اكسبي
جوزك

اكسبي جوزك

الكاتب: عمرو يس

تدقيق لغوي: نسرين يوسف

رقم الإيداع: 13749 / 2019

الترقيم الدولي: 0 - 043 - 844 - 977 - 978

دار الزيات للنشر والتوزيع :**Facebook Page**

E- mail: bentelzayat1@gmail.com

Website: www.bentelzayat.tk

مجلس الإدارة / د. شاهندة الزيات

المدير العام/ أ. محمود محروس إبراهيم

01066736765 - 01011122429

جميع حقوق الطبع والنشر محفوظة ©

لدار الزيات المشهرة قانونًا بسجلّ تجاريّ رقم / 49351

اكسبي جوزك

" دليل المرأة إلى قلب وعقل الرجل الشرقي "

الكاتب

عمرو يس

كاتب وروائي ومدرب تنمية بشرية واختصاصى الصحة النفسية

ومستشار العلاقات الأسرية وخبير فى علوم الإدارة الحديثة

وباحث في علوم التفكير الإبداعي

مقدمة

هذا الكتيب نواة أولى ومدخل لفهم بعض من جوانب حياتك الزوجية، يأتى إليك ضمن سلسلة طويلة سوف أقوم بإصدارها تباعًا في شكل أجزاء، وقد حرصت على أن يكون كل جزء مفيدًا بشكل كامل ولا يفتقر لباقى الأجزاء، كتبته باللغة العامية البسيطة؛ ليتمكن من فهمه والاستمتاع بمحتواه كل أحبابنا -ولو لم يكونوا من هواة القراءة- كما أود التنبيه على أمر مهم هو أني لم أنقل من أى مصدر نقلًا مباشرًا أبدًا، بل كل المصادر التى اعتمدت عليها في أبحاثي اعتمدت فيها على "الفهم.. والهضم.. ثم إخراج المعلومة" وفق لما وفقت من الفهم، وبما يتماشى مع ما أعتقد من علوم أخرى مكملة لعلم النفس والصحة النفسية (الشريعة و الأدب والفلسفة و و و و) ولم ألجأ إلى النقل المباشر إلا في حالات الاستشهاد وفى نطاق ضيق.

❋ ❋ ❋

(1)

الذكاء العاطفى

أقدر أقول إن أغلب العلاقات الفاشلة النهردة بيكون بسبب قلة مهارات الذكاء العاطفي، بجانب فهم كثير من الكلمات بشكل خاطئ **مثل**: (الكبرياء- الكرامة- المشاركة- الحب .....)، الذكاء العاطفى هو اللي بيقولك أمتى تتكلم وأمتى تسكت، أمتى تكون الإيجابية معناها المشاركة، وأمتى يكون معناها الانسحاب، وبدل ما نتكلم بشكل عام خليني أركز كلامي عن العلاقة الزوجية، بتجيلي مشاكل كتير بتشتكي فيها الزوجة إن زوجها اتغير ومبقاش رومانسي زى أيام الخطوبة، أو إنه اتحول لإنسان فظ جدًا معاها، وإنه بيكون رومانسي ومتحمس جدًا مع الناس، وبيجي معاها وتختفي منه الرومانسية تمامًا، وتبدأ هى تقول لنفسها ده كان بيمثل عليّ أيام الخطوبة، والحقيقة إنه شخص مش رومانسي!

المثال ده بيدل على انعدام مهارات الذكاء العاطفي، ومهارات حل المشكلات، وده أحيانا بيكون بسبب إن أغلب الناس مبتحبش تسمع عيوبها، بتهرب منها وبتضايق جدًا من اللي يكلمها فيها، فبتدور في الطرف التاني على أى نقص تقدر تقول من خلاله إن المشكلة عنده هو مش عندى أنا!

وهنا أنا بسأل سؤال: إذا كان هو رومانسي طول فترة الخطوبة، وبعد الجواز فضل رومانسي مع الجميع ما عدا انتي فلماذا لم يتطرق إلى فكرك إن العيب "فيكي انتى"؟

المنطق بيقول إن الحالة دى ملهاش إلا تفسير من اتنين: **الأول**: إن العيب عندك، **والثاني**: إن هو بيتعامل معاكى كعدو عاوز يقضي عليه!

تقولي هو بيمثل عاوز يظهر للناس بشكل حلو، فاقولها إن دي نقطة لصالحه مش ضده زى ما انتي فاكرة، طيب ليه هو بيحاول يحسن مظهره قدام الناس كلها إلا انتي؟

ليه بيخاف على شكله قدام الناس، ومش بيهتم بشكله قدامك؟

تقولي علشان بقي ضامني، ودي إجابة مستهلكة تدل على عدم تقدير الذات، مين قال إن الراجل والست بعد بالجواز بقوا مضمونيين لبعض؟ ومين قال إن الست معندهاش غير الجنس تديه؛ فلما الراجل يخده خلاص تنتهي رغبته فيها؟!!

الإجابة ببساطة على عدم اهتمامه بيكى إنك خرجتي من دايرة اهتماماته وحساباته، وفي أغلب الأوقات انتى السبب، لأن لو من البداية مكنتيش في دايرة اهتماماته وحساباته مكنش اتجوزك!

عاوز أقول لكل ست إن الراجل ديما بيتجوز أكتر واحدة حس إنه عاوزها شريكة لحياته، ما دام اتجوزها بإرادة حرة مش إرضاءً لأهله مثلًا، فكل مشكلة تظهر بعد كده نقدر نرجعها للذكاء العاطفى بمنتهى البساطة.

معنى إن الراجل اختارك زوجة ليه إنه سلمك أهم مفتاح عنده، وإنه بيبصلك بنظرة مختلفة عن أى ست تانية، وإنه باعلك أكبر مساحة من أرض حياته، دورك إنك تحافظى على المساحة دي، ولو مقدرتيش

تزوديها وتستحوذي على الباقى كله؛ فمتضيعيش الجزء الكبير اللي هو ادهولك بسهولة ومن غير تعب!

وإليك بعض النصائح:

- اقتنعي تماما إنك واحدة ست مش مخبر سري، ولا أمين شرطة، ولا رئيس مباحث البيت، انتى شريكة حياة مش جهاز الأدلة الجنائية!

- لو اهتميتي بمراقبة جسمك وشكلك وطريقة كلامك ربع اهتمامك بمراقبة جوزك حياتك هتتغير.

- ابعدى تمامًا عن تعامل الند بالند واعرفى إنك قاروة مش Strong woman .

- انتى امرأة مهمة في حياة جوزك وتقدرى بذكائك تكونى أهم امرأة في حياته.

- جوزك مش ملكك ومش بتاعك لوحدك ولا حاجة، وعمره ما هيكون بتاعك لوحدك لمجرد إنك متتقمصيش مثلًا، هيكون ملكك لما تعرفى تخليه ملكك، غير كده ازعلي طول عمرك، وعيشي حياتك كلها مقموصة؛ وبردوا مش هيبقى بتاعك.

– الراجل أسهل كائن ممكن تتعاملي معاه، وتخليه خاتم في صباعك، بس ده عمره ما هيحصل بمجرد إنه اتجوزك، ولا علشان انتى بتغسلي هدومه وبتطبخيله وبتربيله عياله، كل ده مش هيخليكي رقم واحد، بس هيخليكي حد مهم في حياته، بس مش رقم واحد.

– أغلب الرجالة عندها أنانية مفرطة وده يخليكي مجبرة على التعامل بذكاء، يعني ممكن تبقى مضايقة ونفسيتك تعبانة وهو مش في دماغه، لكن مش ممكن يحصل العكس، طول ما هو تعبان هتبقى انتى كمان تعبانه، ريحيه علشان ترتاحى.

– لو اتحطيتى في اختيار بين إنك تمدحيه؛ فيتمرع عليكي ويراعيكى، وبين إنك تعرفيه حجمه الحقيقي ويهملك اختارى الاختيار الأول لمصلحتك.

❋ ❋ ❋

(2)

النجاح مجهود

كل الناس لها حق العيش، لكن مش كلهم يستحقوا الحياة، ومش كل الناس لها حق السعادة أو النجاح أو التميز!

خلوني أوضح حاجة مهمة الأول: أنا مش بتكلم عن المفروض؛ أنا بتكلم عن الواقع، في حاجات كتير من المفروض، لكن لما تنزلوا للواقع مش هتلاقوها!

سهل إنى أقولك انتى مظلومة، والمفروض يحصل ويحصل، لكن في النهاية مفيش حاجة هتحصل، وكأني حكمت عليكى تفضلى مظلومة بقيت عمرك.

السعادة قرار مش هبة، السعادة نجاح والنجاح محتاج مجهود وتعب، وخلينا نتفق إن الحياة أقسي بكتير مما نتخيل، هتطحنك.. وهتفرمك..

وهتحطك في أماكن، وهتجمعك بناس عمرك ما تخيلت في أحلامك إنك تسلم حتى عليهم؛ ورغم كده هتتفاجئ إنهم بقوا شركاء حياتك!

وبمناسبة الشراكة تعالي نتكلم كلام منطقى، اسأل أي حد أو اسأل نفسك لو أنا عاوز أفتح مشروع وينجح أعمل أيه؟ الإجابة ببساطة "اتعلم.. واصبر.. وكافح"، عمرك ما هتكسب منه في الأول، دانت هتصرف عليه، ونجاحك في الأول هو إنك تقدر تلم بس اللي صرفته!

يبقى ازاى في مشروع الجواز عاوزين تدخلوا تتهنوا فورا وتحصدوا فورا؟!

أسهل حاجة الكسل والنوم والإحباط، لكن في النهاية نتيجته مش هتعجبك أبدًا، ولو كل اتنين اتجوزوا نجحوا أصبح مفيش معنى حقيقي مميز للنجاح.

ومن المعروف إن أول ثلاث سنوات من الجواز هيكونوا مليانيين مشاكل، وده طبيعي وعادى وميخوفكيش نهائي، ومش معناه إن حياتك الزوجية هتفشل، المعنى الوحيد لمشاكل أول ثلاث سنوات

جواز هو إنكم لسه بتفهموا بعض؛ وبتتعرفوا على شخصياتكم الحقيقية، وبتتعلموا طرق التعامل مع بعض، فترة الخطوبة فترة جميلة وحالمة، وغالبا كلنا بنخبي فيها عيوبنا، وجوانب كتيرة من شخصيتنا، وده اللي بيبدأ في الظهور التدريجي أول ثلاث سنوات.

وهنا نقول دورك إنك تصرى على النجاح، حتى لو شريكك ميستهلش، حتى لو شريكك مش مساعد؛ لازم تعافرى.

ممكن تكون أول عقبة في طريق نجاح حياتك الزوجية إنك تبصي للشريك وتقولى: بقى ده يستاهل أضحي علشانه؟! يستحق إنى اهتم بيه واراعيه واخاف عليه؟!

خلى الإجابة عن السؤال ده إن انت تستحقي، انت اللي محتاجة تعيشي كويس، انت اللي محتاج حياة سعيدة، محتاجة ترتاحي من الضغوط.

جوزك هو قضية حياتك، وطبعًا مش عيب تخسرى قضية، لكن أكيد الخسارة دى هتلاحقك فترة طويلة لحد ما تقدري تتخلصي من أثارها،

وممكن أثارها تفضل معاكى للنهاية لو في أطفال، افتكرى إن مش كل محامى وقف يدافع عن قضيته قدام القاضى كان مقتنع تمامًا ببراءة موكله!

أنا مش عاوزك تضحى وتتعبي علشان أولادك، ولا علشان جوزك؛ لكن علشان نفسك، تعالي نغير مفهوم التضحية من إنه وجع بتتحمليه ونخليه إنه متعة بتستمتعى بيها!

وقبل ما اطلب منك أى تضحية سبينى اطمنك الأول، الحياة مش نهاية الأمر، كلنا هنموت وهنقف قدام ملك عظيم يحكم بينا، ملك عادل.. ملك قادر، مهما حسيتى إنى ظلمتك في طلباتي اللي هنصحك بيها النهاردا أو باقى السلسلة، ومهما ظلمك جوزك أو عيالك أو أهلك، فكل الظلم ده وقتى هينتهى بانتهاء الحياة وهتخدى حقك كامل.

جوزك خانك صح؟ وهانك مش كده؟ وقصر معاكى كتير، طيب ربنا شاف؟ سمع؟ سجل؟ اطمنى.. حقك محفوظ.

خلى ده مبدئك من النهاردا، إنك هتدى وإن في النهاية هتحصل تسوية، ومن الأحسن يطلع ليكى رصيد بدل ما يطلع عليكى ديون.

حتى الآن انا لسه مقولتلكيش هتعملى أيه، أنا بس بحاول اطمنك علشان عاوز العطاء المرة دي بمفهوم مختلف.

النفس البشرية صعبة جدًا ومعقدة، بس لو اتعاملنا بإنصاف وحيادية؛ هنحل مشاكل كتير لنفسنا، والنهاردا أنا عاوز أكلمك عن نفسك كتير.

فاكرة زمان لما كنتى في المدرسة وكان عليكى مادة اسمها "الجبر" كنتى بتكرهيها جدًا صح؟ طيب عملتي أيه؟ اتقمصتى منها وقطعت الكتاب، ولا حاولتى تفهميها بكل الطرق علشان تنجحى وتعدى؟

ما دمتي لسه مكرهتيش جوزك يبقى المهمة سهلة، لكن لو كرهتيه اطلقى على البركة وابتدي حياة جديدة.

من حسن حظك إنك أنثى، لأن الراجل عبارة عن كائن سهل وبسيط، ويمكن حل شفرته بمنتهى البساطة، بل إن أغلب الرجالة شفرتهم متقاربة، لكن الستات كل واحدة منهن حالة مختلفة تماما عن التانية، يعنى كل الرجالة بتحب الست الضعيفة، المطيعة، الحمولة، اللي تتباهى بيه، دي نص الشفرة.

بنقول العلم بالتعلم.. والحلم بالتحلم.. والبكاء بالتباكي، مش عاوزك تكوني ست ضعيفة بالعكس، أنا عاوزك قوية جدًا؛ لكن مش ضروري تعلنى أبدًا عن قوتك دي، مش عاوزك تبقي مطيعة لدرجة إن شخصيتك تتمسح وميبقاش ليكي وجود، لكن مش ضرورى تتعاملى بندية اتعاملى بذكاء، خليه هو يختار اللي انتى عوزاه، فاهمة حاجة؟

زمان كنت في مقابلة شخصية لطلب وظيفة، اللي بيعمل معايا المقابلة اداني آلة حاسبة كانت قدامه، وقالى خد دي بعهالي ووريني مهارتك، خدتها حطتها ورا ضهري وقولتله، قولى 375 = 452 X كام؟ قالى معرفش، قلتله يبقى انت محتاج آلة حاسبة اتفضل! طبعا اتعينت فورًا.

أيه المعنى من المثال؟ خليه يحس إنه محتاج يعمل اللي انتى عوزاه، مش مجبر يعمل اللي انتى عوزاه، على فكرة مع الوقت هتحسي بمتعة غير محدودة، وانتى بتمارسى الذكاء ده في حياتك، هتحسى بقوة عجيبة، إنك الساحرة الطيبة اللي بتتحكم في إرادة البشر!

لا تكن صلبًا فتكسر ولا لينًا فتعصر، ده مبدأ جديد هتضيفيه لمبادئك، بس قبل ما تعملي كل ده أكيد عاوزة تسأليني أبدأ منين؟ صح؟

البداية إنك تذكري مشروعك كويس، تحددى انتى واقفة فين، وعاوزة تروحى فين، الراجل ده بيحب أيه وبيكره أيه، أيه نقاط ضعفه وأيه نقاط قوته، الراجل ده ينفع شريك مطلع على كل شيء، ولا محتاج يكون شريك أعمى؟

لما يتكلم انتبهى لكلامه، ولما متفهميش استفسرى، واوعى تنسي أو تهملي كلامه عن نفسه، تقدري تستعيني بورقة وقلم، وتكتبي نقاط عن شخصيته أو تقدري تعمليها في تسجيلات صوتيه، التزمي بالإنصاف والحياد جدًا في الخطوة دي، تجردي تماما وابتدي قيمييه.

تاني خطوة حددي، هل انتى هتعالجيه ولا هتستعمليه؟!

يعني هتخليه إنسان كويس، وتدفعيه للنجاح ولا هتستعمليه كوسيلة للوصول للنجاح؟ طيب عارفة الفرق بينهم؟

أنا أقولك: الحالة الأولى انتى هتكوني نصه التاني، الحالة التانية انتى هتكوني المديرة بتعته، حاسة الموضوع صعب؟

طيب تعالى نفترض موقف، أنا وانتى منعرفش بعض وأول مرة نتقابل، حصل خلاف بينا في وجهة النظر فانتى زعقتى واحتديتى جدًا

وتطاولتى عليا وشتمتينى! **هنا في حلين**: **الأول** هرد عليكى وهعرفك قد أيه انتى إنسانة تافة ومش متربية، وهختمها بإنى اضربك قلمين!

التاني: إنى هبتسم رغم إنى مش طايقك وهقولك أنا عارف إنك زعلانه وأكيد عازرك وبيتهيئلى إن أنا استفزتك سامحيني أنا آسف!

احكيلى عن شعورك في الحالتين، واحكيلي أنا هسكبك لو اخترت إنى حل من الاتنين؟

❋ ❋ ❋

(3)

نصك التاني

اتكلمنا في الفصل اللي فات عن إنك تحددي هل – شريك حياتك – هتحاولى تخليه نصك التاني ولا هتختارى تكوني المديرة بتعته؟ وتعالوا نبدأ من الاختيار الأول؟

نصك التاني: علشان جوزك يبقى نصك التاني لازم انتي تشوفيه كده، يعني لو قسمناكي نصين يبقى هو الجزء التاني منك، يتعبك اللي يتعبه ويزعلك اللي يزعله، ويفرحك اللي يفرحه، إذا اشتكى عضو تداعى له سائر الجسد، وعلشان تقدري توصلى للدرجة دي، فانتى محتاجة الأول تخدي مساحة كبيرة من عقله وقلبه، ولازم انبهك إن العقل أهم من القلب في أي علاقة؛ لإن الإنسان لو قييم علاقته بحد؛ ولقى إن هى معتمدة بس على إنه بيحبه ده بيحسسه بالمظلومية، وبالتالى بيقل العطاء، وأغلب الزوجات التعياسات أزوجهن بيحبوهن بس مش مقتنعين بهن!

ازاي تستحوزي على عقله؟

"لما تفهميه"

أكيد عمر الإنسان ما يقدر يتعامل مع حاجة بمهارة من غير ما يفهمها، وفى نفس الوقت مش من أول محاولة هينجح في الفهم أو التعامل، وعلشان تفهمى إنسان كويس لازم تدوري على مبادئه "وصولي، مجتهد، ملتزم أخلاقيًا، منحرف، خاين، جبان، جرىء، شخصية كريمة..بخليه.. متهورة.. متسرعة.. حكيمة، صبورة، اجتماعى، انطوائي "لازم تحددي الملامح الرئيسية في شخصيته، بهدف التعامل معها، مش بهدف الإعجاب بها أو النفور منها.

انظرى لجوزك على إنه ابنك، النظرة دي هتخليكي تقدري تستوعبيه وتستمتعي باكتشافه، واقنعى نفسك – لأنها الحقيقة – إنك ملكيش أى نوع من أنواع السلطة عليه، مش هتقدري تمنعيه من أي حاجة هو عاوز يعملها، والإنسان بطبيعته بيحاول يزيل أي عقبات في طريق رغباته، يبقى أكيد مش من الحكمة إنك تخلي نفسك عقبة من العقبات، يبقى احنا اتفقنا دلوقتي على حاجتين:

1. إنك مش وصي عليه.

2. إنك متكونيش ضده، وعقبه قدام رغباته.

طيب افرضي رغباته دى سيئة ومش عجباكى؟ وهنا لازم أسألك سؤال يحتاج منك إجابة منطقية، هل انتى تقدري تهدي حد غصب عنه؟ يعني تقدري تخلى واحد مدمن يبطل غصب عنه؟ أو تخلى واحد حرامى يبطل سرقة غصب عنه؟ كل القوانين الرادعة والعقاب والعذاب مقدرش يمنع الجريمة، مقدرش يخلي حرامي واحد يتوب، امال اللصوص اللي تابوا وبقوا ناس محترمة، ده حصل ازاي؟! حصل بالإرشاد والصبر، افتكري إن النبي-صلى الله عليه وسلم- لم يستطيع هداية عمه أبي طالب لحد ما مات على الكفر.

طيب لما انتى مش وصي عليه، وحتى لو كنتى تملكي الوصاية عليه وعقابه مش هتقدري تهديه غصب عنه، يبقى العقل والحكمة بيقولوا إن دورك في إصلاح أي شيء فيه بينحصر فقط في الدلالة والإرشاد والدعاء له، يبقى متدخليش أى معركة أنا بقولك من دلوقتى إنها خسرانه، هتخسرك وقتك ومجهودك وكرامتك وممكن بيتك كمان.

تعالي كمان نقول إن الدعوة مش أي إنسان يصلح لها ومش أي واحدة عندها الملكة والأدوات التى تقدر من خلالها تدعى حد لطريق سليم، يعنى تخيلى لو أنا جيت وقت الصلاة مثلا وقولتلك انتى مقمتيش تصلي ليه، انتى كافرة؟ انتى ازاى مسلمة؟ دانتى عايزة الحرق! تفتكرى إن الطريقة دي هتغيرك وتخليكي تبقي أحسن؟ أكيد لأ، وممكن تكون الطريقة لينة، وفى نفس الوقت مش مقنعة فبرضوا مبتوصلناش لأي نتيجة!

اتعلمى تكرهي الفعل ومتكرهيش الفاعل، اكرهي الغصب لكن متكرهيش شريك حياتك، اضيقى من عدم حكمته لكن متضيقيش منه هو، افصلى الفعل عن الفاعل؛ علشان تقدري تكملي حياتك بهدوء، وطريقة نصحك ووقتها وأسلوب الكلام، والكلام نفسه لازم تختاريه بعناية، واعرفى إن الرجال دائمًا بيعميهم الكبر عن قبول النصيحة من المرأة أوالطفل!

يبقى انتي مش لازم تحسسيه إنك بتنصحيه، ويستحسن تأجلي محاولاتك في إصلاحه لمرحلة بعد ما تبني معاه علاقة منسجة الأول.

تقدري تبني علاقة منسجمة من خلال اهتمامك باهتمامه، وما دام انتي قررتي يكون نصك التاني يبقى مفيش أي مانع من إنك تذوبي فيه، اقري واتعلمي واسمعي واسألى عن الحاجة اللي هو بيحبها، سواء كانت القراءة أو السياسة أو الكورة أو الخيال أو حتى البلايستشن، وابتدي شاركيه، واوعى تنسي إن أي حاجة في أولها بتكون صعب، لكن لو صبرنا هنوصل، حاولي تضيفي له معلومة جديدة عن الحاجة اللي هو بيحبها، ده هيخليه يهتم بكلامك بعد كده، بس اتاكدي الأول من المعلومة اللي بتضيفيها؛ علشان لو طلعت غلط النتيجة هتكون إنك بعدتي خطوة بدل ما تقربي خطوة، وما دمتي اتأكدتي يبقي ضفيها بثقة وبوضوح، بثقة مش بتحدى، ولو هو رفضها اصبري لحد ما يتأكد بنفسه مش تصري على إنها صح وتزعلى وتحولى الموضوع لمشادة؛ تخليه ينفر منك اكتر !

ادلعي.. ادلعي على قد ما تقدري، ادلعي في مشيتك وطريقة كلامك وقعدتك وحتى في زعلك، خليكي ست دلوعة مش ست نصها راجل

ونصها ست، اهتمي إن ايديك ورجلك دايمًا يكونوا ناعمين، اهتمي إنه يشوف ديمًا ضعفك الجسدى، يعنى قوليله تعالى ارفعلي دي، افتحلي دي، مش تلاقيه هو مش عارف يفتح حاجة تقوليله عنك ... ويا عدوي!

❋ ❋ ❋

(4)

زوجى خاين

عاوزك تركزي كده معايا وتوسعى خلقك؛ علشان أنا جاى أقولك كلام مستفز جدًا.. وعجيب.. وهيحرق دمك... بس هو كلام حقيقى وواقعي، وفيه حل نهائي للمشكلة دي وبداية سعادتك.... واوعى تنسي لحظة إن المنشور ده كله عبارة عن محاولة للحفاظ عليكي، وعلى كرامتك وعلى قلبك وسعادتك... ولأذهب أنا وباقي الرجال إلى الجحيم!

كم هى مؤلمة وموجعة الخيانة؟!

والخيانة لها أكتر من شكل، خيانة الحلم، خيانة الأمانة، الخيانة بالنظرة، خيانة المشورة.....

والخيانة ممكن تحصل بوسائل كتيرة، بالفكر... بالفعل... بالنظر .. بالسكوت ... بالصدفة!

بس موضوع الساعة عن خيانة الرجل زوجته مع امرأة أخرى، وهنا لازم نحلل الموضوع بشكل سليم؛ علشان نقدر نوصل لإجابة وحل صح.

الرجل المتجوز لما بيعرف واحدة غير مراته، أو بيكون في علاقة، أو علاقات هو كده بيخون مين؟ ممكن يكون بيخون نفسه، أو أخلاقه، أو ربه، أو مبادئه، أو أي حد إلا "مراته!".

تسكعات زوجك مش خيانة ليكي، ومش غلط في حقك، ومش حاجة تعيبك، إلا في حالة "إنك تكونى انتي اللي دفعتيه يعرف واحدة تانية ويديها أكتر من اللي بيدهولك" في الحالة دي الأمر يعيبك جدًا جدًا ويحط من قدرك وقدر أنوثتك، غير كده فانتى ملكيش أى دعوة أو علاقة بالموضوع ده!

جوزك يقدر يتجوز عليكي أى وقت، ويقدر كذلك يطلقك أى وقت، علاقته بفلانه ممكن تكون فترة خطوبة هيتم بعدها الجواز، وممكن

تكون مراته بالفعل، وعموما أي أن كان شكل علاقته دي فهي متخصكيش في الواقع!

س- هو لو وقع في الغلط وندم وحب يتوب يتوجه ليكي انتي علشان يتوب ولا يتوجه لربنا بس؟

ج- أكيد لربنا بس.

س- يستسمحك انتى ولا كفاية إنه يستغفر ربنا؟

ج- كفاية إنه يستغفر ربنا.

س- لو انتى سامحتيه يبقى ربنا هيسامحه؟

ج- أكيد مسامحتك ليه ملهاش أي موقع من الإعراب في الموضوع ده؛ لإنك مش صاحبة المظلمة، لإنه ذنب بين العبد وربه، زي الصلاة أو الصوم أو الذنوب غير المرتبطة بحقوق العباد، يعنى لو زوجك ده سرق منك مبلغ من المال فلا تقبل توبته قبل ما يرجع اللي سرقه أو إنك تسامحيه، هل علاقته بغيرك أمر خاضع لمسألة مسامحتك دي؟ سبينى أقولك لا ... لا ... لا، ربنا هيقبل توبته سواء سامحتيه أو لأ، وهيعذبه

لو متبش سواء سامحتيه أو لأ، يبقي زي ما قولنا في أول الموضوع إنك ملكيش أى دخل في الأمر ده.

ممكن تكوني إنسانة كويسة جدًا ومخلصة جدًا وبتقدمي لجوزك كل اللي هو بيحتاجه، ورغم كده يعرف عليكي واحدة واتنين، لمجرد فراغة العين، أو الفتنة وانتي أكيد بتشوفي الستات عاملة ازاي دلوقتي، أو ممكن حب التجربة والمغامرة، وممكن قلة أخلاق، وأكيد قلة دين، علشان كده مش أول نصيحة هقدمهالك مع زوجك متعدد العلاقات إنى أقولك روحي البسى واتغيري وادلعي، لأ هقولك اتأكدي الأول إنك مش طرف أو سبب في علاقاته المتعددة دي، علشان ممكن تكوني بتخدى معاه ذنب زى اللي بيصد عن السبيل.

سبينا نرجع كام خطوة للخلف، هو انتى ازاي عرفتى إن هو في علاقة؟ ولاحظى إنى ديما بقولك علاقة مش بقولك خيانة، احنا منعرفش يمكن تكون مراته، وممكن تكون مراته وأم عياله كمان، يمكن خطيبته، أو يمكن زوجة محتملة، وممكن عشيقة، وممكن صديقة وممكن زميلة، في ألف ممكن في الموضوع ده، يلا جاوبي انتى ازاى عرفتي؟

راقبتي؟ اتجسستي؟ سمحتى لنفسك تنزلى بأخلاقك لمستوى المنحطين اللي بيقلبوا في الحاجات اللي متخصهمش؟ كنتي متطفلة على ما لا يعنيكى؟ اخس ... ألف اخس عليكي. قد كده انتى إنسانة مش كويسة!

طب بتلوميه على أيه؟ ما انتوا الاتنين وحشين أهو! انتى شيفاه خاين؟ رغم إن ممكن تكون الست اللي معاه دى مراته؟ لكن الحقيقة إن انتى جاسوسة، ومتطفلة، وخاينة للأمانة، والمفروض إن مفيش حد يأمن لك لأنك بتسمحى لنفسك بالتفتيش في حاجات متخصكيش، والاطلاع على أسرار غيرك!

انتى لازم تتغيرى، علشان انتى إنسانة كويسة، التجسس ده مش صفة تليق بيكى أبدًا، انتى محترمة مش منحطة لدرجة إنك تقفى ورا الباب تسمعى، أو تراقبي الهمهمات، تعالى معايا كده نقف في منطقة عالية ونبص عليكي، **والمشهد كالتالي**:

رجل في حجرة ممسك بهاتفه ويتحدث إلى امرأة لا نتبين هويتها " زوجة – عشيقة – صديقة – حديث عمل - ... ألف احتمال)، وقد

أحكم غلق الباب عليه، وخلف الباب تقف "انتى" وتنظرين من ثقب الباب كاللصوص، وتتسمعين وتتجسسين في محاولة لسماع ما يدور في هذه المكالمة، فإذا شعرتى بأي حركة تسرعين بالهرب كالفأر الجزع قبل أن يراه أحد، انظرى إليك جيدًا، ما أبشع وأقبح وأقذر هذا المنظر؟!

تخيلى أن تفعل اختك هذا لتسمع ما يدور بينك وبين خطيبك من أحاديث غرامية، تخيلى أن يفعل معك زوجك هذا ليسمع ما يدور بينك وبين قريناتك من أحاديث نسائية، ما رأيك؟ لابد أنه شيء يشعرك بالغثاثة، أما لو شايفة إنه حاجة عادية فانتى متعرفيش أي حاجة عن معنى الخصوصية ومحتاجة تتعلمي.

لو عرفتى بالطريقة دى – التجسس - يبقى احنا مش محتاجين نتكلم في أى حلول، اهتمى بنفسك وصلحى منها علشان انتى مشكلتك كبيرة ومحتاجة علاج، التصنت والتلصص والتجسس صفة سيئة وبشعة اتخلصي منها.

تعالى بقى نبص من جهة تانية، انتى دلوقتى مش أنثى ولا حاجة، انتى مخبر ماسك جرنال عامل فيه خرم وقاعد يراقب، ورئيس مباحث

البيت، وجهاز جمع الأدلة الجنائية، وأمين شرطة، والشاويش عطية، وصلتى لأيه؟ وصلتى إنك هنتى نفسك أبلغ وأقوى إهانة في الدنيا، ونزلتى كرامتك لأقل مكان ممكن تكون فيه، يعنى جوزك الخاين كتر ألف ألف خيره هو وعشقته احترموكى وراحوا يعصوا ربنا بعيد عن عينك وودنك – ربنا يكرمهم يا رب – وحاولوا يحافظوا على كرامتك ومشاعرك بكل الطرق، بحيث إنك متحسيش بأي حاجة، لكن انتي أصريتى إنك تعرفي، وكمان روحتى علشان تقفي تتفرجى عليهم وهما بيمارسوا الحب، وحاولتى بكل الطرق إنك تقوليله أنا عارفة متفتكرش إنى مغفلة... حاشا لله أنا قرطاس!! يا للعجب!

هو انتى تقدرى تعملى أى حاجة بعد ما تعرفى إنه يعرف واحدة عليكى؟ تقدرى تمنعيه من الخروج مثلا؟ تمنعيه إنه يكلم حد أو يزور حد؟ إنه حتى يبطل يكلمها تانى؟ انتى تقدرى تعملى أى حاجة؟ لأ متقدريش تعملى غير إنك تزعلى وتتعبى وتدبلى وتكرهى حياتك، وتشغلى بالك وتحسي بعدم الأمان، وتفضلى تموتى في الدقيقة ألف مرة.

طيب ليه بتعرضى نفسك للموقف ده؟ إنك تشوفى جوزك في حضن غيرك؟ وتسمعيه وهو بيقولها بحبك والحياة من غيرك لا تطاق؟ وإنك تشوفيه عريان معاها أو تشوفيها عريانه معاه؟ هو انتى ازاى مهزقة كده؟!

مسكتى التليفون وشوفتيه وهو باعتلها بوسة؟ وبيقولها معرفتش أنام طول الليل علشان بفكر فيكى؟ ابعتيلى صورة بالقميص الأحمر اللي بحبه علشان وحشتيني؟ مش قادر أنسي أخر مرة لما كنا مع بعض، وكنت بأكلك بأيدي؟ شوفتى الحاجات دى؟ أيه رأيك مبسوطة؟؟؟ حاسة إن لسه عندك كرامة تستاهل إنك تدافعى عنها؟ طيب هتعرفى تنسي الصورة اللي شوفتيها ليهم وهما في حضن بعض؟ هتعرفى تتقبلى الراجل ده تانى وتكملى معاه حياتك؟ كده يبقى مفيش حل غير الطلاق.... اتطلقى، هتقولى مينفعش علشان عندى أولاد، أو لأنى مليش مصدر دخل، أو علشان لسه بحبه، أو علشان كلام الناس، أو أو أو ... طيب ليه عملتى كده؟ ليه طفيتى النور؟ ليه محافظتيش على نفسك؟

كلامى مستفز جدًا جدًا، **طيب خليني أعملك استراحة بمثال**:

س- لو في مكان أو شارع مشهور بوجود قطاع الطرق فيه، هتمشى منه؟

ج- أكيد لأ هتدورى على سكة تانية حتى لو أبعد.

س- لو في مكان فيه ناس مش بتحبك وبتستهزأ بيكي ديما، هتروحى المكان ده وتقعدى فيه رغم إنك عارفة إنك هتتهزقى وتبقى مسخرة القعدة؟

ج- أكيد لأ هتتجنبى التواجد في المكان ده.

س- لو انتى عارفة إن السلك العريان ده هيكهربك هتمسكيه؟ لو عارفة إن في الطريق ده حفرة هتمشى وتقعى فيها وتعرضى رقبتك المسمسمة دى للكسر؟ لو حتى لابسة فستان جديد وقدامك كرسى طالع منه مسمار ممكن يقطع فستانك هتقعدى ولا هتفضلى واقفة رغم إنك تعبانة؟

ج- أكيييييد لأ

طب ما تحترمى نفسك بقى.. احترمى نفسك علشان الناس تحترمك.

ابنك كبر وبقى بيدخن، وانتى عرفتى أو شميتى ريحته، هتقدرى تمنعيه من الخروج وتعاقبيه، وتمنعى عنه المصروف والصحاب ولا لأ؟ لو قولتى مقدرش، هقولك أوعى تعرفيه إنك عرفتى، علشان لو عرفتيه ومخدتيش موقف يبقى انتى بتشجعيه وتجرئيه عليكى، وعلى كل حاجة، هيشرب بعد كده قدامك، وهيقولك والنبي يا ماما ناوليني الطفاية دى وانتى واقفة، ولما تروحى السوق هيقولك اشتريلى علبة سجاير معاكى وانتى راجعة، وهتلاقيه بيزعق بعلو صوته ويقول وديتى علبة السجاير اللي كانت هنا فيييييييييين وهكذا ....

يبقى لازم تفكرى قبل ما تقررى، هل هتقدرى تخدى خطوات إيجابية عملية حاسمة، ولا تأجلى المعركة وممكن تلغيها؟ - غالبا ابنك عنده خلل في تربيتك هو اللي وصله للتدخين ـ.

يبقى المقصود من المثال ده إنك متقفليش على نفسك باب الإصلاح والسعادة، تجنبى إن كرامتك تبقى عرضة للأخذ والرد، لا تقامرى بكرامتك يا امرأة!

أيه ده هى دى دعوة للخيانة ولا أيه؟ لأ دى دعوة لاحترام الذات وعدم التدخل فيما لا يعنيكى.

– انت كأنك عاوزنى أروح لجوزى أقوله: برحتك يا حبيبي لو عاوز تعرف عليا ألف واحدة؟! لأ أنا اللي عاوز أقوله قولته بوضوح فياريت متجوديش، أنا قلت احترمى نفسك علشان هو يحترمك، سبيه خايف منك، متجرئيهوش عليكى، سبيه متدارى بدل ما يبقى بجح ويدوس عليكى، سبيه يراعيكى بدل ما تبقى ولا حاجة عنده، لأنه عرف ديتك.. متدخليش قضية خسرانه علشان الموضوع ده ملهوش غير حل واحد "الدين".

أغلب الرجالة عنيها زايغة، طبيعة الراجل غير طبيعة الست، الراجل قلبه يقدر يحب كتير وجسمه يقدر يتعامل مع أكتر من واحدة، أما المرأة فسيولوجيًا متقدرش تكون إلا مع راجل واحد ولراجل واحد، قلبها ميعرفش يشيل اتنين، يبقى متقسيش نفسك عليه، متقوليش اشمعنى أنا أخلص وهو لأ؟ زى الزوجة اللي بتقارن نفسها ببنتها الصغيرة، وتقولك

ما أنا بعمل شغل البيت، وبربي أربع عيال، بنتى مش عارفة تطبخ طبخة ليه؟!

وعلى أى حال انتى بتخلصى علشان انتى محترمة ومؤدبه وهتدخلى الجنة، وهو مش مخلص يبقى قليل الأدب وربنا مش هيسيبه.

ولازم تعرفى وتتأكدى وتقتنعى تمامًا إن مفيش حاجة تمنع الراجل عن النساء إلا حاجة واحدة بس ملهاش تانى أبدًا: "الدين"؛ لأن الراجل يقدر يبص للست من غير ما حد يلاحظ، يقدر يتفرس في جمالها، أو يشوف صوارها على النت أو يتخيلها حتى وهو معاكى، طيب مين اللي يقدر يراقبه، ويعرف في كل الحالات دى؟ مفيش غير الإله العظيم المطلع.

واطمنى زى ما قولنا إنك ملكيش أى دخل في القصة دى، الذنب ده كله في حق ربنا، وربنا مش محتاج حد يدافع عنه أو يحكمله عباده، الله مطلع ويعلم وقادر وعادل، فلو قبض روحه وكان على ذنب، اطمنى... هيحرقه، ويعذبه، ويجلده ويدخله نار مخصوصة، اتبسطتى ولا لسه مش

كفاية؟ طب اتفضلى، وهيعلقه في جهنم وهيفضحه على رؤؤس الأشهاد، وهيشربه من ردغة الخبال وهيفحمه في النار، ها اتبسطى واطمنتى عليه ولا لسه؟ طيب اتفضلى كمان هيخليه @#$٪#٪^* بيتهيئلى كفاية عليه كده، اتبسطي واهدي بقي.

طيب ما أنا خايفة إن زوجى يعمل حاجة غلط تترد فيه أو في بناتى ودقة بدقة ولو زدت لزاد السقا، سبينى أقولك حاشا لله وتعالى عن ذلك علوًا كبيرًا، حاشا أن يظلم أو أن يتُهم بالظلم (**لَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَى**) (**كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ**) ، الله أقدر على أن يقتص ويستوفى العقاب من المخطئ، ربنا إله قادر عظيم، مش واحد زينا إذا حد غلط في حقه يروح ينتقم من أهله، شيلوا الفكرة دى من دماغكم تمامًا، إن حد يعمل ذنب وربنا يعاقب أخوه أو أمه بداله أو معاه ده كلام فارغ، إلا إذا كان ليهم دخل في ارتكابه الذنب ده، علشان كده قولتلك في أول المنشور "اتأكدي الأول إنك مش طرف أو سبب في العلاقة دي، علشان ممكن تكونى بتخدى معاه ذنب زى اللي بيصد عن السبيل "يعنى الخلاصة أكيد ربنا مش هيفسدك علشان يعاقب جوزك الفاسد، يبقى

اللي يقولك دقة بدقة قوليله أبوك السقا، وبالمناسبة " كما تدين تدان" مش شرط يكون في الدنيا؛ لأن الدنيا مجرد دار اختبار مش دار حساب، يعنى ربنا ممكن يأجل حسابه تماما للأخرة، وممكن يعاقبه عقاب يستحقه لكن مش من نفس نوع الذنب، يعنى يخدع ويكذب فربنا يضيع منه هدفه ومراده ويعاقبه بالحرمان منه، مش لازم يعاقبه بإنه يتخدع أو يبعتله اللي يكذب عليه، بس لحظتوا إنها تدان مش يدان أهلك؟ فالجزاء من جنس العمل ليست قاعدة مطردة في كل شيء ولكن في الغالب، ومش ديما معجلة في الدنيا لكن في الغالب.

س- طيب ازاي ممكن أكون أنا سبب في إنه يبقى متعدد العلاقات؟!

ج- بأنك تخليه ديما تأيه مش لاقى نفسه معاكى، مش لاقى راحة عندك، مش لاقى رغباته فيكي، يعنى واحدة نكدية وغبية وكسولة ومهملة، ومش نظيفة، وأنانية وجاهلة، وزعلانه إنه عرف غيرها؟!

طيب لو انتى مفتشتيش ومتجسستيش ومراقبتيش ورغم كل ده عرفتى بالصدفة البحتة – وده نادر الحدوث – يبقى أيه التصرف السليم؟ إنك أول حاجة تتأكدى إنك مش طرف أو سبب في العلاقة

دي، لو لقيتى إنك انتى اللي دفعتيه ليها يبقى لازم تصلحى غلطك حتى لو بعد ما صلحتيها هيفضلوا مع بعض، امال بتصلحيها ليه؟ خوف علي نفسك من عقاب الله ومعذرة إلى ربكم، ممكن تكونى انتى اللي جبتيها لحد البيت وعرفتيه عليها، وممكن تكونى انتى الى سمحتى بالملاطفة والصداقة بينهم علشان هى زى اختك ومتربيين مع بعض، ممكن تكونى انتى اللي حلتيها في عينه من كتر كلامك، ووصفك ليها بالصفات الجميلة اللي حتى مش فيكي، وكنت بتسمحيلها تقعد معاه في غيابك، متحركتيش بجدية أول ما حسيتى بالخطر وافتكرتى إن ده من حسن الظن!

ممكن يكون كتير قالك عاوزك حنينه وفضلتى قاسية، عاوزك مثقفة وفضلتى جاهلة، محتاج اتناقش معاكى وفضلتى فاضية، محتاج أحس بقوتى معاكي وفضلتى متسلطة وعنيدة، محتاج اهتمامك بيا وفضلتى مهملة وغبية، عاوز أحس إنك محتجالى وحسستيه إنه نكرة والحياة عمرها ما هتقف عليه!

أوقات بيجيلى استشارة وبتحكيلى عن جوزها الخاين الملعب بتاع الستات، ومن خلال مناقشة بسيطة معاها بعرف ليه عمل كده وبقول

والله عنده حق، مش بس إنه يعرف حد عليكي لأ إنه يديكي علقة؛ وبعدين يطلقك؛ وبعدين يعرف واحدة عليكي، وأحيانا بسمع منها ازاى الست دى خطفت جوزها؛ فبقولها إن عشيقة جوزك دى ست تستحق الإعجاب منك شخصيا!

تخيلى معايا وتعالى نحسب نقاط قوتك:

1. انتى مراته.
2. أم عياله.
3. شريكته في المنزل.
4. شريكته في الفراش.
5. حلاله.
6. لو رضاكى وأحسن ليكي هياخد حسنات وربنا هيرضى عنه.
7. تقدرى تتكلمى عنه قدام أى حد من غير خجل أو خوف إن سمعتك تتأثر.
8. تعرفى أهله ويعرفوكى وتقدرى تزوريهم.

9. يعرف أهلك ويعرفوه ويقدروا يزروه.

10. لو خرجتى معاه مش بتبصي حوليكى.

11. بتختاري أكله وبتهندمى لبسه، وانتى عينه طول ما هو غايب.

12. القايمة طويلة جدًا فوق ما نقدر نحصرها، وكل اللي أنا كتبته ده موجود دون أى مجهود أو تخطيط منك، يعنى لو خططتى تكوني أكتر هتكوني أكتر، زي مستشاره وأمانه وصديقه ونصه التاني، وحاجات كتير "ما أكثر نقاط قوتك".

طيب عشيقته؟

معندهاش حاجة من كل ده، ورغم المقارنة والظروف الظالمة الجائرة دى، قدرت تخطفه منك وانتى نايمة، وقدرت تاخد منه يمكن أكتر ما انتى خدتى أو هتخدى، وقدرت تغير فيه وتطوره وتدفعه لقدام أكتر منك، قدرت تحسن من شخصيته وتسيطر عليه أكتر منك، طيب بالله عليكى الست دى متستحقش الإعجاب؟ أنا عن نفسي معجب بيها جدًا، قدرت تغزل برجل حمار..

تعالوا بقي نلم الموضوع في نقاط وأسيبكم انتوا تجمعوها لوحدكم:

- جوزك مش ملكك ولا هيبقى ملكك إلا لو انتى عرفتى تملكيه.
- جوزك مش عدوك ومش حد مطلوب منك منافسته ولا مجال للتعامل الند بالند.
- علاقاته المتعددة لا تسيء ليكي أو لكرامتك ولا تعنى إنك زوجة فاشلة أو حتى مقصرة.
- لا تتجسسي حفاظًا على كرامتك.
- لا تملكى أي إداة حقيقية لمعاقبته أو ردعه أو تغييره (إلا النصح بالطرق اللي هنتكلم عليها فيما بعد).
- لازم تتأكدى إنك مش سبب في علاقاته المتعددة علشان متخديش ذنب معاه.
- لازم تقتنعى إنك مش مخاطبة بموضوع علاقاته ده أبدًا وملكيش أى رأى فيه.
- لا تتجسسي حفاظًا على سعادتك.
- اوعى تعرفيه أو تحسسيه أبدًا إنك عرفتي، ولا حتى بالنظرة؛ علشان يفضل يحترمك ويخاف من زعلك، وميعرفش ديتك، وفى النهاية لو حسستيه كل اللي هيعمله إنه هيزداد كذب وممكن يبقى بجح أكتر .

- حطى في حساباتك إن ممكن الست دى تخده منك وتخليه ينساكى انتى وبيته وعياله كمان، يعنى اشتغلى على نفسك علشان منوصلش لكده؛ ولو وصلنا تبقى عملتى كل اللي عليكى قدام ربنا وقدام عيالك، وأكيد ربنا مش هيسيبك هو خير سند.
- ممكن يكون لسه معاكى حتى الآن وصابر عليكي بسبب وجود الست دى في حياته، ولو سبها هيحس بمدى النقص اللي في حياته ويطلقك.
- مفيش أى مانع إنك تعجبي بالست اللي خطفت جوزك وخلتك ملكيش أى قيمة أو معنى في حياته، اعجبي بيها وحاولى تتعلمى منها وترجعى تخطفيه "لو كان الأمر يهمك".
- لا تتجسسي حفاظا على راحة بالك.
- طبيعة الراجل غير طبيعة الست ومينفعش تقارنى بينهم.
- تعدد علاقاته مش معناه إنك مغفلة، معناه إنه هو اللي عنده مشكلة وغالبًا مشكلة دينية.

- الحاجة الوحيدة اللي تبطل الراجل الستات هى الدين.
- لا تتجسسي حفاظًا على صورتك أمام نفسك.
- انتى أنثى مش الشاويش عطية.
- مش معنى إن جوزك ضاع منه حته إنك تضيعيه كله، بلاش كِبر وعناد انتى مش قده.
- من مصلحتك إنه يرتاح عندك.
- لا تتجسسي حتى لا يراك الله على تلك الهيئة البشعة.
- خلى كل حاجة تعمليها مقصود بيها وجه الله علشان متحسيش إنك بتضيعي عمرك هدر مع ناس متستاهلش.
- كل الرجالة بيحبوا الستات، والراجل اللي مش بيحب الستات مريض وعنده مشاكل ومحتاج يتعالج، ورغم إن الكل بيحب الستات إلا إن في راجل عنده دين بيمنع أو اخلاق بتردع أو وضع اجتماعى مش بيسمح، بس كلنا لصوص يا صديقى.
- سهل إنك تهدمى بيتك لكن صعب إنك تبنيه، بس الهد سهل علشان تبعاته كلها سيئة والبناء صعب علشان تبعاته كلها حسنة فاختارى بحكمه.

- مفيش نار من غير دخان، وما دمتى شوفتى أو شميتى الدخان فده وقت مناسب إنك تطفيها قبل ما الحريق يأكل كل حاجة.
- لا تتجسسي كى لا تجلبى لنفسك الألم.
- أغلب الرجالة متعددى العلاقات مبيكنش السبب جنسي؛ بيكون نفسي.. عقلى، يعنى مش لاقى نفسه معاكى، دورك تخلقى مساحات مشتركة.
- متسمعيش لنصيحة أى وحدة ست في الموضوع ده وخصوصًا الست والدتك، ولو عاوزة نصيحة يبقى خديها من عالم دين ثقة أو اختصاصي نفسي راجل.
- قيمتك وكرامتك مؤشرها هو مقدار اكتفاء بيتك بيكى، ومدى أهميتك في حياة أولادك وزوجك، واتأكدى واقتنعى تمامًا إن كل **strong independent woman** (بمعنى الاستقلال التام عن وجود رجل) هى ستات خدت على دماغها لحد ما شبعت، وكانت بتتمنى تعيش ضعيفة مع راجل يراعيها، لكنها فشلت وفقدت ثقتها في كل شيء

فاتجهت للـ **strong independent woman**، هى في النهاية مريضة ثقة وضحية خذلان تستحق الشفقة والرعاية والإحساس بالأمان، مش قدوة تقولنا تجربتها في الحياة وخبرتها.

- لا تتجسسي علشان حرام.
- افتكرى ديما إن الراجل لما بيخون بيكون الطرف التانى وحدة ست، مش بيخون مع الهوا أو مع واحد زميله، يعنى متقوليش كل الرجالة خاينة؛ لأن بعدد الرجالة الخاينة في عدد في الكفة التانية من الطرف التانى أنثى.
- من الحقائق الصادمة إن الراجل ممكن يعدد علاقاته رغم إنه معاه ست بيحبها وبيحترمها، ومش مخلياه محتاج حاجة.
- معرفتك إن جوزك يعرف واحدة أو اتنين أو عشرة مش نهاية الطريق؛ بالعكس دى بداية إنك تفوقى وتعرفي إن في حاجة ممكن تكون غلط أو محتاجة منك رعاية.

- معرفتك إن جوزك يعرف ستات كتير عليكي مش معناه إنه مش بيحبك أو إنه مش بيحترمك؛ فخلى بالك أوعى توصليه لكده إلا لو ناوية تتطلقى، ساعتها مش فارقة وجهة نظره فيكى.
- لا تتجسسي.. لا تتجسسي.. لا تتجسسي.
- لو عرفتى بطريق الصدفة أوعى واحذرى تماما إنك تتوسعى في المعرفة أو المتابعة، ممكن توصلى لحاجات تقتلك في الحال، ابعدى عن الشر علشان خاطرك انتى.
- وأخيرًا الراجل متعدد العلاقات رجل سهل السيطرة عليه لو فهمتيه.

وإليكم اختصار الموضوع بالكامل:

* قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (من تتبع عورة أخيه تتبع الله عورته، ومَن تتبَّع الله عورته، يفضحه ولو في جوف بيته).

*يقول ابن القيم رحمه الله ((ومنها أن يعامل العبد بني جنسه في إساءاتهم إليه وزلاتهم معه بما يحب أن يعامله الله به في إساءاته وزلاته وذنوبه، فإن الجزاء من جنس العمل، فمن عفا عفا الله عنه، ومن سامح أخاه في إساءته إليه سامحه الله في سيئاته، ومن أغضى وتجاوز تجاوز الله عنه ومن استقصى استقصى عليه)).

أنا لسه هكتب تانى عن الزوج الخاين وهتكلم عن طريقة تفكيره ومبرراته وسيكولوجيته وطرق جيدة لجذبه .

❋ ❋ ❋

(5)

احسني لنفسك

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

مالك زعلانة ليه؟ أنا ملاحظ إن من ساعة ما ربنا كرمك وهداكى وتاب عليكي من التجسس وانتى مش في الفرمة، يا ترى أيه السبب؟

الطاقة اللي كانت بتضيع في الفعل السيء ده احنا عاوزين نعيد توجيها بحيث تكون مفيدة، مش عاوزين نطفيها.

وزى ما اتعودنا كل يوم بتفهمى حاجة جديدة وبتغيرى من نفسك، النهاردا عاوزك تفهمى حاجة في غاية الأهمية: إن انتى أهم شخص في بيت الزوجية، انتى مركز البيت وسبب التوازن يعنى باختصار رمانة الميزان !

ولاحظى الفرق بين إنك مهمة وبين إنك أهم، ولما تفهمي إنك أهم واحدة في بيتك؛ لازم تتعاملى مع أهميتك دى بطريقة صحيحة علشان

البيت يقدر يكمل بشكل سليم، لازم تهتمى بنفسك يعنى (صحتك الجسدية – وصحتك النفسية).

صحتك الجسدية :

*لازم يبقالك مواعيد نوم واستيقاظ، يفضل إنك تنامى بدرى وتصحى بدرى، أفضل حاجة إنك تقومى الفجر تصلى ومتناميش تانى، ولو عاوزة تعملي غفوة يبقى قيلولة بعد الظهر لمدة ساعة، متناميش في أى وقت تانى من اليوم مهما كنتى مرهقة؛ لأنه هيأثر بالسلب على باقي يومك، ونامى الساعة عشرة بالليل على الأكثر، ده الجدول المثالي لو مقدرتش تطبقيه بالظبط حاولى تكونى قريبه منه .

ملحوظة : المواعيد دى الأفضل لكن لو مش مناسبة ليكي لأسباب تتعلق بعمل جوزك، زى إنه بيرجع متأخر يبقى انتى محتاجة جدول مخصوص، وده ممكن اعمله معاكى وأساعدك فيه من خلال حجز استشارة.

تنظيم مواعيد النوم والاستيقاظ دى 30٪ من نجاح الإنسان في العموم والنسبة دى ممكن تزيد في حالات معينة؛ لإن حياة الإنسان

عبارة عن وقت، ولو متنظمش مش هيلاقى حياته، وأكيد علشان تنظمى مواعيد نومك لازم تنظمى مواعيد نوم ولادك؛ لإنك مش هينفع تنامى وتسبيهم صاحيين، وأفضل وقت لنومهم يبقى الساعة تسعة علشان تبقى مطمنه إنهم ناموا واستقروا في نومهم قبلك بساعة، والحيل كتيرة علشان تعرفى تثبتى معاد النوم ده عندهم، أبسط الحيل دى إنك تصحيهم وتطبقى معاهم لحد معاد النوم، أو تصحيهم بدرى في الميعاد المطلوب ومتسمحيش بالنوم أبدا أثناء النهار، واخدة بالك إنك شخصية حقيقية بتاخد قرار وبتصر على تنفيذه؟ مش تقوليلى أصل مش بيردوا يناموا! نيميهم يا سعاد ... اعملى خطة وصرى على تنفيذها، وأنا عملتها كتيررر ونجحت كتيررررر... نيمى العيال يا سعاد .

*لازم تلعبى رياضية يوميًا، وخصوصا تمارين البطن والقطنية، ويغنيكى عن كل التمارين تمرين واحدة اسمه الاسكوات، دورى على جوجل هتلاقى صورته وطريقة تنفيذه، وبعد شهرين من المواظبة على الاسكوات ادعيلى ، تمارين البطن متبتديش فيها بعنف، كويس جدا تبدئى بخمس أو عشر عدات وكل يوم تزودى اتنين، المهم أن يومك

ميخلاش من الرياضة، وهى مش محتاجة أكتر من عشر دقايق في اليوم، اعمليهم أول ما تصحى.

*لازم تفطرى... دى أهم وجبة في اليوم، افطرى ومتاكليش تانى طول اليوم لو حبيتى، لكن مينفعش تفوتى وجبة الفطار أبدا، انتى لسه صاحية والماكينة عاوزة بنزين علشان تشتغل، ولو مفطرتيش هتخدى من مخزون صحتك، وتبتدى رحلة الأمراض... ربنا يحفظكم جميعا، العشاء يبقى قبل النوم بساعة على الأقل.

مراجعة سريعة: يبقى صحيتى بدرى ولعبتى الرياضة بتاعتك وفطرتى ثم (حاجات كتيررر) وبعدين نمتى في معادك الثابت .

الصحة النفسية :

*اول ما تسمعى نفسية افتكرى ربنا علطول، مفيش صحة نفسية من غير طاعة؛ لإن عدم العبادة غربة، والغربة وحشة والوحشة صعبة .

والعبادة لها أشكال كتير جدًا تقدرى تختارى منها اللي يخليكي في دائرة العبادة بشكل مستمر (الصلاة أساسي – الصوم – الذكر – قراءة

القرآن – الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر – الصدقة – بر الوالدين – إطعام الطعام – صلة الأرحام - إصلاح ذات البين - تعليم القرآن للأطفال. ..)

أغلب الأعمال دى سهلة ومش محتاجة تفرغ ، تقدرى تذكرى الله وانتى بتطبخى أو بتغسلى المواعين، تقدرى تعملى بر وصلة رحم بمكالمة تليفون مدتها خمس إلى عشر دقائق، تقدرى تعملي إصلاح ذات بين بمجرد إنك تقولى خير لما تسمعى مشكلة اختك مع جوزها، تقدرى تحتسبي نية صالحة وانتى بتطبخى إنها إطعام طعام، تقدرى تقرى قرآن من حفظك أثناء الأعمال اللي مش محتاجة تركيز، اللي بتعمليها بشكل ميكانيكي، ممكن تصومى يوم اتنين أو خميس مرة واحدة في الشهر، تقدرى تأمرى أولادك بالمعروف وتنهى عن المنكر، يعنى بدل ما تقولي عيب قولى حرام فيما يتعلق بالأمور الدينية زى الكذب والفتنة والغش وخلافه، حفظى أولادك قرآن وأحاديث من حفظك ده عمل صالح ونهر حسناتك جارى.... العبادات دى هتفرق في نفسيتك جدًا لإنها عبارة عن مغسلة للروح بالمعنى الحرفي.

– لازم يبقالك وقت فاضى لنفسك، الوقت ده على الأقل يكون 45 دقيقة، تعملى فيهم حاجة بتحبيها (ارسمى ... لونى ... غنى ... ارقصي ... اقرى ... اعملى جلسة تأمل) متعمليش أى حاجة خالص حتى، بس لازم يبقالك وقت لنفسك، اختارى الوقت ده حسب جدول يومك، وحسب طبيعة شغل جوزك ومذاكرة أولادك هاتيلك شيكولاته أو اعمليلك مج نسكافية أو فنجان قهوة واقعدى استرخى وحسى بالانطلاق .

– نمى مواهبك واتعلمى مهارات جديدة وزودى ثقتك في نفسك (هقولك طرق كتير في الموضوع ده) نمى اللغة اللي انتى بتحبيها أو اتعلمى لغة جديدة، اتعلمى أعمال يديوية مفيدة، طورى طريقة طبخك، اتعلمى حاجات جديدة في فن التربية اللي مبينتهيش، واللى هنفضل طول عمرنا نتعلم فيه ومنجبش آخره، قوى ثقافتك الدينية والعامة، حاولى تدى لنفسك فرصة للابتكار والإبداع، كل ده هيفرق في نفسيتك جدًا، الإنسان الفاضى أو المشغول في لا شيء ديما مكتئب، والإنسان المنتج هو أقرب الناس للصحة النفسية.

– متركزيش في كل حاجة، أحيانا السلبية بتكون هى عين الإيجابية، يعنى مش ضرورى كل غلط من أولادك يقابلها توجيه منك، لازم تسبيلهم أحيانا حرية الخطأ والاختيار وتدى نفسك فرصة السلام النفسي، احنا اتفقنا إنك أنثى وأم وزوجة، الشاويش عطية خلاص طلع منك .

–اقرى ديما في السيرة النبوية وسير الصالحين؛ علشان هتحسسك بالأمان والأمل وهتوصلك لسلام نفسي واطمئنان عجيب، هتلاقى في قصصهم إن الدنيا لسه فيها خير، وإن ربنا رءوف بعباده، وإن الحياة مش نهاية المطاف، وإن في لذة في التضحية والصبر أكبر من لذة الأخذ، هتحسي بهوان الدنيا فمش هتتعلقى قوى بيها، ومش هتتصدمى قوى فيها، هتشوفى المواقف الصعبة اللي اتعرضولها فهتعرفى إنك في نعيم ولسه ممرتيش بابتلأ حقيقى فتقدرى تشكرى ربنا بقناعة .

– لو بتشتغلى علشان تحققى ذاتك ، وتشعرى بكيانك، ويبقى معاكى فلوس تقدرى تعتمدى عليها – لما إن شاء الله ربنا يكرمك وتطلقى – اقعدى فورًا وحققى الكلام ده في بيتك؛ لأنه ذاتك الحقيقية؛

ولأن الشغل بيسحب عمرك، لأن الأم والزوجة الناجحة أهم وأفضل وأعظيم من خمسين عالمة وخبيرة، أما لو كنتى بتشتغلى علشان تحسنى دخل الأسرة وتشتروا حاجات وتساعدى جوزك في تكاليف الحياة الغالية الصعبة، فاقعدى برضوا من الشغل فورا علشان دى مش شغلتك ولا مسؤوليتك ولا مطلوب منك تصرفى على حد طالما في عصمة راجل، أما إذا كان العمل ضرورة شرعية فهنا نقول ربنا يعينك ويحافظ عليكى وعلى قلبك وصحتك ونفسيتك، الست اتخلقت علشان تطيع راجل واحد، الشغل بيعرضها إن يتحكم فيها أكتر من راجل: المدير والمشرف والمسؤول إضافة للزوج، الكلام ده بيعملها نوع من الكمون والثورة، فبتثور في أوقات غير مناسبة في أماكن غير مناسبة مع الشخص غير المناسب، عمل المرأة بيضيع حياة المرأة، وبيظلمها في المقام الأول، وافتكرى إن أولادك مش محتاجين يدخلوا مدارس لغات قد ما محتاجين لما يرجعوا يلاقوكى منتظراهم وانتى بكامل صحتك النفسية، ومش محتاجين يلبسوا حلو قد ما محتاجينك تحتوى مشاعرهم وتوجهيهم، يعنى متشتغليش إلا في حالة الضرورة القصوى فقط، أما

موضوع إنك بتأمنى نفسك من غدر الزمن والزوج فكلام فارغ تماما، الرزق بيد الله وحده ولا يحتاج إلا للسعي، مهما غدر بيكي الزمان مجرد ما تسعى ربنا يتكفل بإيصال رزقك ليكى كامل، وافتكرى إن الرزق مش كله فلوس، الستر والصحة والأمان والحب وراحة البال كل ده جزء من الرزق، وخلى إيمانك ديما بنص الحديث ده: **"أَنَّ مَا أَصَابَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُخْطِئَكَ، وَأَنَّ مَا أَخْطَأَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُصِيبَكَ"**

الشغل ممكن الإنسان يترفد منه في لحظة، ممكن يعمل حادثة ويستغنوا عنه، ممكن يحصل أزمة اقتصادية ويصفوه، مفيش حاجة اسمها تأمنى نفسك بالشغل، في ألف طريقة تأمنى بيها نفسك، يعنى انتى لو عاوزة تأمنى أولادك تسبيلهم فلوس ولا تربيهم كويس؟ ابنى ابنك ومتبنلوش .

أغلب النساء بتشتكى إن معندهاش وقت؛ لكن في الحقيقة هى عندها وقت كتير بس عندها سوء في التنظيم والأولويات، حاولى تستعملى التركيز على المهام، بمعنى إنك بتذكرى للأولاد يبقى تقعدى

تذكريلهم ومتعمليش حاجة تانية مع مذاكرتهم، مش تقولى للابن اكتب ألف وتقومى تبصى على الحلة، وتقوليله حل الجمع وتقومى تشطفى الغسيل، في مهام محتاجة تفرغ علشان تنجزى في وقت قصير وفى نفس الوقت تخدى نتيجة رائعة، الواجب هتكتبوه في ساعتين لو مش مركزة، ومش هيفهمه، وهتخلصوه في تلت ساعة بالتركيز وهيطلع فاهم ومستفيد، اتعلمى طرق جديدة في التدريس لأولادك هتساعدك إنهم يحبوا المذاكرة... حولي المذكرة لعملية ممتعة .

❋ ❋ ❋

(6)

الجنس

من رأيي هذه أهم حلقات السلسلة

موضوع مكمل لفصل" الرجل متعدد العلاقات"

تمهيد:

كتير أو معظم وأغلب المشكلات الزوجية سببها الجنس، والمشكلة دى من الطرفين، الجهل الجنسى من جهة الزوجات والجهل أو العجز أو الضعف الجنسي من جهة الازواج، أصبح من الأمراض المنتشرة بكثرة، بجانب قلة جودة المنتجات الزراعية والعادات السيئة في الأكل، فالأكل بقى مبيوصلش الدم للأطراف، زمان كانت حزمة جرجير كافية لإقامة ليلة سعيدة، دلوقتى الموضوع بقى محتاج تقريبًا نص فدان جرجير!

ملحوظة هامة: علشان نمنع سوء التفاهم ونقطع الطريق على المتصيدين، المشكلة دى في الطرفين الراجل والست، وأنا هتكلم من

ناحية الست؛ لأن السلسلة دى الهدف منها في المقام الأول توعية الست، أى حد يحس إن في كلام محتاج يتوجه للراجل ياريت يتفضل مشكور ويوجهه بنفسه للراجل وينزل بيه كتاب، ويقوله اللي هو عاوزة، أنا بوجه نصايح في الكتيب ده للستات.

نسبة الضعف الجنسي عند الرجالة لو قابلها نسبة مساوية أو متقاربة من الضعف الجنسي عند الستات؛ المشكلة مش هتتفاقم، وهتفضل في نطاق السيطرة، لكن الواقع إن الستات معندهاش ضعف جنسي ولا حاجة، بل بالعكس ربما يكون عندها طاقة جنسية زائدة، ورغم طاقتها دى عندها جهل جنسي مضاف إليه غباء عاطفى ومن هنا الدنيا بتبوظ خالص.

في حقائق صادمة كتير هتقابلكم أثناء قراءة الفصل ده، حاولوا تفهموا، أو استفسروا؛ لإن الاستهزاء أو الإنكار أو الاستسلام للأوهام مش هيزود المشكلات إلا تفاقم، ومن أمثلة الحقائق الصادمة إن الراجل العاجز جنسيًا أو الضعيف جنسيا، بردوا عينه زايغة وبتاع ستات!

احنا عندنا مشكلات ثقافية كتيرة جدًا جدًا جدًا في مجتمعاتنا العربية، ومن ضمنها إن العجز الجنسي في حق الراجل هو عار وشنار ويستحق المعايرة والاختباء! لذلك الراجل اللي بيعانى من المشكلة دى بتلاقوا إن من الصعب أو من المستحيل إنه يعترف بيها، وتلاقوه بيحاول بكل جهده يرميها على الطرف التانى، يقولك هى اللي مش حلوة، أو مبتعرفش تثيرنى، أو هى باردة أو أو ... **وده يخلينا نروح لطريقيين**:

الأول: إنه مش بيتعالج، ما هو هيتعالج ليه ما هو زى البمب والعيب فيها!

التانى: إنها بتشك في نفسها وبتفقد ثقتها في شكلها وجسمها وطريقتها وتكره العلاقة الحميمة وبناء عليه تكره الدنيا كلها.

وبما إننا ديما بنقول الست كتلة مشاعر، يبقى الطبيعى والبديهى إن الجنس – اللي هو كله مشاعر – يكون عند الست له مذاق خاص وتأثير كبير على حياتها بشكل عام، يعنى استمتاع المرأة واحتياجها للجنس أكبر من الراجل، لكن ووفق الخلقة الفسيولوجية – طبيعة الجسد – المرأة

بتقدر تستحمل فترات أطول من عدم الممارسة، لكن لما يحصل؛ بتبقي عاوزة جنس نموذجى مثالى يشبع كل رغباتها ويعوضها عن طول فترة الغياب.

الكلام اللي فات ده يخلينا نفهم إن مش عيب الست تحتاج للجنس، مش معناه إنها مش متربية وعديمة الأخلاق وبجحة، الست اللي بتحتاج للجنس بشدة هى ست متفجرة الأنوثة والنعومة والإحساس، مش إنها واحدة مش متربية! بقولك الكلام ده وهعيدهولك كتير كتير كتير جدا، علشان ده عمود من أعمدة ثقتك بنفسك، لإن الزوج الخجول أو عديم الخبرة الجنسية أو اللي عنده مشكلة في الجنس غالبًا هيهرب بالطريقة دى، هيقولك هو انتى مبتتكسفيش؟ انتى متربتيش؟ ازاى تتكلمى في الحاجات دى؟!

طول ما انتى بتطلبى الجنس بطريقة شرعية محدش ليه عندك حاجة، واللى يتهمك بإى اتهام اعرفى إنه جاهل غبى عديم الفهم والدين كمان، زى اللي تبصلك كده وتقولك مالك مستعجلة على الجواز كده ليه! وهى تقصد تقولك مالك هو انتى عاوزة جنس زى البنات اللي متربوش!

أنا في السلسة دى ببنى ثقافتك وذكائك وثقتك بنفسك، عاوزك تطلعى منها إنسانة جديدة، عندها رؤية، وحكمة، وفهم للواقع ومعاها طرق كتيرة للتعامل معاه، يعنى مش عاوزة تستعجلى، ولا عاوزك تبقى ملهوفة أقولك حلول؛ لانى لو قلتلك حلول من غير ما ابنى ثقافتك مش هتقدرى تنفذى الحلول بشكل سليم ومش هتثمر معاكى أى ثمرة، وهتفضلى تسألى وعمرك ما هتوصلى لإجابة تجيب نتيجة، بلاش تختارى الطريق السهل اللي مش هيوصل لنتيجة، اصبرى واتعلمى وافهمى واسألى لحد ما نكون ثقافتك، وبعدها انتى هتعرفى الحلول لوحدك، بس أنا برضوا مش هسيبك أنا هقولك الحلول.

أنا هشرحلك الراجل تشريح وافى، بس الأول عاوز اطمن على أدواتك، علشان أنا هشرحه وبعدين هتيجي تقفى مكانى وتلميه انتى تانى، فلازم أكون مطمن إنك هتعرفى تليميه بعد ما أنا ابعتره، مش هنسيبه متبعتر كده ونمشى احنا الاتنين!

تعالى نعمل مراجعة سريعة:

- الجنس عند الست أهم من الراجل، لكن هى عندها القدرة إنها تقعد فترات طويلة من غير ممارسة وهو لأ.

أاهميته عندها أهمية نفسية بيولوجية، وعند الراجل هى عملية بيولوجية في المقام الأول.

- العلاقة الحميمة هى تفريغ مريح للراجل لكنها حياة كاملة للمرأة.

- الست اللي بتحب الجنس ست طبيعية، الست اللي بتحصل على الجنس هى ست مستقرة نفسيًا أكثر من التى لا تحصل عليه، الجنس عند الست مجموعة من الأمور(مشاعر واحتكاك وأمل وأمان وهروب ونشوة وشعور بالأهمية و و و و).

- الجنس عند الراجل في مقامة الأول الاحتكاك حتى التفريغ.

- الجنس عند الاتنين مش عيب في حق الاتنين؛ لأنه نابع من طبيعتهم الخلقية اللي هما ملهمش أي دخل أو يد فيها.

- في راجل بيرتقى بمستواه فبيوصل لتذوق الجنس من جميع الجهات.

- من حقك تحصلى على الجنس، مش عيب إنك بتحتاجى الجنس.

- لو مش بتحتاجى الجنس أو مش مهم نهائى عندك زى ما بتدعى، فانتى مريضة وعندك مشكلة، ولازم تراجعى طبيبة نسا ثم طبيبة نفسية للوقوف على أسباب الخلل، دى حاجة عيب في حقك كامرأة مش حاجة تمشى تفتخرى بيها!

لما الست بتبص لراجل خائن أو راجل متعدد العلاقات بتسأل سؤال منطقى غاية في السذاجة والطيبة، تقول: طب ما هو متجوز! طب ما هو عنده مراته! طب ما هو عنده الحلال! ليه يسيبه ويروح للحرام! السؤال ده مجنن الستات، لذلك أنا هجاوب عليه بمنتهى الصراحة والوضوح و- الفجاجة – عارفين ليه بختار معاكم الفجاجة؟ علشان مينفعش نبقى في القاع ومنصرخش علشان حد يطلعنا، لازم نصرخ، لو اتكلمنا بهدوء في القاع محدش هيسمعنا، القاع عميق ومظلم.

محمد فوزى بيقولك حاكم الزهور زى الستات لكل نوع "معني ومغنى"، هل انتى بتعيشى طول عمرك بلبس واحد؟ أو بتاكلى نوع واحد من الطعام؟ طيب ليه بتنوعى؟ علشان بتزهقى .. صح؟

تنبيه: اوعوا تنسوا إن السلسلة موجهه للستات ها، مش عاوز السؤال بتاع طب ما هى كمان عاوزة تنوع واشمعنى هو لو تعباه يروح لغيرها وهى لأ والكلام الفارغ ده، لما أكلم الراجل – ده لو كلمته – هبقى أقوله كل حاجة إن شاء الله، أنا بكلم الستات دلوقتى.

يبقى بما إنك شايفة الستات زهور، يبقى صدقى إن لكل نوع منهم – معنى – يعنى طعم ، ومغنى: يعنى طريقة في الاستحواز عليها.

ربنا لا يأمر إلا بما يُستطاع، تفتكرى أنا هأمرك بما لا يُستطاع؟! ابقى مش عاوز أفيدك لو طلبت منك المستحيل.

أى حاجة نقولها في النصايح افهمى انتى اتوماتيك إن المقصود – في حدود استطاعتك– يعنى مش مطلوب منك تموتى نفسك يعنى، وخدى القاعدة دي اكتبيها في ورقة وعلقيها في رقبتك: عمرك ما هتقدرى تكفى راجل عينه زايغه وبتاع ستات أبدًا أبدًا أبدًا.

لكن تقدرى تعملى اللي عليكى، تقدرى تمتعى نفسك معاه، تقدرى متشتركيش معاه في الغلط، تقدرى تبقى الملكة عنده والأولى في حياته، تقدرى تكونى رمانة الميزان ومسك البداية والختام.

يعنى مش عاوزك تستغربي ليه ساب مراته وراح لغيرها، ليه ساب الحلال وبص للحرام، ليه ساب الجنس الأمن وراح لجنس ممكن يعرضه مش بس للأمراض لكن للمصايب كمان.

انتى متقدريش تكونى كل الستات، لكن تقدرى تكونى ست جميلة، انتى ربنا خلقك جميلة زى ما ربنا خلقه جميل وهو ضيع جماله، مش هتقدرى تكونى كل النساء لكن تقدرى تكونى من أفضل النساء.

الراجل زى ما بيحب يكون طالب بيحب يكون مطلوب، وبما إن الجنس من حقك، وإنه مش عيب لو احتجتيه، يبقى اطلبى، اطلبي يا سعاد، اطلبى لما تكونى محتاجة، علشان يعرف إنه مالي عينك، علشان يتأكد إنه وحشك، علشان يشوفك بالصورة اللي بتعجبه وتجننه، ده مش ضد الحياء أو على الأقل مش عيب في حقك ولا إساءة ليكى، طلبك للجنس بيخليه فرحان وحاسس إنه ديك البرابر.

أحيانا اطلبى باللبس أو بالنظرات، وأحيانا برضوا لازم تطلبي بشكل مباشر، ده مش ضد كبريائك لكن ضد غبائك.

أكيد مع مشاغل الحياة وظروف الشغل القاسية ودوشة الأطفال كلنا معندناش طاقة إننا نبقى ممتازين كل وقت، مش ديما عندنا طاقة إننا نعمل الحاجة على وجهها الأكمل، واحنا اتفقنا إن الجنس عند الراجل في المقام الأول تفريغ وللأنثى مشاعر وحاجات تانية كتير، يبقى هو سهل ديما يوصل لهدفه وانتى مش ديما هتقدرى توصلى لهدفك، وهنا **عاوز أقول شوية حاجات مهمة**:

- لما يكون متخاصم معاكى ومش بيكلمك وبيتعامل بطريقة وحشة، ويجيلك بس علشان محتاج منك جنس، دى حاجة كويسة وفى صالحك، ومن مصلحتك إنك تلبيها حتى لو هترجعوا بعدها متخانقين تانى؛ لإن ده معناه إنه مش قدامه غيرك، أو مش عاوز يروح لغيرك، أو إنك مكفياه، يبقى انتى متدفعيهوش للغلط .
- **ثانيا**: ده مش عيب في حقك، مش زى بتوع الشعارات ما بيقولوا انا مش حيوانه ويجيلى وقت مزاجه بس!

هتبقى أقل من حيوانة لو طلبك ومستجبتيش؛ لإنه إما هيغصبك ويغتصبك تقريبًا وياخد غرضه غصب عنك بمنتهى الحيوانية؛ وأكيد

دفاعك مش هيكون قوى لدرجة إنك تخرمى عينه مثلا؛ لأنه مش واحد غريب من الشارع بيغتصبك، أو إنه هيروح يدور برة بضمير مرتاح، ومش ممكن يحس بتأنيب ضمير وهو بيعمل كده، أو هو راجل صاحب دين، هيسكت ونظرته ليكي هتختلف، مش هيشوف إنك الأمان بتاعه، وخلينا نضرب مثل: يعنى لو طفل عمل حاجة غلط وأبوه عاقبه وخاصمه والطفل ده اتعرض لمشكلة بعدها، أول حد هيفكر فيه مين؟ أكيد أبوه رغم إنه ضربه أو في بينهم خصام، طيب لما يروح لأبوه المفروض ينقذه ولا يتخلى عنه ويقوله مليش دعوة علشان أنت مبتسمعش الكلام؟

- ده يخلينا نقول إن لازم نظرتك لحياتك الزوجية تختلف، انتوا مش أعداء ومش أنداد ومش أجزاء متشاكسة، انتوا كيان واحد اسمه علاقة زوجية، ممكن ووارد جدًا وطبيعى يحصل مشاكل، لكن في النهاية انتوا جسد واحد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد.

- وطالما في عضو عنده اشتكى وبما إنكم جسد واحد يبقى لازم يهتم له باقى الجسد.

- **هعيد تانى**: لو طلبك وانتوا زعلانين ومتخانقين أو لو صالحك بس لمجرد إنه محتاج منك جنس ... اديله.

- اديله بس من غير مزاج، اديله بس أقل ما بتديله في الأيام العادية، اديله وحسسيه إنك زعلانه، بس في كل الحالات اديله.

- امتناعك عنه هيزود المشكلة مش هيحلها، هيخليه عصبي أكتر، مشتت أكتر، هيتلككلك أكتر، وخلى بالك إن المشكلات لازم تتحل بعقلانية مش بالخواطر، يعنى لو انتى امتنعتى علشان يصالحك، وهو بالفعل استجاب وصالحك علشان ياخد غرضه يبقى في النهاية المشكلة متحلتش، هو بس نصب عليكى! ولو كان زعلان هو لسه زعلان بس بيهاودك علشان ياخد غرضه، فانتى علشان ذكية وعلشان عندك كرامة وفهم، اديله دون شرط، أما المشكلة فنقعد زى الناس المحترمة نتكلم ونتناقش فيها لحد ما نوصل لحل، وخلينا اضربلك مثال تفهميه كويس: لو هو قلل المصروف علشان يخليكي تعملى حاجة انتى مش مقتنعة بيها هتعملى أيه؟ هتعمليها بس برضوا وانتى مش مقتنعة صح؟ وهتنتهزى

أى وقت يغفل فيه وتعمليها صح؟ يبقى المشكلات لا تحل بالضغط فقط، لكن في بعض المشكلات بتحتاج للضغط علشان تتحل، ودي هتيجي وسط السلسلة الزوجية وهنقولها.

شعورك بإنك ست جميلة ده شعور كافي إنه يرفع ثقتك بنفسك لمستوى كبير جدًا، يبقى وانتى بتحاولى تكونى جميلة، كونى جميلة لنفسك في المقام الأول، اهتمى بنظاقتك الشخصية علشان دى ألف باء جمال، اهتمى بأنوثتك وكونى دلوعة ولو مش عارفة اتعلمى، رققي صوتك، مثلى، مثلى لحد ما تتعلمى مش عيب، صاحبى البنات الدلوعة واتعلمى منها مش تتريقي عليهم! اتعلمى الدلع في الكلام وطريقة مشيتك في البيت، اتعلمى الدلع في الزعل وفى العصبية، ومارسي ده كله وانتى لوحدك مش لازم قدامه، ما احنا قلنا لنفسك في المقام الأول، وعلى فكرة مش عيب، مش عيب تبقى مش عارفة وتتعلمى، مش عيب تبقى ناقصة وتكملى، مش عيب تبقى جاهلة وتتعلمى، والله ما عيب، الكبر مانع من الجنة ومانع من الحياة.

لو قلنا مفيش دلوعة عنيدة فأنا بقول مفيش أنثى عنيدة، أول ما تعندى تفقدى أنوثتك فورًا وبعدها تفقدى كل شيء، تبقى عبد الجبار صاحبه، العنيد هو أسوأ شخص ممكن نتعامل معاه؛ لانه شخص بعيد تمامًا عن المنطقية، وهو الشخص الوحيد اللي بيفقد كل شيء وبيضيع منه كل شيء، الغبى بيخسر كتير لكن العنيد بيخسر (كل شيء)، العنيد ممكن يكون بيعند علشان كرامته، أو علشان يتصالح أو علشان يمشى كلامه، فبيخسر كرامته وبيدبحها ومحدش بيعبره ولا بيصالحه ومحدش بيمشى كلامه، أنا عن نفسي لما بعرف إن اللي قدامى عنيد بستمتع إنى أكسره، إياكي تكونى عنيدة.

والعند صفة ذكورية في المقام الأول، إذا تخيلنا إن العند ده إنسان فهو واحد أشعث الشعر، محمر العينين، متسخ الأقدام يرغى فهمه ويزبد، رائحته منفرة، هل يمكن أن ينطبق هذا التصور مع أى نوع من أنواع الإناث؟!

وهل كفار مكة منعهم عن الإيمان بالله وصحبة الرسول والامتثال له ودخول الجنة غير الكبر والعناد؟ (**قَدْ نَعْلَمُ إِنَّهُ لَيَحْزُنُكَ الَّذِي يَقُولُونَ فَإِنَّهُمْ لا يُكَذِّبُونَكَ وَلَكِنَّ الظَّالِمِينَ بِآيَاتِ اللَّهِ يَجْحَدُونَ**)

يبقى أنا عاوزك النهاردا تطلعى من الفصل ده بشوية حاجات:

1. إن أنا موجه السلسلة دى للحديث مع المرأة مش الرجل.

2. الراجل العاجز جنسيًا أو الضعيف جنسيًا، بردوا عينه زايغة وبتاع ستات، أو بيحاول يظهر كده علشان يغطى على نقص عنده بيعتبره المجتمع جريمة في حقه.

3. نظرة المجتمع الخاطئة للراجل الضعيف جنسيًا أو العاجز جنسيًا هى أقوى الموانع من العلاج، يعنى هو مبيعترفش ومش بيتعالج علشان الناس متكلش وشه، علشان فاهم إن لو حد عرف هيتعاير بقية عمره، والناس هتشوفه مش راجل، وهيطمعوا في مراته، وهيبصولها إن جوزها مش مكفيها فهيحاولوا يتطوعوا هما ويكفوها.

4. الراجل الضعيف جنسيًا غالبا مش هيعترف، وهيلجأ لحيلة إنه يرمى العيب على الطرف التانى؛ لإن من وجهة نظر المجتمع عادى إن الست تكون باردة أو محبب كمان ودليل عفة! لكن عيب وحرام وجريمة لو الراجل هو اللي ضعيف ودليل قلة أو عدم رجولة، يعنى

برضوا هو باصص إنه عامل معاها جميل إنه بيتهمها بالبرود بدل ما يعترف بضعفه!

5. كونى منطقية علشان تعرفى تصلحى حياتك، يعنى لما يتهمك بالضعف وهو ضعيف افهمى النقاط اللي فاتت واعذريه، وهنتكلم بعدين ازاى تحلى المشكلة دى، ومفيش مانع تسألى نفسك بمنتهى الحياد، هل أنا فعلا باردة جنسيا؟ طيب لو طلع إن انتى فعلا باردة، روحى اتعالجى علشان الجنس مهم جدًا لحياتك وهيغيرها لما تحصلى عليه، طيب لو طلع إن انتى مش باردة؟ يبقى اوعى تتهز ثقتك في نفسك مهما حصل ومهما سمعتى، على فكرة أنا كعمرو يس جالى 200 تعليق يقولى أنت فاشل وبينصحونى أبطل أتكلم عن الحياة الزوجية وأبطل أنصح المرأة.

6. بالمناسبة أنا رديت على ال200 تعليق وكملت في طريقى وبكتبلك دلوقتى الفصل رقم 6 وبوعدكم بمزيد من الفصول.

7. اوعى ثقتك في نفسك تتهز لمجرد الكلام السلبي، علشان كده ديمًا بقولك اعرفى حجمك، أو سبينى أعرفك حجمك، علشان لما

تعرفى حجمك كويس عمر ما حد هيقدر يهز ثقتك في نفسك وهتكونى واقفة على أرض صلبة.

8. لكل ست معني: طعم، ومغنى: طريقة.

9. الستات مش واحد أبدًا، والعلاقة معاهم عمرها ما هتكون واحد أبدًا في العصر المنيل اللي احنا فيه، عمرها ما هتبقى واحد والستات ماشية في الشوارع بتعرض مفاتنها ومواهبها، هو الرجالة عرفت منين؟ مش الستات هى اللي نزلت الشارع فرجته على مواهبها؟!

10. مذاق الجنس عند المرأة مختلف عن مذاقة عند الرجل، الرجل بيدوقه بشكل بسيط متدرج، أوله التفريغ، المرأة بتذوقة بشكل معقد لا متدرج تحتاج فيه كل شيء لتشعر بالرضى الكامل (مشاعر – اهتمام – لهفة – احتكاك سيطرة – خبرة بأماكن إثارتها وخبرة بطريقة مداعبة الأماكن دى و و و و)

11. الراجل غالبًا هيتبسط بمجرد التفريغ، الست لأ.

12. سلسة الحياة الزوجية اللي أنا بقدمها، مهتمة إنها تبنى ثقافتك وذكائك وثقتك بنفسك، عاوزك تطلعى منها إنسانة جديدة، عندها رؤية، وحكمة، وفهم للواقع ومعاها طرق كتيرة للتعامل معاه، يعنى مش عاوزك تستعجلى ولا عاوزك تبقى ملهوفة أقولك حلول، أنا بعلمك الصيد مش بديكى سمكة.

13. أنا هشرحلك الراجل وهسيبك تتعاملى معاه وعينى عليكي برضوا، أوجهك وأعلمك، وتغلطى وأقولك الصح وترجعى تجربي تانى وتالت وألف؛ لحد ما تنجحى أو تموتى وانتى بتحاولى.

14. من حقك تحصلى على الجنس، الست الطبيعية بتحتاج جنس، ومن حقك لما تحتاجيه تطلبيه وبمنتهى المباشرة والوضوح.

15. مش مطلوب منك تبقى كل النساء ولا أجمل النساء، لكن مطلوب منك تكونى جميلة.

16. لازم ترضى جوزك، لازم تهتمى إنك تكونى الحاجة اللي هو عاوزها، كل ده – في حدود استطاعتك-.

17. الراجل مش جاهز ديما يديكى جنس ممتع، لكن ممكن يكون جاهز كل وقت إنه ياخد منك جنس ممتع – جنس التفريغ –.

18. لما تديله الجنس وانتى مش عاوزة أو وانتوا زعلانين مع بعض ده مش معناه إنك حيوانه، أو إنه بيعاملك كأنك حيوانه، لكن ده معناه إنك ذكية وبتحاولى تكسبي حتى في أصعب الظروف، وفى النهاية انتى بتطيعى أمر ربنا اللي نهاكى عن الامتناع.

19. انتوا مش أعداء ولا أنداد ولا اتنين صحاب، انتوا كيان واحد ومشروع واحد وبتكملوا بعض، ولو كان هو طرف مقصر مش ضرورى تكونى انتى كمان وحشة زيه، خليكي أحسن منه لنفسك، ماهو لو كلب عضك مش هتعضيه.

20. مفيش أنثى عنيدة، العنيد هو الشخص الوحيد المؤهل لخسارة كل شيء في الحياة.

21. إياك والعناد.

22. ربنا خلقك جميلة لا تنحدرى.

23. أنا معاكى ومنحاز جدًا جدًا ليكي، وبكنلك كل احترام وتقدير، بس أنا لا أملك عصا سحرية لتغير الرجال و الواقع، لكن أملك بعض النصائح كفيلة لو فهمتيها ونفذتيها أنها تغير واقعك وتخليه أجمل.

24. جرئتكم على طرح الأسئلة عليا في الموضوع ده هيطمنى إنكم اقتنعتوا إن الجنس مش قلة أدب وإن من حقكم الحصول عليه بطريقة صحيحة ومشبعة.

25. أكيد عمرنا ما هنخلص الكلام في الموضوع في فصل واحد، وأنا مش عاوز أثقلك بالمعلومات وخلاص، عاوزك تخدى على قد ما تقدرى تستوعبى ونتوقف، وبعدها نرجع نكمل لحد ما نخلص الموضوع ونلم كل جوانبه، احنا بنتكلم عن الحياة الواقعية مش عن حياة ميكى ماوس، يبقى لازم طريقة عرض السلسلة ومحتواها يكون واقعى.

❋ ❋ ❋

" استراحة محارب "

حطى ديما في دماغك النقط دى وانتى بتقرى هذا الكتيب:

- أنا مش جوزك.
- ومعرفش جوزك.
- ومليش أى مصلحة إنى اظبط جوزك وأخليه يدور على مزاجه.
- أنا مش الراجل اللي خانك وعذبك وضيع مستقبلك وضربك وأهانك و و و والله ما أنا، بلاش تستحضرى صورته وتصبي غضبك على.
- مفيش بينى وبينك أى عداء مسبق.
- فكرتى عنك أو اعتقادى فيكي أو في المرأة عموما مش هيضرك؛ لأني أحب أفكرك إنى "مش جوزك" ولما اطلب أيدك ابقى ارفضي!

أسهل حاجة في الدنيا إنى أقولك نصيحة واطلع أجرى، أسهل حاجة أقولك اطلقى، بصى سهلة ازاى"اطلقى" "اطلقى يا سعاد" وارتاح ومتكلمش معاكى ساعة، هى كلمة واحدة "اطلقى" .

لكن أنا مش بكلم الست دى أصلا، الست اللي هتطلق دى عارفة طريقها ومصممة عليه، أنا اهتمامى بالتانية اللي عاوزة تكمل، اللي حابة تكمل، اللي مصره تكمل، اللي مضطرة تكمل، تكمل تكمل تكمل، وبالمناسبة من الأمانة إنى لما أشوف إن مش من مصلحتها أبدًا تكمل بقولها اطلقى، ولو رفضت بحاول معاها الإصلاح أو اثبتلها بالتجربة استحالة الإصلاح وأقولها تقبلى وكملى ما دام انتى عاوزة.

لو حد فيكم فاهم إن السلسلة دى عشر حلقات وأقولكم انطلقوا، فأنا بقول إنها طويلة وحلقاتها كتيرة، يعنى متستعجلوش، متسبقونيش، اهتموا بفهم ومناقشة محتوى الكتيب، مش تسيبوا الطرح وتسألوا في اللي بعده!

ما احنا هنيجي للى بعده، بس خلونا في اللي احنا فيه الأول، أنا عاوزك فاهمة مش حافظة، عاوزة مشاركة مش متفرجة، عاوز أنصحك ولما أخلص منك واطمن عليكى تكملى المسيرة، أنا بديكى منهج تتعليمه؛ وبعدين تعلميه لبنتك واختك وجارتك وصاحبتك وزميلتك، أنا عاوزك إنسانة حقيقية.

لو عاوز ألخص الحياة الزوجية كلها في نصيحة واحدة بس هقول للست: افهميه واحسنى التعامل معاه وخلى ربنا بين عنيكى. شايفة سهلة ازاى؟ دى تتشرح في حلقات كتيرة طويلة.

ولو عاوز أوجها للراجل هقوله: اتقى الله فيها فإنك مسؤول عنها. بصى الاختصار جميل ازاى. بس حد فهم حاجة؟

يعنى فهمتى ازاى تفهميه؟ دى لوحدها قصة طويلة، المقصود إنى أقولك أرجوكى متتسرعيش.

وعلى أى حال أنا رسالة من ربنا ليك، إما رسالة علشان تصلحي حياتك وفق النصايح اللي بقدمهالك، أو رسالة إنك تشكر ربنا إنه لم يبتليك بجنون واحد زيي، يعنى تقول الحمد لله الذي عافنا، ابقى فدتك برضوا.

افتكري ديما إنى بعلمك الصيد، أما السمك فهناك في سوق السمك.

فوائد في الطريق:

أنواع الشخصيات كتيرة جدًا، نرجسي، سيكوباتى، شخصية إيجابية، شخصية سلبية، انطوائية، حساسة، عصبية، ملوخية ومهلبية، في أنواع كتيرة.

مينفعش نحكم على إن فلان شخصية كذا من مجرد إنه عمل حاجة أو كام حاجة من صفات الشخصية دى، عاوز أقولك إن دى معضلة علم النفس، وإن دى هى الحد الفاصل بين المعالج الناجح والفاشل اللي تاعب الناس معاه.

علشان نوصل لنوع الشخصية هناخد وقت ومجهود وتركيز؛ لإن دى أهم خطوة، اللي هى التشخيص، بعد التشخيص كل حاجة سهلة بإذن الله، وسهلة جدًا كمان جدًا جدًا ، يعنى الشخصية السكوباتية، دى تقدر تحول الحياة لنار موقدة، وتعدمها كل معنى ليها، طب أيه حلها البسيط؟ أبعد، مفيش إصلاح ومتحاولش ولو حاولت أنا مش مسؤول.

التشخيص هو أهم جزء في عملية العلاج، شخّصنا صح هنعالج صح، طيب احنا بنشخص أصعب نوع من الأمراض والمشاكل على الإطلاق، وصعوبتها ناتجة عن إننا لا نملك أداة حقيقية تديني نتيجة حقيقية لا يختلف فيها اثنان وبدرجة محددة.

يعنى مفيش تحليل (دم ، بول ، براز ، لعاب ، عفريت أزرق، رنين مغناطيسي) يقولنا إن الراجل ده مريض بفقدان الأمل بدرجة 50 زبطوط مثلا، لكن عندنا أعراض وملاحظة يخلونا نقدر نوصل "لاستنتاج" حقيقى أو أقرب للحقيقة، احنا بنتعامل مع أصعب حاجة في الوجود (النفس البشرية) اللي العلم لا عارف يحدد مكانها ولا حجمها ولا وزنها ولا حتى ماهيتها!

يعنى طول ما هى بتبات نار تصبح رماد العلم لازم يتجنن، النفسية بيحصل فيها طفرات أصعب من إننا نفسرها، كل المعلومات اللي عندنا إنها حصلت بسبب أو بأسباب، لكن أيه هو السبب تحديدًا أو أيه هى الأسباب فده في علم الغيب واحنا علينا نستنتج بالأدوات الضعيفة القاصرة اللي نملكها (التحليل والمنطق و و و و) ، والمتميز بيقدر يوصل للسبب أسرع من غيره اللي ساعات مبيوصلش خالص.

لو قلنا عشرين صفة من صفات الشخصية النرجسية مثلا، مينفعش تحكم إن اللي قدامك حامل الشخصية النرجسية بمجرد توافر صفة أو

اتنين أو خمسة فيه، خصوصا إنك مش متخصص، يعنى مش بتدى أهمية أصلا لدقة الأوصاف، وبناء عليه في أفعال نرجسية بتطلع من شخص غير نرجسي وأفعال سيكوباتية بتطلع من شخص غير سيكوباتى، وهكذا ..... لذلك قولنا نكره الفعل ولا نكره الفاعل، لو فهمنا القاعدة دى حياتنا هتختلف.

سبينى بقى اطمنك في نهاية الاستراحة دى، إن خلاصة البحث اللي بقدمهلكم دى نتيجة دراسة ومراقبة استمرت لسنوات، عايشت فيها مئات الحالات واطلعت فيها على الآلاف من المشكلات، وقرأت عدد ضخم من الكتب و الأبحاث لأقدم لكم خلاصة كل ذلك.

❋ ❋ ❋

(7)

اعرفي حجمك

(اعرف حقك.. واجبك.. حجمك) فصل محتاج فنجان قهوة وتركيز.

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، ازيكم يا حقيقيين... اتمنى تكونوا بخير

اعرف حقك.. واجبك.. حجمك، التلت حاجات دول هما أضلاع مثلث التميز، حجمك هو قاعدة المثلث اللي من غيرها مش هيثبت ولا يقف في مكان، وحقك وواجبك هما ضلعين المثلث متساوى الساقين، والخلل في ضلع فيهم بيأثر على شكل المثلث، هقولك حقوق ممكن يكون عمر ما حد قالك عليهم وكذلك هقولك على واجبات يمكن عمرك ما خدتى بالك منها، الهدف من الاتنين إنك توصلى للقاعدة بنفسك وتعرفى حجمك وتتعاملى بناءً عليها.

وفى البداية لازم نتفق الأول على معاني بعض المصطلحات، علشان في ناس لما بتسمع كلمة حجمك بيجلها جنون رغم إنهم في الحقيقة أقزام، وفى الغالب لا يساوون أوزانهم تراب، بس برضوا أول ما تقوله اعرف حجمك يتجنن! ويحس إنك بتهينه وتقصد تقلل منه.

1. لما تكون راجل كبير وواقف تتخانق مع طفل وهو يشتمك وانت ترد عليه ويحدفك بطوبة وانت تحدفوا بطوبة، نقولك: اعرف حجمك، ومعناها هنا "انت كبير، انت أكبر من إنك تعمل عقلك بعقل طفل" انت أكبر من المكان ده.

2. ولما نلاقى واحد مهندس لا يفقه شيء في الطب وفاتح بطن إنسان بيعمله عمليه جراحية، بنقوله: اعرف حجمك: ومعناها هنا "انت مختلف عن المكان ده".

3. لما نلاقى واحد تافه مستهتر ورايح يتجوز بنقوله: اعرف حجمك: ومعناها هنا "انت أقل من المكان ده"، الحاجة المتشابهة في المواقف دى إنهم مش في مكانهم الصحيح، الأول في مكان أقل مما

يستحق، والتانى في مكان مختلف عما يستحق، والثالث في مكان أعلى مما يستحق، وكلهم خاسرون ساقطون في النهاية!

يبقى لما أقولك اعرف حجمك أنا اكيد مقصدش أوجهلك أى نوع من الإهانة، أقصد أقولك حط نفسك في مكانك المناسب، قديما قالوا لا تضع الندى موضع الحرب، ولا تضع الحرب موضع الندى، فلا تنقص نفسك قدرها فيزدريك الناس ولا تبالغ في ثمنها فيردك الله إلى أصلك.

عن أبي ذر قال قلت يا رسول الله ألا تستعملني، قال فضرب بيده على منكبي ثم قال: يا أبا ذر إنك ضعيف، وإنها أمانة وإنها يوم القيامة خزي وندامة إلا من أخذها بحقها، وأدى الذي عليه فيها . من أبي ذر؟ انه أبو ذر الغفاري صحابى جليل، قال عنه الإمام الذهبي رحمه الله :

" أحد السابقين الأولين، من نجباء أصحاب محمد ـــ صلى الله عليه وسلم ـــ قيل: كان خامس خمسة في الإسلام، لازم النبى -ـ صلى الله عليه وسلم -ـ وجاهد مع، وكان يفتي في خلافة أبي بكر عمر وعثمان ،

وكان رأسا في الزهد والصدق والعلم والعمل، قوالا بالحق، لا تأخذه في الله لومة لائم، وقد شهد فتح بيت المقدس مع عمر. "سير أعلام النبلاء" (3/ 367368)

انظر كيف يرد النبي صلى الله عليه وسلم الناس إلى أماكنهم الصحيحة ودون مواربة!

تانى وأهم مصطلح لازم نتفق عليه هو "المفروض والواقع" المفروض كل الناس تحب الخير لبعض، الواقع إن في كتير بيكرهوا الخير لبعض ودون سبب، المفروض كل الناس تعبد ربنا، الواقع أكثر الناس كفار بالله، المفروض يوقر الصغير الكبير، الواقع مش ديما بيوقر الصغير الكبير، المفروض يرحم الكبير الصغير، الواقع مش ديما ..... ، هل فهمتم الفرق؟

أوضح اكتر: المفروض إن كل الأمهات تعلم بناتها ازاى تتعامل مع جوزها، الواقع " أجب انت هل هذا ما يحدث في الواقع؟"

المفروض كل أب يكون مسؤول عن مراته وعياله، الواقع " أجب انت هل هذا ما يحدث في الواقع؟"

طيب أنا بتعامل في سلسلة #الحياة_الزوجية مع المفروض ولا الواقع؟ "مع ال--ـــواقع"

أنا بتعامل مع الواقع وبقدم حلول ذكية واقعية تصلح للتعامل مع الواقع، مش جاى اتكلم عن المفروض! أنا أقول المفروض وانتى تقولى المفروض ونقوم نحتفل بالانتصار العظيم اللي احنا وصلناله إن المفروض إن العالم يعمه الأمن والعدل والرحمة والسلام!!

أنا اتكلم عن الواقع الذى نعيش فيه، فمن لا زال لا يدرك اللحظة الفارقة، ولا زال يعيش في مجلة ميكي ماوس فليبق هناك بعيد على الرف وليدعنا نمضى!

تعالوا ندخل أعمق شوية ، في فرق بين "ما يحتاجه الواقع، وما يحتمله الواقع" ، يعنى الواقع يحتاج منك أن تعمل 24 ساعة في اليوم لكن الواقع لا يحتمل أن تعمل لهذه المدة، الواقع يحتاج أن تغير سكنك أو تهاجر أرضك ولكن الواقع لا يحتمل ذلك نظرا لكذا وكذا، الواقع يحتاج أن تحقق الدرجات النهاية في جميع المواد، ولكن الوقع لا يحتمل

إلا أن تحصل على الدرجة النهائية في مادة واحدة أو مادتين، هل اتضح الأمر؟

أنا أقدم "ما يحتمله الواقع" لا ما يحتاجه، بل ما يحتمله فقط، أتمنى إدراك الفارق.

كل الكلام اللي فات ده جزء من موضوع الفصل ده يعنى لو كنتى مركزتيش فيه كويس ارجعى واقريه تانى، علشان ده من أهم المبادئ اللي لازم تتعلميها في حياتك، الفرق بين المفروض والواقع، الفرق بين ما يحتاجه الواقع وما يحتمله الواقع، لو فهمتى الحاجات دى هتعرفى أمتى تعاتبى وأمتى متعاتبيش، أمتى تسامحى وأمتى تنتقمى، أمتى تتشبثى برأيك وأمتى تتنزلى عنه دون قيد أو شرط!

أنا دلوقتى هتكلم عن -بعض- حقوقك و -بعض- واجباتك وهديكى واجب تعمليه، والوجب هو إنك تستنتجى "حجمك".

مش عاوزك تتكلمى أو تطلبى الحقوق دى لحد ما أقولك تطلبيها وتخديها ازاى علشان متطلقيش بعد الحلقة وتتخانقى مع الأهل

والأقارب، اعرفى حقك بس، دى الخطوة الأولى، وبعدين هتكلم ازاى تحصلى عليه سواء بالطلب واللين أو بالقوة والاجبار، ما هو مش كل الحقوق بتطلب، في حقوق يجب أن تُخطف زى حق الحياة مثلا!

وكذلك واجباتك اعرفيها وخليكي ماشيه زى ما انتى، لحد ما اتكلم ازاى تقدمى واجباتك بمنتهى النبل والدقة، وطبعًا انتى ست وفاهمة كويس الفرق بين طبق الأكل المكسور وطبق الأكل المتذوق، وعارفة الفرق بين المية الساقعة المشبرة والمية اللي من الحنفية، الاتنين بيقضوا الغرض، بس في واحدة توقف العطش والتانية ترد الروح.

ولما تعرفى حجمك قيميه، هل حجمك قليل ولا كبير؟ طيب هل انتى راضيه عن الحجم ده ولا عاوزة تغيريه؟ تغيريه بإنك تكبرى أكتر ولا تصغري أكتر؟ خلى بالك احنا بنتكلم برة الصندوق، بنتكلم عن ناس متميزة وهيبقوا حقيقيين، يعنى سيبك من الأكلشيهات بتاعت مين مش عاوز يبقى كويس ومين ميحبش يبقى أحسن، سيبك من الكلام المحفوظ اللي عمره ما هيوصل لحاجة، وبالمناسبة ناس كتير مش عاوزة

تبقى كويسة، ومش حابة تبقى أحسن ولا تقدر ولا حتى بتحاول. عاوز أضفلك كمان اختيار ممكن جدًا تختاريه بصفتك إنسانة مميزة وحقيقية، هل عاوزة تغيرى مكانك كله؟ يعنى انتى مديرة وشايفه إن مكانك الصحيح هو إنك ترجعى موظفة أصغر تحت قيادة مديرة؟ على فكرة أنا شخصيا عملت ده.

وبما إننا قولنا إن السلسلة دى لكل الناس، يبقى أول حق من حقوقك هو:

- إنك تتربي وتتعلمى العقيدة الصحيحة، وفقه النساء، وفقه العبادات لو مسلمة، فقه الأسرة وهكذا، وبالمناسبة كل ده فرض عين يأثم تاركه!
- من حقك إنك تتجوزى.
- من حقك تتجوزى واحد يليق بيكي، يعنى راجل لو انتى أنثى، ندل لو انتى زعيمة الأندال، يبقى بالمفهوم، مسؤول لو انتى مسؤولة، متعلم لو انتى متعلمة وهكذا، وده اللي ديما بنشير ليه بالتوازن والتكافئ.

- من حقك إن أهلك يساعدوكى في حسن اختيار شريك حياتك.

- لو اتجوزتى يبقى من حقك إنه يصرف عليكى وعلى عيالك، وإنه يدافع عنك في حضورك وفى غيابك، إنه يحميكى من كل الناس وأولهم نفسه وأهله، إنه يرتقي بيكي يدعمك ويعلمك ويفهمك ويأدبك – وكل ده في حدود قدراته وفهمه – خلى بالك مما بين الاقواس علشان مهم.

- من حقك على جوزك إنك لو خايفة لأي سبب أو بدون سبب إنه – يحاول – يطمنك، إنه يحاول يشجعك، إنه يحاول يساعدك على الاندماج فيه والانمزاج معاه.

- من حقك يكون لك وقت لنفسك، وقت تمارسي فيه هواياتك، أو وقت فراغ.

- من حقك يكون ليكي خصوصية لا يعتدى عليها أحد.

- من حقك إنك متشتغليش برة البيت، ولا يطالبك أحد بالعمل أو الانفاق.

- من حقك إنك لو بتشتغلى يكون مرتبك بالكامل ليكي لا تُسألى عن طريقة حفظه أو إنفاقه – ما لم تتفقا على خلاف ذلك، وما لم تطرأ ضرورة تستدعى الكشف عن النفقات وأوجه الصرف-
- من حقك إنك تخدى فرصة كاملة تشرحي فيها وجهة نظرك وقصدك في كل موقف عملتيه واتفهم غلط.
- حقوقك أكثر من أن نحصرها؛ لذلك قلت في البداية سوف أقول بعض حقوقك وأرى أنها من أهم حقوقك، يمكنك السؤال عن أى شيء يلتبس عليكي، هل هو داخل في حقوقك أم في المطالبة بالأكثر من حقوقك.

بعض واجبات:

- واجب عليك أن تكونى امرأة حقيقة.
- واجب عليك أن تكونى أنثى ناعمة وطرية.
- واجب عليك أن تكونى زوجة أمينة.
- واجب عليك أن تكونى أم رحيمة.

- انتى تصنعين المجتمع فيجب عليك أن تتقنى عملك.

أحيانا بعض الحقوق بتتحول لواجبات! لمجرد إن واحد قصر في دوره، تعالى أضربلك مثال:

- من حقك إن أبوكى يأدبك، طيب لو هو مقمش بالدور ده واتجوزتى؟ بقي واجب عليكى تتأدبي!

- من حقك إن أهلك يساعدوكى في حسن اختيار شريك حياتك، طيب لو أهملوا الدور ده؟ واجب عليكي تحسنى التعامل مع هذا الشريك وهذا الاختيار الخاطئ.

أتمنى تكونى فهمتى النقطة دى كويس (اللي مفهمش يسأل).

أحيانا بعض الواجبات مش هتقدرى تقومى بيها، يبقى لو هنقصر ميبقاش كل التقصير، وطالما قصرنا نعتذر، نعتذر حتى لو عندنا سبب أو أسباب للتقصير ده، ودى أهم نقطة في درس النهاردا، ازاى تعتذرى؟

إنسان العصر الحديث لا يميل للتسامح، لكن بيحب ينتقم أو يعذب، مش الكل لكن الأكثر، والاعتذار مش كلمة، لكنه ثقافة ومهارة

في المقام الأول، في ناس كتير بتكون عاوزة تعتذر بس مش بيعرفوا ينقوا (الوقت المناسب – المكان المناسب – الكلمة المناسبة – الأسلوب المناسب – الصبر المناسب) وعلشان تقدر تعرف الخمس حاجات دول، لازم يكون عندك ثقافة ومهارة الاعتذار.

تعالى نقول إن كل خطأ في الدنيا لازم يكون ليه مبرر، مهما كان، حتى الكفر والاشراك بالله، طبيعة الإنسان كده، والطبيعة دى لما فهمها العلم قدر يعالج مشكلات كتيرة، بمجرد إن العلم اتأكد إن كل فعل وراه مبرر أو نية أو نية إيجابية عند البعض قدر يعالج مشكلات كتيرة، لكن مفيش أبدًا فعل بيصدر من الإنسان دون مبرر أو سبب.

لاحظ هنا إن أنا أخلط بين المبرر والسبب؛ لأن معنى الكلمتين دول في الخطأ (ليه؟)

ليه عملت كدة؟

ليه عملت كده في فلان؟

ليه عملت كده في فلان في الوقت ده بالذات؟

هتلاقوا مبرر لقتل الاطفال وبيع أعضائهم، وخيانة الأمانة، والكفر بالله، هتلاقوا مبرر لكل خطأ، دى قاعدة في الحياة لازم تؤمنوا بيها لو بتؤمنوا بالإنسان.

لكـــــــــن هل كل المبررات مقبولة؟؟

الإجابة: طبعـــــــــا لأ.

يبقى كل فعل ليه سبب ومبرر، لكن فيه مبرر مقبول ومبرر غير مقبول، مبرر منطقى ومبرر غير منطقي، مبرر حقيقى ومبرر وهمى وهكذا.

المبرر المقبول مش شرط يكون مقبول من جميع الجهات، ولا منطقى من جميع الجهات، ولا حقيقى من جميع الجهات، يعنى ممكن يكون مقبول عقلًا مرفوض شرعًا، مقبول شرعًا مرفوض اجتماعيًا!

عيدوا قراءة الجزء ده أكتر من مرة، واسألوا لحد ما توصلوا لفهم كامل في النقطة دى، لو عاوزين يكون عندكم مهارة وفن الحياة اللي جزء منها مهارة وفن الاعتذار.

تمهيد:

في حالة كسوف الشمس، المفروض إن الشمس طالعة لكن عينينا بتؤكد غير كدة، والكسوف ممكن يكون في مصر ومش في أمريكا، والشمس تتحجب عن مكان ومكان تانى لأ، ومن هنا نفهم حاجة مهمة اسمها زاوية التناول "ودى ليها فصل منفرد" بس في الفصل ده عاوزين نقول إن ممكن تتعدد وجهات النظر وتكون كلها صحيحة، لكنها صحيحة في موقع ما فقط، يعنى اللي في أمريكا شايف هو وأصحابه الشمس ساطعة وبيرفض إنها تكون في حالة كسوف صح، صح طول ما هو في موقعه في أمريكا، لكن لو ركب البرق وجه مصر هيتغير رأيه فورا، وفى الحالة دى غالبًا لو اتصل بالتليفون وقال لأصدقائه رؤيته الجديدة هتلاقوهم اتقلبوا ضده! هيتهموه بالجهل وبقصر النظر، وإن العلماء في مصر رشوه وغير ضميره ونسي الواجب المهنى و و و، كل ده وكل العداء ده بصدق، مش أصدقائه بيتصيدوا ليه؛ لأ هما شايفين الشمس قدمهم وهو كمان كان شايفها ازاى يغير رأيه

كده؟!!! نسوا يحطوا في الحسابات أنه غير موقعه، موقع الرؤية " زاوية التناول".

يعنى احنا ممكن نختلف وتتعدد وجهات نظرنا في الشيء الواحد، ونكون كلنا صح بسبب "زاوية التناول" أو الموقع، لكن أنا صح في موقعى وانت صح في موقعك.

مش هقدر أصدق أو أشوفك صح من غير ما أغير موقعى، يبقى هنا نقدر نقول إن الصح نسبي، عارفين العلماء لو كانوا مشيوا وار الحقيقة دى في كل حاجة كان حصل أيه؟ كان انتهى العلم!

لأن مش هيبقى في أى ثوابت في أى حاجة، انتى شيفاها ضرورة عاجلة وأنا شايفها حاجة مش مهمة خالص، انتى شيفاها أبيض ناصع وأنا شايفها أسود، لذلك كان لازم العلم يعتمد على أساس ثابت حتى لو كان الأساس ده مفترض!

يعنى يفترض ثبوته ويبنى لحين ما يتبين إنه خطأ، وده السبب المنطقى الجوهرى في تغير العلم كل يوم، وما كان صحيح علمى بالأمس فهو خيال وخرافة يرفضها العلم اليوم!

الدين هنا بيحل المشكلة، كل مشكلة هنلاقى الدين جه بالخبر اليقين.

لأن الدين مش بيتكلم عن الآراء ووجهات النظر. بيتكلم عن الحقيقة، والحقيقة في المثال بتعنا إن الشمس جزء محدد منها في حالة كسوف، وجزء محدد منها خارج عملية الكسوف! ويمكن حساب الجزء ده بمنتهى الدقة لو توفرت الأدوات، ومش ديما هتتوفر الأدوات؛ خصوصًا في الامور المعنوية.

نتيجة مهمة: التعميم مرفوض.

إن كانت الآراء بتتعدد، وبتختلف وبتكون كلها صحيحة، لكن الحقيقة واحدة لا تتعدد أبدًا.

يعنى انتى إنسان أو حيوان، مفيش تعدد ووجهات نظر هنا، انتى عايشة او ميتة، ده ابنك أو مش ابنك، دى اسمها حقايق، لا تخضع لوجهات النظر، لذلك إذا تعددت وجهات النظر في الحقيقة افهمى فورًا إنها من باب الفلسفة.

وبالمناسبة الفلسفة حاجة عظيمة مش زى ما أغلب الناس بيقولوها على الكلام اللي ملهوش معني، بالعكس الفلسفة عظيمة وبنت حضارات وكان ليها قيادة العالم فترة طويلة، لكن مشكلة الفلسفة لما بتصطدم مع الحقيقة ومبتقدرش تهضمها، أو لما بتحاول توصل لنهاية البير رغم عمقه وظلامه، الفلسفة بتصعب الدنيا، لا تكونوا فلاسفة.

فاكرين كنا بنتكلم عن أيه؟؟ الاعتذار .

ملخص:

كل اللي فات ده يفهمك، إنك هتغلط، وهيكون في سبب لغلطك، وإن ممكن يكون السبب ده خارج إرادتك، وممكن يكون منطقى بالنسبالك، وغير منطقى للطرف اللي انت غلطت في حقه، عارف ليه أنا ضربت المثل ببلدين (مصر وأمريكا) مش بشخصين؟ علشان أقولك إن هيبقى في ناس كتير شايفة نفس اللي انت شايفه – ما هو كل أهل مصر شايفين الكسوف –، وبيقولو لك إنك صح.

ملحوظة: لو التمهيد اللي فات مفهمتش منه الملخص ده قبل ما تقرئيه يبقى اقرى التمهيد تانى.

خلينى أقولك إن ثقافة الاعتذار بتقول إنك هتعتذر سواء كان سبب غلطك مقبول أو غير مقبول، منطقى أو غير منطقى.

❋ ❋ ❋

(8)

الهدف

خلى ديما عينك على هدفك علشان ممكن تنسي انتى كنتى عاوزة أيه، أكيد في حاجات بننتظرها من الطرف التانى، وأحيانا الحاجات دى لو طلبناها بتفقد كتير من معناها، لكن في النهاية ده مش مبرر إننا منحصلش عليها، وفى حاجات ممكن منقدرش نخدها بطريقة مباشرة، فمفيش أى مانع اننا نلف حوليها بذكاء، يعنى انتى محتاجة اهتمام، وزى ما بيقولوا الاهتمام مبيطلبش، انتى ليه خايفة تطلبى اهتمام؟ علشان مش هيبقاله طعم صح؟

طيب فكرتى في طعم الإهمال؟ أكيد انتى معايا إن الإهمال طعمة أصعب، وانتى كأنثى ذكية مينفعش تسيبى نفسك للإهمال ولا تسيبي جوزك ينساكى.

المشكلة غالبا بتكون في الطريقة والوقت المناسب، طيب أول حاجة حاولى متخالفيش طبيعته، يعنى انتى اتجوزتى واحد مش رومانسي وكنت عارفة كده قبل الجواز، يبقى انتى متفاجئه ليييييييه؟

لكن ممكن كان رومانسي قبل الجواز وبعد كده اتغير، الشخص الرومانسي مش بيتغير في الغالب تغير جذرى، ومش تغير مفاجئ، بياخد وقت يفضل الضوء فيه.. يقل.. يقل.. يقل لحد ما يطفي تمامًا، أول ما تلحظى إن الشعاع قل لازم تدخلى فورا وتطلبى الرومانسية والاهتمام.

ديما نقول ابذل من جنس الشيء يرجعلك، يعنى عاوزة الناس تضحك في وشك اضحكى في وشهم، عاوزة فلوسك تكتر طلعى صدقة، وهكذا، يبقى أول حاجة لازم تعمليها هو إنك تهتمي، طيب أغلب الستات مهتمة بالفعل لكن عندها مشكلة خطيرة، إنها مش بتعرف تعرض اهتمامها ده.

يعنى انتى عملتى حاجات كتير قوى علشان خاطره، بس هو معرفش، فالنتيجة بالنسباله إنك معملتيش!

طيب هل ده معناه إنك تتحولى لإنسانة منانة معندهاش حاجة تقولها غير المن كل ما تشوفه؟ اكيد لأ

لكن اتعلمى توصلى اهتمامك بشكل واضح، وأول حاجة في الاهتمام بالشخص هو الاهتمام بما يهتم، الاهتمام مش كله عبارة عن "وصلت الشغل يا حبيبى، خد الدوا علشان انت تعبان، ....." لأ خلي اهتمامك حقيقي وفى مكانه المطلوب.

ملحوظة هامة جدا: اللي جوزها شغال في مجال المبيعات والتسويق لازم تفهم إن ليه طريقة ومعاملة خاصة، أولا الله يكون في عونه؛ لأنه بيتعرض لضغط نفسي شنيع، بيتعامل مع كل الناس وهو في مكان ميسمحلهوش يرد الإهانة لو اتعرضلها، مطلوب منه يكون مبتسم حتى لو حالته النفسية في الحضيض، بيرغى طول ما هو في الشغل لدرجة بتخليه مش عاوز يتكلم ولا يسمع أى حاجة لحد تانى يوم، بيقابل عاهات كفيلة إنها تقفله يومين ورا بعض، حطى كل ده في حسبانك وربنا يعينك ويساعدك.

أغلب الرجالة بيحبوا حاجتين:

1. الأكل.

2. الجنس.

3. في رجالة تالتة بتهتم بحاجات تانية، دورك إنك تكتشفى اهتماماته الأولى؛ علشان تقدرى تهتمى بيه صح.

الأكل: بيقولوا أقرب طريق للرجل معدته، المقولة دى فيها شيء من الصحة، الإنسان لما بيسيطر عليه الجوع بيتحول لإنسان عصبى، ومش مركز، اهتمى إنك تقري عن الأكل وتسألى عن آخر الوصفات الجديدة، اهتمى وانتى بتقديمى الأكل واهتمى بطريقة تقديمك، اعتبريها هدية يومية، مش مجرد سد خانة، مش واجب بتقومى بيه، لأ ده اهتمام ومتعة انتى بتقدميهم.

بطلوا سؤال بتاع اطبخ أيه بكره، هو جوزك ماله هتطبخي أيه بكره؟!

هو لو عاوز حاجة معينة هيقول، ممكن تسألى السؤال ده لأصحابك لاخواتك أو في جروب بنات العيلة على الواتس، عاوزينه ديما يسأل نفسه يا ترى طبخالى أيه النهاردا، غالبًا الست اللي مبتسألش السؤال ده كتير، بتكون صاحبة قرار، وبتعرف تقنع الناس باختيارها.

اهتمى بيه وهو على السفرة، واسأليه ديما انت محتاج حاجة؟ حتى لو متأكدة إنه مش محتاج، اسأليه عاوز تشرب؟ الأكل عجبك؟ أيه رأيك في المكرونة؟ أيه رأيك في الطريقة الجديدة دى؟ علشان هو ياخد باله ويتعلم إن في وحدة منتظرة رأى أو كلمة تقدير، أو حتى تعقيب عام بإنها تقلل الملح تزود الفلفل أى حاجة، ماهو المشاركة بتتخلق من أول الحاجات الصغيرة.

الجنس: يا بختك لو هو بيحب الجنس، هيكون سهل جدًا، ده اسمه الراجل المريح، بس أنا عاوزك تنسي تمامًا إن آخر حاجة مهمة في الجنس هى العلاقة نفسها! أو بالاحرى الإيلاج نفسه.

الجنس ده عالم متكامل، والمرأة هى أجدر من يستطيع فهم هذا العالم، في الجنس بتشتغل الحواس الخمسة، النظر، السمع، التذوق، اللمس، الشم، كل الحواس بتشتغل وبتتفاعل بقدر إثارتها، وطبيعى لو أنا حبيت أثير حاسة الشم عندك بعطر، هقربه عند الأنف مش عند الرجل مثلا!

يعنى مطلوب منك تعرفى أن الحواس كلها بتشتغل في العملية دى، ومطلوب منك تعرفى أيه هى أعضاء الحواس دى، علشان تعرفى

هتحطى فين العطر المثير، يعنى شعرك وخلف الأذن مكان مناسب للعطر في العلاقة الحميمة، لكن نحطه على الهدوم وبعدين نقلعها! نحط في أماكن خاصة بحاسة التذوق!

1- **النظر**: وده مسؤول عنه العين، انتى أغلب تفكيرك بيصب في إنك ازاى تخلي العين دى تشوفك حلوة! الكلام ده صح في الحياة اليومية العادية مش في لحظة العلاقة الحميمة، في اللحظة دى لازم تركزى ازاى تخلى العين تشوفك مثيرة، يعنى مش مطلوب اللانجيرى يكون حلو، مطلوب يكون مثير، علشان كده مش لازم ديما يكون عريان ومفتوح، ممكن يكون مغطى ومقفول، ممكن يكون طويل، وفى كل الحالات هو أداة واحدة من أداوت كتير!

النظرات وكلام العين، التمايل والغنج والدلع شوية مياصة يا شيخة، تسريحة الشعر، حركات شفايفك وانتى بتتكلمى، اللهفة، كل دى أدوات الإثارة.

2- **السمع** مكانه الأذن، يعنى لما تيجي تهمسي، خليكي قريبة من ودنه، علشان يسمع ويقدر يتفاعل ويتأثر؛ لأن كلمة "بتقولى أيه... أيه..

أيه" أكيد في الوقت ده مش مناسبة! لو الأذن بعيدة يبقى لازم نعلى الصوت، وافتكرى إنها علاقة حميمة مش علاقة تقييم أخلاق!

مش لازم صوتك في العلاقة يكون رقيق وواطى على طول الخط، أحيانًا لازم يكون ضعيف وأحيانًا لازم يكون عالى أو شرس، تخيلى النغمة الموسيقية لو متنوعتش بين صعود وهبوط، يعنى دو دو دو دو أو رى رى رى رى .... هتبقى مجرد وش من درجة واحدة.

قولى كلام مثير يعبر عن استمتاعك واحتياجك في نفس الوقت، اوصفى شعورك، استخدمى كلمات خادشة للحياء إذا تطلب الأمر!

الآهات في الوقت ده بتاخد دور المرشد أو الدليل، اللي بيعرف الراجل هو ماشى في طريق صح ولا غلط، إنه في المكان المناسب ولا في مكان تانى أكثر مناسبة، الآهات سحر مفعوله مضمون.

3- **التذوق**: التذوق معنوى ومادى، المادى بيبقى باللسان، ده يخلينا نهتم إن الفم ميكنش ليه رائحة كريهة، وإلا هنلاقى هروب من القبلات أو تأديتها بطريقة الواجب مش اللهفة، ممكن نغسل الأسنان، أو ناخد حاجة من مطهرات الفم بالنعناع، اهتمى إنك تستنشقى الماء لحد ما

تحسي بحرقان في أعلى الأنف علشان غسل و تنظيف و ترطيب مجرى الأنف، وده بينفع في أغلب حالات رائحة الفم الكريهة، لو سنانك تعبانة متهمليش فيها روحى للدكتورة وعالجيها، حافظى على المعجون بعد الأكل مباشرة مش بس الصبح أول ما نصحي وقبل النوم، الطريقة الصحيحة لغسل الأسنان هى بعد تناول الطعام مباشرة ، لو كلتى عشر مرات اغسلى ورا العشر مرات مباشرة؛ علشان تمنعى تخمر الأكل في سنانك، بس في الحالة دى خلى بالك من اللثة واستعملى فرشة ناعمة، اهتمى إنك تروحى تنضفى سنانك مرة واحدة كل سنة حتى.

في التذوق المادى عاوز أنبه على معرفة أماكن وضع العطر علشان مش لطيف خالص إنه يلاقى على لسانه أغلى أنواع العطور الفرنسية!

بيدخل في التذوق واللمس سخونة النفس وقوته ومكانه، مثير جدًا النفس السخن القوى على الأيد، لكن أيه رأيك لو كان في الوجه؟ أكيد منفر بعض الشيء، إلا إذا كان في وقت صحيح.

مش عاوز اتكلم عن التذوق المعنوى في الفصل ده، لكن هقول فيه حاجة مهمة جدًا، التذوق عند الراجل بيتحرك بناءً على طريقة تذوق

الست، يعنى لما يحس بتفاعلك مع كل لمسة بيبتدى يحاول يعرف تأثير كل لمسة وأوجه الاختلاف بين اللسمات، كذلك طريقتك في التذوق بتفتح نفسه إنه كمان يتذوق، زى بالظبط لما بتشوفى حد بيأكل قدامك بشهية ريقك بيجرى.

4- **اللمس**: بالجلد، أكيد في أماكن بتتأثر باللمس أكتر من أماكن تانية، لكن كل الجلد بيتأثر باللمس، والإثارة باللمس من أروع أنواع الإثارة، لو عرفنا طريقة إثارة كل مكان، النعومة جزء أساسى من الإثارة باللمس، أمتى يحصل اللمس وازاى، أيه قبل أيه، مدة اللمس علشان الجزء ده يستجيب.

5- **الشم**: العضو المسؤول عنه الأنف، يبقى زى ما قولنا نحط العطر في مكان يستهدف الأنف وفى نفس الوقت ميزعجش أعضاء تانية، والشم مش بس ريحة حلوة، لا كمان عدم وجود ريحة منفرة، يعنى في أماكن من الأفضل ريحتها تكون حيادية، مش حلوة ولا وحشة، تخيلى لو حاولتى تشربى شاى بعد أكل مسكر جدًا، هتلاقى طعمه أيه؟ مر.. ومهما حاولتى تزودى السكر هيفضل مر وهكذا، بيدخل في الشم ريحة النفس، السواك الطري في تنقية النفس رائع.

في حواس لازم تشتغل مع بعض في نفس الوقت، اللمس مع نظرات العين، السمع مع التذوق وهكذا... كما يمكن الإبداع في هذا الأمر بإشراك أكتر من حاسة مع الأخرى ومراقبة التأثير.

(الجنس عملية ممتعة جدًا لو حصلت بفهم وحب واشتياق).

لازم تتعلمى وتقرى كتير في الجنس، معلوماتك الفطرية عن الجنس مبقتش كافية، في أماكن وطرق وحركات عمرك ما هتعرفيها بفطرتك، أغلب الرجالة متعرفش الجى سبوت ولا أيه دورها ولا فين مكانها، ومش هيعرفها إلا لما يقرأ، يبقى انتى كذلك محتاجة تقري وتتعلمى، ومامتك هي آخر واحدة تسأليها في الموضوع ده، خصوصًا لو هى مش قارئة، اعتمدى في المقام الأول على كتب الثقافة الجنسية.

متحاوليش تتعلمى أى حاجة في الجنس عن طريق الأفلام الإباحية؛ لإن– كل– المعلومات اللي فيها مغلوطة، حتى الأوضاع اللي فيها محتاجة فترات تدريب طويلة، وغالبا مش ممتعة زى ما بيحاولوا يصورا في الأفلام دى، هى للإثارة الذهنيةفقط، يعنى فيلم مش حقيقة، واللقطة

الواحدة ممكن تتصور في ساعتين، في الآخر هى صناعة مش علاقة حميمة.

س- يعنى أنا محتاجة كتالوج وأنا بمارس الجنس مع جوزي؟!

ج- لأ انت محتاجة تتعلمى ومع الوقت والتكرار هيبقى بديهى وهتعملى من غير ما تفكرى.

س_ طب أنا بحب اتعامل باحساسي بس، وانطلق ده ينفع؟

ج- لواحده لأ مينفعش، نفترض واحد يمتلك بالفطرة سرعة رهيبة في الجري، لو مبصش للطريق هيخبط في الحيطة وغالبا هيتكسر.

س- أخاف أعمل كده يقول عليا قليلة الأدب؟!

ج- طالما انتى مراته متخافيش، انتى بتستمتعى وبتعلقى جوزك بالجنس معاكى، بس ديما اختبرى ذوقه الجنسي، يعنى متهجميش مرة واحدة... **Step by step**

(9)

ما كُسِر في أعوام لن يجبر في يوم واحد

اللي اتكسر يتصلح واللى "غير قابل للإصلاح" يستبدل، بس مفيش حاجة بتتكسر في سنين وبعدين تتصلح في لحظة واحدة أو يوم واحد، أغلب متابعين سلسلة #الحياة الزوجية متجوزين من فترة طويلة، مروا فيها بأخطاء كتيرة، واحنا النهاردا بنصلحها، فكان لازم أنبه إن اللي قعدنا نبوظ فيه أربع أو خمس أو عشر سنين محتاجين وقت علشان نوصل للهدف المطلوب، يعنى لما أقولك إنك محتاجة تغيري نفسك وطريقة تفكيرك في سنة ده يعتبر وقت قليل.

يبقى نطلع من الكلام ده بحاجتين:

1. إن في أمل حتى لو مر على حياتك الزوجية عشرة أو عشرين سنة.

2. إن الفترة الطويلة اللي ضاعت محتاجة فترة علشان تشوفى نتيجة لكل اللي بتحاولى تصلحيه.

يبقى الناس المنتظرة إنها مجرد ما تتغير هتلاقي الطرف التاني اتغير وخدها بالأحضان محتاجين يراجعوا تفكيرهم، ويعرفوا إن لازم يمر وقت طويل وهما بيتغيروا وثابتين على التغيير ده، وخلينى أحطك انتى نفسك في الموقف، لو انتى تعرفى واحدة قعدت تكدب عليكي عشر سنين، وبعدين جت فجأة قالت حاجة صدق، هتصدقيها فورا؟! أكيد هتشكى إن صدقها ده كدب، طب لو اتأكدتى من صدقها؛ هل هتبقى نموذج صادق قدامك لأ هتقولى هى قالت الصدق علشان في وراه غرض، أو علشان مش في مصلحتها تكدب، وهتفضلى برضوا على حرصك الأول منها، طيب اتأكدتى بعد فترة إنها قالت الصدق، وكانت تقدر تكدب، هتبتدى تستغربي، طيب قالت الصدق تانى؟ هتشكى في نيتها وتقولى أكيد ورا الصدق ده حاجة، طيب قالت الصدق تالت، هتبتدى تقربي بس بحذر، طب رابع وخامس وعاشر، هتبتدى تقيمي

كلامها، بعد ما كنتي الأول مبتفكريش حتى فيه، ومجرد ما تتكلم بتقولى دى كدابة، طب استمرت على الصدق؟ هتقولى لأ فلانة ابتدت تتغير وهكذا...

يبقى تغييرك مع جوزك مش هيجيب ثمرة في أول يوم ولا أول أسبوع وسبينى أقولك ولا حتى أول شهر!

السر في الاستمرارية، يعنى بقالك عشر سنين بتتعاملى بطريقة خاطئة، وصلتيله فيها ألف معنى خاطئ وسيء عنك، اصبرى قدامهم سنة على الأقل علشان يقدر يتقبلك ويرجع بالصورة اللي انتى عوزاها، لكن لو انتى فاهمة إنك هتخدى نصيحة وتعمليها فهو يقوم فورًا يخدك بالحضن ويقولك يلا البسي هنروح ناكل برة ويخدك يفسحك، يبقى انتى لسه عايشة في عالم ميكي ماوس.

لكن ده ميمنعش إنك هشوفى تغيرات تصبرك على الطريق، بس مش من أول مرة ولا من أول موقف، كأنك بتطبخى رز، شوفتى ازاى بتصبري وتراقبى النضج؟ هو كذلك.

وعلشان الفترة ممكن تطول، علشان تغييرك يبقى حقيقي مش مجرد تجربة، خليه تغيير ممتع، استمتعى وانتى بتفهمى الحياة من جديد، وبتشوفى أخطائك وبتعالجيها، خليها لحظات بتسعدك مش واجب بتقومى بيه، عاوزك تحسي بالسعادة دى وانتى بتتغيرى وبتعدلى طريقة تفكيرك، علشان لو سقف الطموح عالى من غير خطة مناسبة تشمل مدة تنفيذ الخطة هتتصدمى وهتحسي بملل ويأس وإن مفيش أمل، وهتقفى وترجعى من مكان ما بدأتى... الصفر.

الست اللي قعدت سنين تضيع في سعادتها الزوجية وهدمت مساحات شاسعة في العلاقة، وبعد ما تسمع نصيحة تروح تطبقها وعاوزة نتيجة فورية، بنسميها الست الموكوسة، عارفينها؟ فلا تكونى "موكوسة".

أغلب النصايح في الحياة الزوجية فعالة ونتيجتها ساحرة، أمال مش بتجيب نتيجة ليه؟ علشان الاستعجال، وسبينى أقولك إن من مصلحتك إنها متجبش نتيجة بسرعة!

لو البيت كله مبهدل ومكركب وجالك ضيف عوزه يشوفوك بشكل لائق، هتحتاجى أيه قبل ما تستقبليهم؟ هل مجرد إنك تشيلى الفوطة اللي وقعه في الأرض يكفي؟ أكيد هتحتاج "وقت" علشان ترتبي كل شيء على أفضل ما يكون.

يعنى لو هو بمجرد ما انتى اتغيرتى صدقك ده مش في مصلحتك؛ لإنه هيجي بسقف طموح عالى انتى مش جاهزة ليه، وهيبقى فاكر إنك خلاص اتغيرتى مع إن الحقيقة إنك لسه بتبتدى، وهيبقى فاكر إنك اتغيرتى في كل الجهات، والحقيقة إنك اتغيرتى في جهة واحدة... فلا تتعجلى يا امرأة.

البلح من أهم الثمار اللي بتحتوى على عناصر غذائية مهمة ومفيدة، بل إن ممكن الإنسان يكتفى بأكل التمر ويحصل منه على أغلب العناصر اللي الجسم محتاجها، ثمرة رائعة صح؟ طيب النخلة بتكبر وتثمر بعد كام سنة؟

❋ ❋ ❋

(10)

بتاع مصلحته

الجملة دى ناس كتير بتقولها على سبيل الذم، مع إنها جملة من أفضل جمل المدح اللي ممكن الإنسان يقولها في حق نفسه، أنا بتاع مصلحتى، أتمنى أقدر أعلمكم تكونوا بتوع مصلحتكم، بس الأول نفك المصطلح ده؛ علشان تاعب ناس كتير.

بتاع مصلحته مش ندل ولا مستغل، ده واحد عارف قيمة وقته وعارف ومحدد هدفه كويس، لما نقولك احرص على ما ينفعك معناها خليك بتاع مصلحتك، وأى حاجة أو أى حد مش بيصب في مصلحتك ملهوش لازمة يكون موجود في حياتك وحاجز مساحة من وقتك.

هو الناس لو مبقوش بتوع مصلحتهم يبقوا بتوع أيه؟ بتوع مصلحتك انت؟ ده في مقابل أيه يعنى؟!

يعنى لما حد يقعد معاك علشان يستفيد منك؛ ماهو قاعد علشان مصلحته، وانتى بتحاولى تتعلمى ازاى تتعاملى مع جوزك علشان

مصلحتك، وبتروحى تخدى كورس انجليزى علشان مصلحتك، وبتتعلمى كمبيوتر علشان مصلحتك، طيب يبقى لماذا الهراء؟!

بنصلى علشان ناخد حسنات "مصلحة"، بنصوم علشان ندخل الجنة "مصلحة"، مش بنغلط علشان مندخلش النار "مصلحة"، هو انتوا بتنكروا أيه وبتتحدوا أيه؟!

المصلحة هى اللي بتجمع الشعوب وهى اللي بتصنع العلاقات، هو انتى لما حبيتى جوزك مش حبتيه علشان فيه حاجات انتى عوزاها؟ ولا حبتيه مجاملة مثلا؟ حبتيه علشان مصلحتك، وهو اتجوزك ومرضيش يتجوز بنت خالته علشان مصلحته معاكى مش مع بنت خالته، وانتى فضلتيه على زميلك علشان مصلحتك معاه مش مع زميلك، حتى لو كان هو أفقر من زميلك بس بيقدملك مصلحة أهم من المال اللي هى "فيه الصفات اللي انتى عوزاها"، يبقى حياتنا مبنيه على أيه؟ شاطورة... مبنية على المصلحة.

مش عاوزك تقولى تانى أصل فلان ده بتاع مصلحته، إلا لو كنتى تقصدى تمدحيه، علشان دى جملة للمدح تدل على إنه إنسان عارف هو عاوز أيه وبيحاول يحققه.

أما لو كنتى تقصدى بيها إنه انتهازى أو استغلالى فده حاجة مختلفة ملهاش علاقة بالمصلحة، وجوزك لما يبقى رقيق معاكى علشان عاوز حاجة منك ده مش استغلال أو انتهازية، ده الطبيعي، يعنى اكيد انتى لما بتكلمينى على الخاص علشان تستشيرينى في حاجة "مصلحة" بتقولى إنك واثقة في آرائى وإنك معجبة بكتاباتى و و و و وبتتكلمى بطريقة رقيقة وشيك علشان توصلى للمساعدة اللي هى "مصلحتك".

لازم تغيري نظرتك، الحياة مبنية على المصلحة، واحنا بنكلم بعض وبنتعامل مع بعض علشان المصلحة، أرقى العلاقات الاجتماعية سببها المصلحة وإلا تبقى علاقة عبثية، وأى مكان أو علاقة في حياتك مش علشان المصلحة تخلصى منها فورا وانتبهي لمصلحتك.

ده مش عكس الشهامة ولا الجدعنة والطيبة، بالعكس... هو انتى عاوزة تتحلى بالصفات دى ليه؟ علشان هى صفات نبيلة؟ طيب دى اسمها مصلحة.

س)يعنى ممكن اصبر على حد مش طايقه علشان المصلحة؛ من غير ما أفقد احترامى حتى لنفسي؟!

ج) أه ممكن جدًا، امال بتستحملوا المدام تهانى في المصالح الحكومية ليه؟ بتضحكوا في وشها رغم إنكم عاوزين تولعوا فيها ليه؟ علشان مصلحتكم في ايديها صح؟

يبقى اللي جايلك علشان مصلحته وبيكلمك علشان مصلحته، وبيتعامل معاكى علشان مصلحته ده مش شخص انتهازى ولا مستغل و لا حاجة، ده شخص طبيعي جدًا، ويستحق الاحترام إنه عارف مصلحته وبيسعى وراءها ، وياريت لو نتعلم منه كلنا ونكون "بتوع مصلحتنا".

❋ ❋ ❋

(11)

اتعلمى الطبخ

ست مبتعرفش تطبخ، زى عربية مبتعرفش تمشي، لمبة مش بتنور، ولحاف مش بيدفى، ومية مش بتروى، ست مبتعرفش تطبخ هى ست ناقصها ست، الطبيخ مش نافلة من القول ولا سنة يثاب فاعلها، لكنها جزء رئيسي من أهمية المرأة، تخيلى راجل طويل عريض شنبه حوالي متر ونص مترين، وبيعرف يجعر ويزعق بس مبيصرفش على بيته!

الأكل نوع من أنواع الفن الراقى، مش احنا قولنا إن في نوع من الرجالة مفتاحه معدته؟ طيب خلينا نقول إن حتى لو جوزك مش من النوع ده فهو في النهاية من نوعية البشر، اللي هى بتحتاج تاكل علشان تعيش، بتحتاج بنزين يا لينا، يعنى خلى بالك قبل ما تطبخي من اللي تحت الحوض!

عاوزك فنانة، استلهمى روح الفنان وانتى بتطبخى، عاوزك تحسي إنك بتعزفى مقطوعة لبتهوفن وانتى بتطبخى السبانخ، أو إنك بترسمى

لوحة من لوحات دافنشي وانتى بتقطعى السلطة وترصى الاطباق، عاوزك تتخيلى نفسك بيكاسو وعمار الشريعى ونجيب محفوظ، عاوزك تبدعى بالأصابع الماسية أجمل وأشهى الطعام.

بالمناسبة الموضوع ده مش محتاج "كلف يا سيدي" ولا حاجة، أنا أكلت ملوخية مطبوخة على مية عمرى ما كلت زيها، شوفت ستات بتعرف تعمل من الفسيخ شربات، و من طبق الرز وجبة مفتخرة، ومن قطع الدجاج المجمدة أعظم المنحوتات والقصائد الشعرية!

الست الماهرة في الطبخ بتعرف ازاى تعمل للمعدة كلمة سر ومفتاح يبقى في ايديها، بتشفرها بشفرتها، والأكل الحلو بيغير النفسية ويخليها حلوة، والأكل الوحش بيغيرها ويخليها وحشة، في ست بتطبخ تخليكي تحتارى هى طبخت باديها ولا برجليها! وهل هى كانت طابخة الأكل ده لآدمى ولا للفراخ اللي هى مربياها! في نوع من الطبيخ تقدر تفهم منه قد أيه الست دى بتقولك إنك ملكش أى أهمية ولا قيمة عندها، وقد أيه هى مهملة وفاشلة، وتخليك تحتار ازاى تكافئها وتشكرها على وقفتها في

المطبخ؛ هل تقطعلها ايديها من لغالغها، ولا تحرقها على نفس العين اللي طبخت عليها؟!

انتى دلوقتى رايحة تعملى الأكل يبقى انتى رايحة معتكفك، واللى قدامك ده مش فراخ ورز وسبانخ دى حروف السلم الموسيقى، دى الألوان اللي هتلونى بيها اللوحة، والقلم المبرى اللي هترسمي بيه، انتى دلوقتى فنانة مش "ستوتة"، انتى بتقومى بعمل عظيم محتاج مهارة ودقة وقوة ملاحظة، الطبخ عبارة عن خلطة لها مقادير لو زادت حاجة بسيطة أو قلت حاجة بسيطة الطبخة فشلت، لو اتعملت بشكل روتينى وعلى طريقة العلف مش هتطلع غير علف، وخلينى أصارحك بسر مهم، إن كل الطباخين والطباخات مش سحره، ومش معاهم جن بيرشدهم، هما مجرد ناس زيك حبوا الموضوع؛ وركزوا فيه وادوله اهتمام يليق بيه فوصلوا للنجاح.

قطعى السلطة قطع صغيرة قد عقلة الصباع، مش قد راس الضفضع، اسألى صحباتك المشهورين بطبخهم الحلو، مش تغيرى

وتتقمصي وتحقدى، وتتعاملى بعجرفة وتفضلى فاشلة، اديهم وضعهم وانتى بتسألهم مش كأنك عارفة وبتفتكرى بس المعلومة، اشترى كتب طبخ توصيكى بيها طباخة مش تشترى على ذوقك انتى! اتفرجى على برامج الطبخ بعناية وتركيز؛ واكتبى وراهم كل خطوة ونفذيها زى ما قالوها بالظبط، من غير ما تحطى التاتش المنيل بتاعك، ارشحلك علاء ابن الشيف الشربينى رائع، وأحسن من أبوه كمان.

لما تاكلى حاجة حلوة عند حد متتكسفيش تسألى اتعملت ازاى، في بعض الستات بتخبي ومش بتصرح بطريقتها لكن مش كلهم، في بتقول عادى، في الطبيخ حاجة كل الناس بتحكى عنها اسمها "النفس" النفس ده يا ستى بعد بحث طويل طلع إنه هو الروح، الروح اللي انتى بتطبخى بيها، يعنى بتطبخى وانتى قرفانة وعاوزة الرز يستوى بسرعة علشان تلحقى تشوفى رسايل الواتس وإشعارات الفيس؛ هيطلع الأكل زيرو، ولو هتطبخى وانتى عمالة تتأملى في جمال الرزاية ومستغربة إن مفيش

ريحة نفاذة لأكلك وتقعدى تدورى عن السبب وتعملى أبحاث، هتوصلى لطبخة رائعة.

من أكتر الحاجات اللي سمعتها من الستات اللي بتعرف تطبخ عن سر جمال أكلهم، إنهم بيسبحوا وينشغلوا بالذكر طول ما هما شغالين، من أول التقطيع لحد ما الأكل يستوي خالص، يعنى بتخدى ثواب وبتحسنى نفسك.

اتعاملى مع الموضوع ده باهتمام بالغ، هتلاقى إنه بطل ياكل برة البيت، وإنه بقي يحكى عن أكلك لأهله، وإنه بقى يفضل أكلك على أكل الحاجة أمه، وهتلاقى اخواته نفسهم بقوا يتصلوا بيكى علشان يعرفوا سر طبيخك المميز.

في ستات سرهم الحبهان وستات سرهم مرقة الدجاج، وستات سرهم جوزة الطيب، وستات سرهم الوقت المناسب!

تخيلى إن أمتى تحطى كذا مع كذا الطعم بيختلف تماما! أمتى الكبدة تنزل الطاسة وأمتى تتحط الخلطة فوقيها بتفرق 1000 درجة مئوية في الطعم.

حجم مكعبات الفلفل وطريقة تقطيع الطماطم بتفرق ألف درجة في الطعم، أمتى تحطى الكرفس وأمتى تزودى المية، كلها حاجات بسيطة لكنها بتخلى واحدة طباخة شاطرة ووحدة طباخة عاوزة طباخة.

انتى ليه متمسكة بطريقتك الفاشلة رغم كل الكلام المقرف اللي سمعتيه عنها وبسببها؟!

انتى حاسة إن طعمها حلو علشان انتى تعبتى وانتى بتعمليها؛ بس الحقيقة هى اللي قالها الناس اللي داقت، قالولك إنها زفت، ليه مصرة؟ ليه حاسة إن إصرارك على الطريقة الفاشلة اللي بتطبخى بيها أكل زى الزفت هى جزء من احترامك لذاتك؟!

اعرف واحدة جوزها بيحب يأكل مسبك وهي بتطبخ سوتيه من سنين، هو ميعرفش إنه بيحب الأكل المسبك لكن عارف إنه مبيحبش طريقتها في الطبخ، قالها كتير أكلك وحش، فكانت بتدوق قدامه الأكل بمنتهى البلاهة وتقوله: والله طعمه جميل أهو! بلاهة.

مش مهم كل الناس تشكر في أكلك، المهم إن جوزك هو اللي يستمتع بيه، الحكم عليكى مش تذوقك انتى، لكن تذوق اللي هياكل من إيديك، ومتصدقيش ديمًا آراء صحباتك في طبيخك علشان غالبا بيجاملوكى وبيحاولوا يرفعوا من روجك المعدنية.

من العجب إن ستات كتير فاكرين إن الطبيخ ده حاجة عادية، وإنه مش مشكلة ومش عيب يبقى طبخها وحش ومقرف، مع إننا كلنا متفقين إن الإنسان لازم يأكل! وإن الجعان غبى وعصبي لحد ما يشبع.

❋ ❋ ❋

(12)

اعملى لنفسك خاطر

مهم جدًا في علاقاتك عمومًا وفى علاقة الزوجية خصوصا إنك تعمليلك خاطر، المشكلة إن كتير من الستات فاهمة الموضوع ده غلط، فكراه كتر خصام ووقوف على الواحدة، وعدم قبول الصلح، الموضوع عكس كده تماما، وخلينا نتكلم من البداية، عاوزة تعمليلك خاطر يبقى متزعليش!

متزعليش كتير، مش كل شوية تتقمصى وتخدى جمب، كتر القمص بيخليه عادى، كتر الزعل بيخليه مألوف ومتعايش معاه، وابقى بخدعك لو قلتلك إن في راجل جاهز إنه يصالحك كل شوية، الرجالة بتزهق أسرع مما تتخيلى، حتى لو كان بيحبك وشارى خاطرك، فانت مش كل شوية تزعلى وعلى أقل حاجة تتقمصى، بتفقدى الموضوع قوته، بتخليه حاجة اعتاد عليها منك، يعنى مش شايف إن انتى في حالة غير عادية؛ لإنك على طول ضاربة بوز وزعلانه!

خلى لزعلك ضجة، احنا لما بندخل البيت ونشغل النور مش بنهتم إن المفتاح استجاب والنور نور، ولا بنقف نتأمل ونتغزل في الضوء المنبعث من اللمبة، بنتعامل عادى؛ لإنه شيء مألوف، لكن أمتى نقف ونتفاجئ وندور؟ لما نضغط الزرار والنور يفضل مطفى، هنا بنعرف إن في حاجة غير عادية حصلت، شيء غير مألوف، كذلك زعلك كل شوية ومع كل غلط وفى كل الأوقات المناسب منها واللى مش مناسب حاجة تثير الاستياء، وتستدعى الإهمال من الراجل حتى لو كنتى على حق؛ لإنه مش هيحس إنك في وضع غير طبيعى، علشان كده الست بتبقى مقموصة وجوزها شايفها وبيتعامل عادى وبمنتهى اللامبالة!

مش كل شوية تبكى، مش على أصغر حاجة تبكى، امسكى نفسك، خلى لدموعك هيبة، خليها لما تنزل يعرف إن هو أخطأ خطأ بشع وشنيع ولازم يعتذر، ويشيل هم الدموع دى، ويجاهد إنه يوقفها، متخليش صورتك عنده إنك البكائة اللي دمعتها مبتنشفش، مش كل ما يقول كلمتين تعيطي وتنزلى بحر دموع، خلى دموعك لما تنزل تقسم قلبه نصين، قللى العرض علشان ترفعى الثمن!

تخيلي واحدة صحبتك كل شوية تزعل، كل كلمة منك ساعة عصبية غير مقصودة تفضل تبكى، وكل ما تعملى حركة تتقمص، مش حاجة مملة وتضايق؟ طيب الراجل أسرع ملل منك في الموضوع ده، وفى نفس الوقت بيتعود على شكلك الزعلان، أغلب الرجال بيتأقلموا على الوضع، وده يفسر برضوا ليه مش ديما الراجل بيمدح زوجته، اللي علطول لابسه ومتشيكة وجميلة، كلمة السر الاعتياد!

يعنى ممكن يغلط وتعدى، وممكن تبقى زعلانه ومتخديش موقف، ولما تزعلى ويجي يصالحك تستجيبى بسرعة، في العموم -ـ سواء راجل أو ست - اللي صلحه صعب بيجبر الناس إنها تطنشه، يعنى طالما الموضوع بسيط مش لازم تكبريه، بلاش تخدك الجلالة!

أصحاب الدمعة العزيزة دمعتهم ليها هيبة وتمن، لما يشوفها يحس إن الكون بيتقلب حوليه، تقدرى تحسسي الراجل ضعفك بطرق تانية كتير – هتكلم عليها – مش ضرورى كل شوية تبكي وتقوليله إنك بتبكى ويجى في أى وقت يلاقيكي بتبكى، طب ما دى عادتها البكى بقي!

وما دام عرفتى تكونى متوازنة، ومتحسسيهوش بزعلك إلا لما يكون الموضوع مستاهل، فإنتى محتاجة تزعلى في وقت مناسب!

س- هو الزعل كمان ليه وقت؟

ج- طبعا.

طالما هتزعلى خلى زعلك واضح ومباشر، ازعلى بجد، ازعلى بكل ما فيكي قدامه، مش ضرورى تكونى زعلانه بنفس الشكل اللي بتوصليهوله، لكن وانتى بتوصليله لازم توصليله إنك زعلانه مش تسبيه يستنتج، خلى نبرة صوتك ومشيتك وكلامك كلهم يقولوا في سيمفونية واحدة (أنا زعلانة)، ازعلى زعل لا يختلط ولا يختلف فيه اتنين، مش تزعلى وانتى قدامه وبعدين تتكلمى مع اختك في التليفون وتضحكى!

ومادام نويتى تزعلى، لازم تختارى أمتى هتزعلى، بمعنى أمتى هتبينى إنك زعلانة، لازم تبينى ده في وقت يكون هو جاهز فيه يصالحك، يعنى متزعليش وهو داخل ينام! بلاش حماقة هيسيبك وينام برضوا، ولو سابك هيعتاد، ولو اعتاد مش هتلاقى حد يصالحك!

متزعليش وهو داخل من برة متعصب وقرفان، متزعليش وهو متخانق مع صديق عمره، ولا وهو عنده حالة وفاة، ولا وهو بيعانى من مشكلة مادية، متزعليش وهو مش جاهز!

وما دام قررتى تزعلى واخترتى الوقت المناسب وهتزعلى بشكل واضح، خلى سبب زعلك برضوا واضح، يعنى متقوليش: انت يعنى مش عارف عملت أيه؟ مش عارف زعلانه ليه؟ مش عارف معرفش أيه؟

خلى سبب زعلك واضح، ولو هو استعبط وسألك رغم وضوح السبب قوليه بمنتهى الوضوح، زعلت إنك معملتش كذا، اتضايقت إنك قولت كذا، وهكذا.

الرجالة مش نبيهة قوى زى ما انتى فاكرة، الراجل غالبًا وهو بيتعشى بيكون نسي اتغدا أيه، وأحيانا دماغه بتروح لأبعد من السبب اللي مزعلك، فتلاقيه بيعالج حاجة ملهاش أى علاقة بالموضوع!

لما يحاول يصالحك ياريت تساعديه وتدليه كمان على الطريق، وافهمى لغته في الصلح، في راجل يحب يصالحك فيروح يغسلك

المواعين من غير ما تطلبى، يجي يلصق فيكي في المطبخ ويعرض مساعدته، يغازلك ويحاول يعمل معاكى علاقة حميمة، يوعدك من غير سبب إنه بيفكر يجبلك حاجة، في راجل يجي يعتذر فيقعد يكلمك على نفسه وقد أيه هو بيقاسي في الشغل واتعذب وهو صغير!

افهمى لغته علشان ترتاحى، مش مطلوب إن كل الرجالة تكون مميزة وذكية ولماحة وحكيمة! مطلوب إنه يحترمك ويراعى زعلك، وانتى علميه بتتصالحى ازاى، يعنى لما يغسل المواعين ويقف يبتسملك، قوليله تسلم ايديك بس أنا بردوا زعلانة علشان انت معملتش كذا، شاوريله على الطريق متتكسفيش، اديله فرصه يراعيكى ويهتم إنه يصالحك ويعمل اللي انتى عوزاه، أغلب اللي بتقول أنا كرمتى بالدنيا ممسوح بكرامتها الأرض، وبتزعل ومبيعبرهاش، وبتنام ودمعتها على خدها، ومش عارف ازاى رغم كل ده لسه فاهمة إنها عندها كرامة أو حتى بقايا كرامة!

وأخيرا عاوز أقولك حاجة مهمة جدًا جدًا: لو عملتى كل اللي فات ده واللوح محسش ولا خد باله إنك زعلانة، يبقى خلاص انتى

معرفتيش تزعلى بوضوح ولازم تتنقلى للخطة (ب) بتاعت أنا زعلانه يا صلاح!

يعنى روحى قوليله أنا زعلانه منك، خلاص وقت المقدمات انتهى، الراجل ده مش هيحس! وطالما مش هيحس متخليش وقت الخصام يطول.

تعالى نراجع على السريع:

1. متزعليش عمال على بطال.
2. مش كل شوية تتقمصي.
3. خلى دمعتك عزيزة.
4. خلى زعلك زلزال واضح يحس بيه من غير ما يحتاج يفكر كتير.
5. خلى سبب زعلك واضح.
6. اختارى الوقت المناسب اللي تزعلى فيه.
7. افهمى لغته وطريقته في الصلح.
8. اقبلى منه صلحه حتى لو دون المستوى، وعمليه طريقك المختصر في الصلح.

9. دليه على الطريق اللي انتى عوزاه ومع الوقت هيتعلم يقراكى.

10. متخليش وقت الخصام يطول ساعديه على المبادرة.

11. أسوأ طريقة تعرّفيه بيها إنك زعلانة هى استعمال الوسائل الالكترونية، زى طريقة التلقيح في الحالة والصورة الحزينة على الواتس، والبت اللي بتبكى في منشورك على الفيس، والبوست بتاع أنا هفضل طول عمرى لوحدى، وكل سنة وانتى طيبة يا أنا ، والحاجات الهزلية الفيك دى بتاعت الناس الفيك، خليكى حقيقية.

❋ ❋ ❋

(13)

أشياؤنا تفقد بريقها بمجرد الامتلاك!

تررررررركيز

كلنا عارفين إن الحاجة بيكون لها بريق طول ما هى بعيدة، وبمجرد الامتلاك بيبدأ الضوء يقل ويخفت شوية بشوية لحد ما يختفي، فاكرة أول موبايل اشتريتيه؟ كنتى هتتجننى عليه، وتروحى كل شوية تبصى عليه في المحل وتتأكدى إنه لسه موجود ومستنيكي، كنتى طايرة من الفرحة أول مرة تمسكيه فيها، وجبتيله جراب جديدة شكله حلو يحميه من غدر الزمن!

كمان كنتى كل شوية توريه لأصدقائك وتتكلمى عنه وعن تمنه وعن إمكانياته، وقد أيه هو حلو، وكل اللي يشوفك وقتها كان يقدر بسهولة يعرف إنك فرحانة، وإن التليفون الجديد هو السبب، لكن... مع الوقت، ابتدت الهالة تقل والضوء يخفت، وبعد ما كان علطول في إيدك

بقى مرمى على السرير، ولما يقع قلبك مبقاش يقف، بقيتى ممكن تتخضى شوية، وممكن عادى!

بقيتى كمان مسمياه الزفت! بعد ما كنتى بتقولى موبايلى حبيبى بقى الزفت! فين الزفت؟ الزفت بيرن! اعمل الزفت ده صامت! وهكذا.

التملك عمل عمايله، قدر يمسح هالة الضوء ويحطها في حجمها المناسب، بقى تليفون مش حلم حياتك، ولا حاجة، وبقى حاجة عادية مش محتاجة تحرسيها في ايدك 24 ساعة، مبقاش مصدر فخر ولا حاجة تتكلمى عنها كل شوية لأصدقائك وتطلعيه تجيبي الرنات، التملك خبير ماهر قادر على وضع الثمن المناسب أمام الأشياء!

بس خلينا نلاحظ إنك في النهاية متخلصتيش من التليفون ده في سلة الزبالة، مرمتيهوش من الشباك، وحتى لما بتنسه في مكان بترجعى بمنتهى الحنق تدورى عليه، تدورى نسيتى الزفت ده فين، حتى لو هتتأخرى بتدورى عليه!

هنا تيجي المصلحة علشان تساعد التملك وتبقى كفة الميزان التانية، علشان الحكم على الأشياء يكون عادل، ما بين الافراط في المبالغة

والتفريط في حقها، يعنى علشان متغاليش فيها التمييز يفوقك، وعلشان متبخسيهاش تمنها وحقها تيجي المصلحة تفوقك.

علشان كدة كل شوية هقولك اعرفى حجمك.

نستنتج أيه من اللي فات ده؟

إن الإنسان بطابعه مبالغ، وإن الأشياء بتكون في أعلى درجات التميز طول ما هي بعيدة عننا، وإنها بمجرد التملك بتفقد بريقها لحد ما تاخد وضعها الطبيعة ومكانتها الحقيقية، التليفون مبقاش الروح بقى تليفون، والشنطة مبقتش حلم الحياة بقت شنطة تحطى فيها حاجتك، وإن الأشياء بعد ما يزول الضوء عنها وتتحط في مكانها الصحيح، بتبدأ تاخد درجة تقييم جديدة في حياتك، بتحكمها المصلحة، فبتخلى التليفون مش مجرد تليفون، تليفون وكاميرا بتساعدك في شغلك، ومنبه بيصحيك، وجدول مواعيد، وأجندة تليفونات ومذكرات، وأداة تواصل مع الناس، وكل ما إماكنيات التليفون زادت، اترفعت درجة اهميته من جديد.

يعنى لو فضل نوكيا بكشاف، هيفضل تليفون ولبه، لو مقدرش يدخل على النت ويصور، غصب عنك هتبتدى تعيدي تقييمه وفق– قانون المصلحة اللي عمرو يس قالكم عليه– وهتضطرى تبحثى عن بديل للتليفون ده، وبمجرد ما هتمسكى البديل – الاندرويد – اللي بيعمل نفس مهام التليفون القديم وزيادة عليه الحاجات الجديدة اللي انتى محتاجاها، هتلاقى نفسك بتتخلصى من النوكيا بمنتهى راحة الضمير!

مش هيردعك هنا إنه استحملك أيام فقرك لما اشترتيه بربع جنيه، مش هتحسي بتأنيب ضمير وانتى بترميه في الباسكت علشان كان السبب في إنه نجدك لما اتصلتى باختك وخدتى نصيحتها، مش هيشفعله كل مميزاته اللي فاتت دى، رغم إنك لازلتى محتفظة بصورة قديمة مهترأة على الحائط لوالدك المتوفى من عشر سنين! وبعض القصاصات الورقية المكتوبة بخط ايد أحمد اخوكى اللي سافر، والوردة البلاستك اللي اهدتها ليكي صحبتك شيماء لما كنتوا في الابتدائية!

التملك والمصلحة، قرينان يعملان معا، بدون إرادة واعية منا، يعملان وفق منطق ومنهجية، يعيدان للحياة طبيعتها، ويردان للأشياء قيمتها، ويذكران كل ما كان غاليا في ثمنه وأصله، بثمنه الحقيقي وأصله!

أنا وانتى وبنى آدم والبشر والناس كلنا شيء من الأشياء، قد نكون أغلى قيمة من الهاتف، ولكننا في النهاية نخضع لنفس الميزان –المصلحة والتملك– ويعاد تقييمنا مئات الآلاف من المرات في حياة كل شخص جديد بنعرفه.

أنا عمرو يس، كنت بالأمس مجرد صديق لديك على الفيس بوك، مجرد أكونت لشخصية مجهولة، مع الوقت ضعت بين مئات الأصدقاء عندك، حتى إنك لم تعودي تتذكرى متى ولِمَ أرسلتى لى طلب صداقة!

تحركت أنا وتكلمت فعرفتى إنى كاتب روائى، ربما استحسنتى هذا الأمر أن يكون بين أصدقائك من يكتب، وربما أخذك الشغف فبحثتى عن أعمالى، فوجدتى رائعة العذاب؛ فأخذت عقلك وأعجبتك جدًا، فأصبحت أكثر أهمية عندك، رغم أن لا شيء يربطنا!

صار اهتمامك بصفحتى أكبر من ذي قبل، وحين تصفحتي البروفايل وجدتى لى منشورًا عن الحياة الزوجية، أعجبك فلما طبقتيه عاد عليكي بالنفع؛ فلم تتواني في عمل مشاهدة أولا لصفحتى، بل وأحيانا لا تنتظرين أن تأتيك منشوراتى بل تدخلين انت إلى الصفحة باحثة عنها!

والآن: ما هو الشيء الذي أعاد تقييمى ورفع أهميتى عندك؟ لابد أنها المصلحة، وكلما أعطيتك من مصالح تعلقتى بى أكثر فأكثر.. صحيح؟

صرت براقًا كنجمة تتمنى لقاءها والتعامل معها من قريب، وبالفعل تقابلنا، فصدمتك في أول الأمر ملامح وجهى العادية، البريق جعلك تتخيلينى عمرو دياب!

ثم صدمتى في عصبيتى وحدتى في الحديث، ثم إنى انشغلت عنك بإجراء مكالمة أو مكالمات، ثم لم أعطيك من الأهمية ما توقعتى ثم وثم وثم، رجعتى إلى البيت فحذفتى الصداقة!

ما الأمر؟ ماذا حدث؟! أه لابد أن التملك حين أُضيف إلى المصلحة أحدث التوازن المطلوب، ردنى إلى حيث مكانتى الطبيعية في حياتك.

ممكن حد يقول مجرد مقابلة مش معناها التملك، أرد هنا وأقول إنه نوع أو درجة من درجات التملك، **يبقى هنا في استنتاج جديد**: إن التملك درجات، مجرد رقم في الأصدقاء يختلف عن عدم وجود صداقة نهائى، ثم الحديث في الخاص ثم المقابلة وهكذا ، لابد أننا نملك بعضنا البعض بدرجات متفاوتة!

انتى تملكى جزء من أصدقائك وجيرانك وسائق الأتوبيس، وأهلك وزوجك وحائط البيت ورصيف الشارع، كلنا نملك بقدر ما جزءًا ما من الآخرين أو من حياة الآخرين.

س- طيب انت عاوز توصل لأيه من اللي فات ده كله؟

ج- أولا اعرف حجمك قبل ما التوزان- التملك والمصلحة- ما يطولك ويردك لأصلك.

ثانيا: انتى تملكى حاجات كتير وفى نفس الوقت ممتلكة من حاجات كتير.

ثالثا: قانون المصلحة في صالحك لو انتى فهمتيه، وفى نفس الوقت عرفتى حقيقة حجمك، وفى نفس الوقت اشتغلتى على إنك ترفعى من قدرك – وده موضوع الفصل ده –.

اوعوا تتصدموا من الناس اللي حفيت وراكم وبعد ما امتلكوكم رموكم وباعوكم ببلاش، اياكى تستغربي من الزوج اللي جه يبكي لأبوكى، ويقعد تحت البيت في عز البرد بالساعات يستنى يشوفك، ودفع شقى عمره ودم قلبه علشان يتجوزك، وبعد سنتين من الجواز مبقاش بيقعد معاكى، لأ وكمان بقي مش عاوز يشوفك، لأ وكمان بيفكر يطلقك ويجيب مكانك – التليفون الاندرويد – فاكرة؟

هو كان محتاج يعمل مكالمة ضرورى، وفى الوقت ده كان التليفون النوكيا أبو كشاف يقدر يقضى الغرض – انتى – وبعد ما عمل المكالمة والدنيا هديت، بقي يحدفه على السرير – فاكرة؟ –، لما حطك على الميزان بتاع – التملك والمصلحة– لقى إنه محتاج واحدة تقدمله حاجات تانية أهم من مجرد إجراء مكالمة – نت وكاميرا–.

مش فاهمة لسه؟ طيب أوضح أكتر...

انتى زعلانه إن جوزك بعد ما تملكك وبقيتى في ايده وضمنك زى ما بتقولوا خلاص مبقاش مهتم، وبقي يسيبك ويبص لوحدة جربانة، صح مش انتى بتقولى كده؟ جربانة، خلينى أقولك إنك لو اتطلقتى واتجوزتى سيد سيد سيد سيده، هيتكرر نفس الموضوع وهيسيبك ويبص لمين؟؟؟ شاطورة للجربانة.

وكل ما تطلقى ويجي سيد؛ هتتحدفى برضوا على السرير من غير ما قلبه يقع، ولا يحس بتأنيب الضمير، فين حل اللغز؟

في إنك تعرفى تسيطرى على قانون الميزان – التملك والمصلحة-، يعنى يا إما متتجوزيهوش علشان تقضى على التملك، يا إما تزودى رصيدك في كفة المصلحة علشان متترميش على السرير.... وصلت؟ أتمنى.

انتى مش مطلوب منك تدخلى منافسة مع عالم النساء الكبير وتنتصرى عليهن، انتى مطلوب منك تقدميله مصلحة – مصالح – يكون هو فعلا محتاجها، وعلى قد احتياجه للمصالح دى هيكون قدرك.

أيه الفايدة اللي هتعود على واحد رجله مقطوعة لما اشتريله جزمة؟ هى جزمة حلوة وغالية ومن ماركة فاخرة، تفتكرى هتعجبه؟

هختم الفصل بمثال وعكسه وانتى افهمى، **المثال الأول**:

طلق مراته ورجع البيت نام وصحى تانى يوم، قام حضر الأكل لنفسه كالعادة وهو بيقول: طب أيه الفرق ما أنا اللي بخدم نفسى أهو زى ما كنت متجوزها على الأقل مبقاش مطلوب منى أى مصاريف ليها، خلص فطار وقام جاب القميص اللي على الحبل اللي هو كان غسله – مراته كانت بتكسل تغسل – وقعد يكويه وهو بيقول، الله يحرقها مكنتش بتحب ولا بتعرف تكوى، راح الشغل وفى طريقه وهو راجع راح ياكل بره زى ما اتعود؛ لأن مراته – مبتعرفش تطبخ – رجع من برة شبعان وقام عامل فنجان القهوة اللي بيحبه أول ما يدخل البيت، واللى طليقته كانت ديما بتنساه، ودخل السرير ومسك كتاب، وقعد يقرى فيه وهو مستمع جدًا للهدوء اللي في الشقة، مفيش واحدة تقوله انت فاشل، انت علي طول بتتسرمح وسايبنى، انت عمرك ما خرجتنى، بتزهق كل

ما احكيلك على البت اللي غيرانه من تسريحة شعرى، وجارتى اللي مستقصدانى و و و، وقف بالليل يقيم الطلاق فقال لنفسه أنا مش حاسس بأى فرق سلبي من يوم ما سابت البيت، مش حاسس إن في حاجة نقصانى، الحمد لله إنى اتخلصت منها.

المثال التانى: مراته راحت في زيارة عاجلة لبيت أهلها علشان والدتها تعبانه، هو هيقعد يومين لوحده من غيرها، صحى الصبح لقى الساعة 10 ومعاده في الشغل 9 ! اضايق قوى لأنه نسى يظبط المنبه لأن ليلى كانت متعودة تصحيه، قام غسل وشه وقعد مستنى الفطار، افتكر إن ليلى عند أهلها فاضطر يقوم هو في البرد يجهز لنفسه، حاول يعمل حاجة ياكلها، بهدل المطبخ وحرق البيض وفى الآخر قعد ياكل حتة جبنة، وأهو يومين يستحملهم لحد ما (ليلى) ترجع، قام يدور على هدومه لاقها مش مكوية؛ لإن ليلى مش موجودة، ولازم يتغدى من الشارع – ويدفع أكتر وأكل غير صحى وغالبًا ملوث – رجع البيت

محدش استقبله، كان مضايق عاوز يحكى لليلى عن المشكلة اللي حصلت، حاول ينام مش عارف حاسس بوحدة، شغل التليفزيون، حس إن في حاجة نقصاه.... شريكته ليلى ونصه التانى، دلعها... كلامها... احتوائها، حاسس إنه بقى طفل يتيم، مش عارف يستطعم الحياة، مفكرش كتير، لبس هدومه من غير ما تتكوى ونزل جاب شوية فاكهة وراح على أهل ليلى يطمن على أمها! لما وصل قالهم إنه كان معدى من هنا بالصدفه فقال يطلع يطمن!

❋ ❋ ❋

(14)

المباشرة

من أكبر مشكلات العقل العربي اللف والدوران، نضيع وقت ومجهود وفلوس في الوصول لحاجة كان ممكن نوصلها أسرع وأقصر لو استعملنا المباشرة، في آخر مثال من الفصل اللي فات شوفنا ازاى الراجل الملهوف على مراته راحلها ومقدرش يقضى وقت كبير من غيرها، بس لو لاحظتوا هتلاقوه قالهم "إنه كان معدى من هنا بالصدفة فقال يطلع يطمن!" ده اسمه اللف والدوران، الزوجة ممكن تكون عارفة إنه جايلها مخصوص، وأكيد هى كانت سعيدة جدًا إن غيابها فرق معاه، لكن لو كان استعمل المباشرة وقالها بوضوح أنا جاى علشان البيت من غيرك ملهوش معنى، وانا حسيت إنى لوحدى في الدنيا بمجرد ما بعدتى عنى يوم واحد؛ كانت هتطير من الفرحة والسعادة، أكيد هو يحبها سعيدة، وأكيد مقصدش إنه يقلل من فرحتها، طب ليه رغم كده استعمل اللف والدوران؟

الموضوع ده ليه أسباب كتيرة منها: التعود، الفهم المغلوطة للكرامة، الأفكار المعلبة المغلوطة، حاجات كتير بتخلينا نستعمل اللف والدوران، بس احنا لو دورنا في حياتنا وأصدقائنا المقربين والناس اللي بنحب نقعد معاهم، هنلاقى إن أكبر فرق بينهم وبين غيرهم، هو إننا مش مضطرين نتعامل معاهم بلف ودوران، بنستمتع معاهم بحرية المباشرة في الكلام وردود الفعل.

المباشرة هى الخط المستقيم بين نقطتين، وهو أسهل طريق للتواصل بينهم، أكيد أحيانا هتحتاج عدم المباشرة، بس مينفعش تبقى حياتك كلها مبنية على اللف والدوران.

في حاجة عندنا في المجتمعات العربية اسمها "صورتنا" ودى في الغالب الأعم هى عبارة عن الصنم اللي احنا بنحاول نشيّده على مدار عمرنا، ونفضل نعتنى بيه ونخاف عليه ونرسمه، أحيانا صورتنا دى بتكون صورة مصغرة لحلمنا، أو الشكل اللي نفسنا نكون عليه، يعنى يقولك علشان صورتى متتهزش، وهى تقولك مش عاوزاه ياخد عنى صورة وحشة، وهكذا... كلنا عمالين نجمل ونعدل الصورة.

واحدة صاحبتك تعبانة والمفروض تروحى تزوريها، وانتى مكسلة ومش عاوزة تروحى، وبعدين تقولى أنا مضطرة أروح علشان – صورتى– قدامها، علشان متقلش إنها كانت عيانة وأنا مسألتش، واحد عنده حالة وفاة والعزا في مكان بعيد، احنا معندناش وقت نروح ومكسلين وشايفين إن اللي مات ده قريبه من بعيد مثلا، فمينفعش يزعل عليه قوى، فنقول خلاص احنا نكلمه في التليفون، طيب لو هو مردش؟ نتصل مرة كمان وبكدة يبقى عدانا العيب، خلاص اسمنا اتسجل عنده مرتين في المكالمات التى لم يرد عليها، وأصبح معانا مستند إننا كنا عاوزين نعزيه ونقف جمبه! وممكن بعدها نقول إننا كنا عاوزين نروح وكلمناه علشان نعرف العنوان بس هو مردش! صورتنا.

علشان كده تلاقى إن كل الحاجات دى سواء اللي راحت لزيارة المريضة علشان صورتها أو اللي سجل بياناته في دفتر المهتمين بأداء واجب العزاء، في الآخر كل الحاجات دى مش بتثمر!

طيب تعالى نقلب المواقف علشان تتضح الصورة، لو انتى اللي عيانة أو انت اللي عندك حالة الوفاة، بتقدر تعرف مين اللي جى يثبت حضور، ومين اللي جاى يقف جمبك، ومين اللي جاى لله؟ بتقدر صح.

طيب هل كل محاولات تحسين الصورة الزائفة بتخدعك؟

خلينا نقول إنها ملهاش ثمرة علشان هى مزروعة في الهواء مش في تربة حقيقية، وخلينا نقول إن المنطق مش ديما بيكون مقنع، وإننا عارفين مسبقًا من خلال عشرتنا الطويلة مع الناس مين فيهم اللي بيفرح ويتألم معانا، ومين فيهم اللي بيحاول يصطنع ده.

خلينى ألفت نظرك هنا لحاجة مهمة، إن المصطنع ده المفروض يكون أعلى درجة عندك من اللي نسيك تمامًا ومعبركش؛ لأنه اصطناعه ده نوع من الاهتمام برضوا حتى وإن كان أقل من المطلوب أو المأمول.

يبقى انت ليك صورة حقيقية الناس غالبا عرفاها من تعاملها الطويل معاك، وليك صورة تانية صنم انت شغال عليها بتحاول تصنعها في عيون الناس، والصورة المصطنعة دى بتكلفك حاجات كتير أقلها إنك بتعمل حاجات مش حاسسها ولا عاوزها لمجرد الحفاظ على الصنم اللي في النهاية ملهوش أى ثمرة!

بنهتم بصورتنا ومش بنهتم نبقى صورتنا! عاوزاه يحس إنك واقفة جنبه؟ اقفى جنبه، عوزاها تفرح إنك بتسألى عنها في مرضها؟ أسالى

عنها في مرضها، عوزاه يشوفك مثقفة؟ خليكي مثقفة، عوزاه يشوفك مبهرة؟ خليكى مبهرة.

تلبسوا الصورة اللي انتوا عاوزين توصلوها للناس، الدهب الصيني رغم إنه ميختلفش في– الصورة– عن الحقيقي إلا إنك أو ما بتعرفى إنه صيني بيسقط في نظرك مهما كانت– صورته – براقه، العربية الأحدث موديل بتفقد رونقها فورًا مجرد ما نعرف إنها ماكيت ومبتقدرش تمشى ولا خطوة واحدة... لا تضيعوا أعماركم في تجميل الصورة.

الأسهل من إنك تدينى فكرة إنك مثقفة.. كونى مثقفة فعلًا، الأسهل من إنك تحاولى تحسسينى إنك خايفة عليا، خافى عليا فعلًا، الأسهل من إنك تخليني أشوفك متدينة كونى متدينة فعلًا، الحقيقة أسهل من التقمص، خليكوا حقيقيين.

المباشرة....

لما أكون جاهل واظهر جهلى هيبقى عندى فرصة ذهبية إنى أتعلم، لكن طول ما أنا برسم صورة عكس الحقيقة إنى مش جاهل ازاى هقدر اتعلم؟

لما أفضل ارسم صورة إنى متدين ازاى هلاقى اللي يساعدنى ابقي متدين؟

لما أفضل أرسم صورة إنى عارف، أمتى هعرف؟

خليك مباشر وسيب الناس تعرفك على حقيقتك، لو حقيقتك مزعلاك غيرها أو حاول تغيرها، لإنك في الحالتين دول هتكون على طريق النجاة، سبهم يعرفوا إنك متعرفش أو أعرف أو حاول تعرف.

طيب ليه احنا عمالين نلف حوالين بعض؟!

علشان خايفين الناس تعرفنا على حقيقتنا المؤلمة، علشان عاوزين الناس تشوف الصورة مش تشوفنا احنا، طيب سبونى أقولكم إنهم حبوا الصورة محبوناش، اتمنوا الصورة متمنوناش، حلموا وفرحوا واتألموا مع الصورة مش معانا، عرفتوا منين بتيجي الصدمة والاصطدام؟

خلينا حقيقيين، وده مش معناه إننا نبقى معدومين الذوق ولا إننا نمشى بمكروفون في الشارع نقول أنا وحش أنا كذاب أنا خاين!

لكن معناه أعرف حجمى ومسبش حد يحطنى لا فوق حجمى ولا تحت حجمى، مسبش حد يشيلنى مسؤولية أنا مش قدها ولا إنه يسلبنى حق أنا أستاهله، أتغير علشان أكون كويس، أحاول، مش أغير الصورة واخلى كل همى على الصورة!

أحيانا ناس بتكلمنى وبعدين يقولولى احنا منعرفش إنك كدة! بيقولوها بصدمة غالبا، بقولهم طيب دى فرصة جيدة إنكم تعرفونى على حقيقتى، وتقرروا تكملوا معايا على حقيقتى أو تنسحبوا، أغلبهم قرر يكمل معايا، أغلبهم أعجب بحقيقتى بعد كده، ممكن كل ده علشان حس إنى حقيقي.

الكلام ده هيفيد السناجل أكتر، اظهروا حقيقتكم للناس اللي انتوا ناويين ترتبطوا بيهم، وتكملوا معاهم حياتكم، عرفوهم انتوا مين بالظبط، قوليله مبعرفش اطبخ وهتعلم أو بتعلم أو مش هطبخ بعد الجواز، قوليله أنا هشتغل، أنا مش بحب أصحى بدرى، وانت قولها إنك فقير، متداينش علشان تخرجها وتحسسها إنك واد ابن ناس بيسهر

كل يوم في فندق شكل، متتقمصش شخصية مش بتعتك؛ لإنها هتحب واحد تانى غيرك – الصورة المزيفة اللي انت صنعتهالها- طب ترضاها على نفسك؟!

استعملوا المباشرة في المناقشات ديما، اسألوا احنا مختلفين في أيه؟ متلفوش حوالين بعض، قولى أنا مش عاجبنى كذا بمنتهى المباشرة، قولى أنا كنت عاوزة أوصلك كذا، اللف والدوران في كسب القلوب نوع من الفن اللي لما يساء استعماله يتقلب لعنة.

لما أقعد ألف وأدور علشان أعرف نوع البرفان اللي بتحبيه علشان أجبهولك هدية دى حاجة رائعة وأفضل بكتير من المباشرة، لكن لما أقعد ألف وأدور علشان أعرف انتى زعلانة من أيه ده شيء مش مجدي في الغالب، والمباشرة تخلص الموضوع وتختصر العمر والوقت.

❋ ❋ ❋

(15)

أنت فين، أنت هترجع إمتى؟

عاوزة تعفرتى راجل وتخليه يكره الدنيا؟ اسأليه السؤال التلم ده "انت فين"؟ انت هترجع أمتى؟

الرجالة ديمًا بتحب تحس بالحرية حتى لو كانت حرية زائفة، بيضايق لما يحس إن في حد خد دور أبوه أو دور ولى أمره وبيحاسبه، وعلى أى حال السؤال نفسه مستفز وملهوش لازمة.

انت فين ممكن تتقال بطريقة حلوة ميكنش فيها أى نوع من أنواع المساءلة، يعنى على سبيل الدردشة ممكن، وعلى أى حال هو يقدر يقولك أى مكان غلط وبرضوا متعرفيش هو فين، مش شرط يكون بيعمل حاجة غلط، بس مجرد الإحساس بالتسلط مزعج، هتقولى أنا خايفة عليه، أنا ممكن أخاف عليكي اكتفك في رجل السرير أيه رأيك؟

انت هترجع أمتى؟؟؟ بصي السؤال الكونى ده اللي هو شبه هناكل أيه بكره، مهما كان سبب السؤال ده تقدرى تبدليه بسؤال تانى أحسن،

زى اجهز الأكل ولا قدامك كتير؟ وحشتنى من الصبح مشفتكش تعالى بقى؟ مش هترجع تستريح بقي دانت نازل من بدري، وأكيد تعبت ربنا يعينك، وهكذا، بعيد عن الاستجواب والتحقيق.

نفسي تفهمى وتقتنعى إن جوزك مش ملكك زى ما انتى ملكه، مش هتقدرى تتحكمى في تصرفاته زى ما بيقدر يتحكم في تصرفاتك، مش هتقدرى تمنعيه زى ما بيقدر يمنعك، نفسي تفهمى ده وتعرفى حجمك علشان ترتاحى، علشان مترهقيش نفسك وأعصابك في حرب مش بتاعتك، الكلام ده بيبدد طاقتك وفى الآخر مش هيعود عليكى بنتيجة.

علاقتنا بالناس علاقة معتمدة في المقام الأول على الرصيد، يعنى لو عملنا عندهم رصيد كبير هنقدر نسحب منه، لكن لو كان رصيدنا عندهم صفر أكيد مش هيسمحوا بأى عمليات عشم، هي الناس بقت ماشية عشمانة على نفسها كده ليه؟!

واحدة بتقولى جوزى بيقبل كلمة من غيرى لا يمكن يقبلها منى، أو جوزى متجوز واحدة بتهزر معاه بإيديها أو بيتخانقوا ويشتموا بعض ويرجعوا يتصالحوا، ومعايا أنا لو بس عليت صوتى يقلب الدنيا!!

كل ده راجع للرصيد، ممكن تكون هى بقالها معاه سنة واحدة وانتى بقالك معاه عشر سنين، بس هى عملت رصيد قد رصيدك 100 مرة في الفترة القصيرة دى، هو مش في واحد مبيسمعش كلام حد إلا واحد معين هو اللي بيقدر يقنعه وبيسمع كلامه؟ الرصيد.

يعنى لو لقيتى واحدة صحبتك بتحاسب جوزها في التليفون حساب الملكين وعلى قلبه زى العسل، ارجعى الفضل ليها مش ليه، قولى إنها شاطرة وعرفت تعمل معاه رصيد يسمحلها تحاسبه، مش هو اللي كيوت ومتعاون.

أبشع الرجال وأصعبهم تلاقيه ضعيف جدا قدام واحدة معينة، اللي منقدرش نحركه بالمدافع الرشاشة هى تحركة بنظرة عنيها، ده مش عيب فيه دى ميزة فيها، ده مش علشان هو دلدول ده علشان هى ست شاطرة، مش علشان هو شخصية ضعيفة وبيريل لكن علشان هى شخصيتها مميزة وجذابة.

نرجع لمرجوعنا، متجننيهوش وتقوليله انت فين، ممكن تقوليله انت في المكان كذا؟ يرد يقولك لأ دانا في المكان كذا، طب لو اكتفى بإنه قالك

لأ؟ يبقى مش عاوز يقول أو مكسل أو مش عاوزك تقلقى أو مليون سبب في دماغه غير إنه يكون بيعمل حاجة غلط!

يبقى متعفرتيهوش وتقوليله هترجع أمتي، قوليله هتتأخر؟ قدامك كتير؟ وهكذا؛ لإنه أكيد هيخلص اللي وراه وهيرجع مش هيبات في الشارع.

لما تكلميه في التليفون ديما ناديله باسم دلع، قوليله يا كيمو يا ميدو يا حبيبى، حتى لو كان هو متعود يرد ويقولك أيوة يا حجة! اديله فرصة يختشى على دمه ويتعلم منك.

لما تبعتيله رسالة على الواتس متقعديش جنبها تستنى يرد، ممكن ميشفهاش في ساعتها، وممكن يشوفها ويكون مشغول ودخل بس علشان يطمن إنك بخير مش إنك بعته عاوزة حاجة ضرورية، لو مردش حتى لحد ما رجع مش لازم تتعاملى مع الموضوع إنه تجاهلك ممكن تبعتيله ايموشن أو تناغشيه، يعنى متكونيش شخصية قماصة، مستنية أى حاجة علشان تزعل وتتفلق، مش غالبًا لما بتزعلى بتتفلقى؟ صح؟

ممكن تكونى شخصية دلوعة أو شخصية نغشة بتقدر تاخد بدلعها أكتر من اللي هى عوزاه، مش لازم تكونى شخصية السجان أو الشويش عطية او المفتش كرمبو بتاع هو انت مردتش ليه؟؟؟ مش عجباك أنا يعنى، خلاص مشغول مش لاقى دقيقة ترد علي، على فكرة أنا مش هبعتلك تانى ما دام مبتردش، يعنى حتى مش من الحكمة الكلام ده يتقال لواحد مردش عليكى، ما هو أكيد هيقولك يا ريت تبطلى تبعتى يكون أحسن!

يبقى الخلاصة متتعامليش بشخصية السجان اللي بيعد المساجين وبيتمم عليهم، اتعاملى بشخصية الدلوعة اللي كل الرجالة بتحب ترضيها.

❋ ❋ ❋

(16)

ابنك هيبقى زوج وأب

ازيك يا ست فتكات عاملة أيه؟ جوزك لسه مزعلك؟ عامل مشاكل كتير؟ عارفة أيه أكبر سبب في المشاكل اللي هو بيعملها دي؟ هاتى ودانك "اااااااااااااامه، اااااااااالتربية".

أمه الله يكرمها كانت بتحبه قوى زى ما انتى بتحبي ولادك ويمكن أكتر شوية، ورغم حبها ده أو يمكن بسبب حبها ده مربتهوش، هتقوليلى: ازاى ده اتصرف عليه كتير جدًا، ده معاه شهادة عالية، ده من صغره وهو مشترك في أكبر نوادى مصر، هقولك: ومين قال إن دى التربية؟ ده جزء من التربية مش التربية كلها.

علموه يجمع ويطرح ويضرب لكن نسيوا يعلموه ازاى يتعامل مع المرأة، أمه كانت بتسيبه نايم للضهر وتصحى اخته تنضف الشقة، كانت بتسيبه يتسرمح لحد نص الليل، وتقعد تستنى علشان تحضر للمحروس

العشا، كانت بتشيل اللقمة من بقها وتديهاله، مكنتش بتقوله روح وصل اختك الدرس لحد يعاكسها، أو يضايقها في السكة، مقالتلوش اختك زعلانة ادخل صالحها، مقالتلوش هات معاك فاكهة من فلوس شغلك وانت راجع، هات ورد وشيكولاته لاختك، خدنى خرجنى عاوزة اتفسح امال أنا مخلفاك ليه، تعالى معايا السوق علشان تشيل كيس الخضار، كانت بتشيل هى وتمشيه جمبها طرزان، لما كانوا بيركبوا الأتوبيس مكنتش بتقوله قوم فز اقف وقعد البنت دى أو الست دى أإو الحاجة دى، لما سمعته بيزعق لاخته مكنتش بتقوله عيب على رجولتك البنات مبيتعملوش كده، لما شافته بيضربها مقعدتش معاه وعلمته إن الست مبتضربش، معلمتهوش إنه يضحى لأهم اتنين ستات في أول حياته (أمه – أخته) علمته إن هما اللي المفروض يضحوا علشانه مش المفروض هو اللي يضحى، معلمتهوش يقف في الطابور وهى تقعد، معلمتهوش يروح هو يحجزلها الدكتور ولما يوصل يكلمها تيجي، مكنتش بتعمله يبقى راجل!

طيب بما إنك انتى عانيتى وتعبتى وشقيتى وزهقتى من جوزك اللي مبيحسش ومبيراعيش، بلاش الله يكرمك تنتجي لنا منه نسخ جديدة،

المجتمع مش منتظر منك كده، مصر هتزعل منك يا سعاد، ولو مش قادرة تصبحي على مصر بجنيه علشان مفلسة، ممكن تصبحى عليها بالواد ابنك المفعوص ده، ما هو بكرة هيكبر، وهيبقى زوج وأب.

علميه يعنى أيه راجل، ازرعى فيه اللي انتى اتحرمتى منه، علميه ازاى يتعامل مع الجنس اللطيف، ازاى يتكلم معاهم بشياكة، ازاى يساعدهم في المطبخ، ازاى يكون سند وحماية، متبقيش زى حماتك اللي انتى بتنتقديها، مطلعيش واحد نسخة من جوزك اللي انتى بتصوتى منه، مش علشان اتظلمتى تظلمى واحدة تانية بريئة ملهاش أى ذنب غير إنها هتتجوز المحروس ابنك.

انتى اللي ظلمتك كانت أنثى، بلاش انتى كمان تظلمى أنثى تانية ونفضل في الحلقة المفرغة، يلا اكسري الدايرة واعملى منها خط مستقيم، علمى ابنك وابن اختك وكل ابن ليكى وصاية أو كلمة عليه، احكى لأصدقائك، قوليلهم حرام نخرج نموذج ذكورى تافة للمجتمع المتهالك ده.

ديما بوصي إن الأم هى اللي تهتم بتربية الولد والأب، هو اللي يهتم بتربية البنت، وده علشان نتجنب في المقام الأول اختلال الهوية الجنسة –

ده مرض انتشر بكثرة – وعلشان الراجل يزرع في البنت اللي الرجالة بتحبه، والأم تزرع في الولد اللي الستات بتحبه، تفتكرى واحد صحى يصلى الفجر فلاقى الجو ساقعة جدًا فساب عياله نايمين مرضيش يصحيهم يصلوا، ده حب ولا غباء؟ حماهم من شوية برد وسابهم للجحيم سواء في الدنيا أو الآخرة! دى رحمة ولا حماقة؟ حب ولا بلاهة؟ شفقة ولا أنانية؟ الحب والرحمة والشفقة إنه يصحيهم علشان يحميهم من نار وقودها الناس والحجارة... صح؟

طيب انتى مش عاوزة ابنك يقوم يشيل الطبق اللي أكل فيه ليه؟ سيباه يكلمك بطريقة وحشة ليه؟ مش بتبعتيه يشتريلك الحاجة ليه؟ ليه بتطلعيه مسخ مشوة بدلعك، على فكرة مراته هتدعى عليكى، وربنا مش هيسيبك، وعياله هيتعذبوا بسببك وبسبب تربيتك دى.

سبونى أقولكم على ملحوظة صغيرة خالص في التربية وبعدين نبقى نتكلم عنها في مكانها، اوعى تشيلى اللقمة من بقك وتديها لعيالك وهما شايفين، ممكن تعملى ده من وراهم، لكن قدامهم لأ، قدامهم تخدى نصيبك من الأكل والفاكهة واللحمة، مفيش مانع لو خدتى من نصيبهم

كمان قدامهم، مفيش مانع إن كل ما تجبيلهم حاجة حلوة تقوليلهم فين نصيبي، هاتوا حته، وتخديها تاكليها، لما ابنك يديكى جزء من الحلوى بتعته خديها منه وكليها قدامه، أو اعملى نفسك بتكليها وشيليها من غير ما يشوفك لو انتى الحلويات بتتعبك، لكن في كل الأحوال علموا أولادكم إنكم ليكم حق، ليكم نصيب، ليكم حياة، علشان لما يكبروا ميستخسروش فيكم موبايل حلو في ايديكم، ميقولكيش ادينى بيتك واقعدى انتى في إيجار، عرفيه إن زى ما هو لازم يلبس علشان زمايله انتى كمان لازم تلبسي علشان قرايبك، زى ما هو لازم ياكل انتى لازم تاكلى، زى ما هو لازم ينام انتى لازم تنامى، علموا أولادكم إنكم بنى آدمين ليكم حياة وخصوصية، مش خدامين رغباتهم!

❋ ❋ ❋

(17)

زوجة لا خادمة

في فرق كبير بين الكلمتين دول، أغلب الزوجات اتحولوا لمجرد خادمة في البيت، والسبب الرئيسى لتحول الزوجة الى مجرد خادمة هو إنها مش قادرة تميز بين "ما يتوجب على الزوجة القيام به" وبين "ما يتوجب على الخادمة القيام به".

بيختلط الأمر عليها ومع الاعتياد بيبتدى الفارق المهم بين الكلمتين يدوب وتبدأ في الانسحاب، ويتقلص دور الزوجة لصالح دور الخادمة، الزوجة كلمة معناها أشمل.

الأول عاوز بس نشيل الكِبر والطبقية من تفكيرنا علشان نقدر نستوعب الموضوع كويس، على فكرة الخدامة ست وأنثى وإنسانة، ومن حقها الحياة زى غيرها، ومش من المهن الوضيعة ولا حاجة؛ لإن في الأساس مفيش مهنة شريفة ومهنة وضيعة، ممكن تكون وزير مرتشي حقير، وممكن تكون عامل جمع قمامة شريف.

يعنى نتخلى عن الطبقية والنظرة الدونية لمهنة الخادمة، علشان لما أقول خدامة متقفش في زورك وتزعلك، بس عاوز أقول إن كتير من الستات لما بنفهمهم الفرق العميق بين الزوجة والخدامة بتختار بمنتهى القناعة إنها تكون الخدامة!

والخدامة والبيبى سيتر دورهم هو (تجهيز الطعام، غسيل الملابس، ملاحظة الاطفال، .....) وده نص دور الزوجة، الزوجة نص دورها خدامة والنص التانى حاجة تانية بيضيف الرونق للنص الأول ده، أما الخدامة فدورها واضح مش محتاج للرونق، ومن هنا هنقدر نفهم ليه أغلب الزوجات بتحس إن جوزها بيعاملها على إنها مجرد خدامة!

بس خلونا نتفق على إن كل زوجة خدامة لكن مش كل خدامة زوجة، يعنى متقدريش توصلى للمرتبة الأسمى في العلاقة – الزوجة – دون المرور بمرحلة الخدامة، بقول المرور، في نساء بينتهى بيها المطاف عند المرحلة دى – الخدامة – وفى ستات فاهمة دورها كويس في الحياة وعارفة إن ليها مكان أكثر أهمية في حياة زوجها وأبنائها من مكانة الخدامة اللي ممكن استبدالها بغيرها من غير ما يحصل مشكلة كبيرة.

الزوجة هى المودة والرحمة، كل حاجة مرادف للكلمتين دول هما الزوجة، هى اللي بتستر العيب، وبتشارك الهم، هى اللي قدرت تقسم الحياة مع جوزها وتقنعه بيها وبشخصيتها ودورها الفعال في حياته، هى اللي لما يحصله مشكلة يدور عليها، مش علشان تحلهاله لكن علشان يحس بالأمان، يحس إن لسه ليه لازمة في الحياة، لسه في حد عاوزه، اللي بيحب يحكلها عن نفسه وعن ظروفه وخططه، عن طموحه وآماله، عن اهتماماته ومخاوفه، اللي بياخد رأيها حتى في أبسط الامور، واللى بيفتخر بيها وبوجودها في حياته حتى بينه وبين نفسه، والست دى اللي جوزها بيقسم معاها روحه ونفسه، طبعا كل الستات نفسهم يوصلوا لكده، طيب ليه ما بيوصلوش؟! علشان هما فاكرين إن ده منحة من الزوج، إذا شاء جعلها زوجة وإذا شاء جعلها خادمة، طبعا مش محتاج إقول إن ده محض هراء.

أغلب الستات لما تسألها أيه دورك في حياة جوزك، تلاقيها بتكلمك عن الجزء الخاصة بالخدامة! تلاقى أكتر حاجة مصدر فخر ليها هى إنها خدامة مطيعة، خدامة براتب زهيد، خدامة نضيفة، خدامة صبورة، طب مش ملاحظة إن كله خدامة خدامة!

سبينى أقولك إنك لو بتصحيه الصبح لشغله وبتحضريله فطاره وبتغسلى هدومه، وبعد ما يرجع بتعملي الغدا وكذلك العشا، وأثناء اليوم المشروبات اللي بيحبها، وبتعملي الحاجات دى برضوا مع أولاده، مبروك انتى خدامة تستحق الأجر اللي هو إنه يصرف عليكى!

عوزاه يشتاقلك ويدور عليكي ويشاركك حياته؟ يبقى انتى محتاجة تترقى درجة وتبقى زوجة، بس زى ما قولنا النجاح صعب مش سهل وإلا كان حصل عليه كل الناس، وساعتها مكنش هيبقاله أى ميزة!

ومفيش نجاح من غير خطة، ولا تعب، ولا تقييم، لازم تقيمى وضعك الحالى، انتى زوجة ولا خادمة، وبعدين تحطى هدف أسمى، وبعدين طريقة لتحقيق الهدف، وتنظمى وقتك ومواردك وقدراتك، وتنفذى فتوصلى للنجاح.

في سؤال ممكن يكون خطر في بالك دلوقتي:

س- هل هو يستحق منى كل ده؟

ج- ده انتى اللي تقرريه، وبناء عليه تختارى هتكونى في حياته أيه، بس افتكرى إن انت تستحقى، تستحقى تكونى في مكان أفضل، تتعاملى

بصورة أفضل، أتمنى الكلام تسمعه اللي لسه متجوزتش؛ لإن فرصتها في تدارك الغلط أكبر وأوضح.

الزوجة هى اللي بتخرج أجمل ما في الزوج، لذلك الاختيار الأول عليه عامل كبير، يعنى ممكن يكون أفضل ما في الزوج شيء بخس الثمن، لكن افتكرى إن الناس معادن، الصفيح بيتعمل منه دلوقتى عربيات، والفضة بيطعم بيها التحف النادرة، والقصدير بيدخل في صناعات هامة، ومهما كان المعدن نقدر بالتشكيل نزيد من قمته!

عارفين ليه بيقولوا وراء كل رجل عظيم امرأة؟ لإن المرأة في حياة الرجل تساوى شعلة النار والمطرقة الناعمة المحسوبة اللي بتشكل الذهب بدقة، اتفرجى على عامل الذهب وهو بيصنع تحفة، شوفى الصبر والدقة، شوفى ازاى بيخبط خبطات محسوبة وضعيفة ومتتابعة علشان تخرج في الآخر التحفة الذهبية النادرة.

❋ ❋ ❋

(18)

تقسيم بغرض التحليل

عاوز أعلمك طريقة ناجحة جدًا تستعمليها في كل حياتك، المهمة الكبيرة قسميها لمهمات صغيرة، وابتدى اشتغلى عليها واحدة ورا واحدة، بالطريقة دى اولا هتقدرى تنجزى بشكل أفضل وأسرع.

ثانيا: فرص النجاح بقت متعددة، يعنى بدل ما هى مهمة واحدة كبيرة بقت عشر مهمات صغيرين، يعنى لو عملتى واحدة نص نص هتقدرى تعملى التانية ممتاز وهكذا.

جوزك عبارة عن مجموعة مهمات، أمه وأبوه واخواته وشغله وأصدقائه وحاجات تانية اكتشفيها انتى بنفسك، قسمى علاقتك الضخمة بيه، لعلاقات صغيرة ومتوسطة وابتدى اشتغلى عليها، أول حاجة أمه، أكيد حبها ليكي هينفعك معاه، على الأقل تدافع عنك أو حتى متكونش عدو، ده في حد ذاته مكسب، خلى هدفك في كل

العلاقات الصغيرة أو المتوسطة دى إنك تكسبيها تماما، لو مقدرتيش تكسبيها يبقى تحيديها، يعنى تخليها لا مكسب ولا خسارة، لا توصيه عليكي ولا تقومه ضدك.

ازاى تكسبي أمه؟

الطريقة الصحيحة لها بداية، وبدايتك مع أمه هى إنك توصليلها إحساس إنه بتاعها، وإنك عارفة ومعترفة ومش مضايقة إنه بتاعها، حتى لو كان ده مش حقيقي- يعنى مش عاوزك تكشفى كل قدراتك ولا كل قوتك، افتكرى إن ده بيقلل المقاومة لحد درجة النعدام- وده يتطلب منك إنك تفهمى إنها أنثي ووضعها أقوى منك، يبقى لا تثيرى غيرتها، أغلب الستات بطبعهم وانتى طبعا عارفة عندهم غيرة حمقاء لا في وقتها ولا في محلها، ولما يجوا يواجهوا غيرة دى بيبقى غالبًا من خلال تشويه المنافس مش تحسين الذات!

لو قدرتى تتجنبي غيرتها مش هتضطريها إنها تشوهك وتفطسك في نظره، واعرفى إن الداخل بينهم خسران – بين الراجل وأمه- يعنى في

وجودها خليكي معاها على طول الخط، حتى لو هو اللي بيشهدك اشهدى لأمه، لو حاسه إنها غلطانة تمامًا يبقى متشهديش نهائى لكن اتكلمى معاها، وكلامك معاها في الحالة دى يبقى على صيغة سؤال وملامح حيرة واندهاش، بطريقة هو صحيح ليه يا ماما كذا وكذا؟ افتكرى مهما كان غلطها واضح وصعب.

خلى بالك التعامل قدامها وهى موجودة وشايفة وسامعة يختلف عن لو كانت مش موجودة ،أو موجودة ومش شايفة ولا سامعة، يعنى يمدح طبيخك قدام أمه قولي طبيخ أمك أحلي، تقدرى تبالغى وتقولى أنا عن نفسي بحب أكل من ايديها هى، حماتك هتنشكح قوى على فكرة، وهتلاقيها بدأت تمدح فيكي وتقولك لأ بصراحة انتى أحلى والكلام التحصيل حاصل إياه.

لما تكون معزمة عندك على الغدا اسأليها من وراه تحب تأكل أيه، واطبخى اللي هى بتحبه، مع الوقت افهمى ذوقها واعملى من غير ما تسألى وقوليلها أنا عملالك كذا مخصوص علشان عارفة إنك بتحبيه.

حاولى تعملى ده بحب حقيقي واعتبريه في باب الصدقة والإحسان؛ لإن اللي بيطلع من القلب بيوصل أسهل وأسرع، والناس بتحس مين اللي بيحبها ومين اللي لأ، جربي ممكن تحبيها فعلا رغم إنها حرباية!

لازم تخلي في أحاديث خاصة بينك وبينها محدش يعرفها، حتى لو هتخترعيها اختراع، أحاديث من النوع اللي بتسكتوا لما حد يدخل عليكوا، واللى لما تكلميها في التليفون تقوليلها إنك عاوزه تروحيلها أو تجيلك علشان تقوليلها اللي حصل وآخر التطورات، اعملى لنفسك حياة وعلاقة معاها هستمتعى جدًا.

اوعى تبينى حبك للى هى بتكرههم، مش مطلوب منك لما تقولك إنها بتكره فلانة إنك تتسحبي من لسانك وتقوليلها أنا بحبها وهي معملتليش حاجة وحشة والكلام ده، الستات عموما مبتقتنعش طالما مضايقة، اكتفى بالسكوت أو اطلعى بأكلشيه بتاع ربنا يهدى الحال، هى هتفهم مع الوقت إنك مش عاوزة تتكلمى في السيرة دى وهتبطل.

مهما كنتى بتعرفى تطبخى اسأليها، قوليلها أعمل دى ازاى، كلميها في التليفون خدي منها وصفات منيلة وارمى الورقة بعد ما تقفلى، ومتنسيش تطمنيها بالليل إنها طلعت تحفة زى ما قالتلك.

حسسي جوزك إنك بتشفقى على أمه، يعنى قوليله: خلى بالك لتزعل، تعالى نسأل عليها علشان صوتها كان تعبان، كلمها تيجي تخرج معانا محدش بيخرجها حرام.

لما تيجي تهادى حماتك هاديها على إنها صحبتك المراهقة، يعنى اديها قلم روج ازازة مناكير ماسك للوش، مش شال عنده تسعين سنة وست الحبايب يا حبيبة، دلعيها هتبقى المفضلة عندها.

لازم تخترعيلها اسم دلع تناديها بيه، يستحسن لو كان من ابتكارك، يعنى كل العيلة بتدلعها وتقوليها يا سوسو تدلعيها انتى وتقوليلها يا توتو، المهم شوفى دلع جميل يبقى حصرى ليكى، ومن خلاله عرفيها أمتى بتبقى راضيه وأمتى بتبقى زعلانه، من خلال انك تستعمليه أو متستعمليهوش.

مش من المنطق وانتى عند حماتك تروحى تقعدى مع جوزك! طب ما تتفضلوا على بيتكوا بقى! اقعدى مع حماتك واتلمى شوية.

خليكي حسيسة، يعنى واقفة تتوشوش هي وابنها ابعدى، مش تخترعى حاجة علشان تقربي وتسمعى يا حشرية، وطبعًا حذارى تتكلمى معاها أو مع جوزك في أى حاجة سمعتيها من خلال التصنت عليهم، مش تقوليله أو تقوليلها سمعت إنكم هتخرجوا أو إنكم هتجيبوا كذا، ولا تتذاكى وتتكلمى في الموضوع علشان توقعيها، طالما محدش قالك يبقى انتى متعرفيش ومتحاوليش تعرفى يا حشرية.

في كلام بيفتح القلب زى: الأكلة كانت نقصاكى ويا سلام لو اتصلتى مخصوص علشان تقوليلها كده، خصوصًا لما جوزك يثنى على الأكل تقوليله كان عاوز توتو تيجي تاكل معانا، اتصلى بيها قوليلها هتحبك وهو كمان، وكذلك قوليلها: دانا شوفت شنطة قولت إنها هتعجبك قوى، شوفت معرفش أيه افتكرتك وهكذا.

مش محتاج احذرك من المبالغة، المبالغة هى اللون الأسود اللي بيخفى ملامح أى حاجة، حبيها واعملى ده بحب، انتى عاوزة طريق، وأنا بدلك على الطريق، وعلى فكرة كل الأفكار اللي هتجيلك وتقولك إنك

منافقة مش صحيحة، انتى إنسانة جميلة بتعاملى الناس بجمال وتكسبيهم، اعتبريه من جبر الخواطر، والست دى هى اللي ولدت وربت الراجل ده، هى اللي تحملته لحد ما اتجوزك وهو عندها نور عينيها، اشفقى عليها وربنا هيكرمك.

(19)

لا تتحدثي عن ماضيك

دع الماضي يمضي بكل ما فيه، لو عاوزة تحكمى على مستقبلك الجاى كله بالفشل الذريع مع شريك حياتك... احكيله الماضى!

وبالتحديد أقصد حاجات معينة في الماضى، ماضى الإنسان فيه حاجات مشرفة عملها؛ ودى مفيش أى مانع إننا نتكلم عنها ونفتخر بيها ونفتكرها ديما، وفيه زلات وهنات وأخطاء ومصايب؛ ودى لازم تتدفن في قبر مجهول ملهوش طريق.

تقولك أنا عاوزة أبدأ حياتى معاه بصراحة ووضوح! طيب مين قال إن الماضى ملك لغير صاحبه؟ مفيش أى حد ليه حق يطّلع على ماضيك إلا إخوانا في المخابرات وأمن الدولة لو هتمسكى منصب.

غير الناس الأفاضل دول مفيش حد من حقه يعرف عن ماضيك أى شيء، الماضى يعنى زمان، يعنى فات، يعنى مش موجود معانا دلوقتى،

بس كلنا عارفين إنه رغم عدم وجوده إلا إن أثره موجود فينا، وبناء عليه بقولك إياك ثم إياك ثم إياك تحكى أخطاء الماضى.

ليه تقولى إنك كنتى مرتبطة بعلاقة عاطفية مع رجل تاني؟ ما تتوبي وتسترى على نفسك ولا تفسدى مستقبلك، خلينا نتكلم شوية بالعقل والمنطق والواقع، انتى هتقولى أنا عاوزاه يعرف كل حاجة عنى، هقولك مش مطلوب إننا نعرف كل حاجة عن بعض، خصوصًا إن في حاجات مش هتأثر على الطرف التانى مش محتاجين نحكيهاله، أيه اللي يخلى راجل يتقبل إنك كان ليكي عشيق؟! ما هو ارتباط بعلاقة عاطفة دون رباط رسمي يبقى اسمه "عشيق" حتى لو الكلمة بتضايقك، طب هو أيه اللي يخليه يتجوز واحده كان ليها عشيق؟ وازاى يصدق إنك توبتى فعلا؟ وازاى يصدق إن الأثر مش موجود فيكى؟!

الإنسان دايما بيغلب على طبعه الفضول، والفضول ده بالظبط زى النار اللي كل ما ترمي فيها حاجة تزداد توهج وتبقى عاوزة تاكل أكترر وأكتر، هتقولى كنتى بتعرفى واحد؟ هيقول: عرفتيه فين وأمتى وازاى

وليه، أيه اللي حصل بينكم، معقول ملمسكيش، لمسك ازاى، احكيلى التفاصيل؟ طيب وبعد ما عرف التفاصيل؟!

إذا كنا بننصح المطلقة إنها متتكلمش عن جوزها السابق إلا في الحدود الضيقة وللضرورة، ولما تحكى متمدحش، بل لو اضطرت تكذب تكذب! متقولش ده كان بيفهمنى من النظرة، مكنش مخلينى محتاجة حاجة، كان حنين، الله! طب سبتيه وجيالى ليه؟؟ هيقول لنفسه دى شكلها اتجوزتنى علشان تغيظه! (ده فقه الواقع).

طيب إذا كان الست اللي كانت في علاقة شرعية –المطلقة- بنقولها متحكيش؛ يبقى من باب أولى اللي مش في علاقة شرعية متحكيش!

فطرة الراجل.. فسيولوجيته.. تركبته.. الدم اللي بيجرى في عروقه، كل ده يرفض ويأبي أن يكون له شريك في مراته بل أحيانا في عشقته! ممكن علشان بيحبك يتغافل عن اللي قولتيه؛ لكن في أول مشكلة أو في أول ريبه تظهر منك- حتى لو لسبب مش مستدعى- هينفجر البركان، ممكن ينفجر من غير ما يقول السبب، ما هو خلاص اتورط، لو قال هيبقى بيسيء لنفسه، فتلاقى انفجارات ملهاش مبرر، ملهاش تفسير!

لو قبل فيكي شريك فهو مش راجل الموضوع منتهى يعنى، يعنى مينفعكيش أصلا ، لكن لو راجل هيقبل علشان بيكون فاهم إنه هيقدر ينسي "كل اللي وعدوا بالنسيان مقدروش"، هيبقى فاكر إن حبكم أقوى من الماضى"كل اللي ظنوا الظن ده اتكسروا"، هيكون فاكر إن طالما اخترتيه يبقى انتى مش عاوزة غيره– وده حقيقي – لكن كل غلطة هتقوله: انت مرحلة زى اللي قبلك!

*أسوأ منشور بيقابلنى على الفيس هو المنشور بتاع يارب ألاقى اللي يقبلنى بعيوبي قبل مميزاتى!

اللي يقبل عيوبك ده من غير ما يحاول يصلحها؛ عدو مضل مبين!

قولي يارب ساعدنى أتغلب على كل عيوبى، يا رب ارزقنى باللى يفتح قلبى ويساعدنى اتغلب على كل عيوبى، مش اللي يقعد يطبطب على عيوبى!!

غالبا مبيطلبش الطلب ده إلا معيوب، طب طالما انت عرفت إنك معيوب، يبقى ده وقت تصليح العيوب، مش وقت الدعاء بإن ربنا

يبعتلك الزبال اللي هيشيلك بعيوبك! امال أمتى المجتمع ده هتنتهى منه العيوب؟!

وبعدين هو في حد في الدنيا عاقل بيحب العيوب؟ أاااااكيد لأ، يا جماعة والله لأ، واللى يقول أه كداب أو مش عاقل، عنده انتكاس في الفطرة، يعنى أيه أحب عيوبك؟!

لكن ممكن يقبلها، طيب اللي هيقبلها ده هيقبلها ليه؟ إما لإن مميزاتك أكتر وإما مجنون، اسمها يقبلها مش يحبها، مفيش حد بيحب العيوب، واللى يحبها ابعدى عنه فورًا علشان ده هيضيعك، اسمها يقبلها، وهيقبلها ليه؟ علشان مميزاتك أكتر أو طاغية على العيوب دى، طب هو ده مبرر إننا نفضل عايشين بالعيوب من غير أى مقاومة؟! قاوووموا.

* على فكرة تقبل العيوب أحيانا بيكون أحد عوائق التخلص من العيوب!

تعالى نرجع للماضى، لا تجترى من الماضى إلا كل جميل، أنا كنت متفوقة في دراستى، كنت بحب أساعد أمى في البيت، خدت إجازة في

القرآن، كنت بلم الأطفال وأعلمهم القراية وسورة الفاتحة، ده ماضى جميل ينفع رصيد في المستقبل.

أما العيوب، إما العوار اللي انتاب الماضى، انتى في غنى عن اجتراره أو مجرد ذكرى، مش حرام إنك متقوليش، لكن حرام إنك تقولى، ربنا سترك متفضحيش نفسك بقى، سيبى الصفحة بيضا، مش أول حاجة تعمليها في علاقتك بجوزك إنك تحطى نقطة سودة بمساحة نص صفحة!

وأخيرًا: لما يقولك فشكلتى ليه خطوبتك قوليله متوفقناش، مفهمناش بعض، متقوليش كان في كل حاجة كويسة ماعدا كذا، لا اديله اللي يفهمه إن قلبك وعقلك رفضوه – مش ضرورى تعيبى في خطيبك خصوصًا لو كان من محيط البيئة – يكفيكى تقولى مكناش متفاهمين، واوعى تحسسيه إنه كان أحسن منه، انتى في عقلك هتقولى علشان ميخدش في نفسه مقلب ولا حاجة، لكن هو ممكن يتسلله شعور بالنقص يطاردك انتى في كل حياتك المستقبلية معاه.

عرفتى أى راجل قبلى؟ لالالالالالالالالالا

ولا صداقة بريئة؟ لالالالالالالالا

اعجبتى بواحد قبل كده؟ لالالالالالالا

يعنى أكذب يا عمرو؟ أاااااااااااااه اكذبي، مش عاوزة تكذبي في الماضى الأسود اللي ربنا ستره يبقي متتجوزيش.

*قاله: اترك أرضك فإنها أرض سوء، هو لما يروح الأرض التانية الجديدة اللي محدش فيها يعرفه هيقولهم أهلا وسهلا أعرفكم بنفسي: أنا السفاح فلان الفلانى؟! هيقعد يلمهم حواليه ويحكلهم كان بيقتل ازاى، وقطعته كده وقمت رافعه وهوب مديله بالسكينة في بطنه؟!!! ولا هيروح الأرض التانية ويعيش مواطن شريف؟ رغم إنه قتل 99 نفس، اعقلوا يا مدعين الحكمة والصدق.

العجيب إنها بتبقى معجونة كدب وتيجي عند الماضى الأسود وتركبها كل الصراحة اللي في الدنيا!

طب أنا كده بغشه؟ طالما توبتى يبقى لالالالالالا، متبتيش يبقى متتجوزيهوش روحى توبي الأول وبعدين اتخطبي واتجوزى.

افتكرى إنى قولتلك متتجمكليش وخليكي حقيقية، وعلشان تبقى حقيقية انهي العلاقة اللي مكسوفة منها وتوبى، والتائب من الذنب كمن لا ذنب له، مبروك انتى كده مبتكدبيش.

❄ ❄ ❄

(20)

يا راجل كبر مخك

الجملة دى كانت من أواخر الكلمات اللي قالها حسنى مبارك قبل ما "يتخلع"، وكذلك كل مشكلة تتعاملى معاها بالمبدأ ده وتكبرى مخك هتتخلعى وهتلاقى نفسك خسرتى كتير، أنسب وقت لإطفاء الحريق يبدأ من الشرارة الأولى، وكلما تأخرتى كلما زادت نسبة الخسائر وقلت نسبة النجاح.

لما يبقى في مشكلة لازم نبادر لحلها لأنها مجرد ما تبات هتكبر وهتتعقد، مينفعش تغلطى وتعتذرى بعد أسبوع، مينفعش تقولى كنت بهدا؛ لأن في طرف تانى بيتحرق والشيطان بيستحوذ عليه، أنسب وقت لتصليح الغلط هو أول وقت اعترفتى فيه بغلطك، وكل دقيقة تعدى هى عقبة بتضاف للمشكلة، الراجل بعد المشكلة بيقول لنفسه: بص ولا

همها إنى زعلت، مش فارق معاها زعلى، ست نكدية،.....، مش شرط نتصالح بعد خمس دقائق لكن شرط نحاول نتكلم بعد خمس دقايق من المشكلة، ممكن منوصلش لحل في اللحظة دى، وممكن نكون مش مستعدين أو الطرف التانى مش مستعد نتكلم معاه ونصالحه أو نبرره، لكن ده مش معناه عدم المباردة، اتكلمى واطلبى تهدى، قولى متزعلش بس أنا متوترة دلوقتى ممكن شوية ونتكلم؛ لأنى مش عوزاك زعلان ولا عاوزة أزعل منك، لكن لازم تبادرى للكلام، متكبريش مخك بمعنى إنك تهملى المشكلة كأنها مش موجودة أو توهمى نفسك إنها هتتحل لوحدها، أو إن الوقت كفيل بيها، الوقت لو حلها صدقيني هيكون أصعب حل، الوقت قادر على إنه يمحى أى مشكلة بس بيمحيها وبيمحى صاحبها كمان، ممكن نأجل وقتها بس لازم نطلب التأجيل أو يطلب مننا التأجيل، التجاهل غالبًا في المنطقة دى مش بيحلها، لكن بيعقدها، خصوصا إن في نوع من الرجالة بيبقى نفسه تصالحيه ورغم كده بيبين عكس ده تماما، لكن بمجرد ما تنكشيه هتلاقيه

اتفتح واتكلم، لكن لو سبتيه بيقفل منك وبيتقوقع على نفسه، وبيبدأ يخترع اعتقادات وهمية بتبقى شبه الجبل بعد كده وبيبقى صعب تكسيرها، أصعب بكتير عن لو كنتى بادرتى من الأول.

انتى غلطتى يبقى لازم تعتذرى، وأول خطوة في الاعتذار المبادرة، وسبينى أقولك إن اعتذارك مش ضرورى يتقبل، ولا يتعذر، ولا يتفهم، ولا يتقدر، لكن ضرورى تعتذرى.

ليه هتعتذرى رغم كل اللي فات ده، هقولك علشان نفسك في المقام الأول، علشان تبقى بتتربى وبتتعلمى وبتطورى، الاعتذار عن الخطأ ده أمر في غاية الرقي والروعة، ومش بيعمله إلا الصفوة من الناس (الَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللهَّ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ) أول ما ذكروا الله استغفروا فورًا، يبقى اعتذرى بمجرد ما تكتشفى إنك كنتى غلطانة.

اعتذرى علشان انتى تستحقى تكونى راقية، تستحقى تكونى منصفة، الصفات الجميلة دى مش هبة دى نتيجة تعب ومسايسة

للنفس، مع كل اعتذار هتتعلمى حاجة جديدة، مرة هتتعلمى عدم التسرع، ومرة هتتعلمى تفكرى قبل ما تتكلمى، ومرة هتتعلمى تكسري الكبر اللي جواكى اللي ملهوش أى معنى ومخسرك حاجات كتير، ومرة هتتعلمى تكونى حقيقية.

الإنسان الحقيقي بيعتذر حتى لو اللي قدامه هيسوق فيها، بيعتذر حتى لو الناس هياكلوا وشه، بيعتذر حتى لو اللي قدامه مش هيقدر، حتى لو هيمسكها عليه، بيعتذر طالما غلط، وأنسب وقت للاعتذار هو بمجرد ما تعرفى إنك غلطتي.

طيب الاعتذار ليه أشكال كتيرة، تبدأ من مجرد الكلام بعد الخصام لحد الاعتراف الكامل بالخطأ مع تصليحه، أو الوعد بتصليحه وعدم تكراره، أنا اختارلك النوع الاخير، لكن ده ميمنعش تستعملى كل الأنواع؛ لأن مش كل الأخطاء شبه بعض، ممكن من غير ما تحسي تحتدى في الكلام، وتعلى صوتك وده أنسب اعتذار ليه إنك توطى صوتك مع ابتسامة خجل "وده اسمه اعتذار"، ممكن تتهورى وتشتمى أو تقولى

كلمة جارحة وده يحتاج ندم ودموع "علشان يبقى اعتذار"، وعلشان كده ديما بفكركم إن السلسلة دى لواحدة مش عاوزة تطلق، السلسلة لوحدة عاوزة تعيش سعيدة رغم كل الصعاب، يعنى طالما قررتى إنك تكملى مع الراجل ده يبقى كملى بكلك مش بجزء بسيط منك، يعنى افتحى الخزائن وانفقى مش تقطرى، أكيد أنا بطالبك بإنفاق مدروس في محله مش مجرد بعزقه وتبذير.

طيب لو مش انتى اللي غلطانة؟ يبقى تبادرى للمناقشة أو طلب المناقشة، متسمحلهوش يسيبك زعلانة وتتفلقى، متسمحلهوش يعرف ديتك، يغلط ويطنش، خليه يحمل هم زعلك، هم التبرير، أو هم الاعتذار، خلى النظام السياسي للبيت هو المناقشة مش الاستبداد، وده برضوا عاوز ذكاء منك، ودلع، وأنوثة ورقة.

مش تشديه من على السرير توقعيه على بوزه وهو نايم وتقوليله تعلالى هنا قولى انت ازاى تعمل كده!!

عاوزة تفشلى في كل حياتك قولى الكلام ده (أصل أنا مبحبش كده – أصل أنا متعودتش على كده– أصل أنا مش بتاعت كده– أصل أنا.....) في طريق النجاح بنحب اللي مبنحبهوش وبنتعود على اللي مكناش متعودين عليه وبنتعلم اللي فاتنا تعلمه من زمان.

❋ ❋ ❋

الخاتمة

(همسة للرجل)

عاوز أقولك كلمتين ودول لمصلحتك ولسعادتك الخاصة، مش علشان تكون أب وزوج ناجح بس؛ لكن علشان تكون إنسان!

زمان قالوا: الإنسان حيوان ناطق، أظن إن ده ممكن يكون منطقى في العصر الحجرى، لكن النهاردا الوضع اختلف كتير، مجرد إنك بتنطق وتتكلم ميكفيش إنك تكون إنسان، وعلشان تكون إنسان فانت محتاج تكون صاحب رسالة.

حاول تخرج من القطيع، خليك نفسك، مش الناس بتتجوز.. فتتجوز، الناس بتعمل فاعمل، خليك إنسان مسؤول، يعنى متتجوزش لو انت مش قد الجواز، ومتوعدش لو انت مش قد الوعد..

الستات في العصر الحالى في معاناة شديدة، سببها الأول هو تخلي الراجل عن مكانه ومسؤوليته، ممكن الست تكون لسه معاك لمجرد إنها

مجبرة؛ علشان أولادها أو لأنها ملهاش مكان تروح فيه، بس هى لما اتجوزت كانت فاهمة إنك الأمان ليها من الدنيا، ليه النهاردا هى شايفة إنك انت السبب الوحيد اللي مخليها مش قادرة تعيش في أمان؟!

السؤال ده محتاج مننا تفكير، وتأمل، وقرار سريع وحكيم، استمرارها معاك لمجرد إنها ملهاش مكان تانى تروح فيه، ده مش بس إحساس بشع ليها؛ ده إحساس قذر في حقك، انت ممكن تكون بتديها أكتر من اللي هى محتاجاه، لكن مش بتديها اللي هى محتاجاه... ومن هنا تيجي المشكلة.

تخيل لو انت في الصحراء بقالك يومين من غير ما تشرب، وأنا جيت ادتلك بدلة شيك أو شنطة مليانة فلوس أو حتى جبل دهب؟ كل اللي فات ده ممكن يرويك ويبعد عنك ظمأ العطش؟ طب قولى هل تبدل كل ما سبق بنصف كوب ماء؟

أنا معاك إن الستات صعب جدًا نفهمهم؛ لإن كل ست مختلفة عن التانية، لكن رغم كل الصعوبة دى، انت تقدر تريحها وتملكها وتاخد

منها أكتر بكتير من اللي بتخده منها دلوقتى، كل ده من غير ما تفهمها 100٪.

الست اتخلقت نهر، بيجرى وبيتدفق، بيروى ويسيب مكانه الخير، تقدر بسهولة تعرف إن المكان ده مرت منه امرأة؛ لإن الستات ليهم بصمة حقيقة، كان ممكن تكون أقوى لو كانت لقت راجل حقيقى!

أمتى آخر مرة قعدت معاها وسمعتها؟

سمعتها بس من غير ما تقدملها أى حلول؟

ماهى الست مش زيك عملية، الست عاطفية، عوزاك تسمعها وتحسسها إنك مهتم تسمعها، حتى لو مش هتديها أى حل في النهاية، اديها بس قلبك واهتمامك، اسألها عملتى أيه في يومك النهاردا، حسسها بقيمتها لإنها فعلا قيمتها كبيرة، وانت بنفسك تقدر تعرفها لو هى خدت إجازة يوم واحد من شغل البيت!

أمتى اخر مرة مدحتها، وقلتلها وحشتينى، أنا آسف إنى مش بقعد معاكى كتير؟

نفسى أكل من ايديك كذا علشان انتى شاطرة جدًا فيه، وبالمناسبة مراتك مهما كانت درجة جمالها متواضع، فهى كانت بتحاول تستقبلك بأحلى شكل ليها، بس انت ديما مش بتاخد بالك، هى حست باليأس إنها تعرف تلفت نظرك، واليأس ده هز ثقتها بنفسها كتير، وده سبب أغلب المشاكل اللي بتحصل منها النهاردا، هى مش لاقيه نفسها، وحست إن أى ست غيرها أحلى منها، كل ده حصلها بس لإنك انت جوزها!

أمتى آخر مرة جبتلها هدية؟ أو كلمتها عن ذكرياتكم أيام الخطوبة؟ أمتى سبتلها جواب أو ورقة بتقولها فيها بحبك... أمتى آخر مرة بوستها من ايديها أو حضنتها من غير سبب، أو حتى بصلتها وهى بتذاكر للعيال وقولتلها الله يكون في عونك؟ أمتى آخر مرة سمعتك بتدعيلها؟

عارف أنا النهاردا بقنعها بأيه؟ بقنعها إنها تعيش سعيدة من غيرك، بعلمها تصنع سعادتها ومتستنهاش منك، بعلمها تعيش وحيدة سعيدة.. لإن أنا وانت وكل راجل خذلها، خلاص مبقتش قادر أدافع عن نفسى ولا عنك.

احنا عاوزينها حلوة ونظيفة ومهتمة، طيب وهى؟ مش من حقها تاخد نفس الكلام ده؟ هو احنا بطلنا ليه نلبس ونتشيك زى ما كنا بنعمل أيام الخطوبة؟

مش لازم في البيت تقعد بالأبيض زى الحجاج يعنى، ممكن تلبس حاجة شيك كأنك خارج أو رايح على القهوة، ممكن نحط برفان في البيت عادى من النوع اللي هى بتحبه.

وممكن نقف في المطبخ نغسل المواعين ونقطع السلطة، نحسسها بالمشاركة، وأهو بالمرة نحس ونفهم الست دى بتعمل أيه.

تعالى نلخص اللي فات ده:

- اهتم بمراتك كأنك لسه متجوزتهاش (مش عاوز أقولك اهتم بيها كأنها عشيقتك)!.
- راعى إنها أغلب الوقت لوحدها ومحتاجة تتكلم أو تسمع بنى آدم، وهى مش محتاجة حلول قد ما هى محتاجة قلب يسمعها ويحس بيها.

- اعملها وقت مخصوص بعيد عن الأولاد، اقعد معها حتى لو ربع ساعة باهتمام بالغ.

- اديها فرصة تاخد وقت لنفسها، ويبقى ضربنا عصفورين بحجر، الأول: إنك تقعد مع أولادك ويحسوا بوجودك، **التانى**: ادينها فرصة تشحن طاقتها وتقدر تكمل بيها معانا، في فرق بين إنها تعمل واجباتها وهى مرتاحة وإنها تعملها وهي مش طايقة نفسها.

- امدحها... كل ما تشوفها في البيت امدحها.. امدح أكلها، لبسها، تسريحة شعرها، طريقة كلامها، اغمرها بالثقة، خليها تحس إنها ملكة، هى بالفعل تستحق ده.

- هاديها كل أسبوع مرة، كل أسبوعين مرة، أقولك بلاش نتقل خليها كل شهر مرة، وكل أسبوع اكتبلها جواب، أو ورقة تقولها فيها وحشتيني، بحبك، ارسملها أول حرف من اسمها، ارسملها الحاجة اللي طلبتها ومقدرتش تشتريهالها، قولها إنك عاوز تسعدها.

- بوسها، بوسها يا حنفي، بوسها من بوقها، من غير مناسبة ومن غير غرض... ده لو عاوز تملكها يعني.

- خد إجازة من الشغل يوم واحد علشانها، عرفها إنه علشانها، وكل ما تعمل حاجة علشانها عرفها إنك عملتها علشانها هى وبس.
- ساعدها واتعامل معها بعين الرحمة، ارحمها علشان هى تستحق الرحمة.
- متحسسهاش إنها في الحياة وحيدة، إنها بتكافح لوحدها، حسسها بالأمان، حسسها إنها ساندة على حيطة تقدر تحميها وتمنع عنها.
- في بسكوت اسمه نواعم، قريب قوى من تركيبة الستات، اشترى واحد وحاول تطلع منه البسكوتة سليمة، هتعرف إن الست علشان تفضل في حالة جيدة بتعانى، وهتعرف إنك محتاج تتعامل معها بلين علشان متتكسرش منك من غير حتى ما تقصد أو تاخد بالك.
- اتكلم عنها حلو، وخليها تشوفك وتسمعك وانت بتتكلم عنها حلو، قدام أهلك وأهلها.
- برر لها جوازك منها بطريقة هى تفهمها.
- كل اللي فات مش محتاج منك فلوس، محتاج منك تكون صادق في مساعدة الست دى على الحياة، محتاج منك رغبة حقيقية إنك تكون عاوزها تفضل على قيد الحياة.

- دعمها في الحاجة اللي هى بتحبها، لو هى فاشلة ساعدها تنجح، نجاحها يضاف ليك، لو هى ناجحة طورها وشجعها، خليها تشوفك رقم واحد.
- في النهاية كل ده لمصلحتك انت، ولسعادتك انت، جرب وهتعرف الفرق بين الست لما تكون سعيدة ولما تكون بقايا امرأة.

نصيحة هامة: الست بتفهم في المشاعر أكتر من الأفعال... بتفهم التنهيدة أكتر ما بتفهم الهدية المادية، بتتأثر بالنظرة أكتر ما بتتأثر باللمسة، وبتتأثر باللمسة أكتر ما بتتأثر بالكلمة، وبتتأثر بالكلمة أكتر ما بتتأثر بالهدية، وبتتاثر بالهدية: أكتر ما بتتأثر بأنك بتصرف عليها وعلى عيالها وعلى الجيران كمان.

يا امرأة هذه المحاولة من أجلك وانتى تستحقينها، لو حاسة إنى عرفت اتكلم عنك وعن بعض رغباتك واحتياجاتك ساعدي في نشر هذا الكلام، وده يبقى اعتراف منك إنه صح، وخريطة سهلة لمن يهمه أمرك.

❋ ❋ ❋

متابعة الكاتب

على صفحته الشخصية على الفيس بوك

#عمرو_يس

https://www.facebook.com/amr.yassin.9277