد زوجين في العالم – عبد الرحمن عطاء اللّه المحمدي
- إذا كان الحب لعبة فهذه هي قوانينها - شيري كارتر سكوت
- الحب بذكاء - فيل ماكجرو
- إلى حبيبين ... جرعات من الحب – كريم الشاذلي
- للرجال فقط ! – أدهم شرقاوي
- لماذا يتصادم المريخ والزهرة – جون غراي
- هل تريد بيتاً خالياً من المشاكل ؟ د. خالد الحسن
- العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس - د. كمال إبراهيم مرسي
- العادات السبع لأكثر الناس فاعلية - ستيفن كوفي
- قوانين النهضة - د. جاسم محمد سلطان
- سحر الاتصال - د. محمد أحمد العطار
- معارك قيس وليلى – باربرا وآلان بيز
- لغات الحب الخمس – جاري تشابمان
- أسطورة الحب – كريم الشاذلي

فهرس

العنوان	الصفحة
ما هو برنامج تكامل ؟	٦
التمهيد	٨
كيف بدأت القصة ؟	٩
الذكر والأنثى ... تكامل أم تصادم ؟	١٠
هل الاختلافات فطرية أم مكتسبة ؟	١١
أنت ترتب صناديقك و هي تربط كل شيء بكل شيء	١٢
هو يحب الكلام عن إنجازاته وهي تعشق من يصغي لحديثها	١٣
المهام المتعددة والمهمة الواحدة فقط	١٤
هي تحدثه عن مشكلاتها وهو أبو العريف لديه الحل لكل مشكلة.	١٥
إياكِ وتقديم الحلول لزوجك ...لأنه سيقول : إنها تحاول تغييري .	١٧
ماذا عن اتخاذ القرارات ؟ الحكمة ؟ السرعة !	١٧
المال هو الحافر والمحرك له ولكن ؟!	١٨
إن مسألة الاحترام بالنسبة للرجل ... أكون أو لا أكون	١٩
الرياضة وعلاقتها بالاحترام ؟!	١٩
التصريح مقابل الكناية	٢٠
كلامها أغلى من الألماس وهو يعتبر صمته أنفس من الذهب !	٢١
إنه بارع في القيادة وأنتِ غالباً ما تجدين صعوبة في ركن سيارتك	٢٢
دائماً ما تترك النساء بصمة في التعليم والتربية	٢٣
من يتفاخر أكثر ؟ الرجال أم النساء !	٢٤
مين النقاق أكتر ؟! .... نقاق من النق !	٢٥
كهف الرجل وإعلان المرأة	٢٦
لماذا لا يستطيع الرجل أداء أكثر من مهمة في الوقت ذاته ؟	٢٧
الرجل يعشق بعينيه و المرأة تعشق بأذنيها	٢٨
الأنثى تهتم بالأشخاص بينما يهتم الذكر بالأشياء	٢٩
إنها تهتم بكل التفاصيل الدقيقة و تتمتع بذاكرة خارقة !	٢٩

نظرة سريعة مجدداً فروق هامة بين الجنسين	٣٠
أهمية الحاجات النفسية لدى الجنسين	٣١
هل الحب هو " البداية " أم " النهاية " ؟	٣٤
هل أنا ناقص حتى أبحث عن نصفي الآخر ؟!	٣٥
دوافع الزواج والبحث عن شريك الحياة	٣٧
أفضل معايير اختيار شريك الحياة	٣٩
كيفية اختيار الشريك ...بناءً على أسس علمية	٤٢
الخطوبة ... إنها مرحلة تحديد المصير !	٤٣
قبل أن تتزوج عليك أن تعرف هذه الأمور ؟!	٤٦
إذا لم تكن مستعداً للمسامحة فلا تتزوج !	٤٧
كف عن لوم الآخرين	٤٨
فرصة للتعلم من عجوز	٤٩
هل يموت الحب؟	٥١
ما هي أسباب موت الحب بعد الزوج؟	٥٢
الحبُّ أعمى والزواج بصير!	٥٢
حتى لا تذبل زهرة الحب بعد الزواج ؟	٥٥
الحياة الزوجية تكامل أم صراع	٥٨
تكامل الأدوار في الحياة الزوجية	٦٠
مفاهيم وتعاريف هامة في العلاقات بين الجنسين	٦٤
التغليف النهائي للاختلافات بين الذكر والأنثى	٦٧
أهمية التكافؤ بين الزوجين	٦٨
هل أختار شريكاً يشبهني أو يختلف عني ؟!	٧١
أدوار كل فرد في العلاقة الزوجية	٧٣
أسباب المشاكل الزوجية الأكثر انتشاراً	٧٦
كيف تواجه المشاكل في العلاقة الزوجية ؟	٧٨
سوء الظن بين الزوجين	٧٩
أثر سوء الظن على الحياة الزوجية	٨٠
التكامل الثقافي للمرأة و الحياة الزوجية	٨١
الحوار بين الأزواج	٨٣
المرأة كمستمع أفضل من الرجل	٨٣

نصائح لحوار ناجح بين الزوجين	٨٤
الأسس المساعدة في بناء الترابط الأسري	٨٥
رابطة الحب بين الزوجين تنعكس استقرارا على الأسرة بأسرها	٨٨
متى يكون الطلاق حلاً ؟!	٩٠
لماذا الطلاق ؟	٩٤
يا من تريد الطلاق	٩٥
مفاتيح إنعاش العلاقات و لغات الحب الخمس	٩٨
عشرة لك عزيزي الرجل	١٠٠
عشرة لك عزيزتي المرأة	١٠٣
نصائح الختام ولمسات أخيرة	١٠٦
الخاتمة	١٠٩
الكتب والمراجع	١١١

كل الحقوق محفوظة لك ولكل من يقرأ في كتابنا هذا و يبحث عن المعرفة لينشر وينسخ ويقتبس ويستعين بكل عبارة أو فقرة كُتبت فالعلم المذكور في هذه الصفحات ليس حكراً على أحد، إنما هي خواطر وأفكار جمعناها و رتبناها و اقتبسنا بعضها وما كنا نبغ من وراء الجمع والتأليف والتنضيد إلا تقديم الفائدة و أجرنا على اللّه ﷻ

فالكتاب لك .. خذ ما أردت منه

و انشر على قدر استطاعتك

عسى أن يكون لنا ولك صدقة جارية عن أرواحنا

على بركة اللّه.

تم بحمد الله