

سَنَّةُ أُمِّ لِي زَوَاجُ

ح دار كنوز إشبيليا للنشر والتوزيع، ١٤٤٠هـ
فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر
الحسيني، عبد العزيز عبد الله
سنة أولى زواج؛ مهارات التوافق / عبد العزيز عبد الله
الحسيني
الرياض، ١٤٤٠هـ.
ص: ٩٢؛ سم: ١٧ × ٢٤؛
ردمك: ٧ - ٢٥ - ٨٢٣٨ - ٦٠٣ - ٩٧٨
١. الزواج
٢. العلاقات الأسرية
أ. العنوان
ديوي: ٣٠١.٤٢
١٤٤٠/٢٤٧٣

رقم الإيداع: ١٤٤٠/٢٤٧٣هـ
ردمك: ٧ - ٢٥ - ٨٢٣٨ - ٦٠٣ - ٩٧٨

حَقُوقُ الطَّبْعِ مَحْفُوظَةٌ
الطبعة الأولى
١٤٤٠ هـ - ٢٠١٩ م

Dar Kounouz Eshbelia
For Publishing & Distribution
Kingdom of Saudia Arabia
P.O. Box 27261 Riyadh 11417
Tel.: + 96611 4914776
+ 96611 4968994
Fax.: + 9661 4453203



دار كنوز إشبيليا للنشر والتوزيع
المملكة العربية السعودية
ص. ب: ٢٧٢٦١ الرياض ١١٤١٧
هاتف: + ٩٦٦١١ ٤٩١٤٧٧٦
+ ٩٦٦١١ ٤٩٦٨٩٩٤
فاكس: + ٩٦٦١١ ٤٤٥٣٢٠٣

E-mail: eshbelia@hotmail.com



@k_eshbelia



@k_eshbelia



@k.eshbelia

سَنَتُ أَفْءُلَى زَوَاجُ

(مهارات التوافق)

عبد العزيز بن عبد الله الحسني



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

المُقَدِّمَةُ

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره ونتوب إليه، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا، من يهده الله فلا مضل له ومن يضلل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن محمداً عبده ورسوله عليه وعلى آله أفضل الصلاة وأتم التسليم.

أما بعد:

في الأيام الأولى للزواج - وتحديدًا أيام رحلة العمر أو ما يسمى شهر العسل - يكون الزوجان قد أمضيا فترة من أمتع فترات حياتهما، فلا مشكلات، ولا عمل، ولا ارتباطات، ولا مسؤوليات... فهذه الفترة تقوم على التكلف والمجاملة والتنازل والعطاء بلا حدود، فالمشاعر لا تزال غضة طرية، والشغف لاكتشاف الحياة الجديدة في أوجها، ولهفة اللقاء والشوق للحبيب في أعلى درجاتها، والتواصل العاطفي بينهما كبير، والرومانسية الحاملة في أشدها، ابتداءً من النظرات الحنونة واللمسات الدافئة والكلمات الغزلية، فكل تصرف يؤخذ بإيجابية، وكل فعل يعتبره الشريك تعبيرًا عن الحب والرغبة في إسعاده.

ولكن..

ما أن تمضي هذه الأيام الجميلة حتى تهدأ العواطف وتبدأ الأعباء والمسؤوليات الملقاة على عاتق كل منهما، وتنتقل العلاقة من حالة التشبع العاطفي إلى حالة الممارسة الفعلية، فينكشف ما كان مستترًا للطرفين، وتبدأ العيوب تتجلى، والطباع تتضارب،

والعادات تتصادم، واختلاف وجهات النظر تتفاوت، ما قد يؤدي إلى التعجل في اتخاذ قرارات يندم عليها صاحبها في مستقبل حياته.

ولهذا فإن السنة الأولى من الزواج - بل الأشهر الأولى منها بالذات - هي بمثابة عنق الزجاجة، وهي من أهم وأخطر مراحل الزواج، كونها حياة جديدة، وشريك جديد، ومسئوليات جسام، وكل زوج مجهول لصاحبه في أخلاقه وطبيعته وطريقة تفكيره وما يحب ويكره.. إلخ، وإذا تجاوز الزوجان تلك المرحلة بتوافق فما بعدها أيسر وأدوم بإذن الله **تعالى**.

والعلاقة الزوجية في سنتها الأولى من الأهمية بمكان؛ بحيث تحتاج إلى تجلية وتوضيح لكثير من المهارات اللازمة ليحصل التوافق والتجانس، ولذلك كان هذا الكتاب، الذي أسأل الله **تعالى** أن ينفع به، وأن يجد فيه القارئ ما يصبو إليه.

عبد العزيز بن عبد الله المحسن

أهمية الموضوع والحاجة إليه

أظهرت دراسة استطلاعية - بجمعية المودة للتنمية الأسرية بمنطقة مكة المكرمة -، استمرت لثلاث سنوات من عام ١٤٣٥ - ١٤٣٧ هـ، وبلغت عينة الدراسة (١٠٩١) فرداً، وقد أفاد (٦١ ٪) أنهم واجهوا مشكلات أسرية في السنة الأولى من زواجهم^(١). وهو رقم كبير يدل على أن هناك مشكلة وسوء توافق بين أكثر من نصف المتزوجين في السنة الأولى من الزواج!!.

ولعل من أهم أسباب ذلك أن كثيراً من الشباب والفتيات وجدوا أنفسهم على عتبة الزواج ومنغمسين فيه فجأة، دون خبرة متوازنة، أو إعداد مسبق، أو تهيئة نفسية، أو معرفية، أو عاطفية، أو جنسية، لطبيعة هذه الحياة الزوجية واحتياجاتها، والدعائم التي تقوم عليها والمهارات اللازمة لإدارتها.

فبعضهم نشأ في بيئة ثقافتها تقوم على أن الزواج الناجح بالنسبة للمرأة، يكمن في مهارتها في إعداد الطعام، والغسيل، والكلي، ونظافة المنزل وترتيبه، والإنجاب...، والرجل في توفير المأوى، والأكل والشرب، والكساء ونحو ذلك من الاحتياجات الحياتية فحسب.

وصنف آخر نشؤوا في بيئة العلاقة بين أفرادها علاقة تقليدية روتينية جافة، فهم لا يكادون يرون أو يسمعون من والديهم أي عواطف أو أحاسيس متبادلة، حتى إنهم يظنون أن والديهم لا يملكون أي مشاعر تجاه بعضهما البعض. فيشبون وينشؤون على أن

(١) انظر: دراسة «أثر برنامج التأهيل الأسري للمقبلين والمقبلات على الزواج بجمعية المودة»،

انظر الدراسة في موقع الجمعية: almawadah.org.sa

هذه هي طبيعة الحياة الزوجية، ويتبرمجون على هذه الثقافة التي سيمارسونها في مستقبل حياتهم الخاصة حينما يصبحون أزواجًا!!.

وفي المقابل هناك صنف آخر من الشباب والفتيات، نشؤوا في بيئة منفتحة، تقوم على السفر والترف والإغراق في متابعة الأفلام والروايات الرومانسية.. فأصبحوا يمنون النفس بحياة زوجية حاملة، كتلك التي يعيشونها ويتابعونها عبر المسلسلات والروايات التي تقوم على المتعة والعشق والهيام والعواطف الجياشة والغزل الدائم والنظرات الجنسية المتبادلة والرومانسية الخالية من المشكلات^(١)، فإذا دلفوا إلى الحياة الزوجية، انتظروا من الآخر تلك الحياة المترفة، وذلك التعامل الملائكي الحالم، الذي كانوا يحلمون به ويمنون النفس بمثله!!.

وهناك أيضًا صنف من الشباب يعتقدون - بسبب بعض النصائح الخاطئة -، أن الرجل ينبغي أن يكون صارمًا من البداية وأن يُظهر للزوجة الجانب القوي من شخصيته، (فالعود من أول ركزة) كما يقولون، وإلا فإن الزوجة ستفرض رأيها وشخصيتها. والكلام نفسه ينطبق على الزوجة التي تحاول أن تُعوّده منذ البداية ليكون مطواعًا لها، فينشأ التصادم وعدم التوافق.

ولهذا يؤكد علماء الاجتماع وخبراء العلاقات الأسرية؛ أن اجتياز السنة الأولى للزواج بنجاح، سبب رئيس في تكوين حياة زوجية متينة وناجحة، وذلك لكونها الفترة الأصعب في حياة أي زوجين.

(١) ويكفي أن تعلم أن عملاً فنيًا واحدًا فقط كمسلسل مهند ونور - وهو تركي مدبلج للغة العربية -، بلغ عدد حلقاته (١٥٠) حلقة، وبثته عدد من القنوات العربية، شاهده قرابة (ثمانين مليون مشاهد عربي) ولك أن تتخيل الآثار السلبية لذلك المسلسل لمن تابعه وتفاعل معه. (انظر: بحث الإعلام المعاصر والمشكلات الأخلاقية في المجتمعات الإسلامية، د. لينه الحمصي، ضمن أوراق مؤتمر: أخلاقنا بين النظرية والسلوك، المنعقد في البحرين في ٥/٦/١٤٢٩هـ).

وقد شبه بعض الباحثين الزواج بأنه «مثل الطفل يولد صغيراً وينمو بالرعاية والدعم، ويضعف بالإهمال وسوء المعاملة، وإذا كان الطفل في مرحلة الرضاعة عرضة للأمراض وبحاجة إلى رعاية خاصة من الوالدين، فكذلك الزواج يكون في بدايته عرضة للخلافات، ويكون بحاجة إلى عناية حتى تمر هذه المرحلة ويفهم كل من الزوجين الآخر، ويتعود على طباعه ويتألف مع عاداته وأفكاره. ولكن ليس بالضرورة أن يمر الزواج بمراحل النمو كالإنسان من الطفولة إلى الشباب ثم الشيخوخة، إذ يمكن أن تصيبه الشيخوخة في سن مبكرة إذا أهمل الزوجان رعايته»^(١).

ولئلا يصاب الزواج بالشيخوخة المبكرة من بدايته، أو الانفصال نتيجة عدم التوافق والانسجام بين الزوجين، فسأتوقف عند أهم المهارات التي لابد للزوجين من الإلمام بها؛ ليعبرا أهم مرحلة في زواجهما بسلام وأمان.



(١) «الإسلام ومكانة المرأة»، محمد مرسي (ص: ٢١٠).

سنة أولى زواج

مدخل:

اجتياز السنة الأولى بنجاح، لا يحصل خبط عشواء، كما أنه ليس منحة مجانية يحصل عليه البعض بالحظ ويحرم منه آخرون بالمصادفة، إنما هو بعد توفيق الله **تعالى** مهارة وإدارة، من علمها وعمل بها فاق الجاهل بها راحة واستقراراً.

السنة الأولى من الزواج هي بمثابة عنق الزجاجة، فإذا تجاوزها الزوجان، فما بعدها أيسر وأسهل، ويمكن لهما بعد ذلك أن يمضيا في حياتهما بكل انسجام وتوافق.

وعادة فإن الحياة الزوجية تبدأ بأحلام وردية، وقد يكتشف أحد الزوجين أنه قد عاش في وهم لسنوات طويلة، كان يمني النفس فيها بشريك يفهمه ويسعده، فإذا به يُفاجأ بطباع وصفات وتصرفات وعادات لم تكن على البال، فيصاب بخيبة أمل وإحباط، لتبدأ بعد ذلك مرحلة الشقاء، وقد تكون هناك محاولات للتأقلم على طباع الزوج أو الزوجة التي قد تنجح أحياناً، وتخفق في أحيان كثيرة، فيظن أن زواجه قد فشل أو في طريقه للفشل، وقد يتسرع أحدهما بطلب الانفصال!!.

ولينجح الزوجان في حصول التوافق بينهما، لا بد أن يدركا أولاً، أن طبيعة كل منهما وآلية تفكيره ونفسيته وشخصيته تختلف عن الآخر في أمور كثيرة، وإذا لم يع الزوجان هذه الاختلافات فإن المشكلات بينهما لن تتوقف، ولن يعذر بعضهما بعضاً، ما يتوجب على كل منهما في بداية زواجه أن يلتفت إلى الاهتمام بمعرفة شريكه، وفهم طبيعته، ونفسيته، وطريقة تفكيره، ونمط حياته، واهتماماته...

ويكاد يُجمع خبراء العلاقات الزوجية، أن عدم قدرة الزوجين أو أحدهما على التوافق مع الآخر، هو السبب الأول والأساس في المشكلات التي تقع بينهما وبالذات في الأشهر الأولى من زواجهما.

كما أنه من المسلمات عند العقلاء من البشر؛ أن التوافق لا يمكن أن يحصل بين أي اثنين من أول لقاء بينهما؛ بل ولا بعد مضي فترة قصيرة من صحبتهما، فإذا كانا من أسرتين مختلفتين، فمن الطبيعي أن يكون لكل منهما عادات متباينة، وطبيعة متضاربة، واختلاف في وجهات النظر، ونمط حياة مختلف، ولا بد أن ينجم عن ذلك؛ اختلافات في القيم والسلوك والأفكار والآراء والمزاج.. إلخ، ومن ثم فإن التوافق والانسجام بينهما لا يمكن أن يحصل بين عشية وضحاها، بل يحتاج إلى وقت قد يطول.

ومثل العلاقة بين الزوجين إذا ارتبطا ببعض، «كمثل زرع كلية أو ما شابه في جسم الإنسان، ولكي يألف الجسم هذا العضو الجديد فإنه يحتاج إلى فترة ليتكيف ويتعايش معه، وإلا رفضه الجسم وسبب انتكاسة لهذا الإنسان. وليكون هذا العضو مقبولا يحتاج إلى توافق في الأنسجة والشكل والمدارة فترة والصبر والهدوء حتى يصبح هذا العضو جزء لا يتجزأ من هذا الجسم»^(١).

ولهذا لا تستعجل في الحكم على شريك عمرك، ولا على تقييمه قبل مضي فترة طويلة من الخلطة معه، وبذل الكثير من مهارات التوافق والانسجام.

وبناء على ذلك فإن السعادة الزوجية واجتياز السنة الأولى بنجاح، لا يأتي خبط عشواء وترك الأمور تسير دون اهتمام وتخطيط، وإنما تحتاج إلى معرفة لأهم المهارات اللازمة لحصول التوافق، بالإضافة إلى معرفة أهم المفاهيم الخاطئة والتصورات الذهنية

(١) «فن إدارة الخلافات الزوجية»، محمد الفندي (ص: ٣٥).

الموروثة، وكيفية إزالتها واستبدالها بمفاهيم صحيحة، لبناء حياة زوجية متينة من البداية بإذن الله **تَعَالَى** وتوفيقه. وهو ما أحاول جاهداً بيانه وإيضاحه في هذا الكتاب الذي أسأل الله **تَعَالَى** أن ينفع به، وأن يكون إضافة ينير درب كل من يبحث عن السعادة في زواجه.



مهارات التوافق

أولاً: تعرفي على الزوج

الولوج إلى قلب الزوج والتعامل معه بنجاح، لا ينبغي أن يترك هكذا للوقت دون تخطيط ودراسة، وإنما يحصل أولاً من خلال التعرف على طبيعته، وفهم نفسيته، وفترة طفولته، ونمط شخصيته، وميوله واهتماماته..

في البداية سأوجه بخطابي للزوجة أولاً؛ لأنها هي من يقود السفينة ويوجه الدفة، ولأنها في الغالب أسرع استجابة للتضحية من الرجل، لطبيعتها العاطفية وتكوينها النفسي، ومن يتأمل أدبيات العرب القديمة الخاصة بوصايا الزواج، يجد أنها دائماً ما توجه من قبل الأم لابنتها أو الأب لابنته، وحتى الكتب الأجنبية التي تُعنى بالعلاقات الزوجية لا تكاد تجد كتاباً في هذا المجال؛ إلا وهو يخاطب المرأة بالعناية بالزوج والحفاظ على البيت، وكأن المرأة مُنحت قدرة فطرية على ذلك لا يملكها الرجل، ما يعني ضرورة التفاتها منذ بداية زواجها إلى الاهتمام والتركيز على ما يحصل به التوافق، من خلال تعرفها على طبيعة شريكها وفهم نفسيته ونمط شخصيته وميوله..، على اعتبار أن الفهم العميق لصفات الشريك يساعد على التوافق ودوام العشرة، وهو ما سأحدث عنه بشيء من التفصيل فيما يأتي:

١- تعرفي على طبيعته:

فلكل رجل طبيعة، وعليك أن تكتشفي هذه الطبيعة من البداية، لتحسني التعامل مع الزوج وتمتلكي حبه، فإذا فهمت الزوجة زوجها عاشا في ود وانسجام بعيداً عن

مشكلات الحياة ومنغصاتها، ومن الأمور المهمة التي عليك اكتشافها وسبرها في طبيعة زوجك ما يأتي:

- ماذا يجب من الطعام والملابس والعادات والعلاقات؟.
- ما الذي يثير غضبه؟.
- ما الأشياء التي تفرحه كثيراً؟.
- ما الأشياء التي تجعله قلقاً أو مكتئباً أو خائفاً؟.
- من الأشخاص المهمين في حياته؟.
- من الأشخاص الذين يحبهم والذين لا يحبهم؟.
- ما أجمل ذكريات حياته وأبغضها إليه؟.
- ما عيوبه؟ وما مهاراته؟ وبماذا يتميز؟.
- ما الإشكالات الصحية التي يعاني منها؟.
- ما لخطوط الحمراء في حياته التي ينبغي عدم تجاوزها؟.
- ما الأشياء التي تدفعه للتهور؟ والأشياء التي تدفعه للطلاق؟.
- ما مدى ارتباطه بالدين وكيف يمكن تمكين وتطوير هذا الارتباط؟.

هذه الأسئلة إذا استطعت أن تحيي عنها بسهولة وتأنٍ ووضوح ودقة، تكونين بذلك قد عرفت طبيعة زوجك، وأحسن التعامل معه (١).

والكلام نفسه ينطبق على الزوج، الذي يجب عليه أيضاً أن يتعرف على طبيعة زوجته، ليحصل التكامل والتوازن بينهما. وليحسن التعامل معها وتطيب عشرته بصحتها، وليختصر الكثير مما قد ينشأ عن ذلك مستقبلاً من الخلافات المتعددة التي قد يقع فيها غيره ممن يتجاهل مثل تلك الأمور. ولو كتب الزوج مثل تلك الأسئلة عن

(١) انظر: «فن إدارة الخلافات الزوجية»، محمد حبيب الفندي (ص: ٣٢).

زوجته وأجاب عنها مكتوبة بعد سبر الزوجة ودراسة طبيعتها وفهم نفسياتها، لسعد وأسعد.

٢- تعرفي على نفسيته:

بين القمة والقاع حاولي أن تتعرفي على الرقم السري لزوجك، لأن الرجال أصناف كثيرة، يربطهم جميعاً كراهية الروتين والرتابة والجمود، مع معرفة ما يعجب كل صنف ويناسبه. ولدى كل رجل مفتاح للوصول إلى عالمه، والزوجة بإمكانها أن تكتشفه، والرجال أنواع:

✽ فمنهم من هو عزيز النفس، ومثل هذا يجب الحذر من الاستعلاء والتأخر عن تلبية طلباته، لأن العطاء بلا حدود هو خير ما يليق به، ويأسره. وسياسة الحرمان قد تضر مع هذا النوع أكثر مما تنفع.

✽ ومنهم من تبدو على محياهم ملامح الرجولة، ولكن يسكن دواخلهم طفل صغير يحتاج إلى الدلال.

✽ ومنهم من هو مغرم بالثناء على نفسه، ويشجعه نغم المديح ويطر به، فمن مدحه بلا ثمن فهو صديقه المؤتمن، ومن ذمه فهو عدوه، وهذا الصنف له معاملة خاصة، فالمديح له يكون كالطعام للملح، وليس كالملح في الطعام.

✽ ومنهم الرجل السخي الكريم، الذي يهمله جداً أن (تبيضي وجهه) أمام ضيوفه بوضع لمساتك وأطباقك الراقية على سفرته.. إلخ.

✽ ومنهم من إذا أطاعته ملكته.

✽ ومنهم من إذا تمنّعت عنه ازدادت رغبة عنده.

✽ ومنهم من إذا ضحكت على نكتة قالها أو طرفة استملحتها أطربته.

✽ ومنهم من إذا أكرمته بادلها كرمًا بكرم.

- ❖ ومنهم من إذا تغزلت بقوته وجماله ورجولته وذكائه ملكته.
 - ❖ ومنهم من إذا أثارت غيرته عليها ازداد تمسكه بها.
 - ❖ ومنهم من إذا تفننت بالطبخ وتنويعه أسرته.
 - ❖ ومنهم من إذا امتدحته عند أهلها ازداد عطاؤه.
 - ❖ ومنهم من هو خلاف ذلك ...
- والمهم أن تتعرف الزوجة على الزوج جيداً وتعطيه ما يناسبه ويفتح قلبه ^(١).

٣- تعرفي على فترة طفولته؛

كثير من الرجال يفتقد لبعض الأشياء التي حرم منها في طفولته، والزوجة الحكيمة هي التي تتعرف على زوجها من خلال الحديث معه عن فترة طفولته، لتقف على الأشياء التي حُرِمَ منها أو كان يفتقدها في طفولته لِتُشَبِّعَهَا، فهو أشد ما يكون حاجة إلى تعويض تلك الفترة، ولديه في عقله اللاواعي الاستعداد لأن يسلم حياته ويهب نفسه لمن يشبعه فيما افتقده في صباه:

❖ فإذا كان الزوج قد نشأ في بيئة تفتقد إلى الحنان والعطف، فعليها أن تغدق عليه وتشبعه في هذا الجانب.

❖ وإذا كان قد نشأ في بيئة افتقد فيها إلى التشجيع والتحفيز والإعجاب، فعليها تعويضه في ذلك، والتركيز على كثرة الثناء عليه عند كل جميل.

❖ وإذا كان قد نشأ في بيئة فيها مبالغة في الشدة والقسوة والتحطيم، فعليها أن تغدق عليه ما افتقده من التقدير والمشاعر والعواطف والضم ونحوه.

وهكذا تحاول تلمس فترة طفولته وصباه وما كان يفتقده فيها لتعوضه وتشبعه، والعكس صحيح أيضاً فمن المفترض بالزوج كذلك أن يتلمس ما كانت تفتقده الزوجة

(١) انظر: «المرأة البحر والرجل المحيط»، عبد الله الداود (ص: ٦٣).

ليعوضها ويشبعها، وبمثل ذلك يكسب كل منهما الآخر، ويعيش كل منهما طيلة عمره مع الشخص الذي عرف احتياجاته وأشبعها، فيمتلك كل منهما قلب الآخر وأحاسيسه ومشاعره.

٤- تعرفي على نمط شخصيته:

لكل إنسان نمط غالب على شخصيته، وصفات فعلية ولفظية خاصة به، وفي الوقت نفسه يحب أشياء ولا يستمتع بأخرى. فالبشر يتواصلون عن طريق (السمع أو البصر أو الحس)، وفي بعض الأحيان تكون إحدى وسائل الاستقبال هي الغالبة على الشخص، فالذي يكون غالب تواصله عن طريق البصر يطلق عليه بصري. والذي يكون غالب تواصله عن طريق السمع يطلق عليه سمعي. وهكذا الحسي الذي يأنس بالمشاعر اللفظية والجسدية. ومن المهم جداً معرفة كل من الزوجين لنمط شخصية الآخر، ليحسن كل منهما التعامل والتفاهم مع صاحبه، ويشبعه فيما يناسبه، ليكسب وده واحترامه.

فالسمعي: يترب لسماع كلمات التشجيع والثناء والمدح، ويتضايق عندما لا يسمعها في مناسباتها، كما يتضايق لسماع الكلمات النائية والجارحة.

البصري: يستمتع عند رؤية البيت مرتباً، ورؤية الورود وتناسق الألوان، ويتأذى من مشاهدة الفوضى تعم المنزل.

الحسي: يعشق الضمة الدافئة واللمسة الحانية والروائح الزكية، ويحتاج إلى إشباعه بالعواطف والمشاعر اللفظية والحسية، وفي الوقت نفسه يشعر بالحزن والضيق عند افتقاده لتلك الأمور^(١).

(١) انظر: «٩٩ فكرة حياة زوجية سعيدة»، مشيب العاصمي (ص: ٥٣).

وهناك أنماط أخرى متعددة لمعرفة طبيعة نمط وشخصية الفرد، ومن أهمها

النمطين المتكررين التاليين:

العقلاني: وهو الشخص الذي يعتمد على العقلانية في تعاملاته، ويهتم بالمنطق، والعدل، ويتمسك بالأمور التي تم الاتفاق عليها دون إعمال العاطفة، وهو ذو شخصية قوية، يستخدم عقله عند اتخاذ القرارات.

ويحفظ بالأدلة والمعلومات، ويقنعه المنطق فقط، ولا يعير الأحاسيس أهمية كبيرة. وإذا أردت التأثير عليه وتغيير رأيه تجاه أي موضوع، فتحدثي معه من زاوية منطقية وموضوعية، واستخدمي الأسلوب العقلي والمنطقي عند التعامل معه، فهذه هي الأمور التي ينظر لها بثقة وجدّة.

العاطفي: يتخذ قراراته بناءً على قيمه الشخصية وأحاسيسه، ويميل للحساسية والتعاطف مع الموقف، ويتأثر بالظروف المحيطة، وعلاقته فيها نوع من الدفء وتسهل مصاحبته ويثق بصاحبه بسهولة.

ويحفظ بالعلاقات الحميمة وإظهار المشاعر والأحاسيس، ويقتنع بالعاطفة وتؤثر فيه الكلمات العاطفية الحنونة، ويزول ما في نفسه بالقبلة على الرأس والضم، فهذه الأمور تقنعه وتؤثر فيه وتجعله يتجاوب أكثر من أي شيء آخر.

٥- تعرفي على ميوله واهتماماته:

من أهم مقومات التوافق والانسجام بين أي زوجين، مشاركة كل منهما الآخر ميوله واهتماماته، والتباعد فيها ربما يتسبب في غياب مساحة مشتركة في التقارب بينهما، ولذا احرصي على معرفة اهتماماته وميوله وشاركيه فيما يناسبك منها، فكلما كانت الميول والاهتمامات مشتركة، كلما كان التقارب أكثر وكلما قلت الفجوة بينكما. فلدى الرجل

حاجة إلى أن يشعر أن هناك من يوافقه في الاهتمامات والميول، وهذا النداء الخفي إذا لم يجده عند شريكة عمره، بحث عنه في عمله واستراحاته وزملائه.. أو أي مكان آخر يشبعه في هذا الجانب، ومن ثم يعطيه النصيب الأكبر من وقته واهتمامه.

وعلى كل منهما أن يكتشف الآخر ويتعرف على مفاتيحه ونقاط ضعفه وقوته، ويرى ما لذي يركز عليه ويميل إليه ويحبه ويكرهه، فيوليه الاهتمام والعناية في تعامله معه، فوضوح الدور الذي ينبغي أن يقوم به كل شريك لشريكه، ومعرفة احتياجاته الحياتية، والنفسية، والعاطفية، والجنسية، ومشاركة كل منهما للآخر في ميوله واهتماماته، يزيد من الألفة والقناعة بالآخر، ومن خلال مراعاة هذه الأمور يحصل التوافق والانسجام بين الزوجين.

ومن المهم أن يعرف كل منهما أن التعرف على الآخر، ليس بقصد تغييره وإنما بقصد التعايش معه.



ثانيًا: العلاقة مع أهل الزوج

لا تكتمل سعادة الزوجة مع زوجها حتى تكون علاقتها بأهله علاقة جيدة لا يشوبها ما يكدرها من المشكلات والمنغصات، ولتكون كذلك؛ لا بد أن يصل أهل زوجك إلى القناعة التامة بأنك جزء منهم ولست دخيلة عليهم.

اللقاء الأول مهم للزوجة وأهل زوجها، كونه سيشكل الانطباع الأولي عنها، وتأثير الانطباع الأول عادةً ما يترسخ في الأذهان. وذلك من أهم الأسباب لدفع زوجة الابن للاهتمام بإطلالة لا ثقة ومقبولة ومحبة لديهم. ولتجتازي هذا اللقاء بنجاح، ولتتركي أجمل وأفضل انطباع لدى أسرة زوجك، إليك بعض المهارات حول ذلك:

اللقاء الأول بأهل الزوج:

✽ قبل زيارتهم الأولى من المهم جدًا معرفة طريقة تفكيرهم وما المظهر واللباس الذي يفضلونه، لتستطيعي الاستحواذ على إعجابهم بشكل أكبر. (ويمكن معرفة ذلك عن طريق سؤال الزوج عما تفضله والدته وأخواته من نوع وطريقة اللبس).

✽ احرصي على ارتداء ملابس أنيقة بألوان جميلة ومميزة تبرز أنوثتك وجمالك، وقومي بتسريح شعرك بطريقة ناعمة واتباع أساليب المكياج الهادئة واللطيفة، فغالبًا ما يفضل الكبار المكياج البسيط الطبيعي لا الصاخب المثير.

✽ تجنبي ارتداء الملابس غير المحتشمة، فإن ذلك سيترك لديهم انطباعًا غير محبب عنك يصعب تغييره لاحقًا.

✽ من أهم ما يمكن أن تأخذه بعين الاعتبار لدى انتقائك للملابس هذا اللقاء، أن شعري بالراحة والمرونة والثقة أثناء ارتدائها؛ لأن ذلك سينعكس على طريقة جلوسك وقيامك وعلى تعابير وجهك ويمنحك المزيد من الجمال والاتزان والثقة بالنفس.

✽ من الجيد أخذ هدية للأم وأخرى للأب وبقية الأخوات.

✽ لثلاث شعور الأم أنك امرأة أجنبية عن عائلتها، وستأخذين ابنها وتُشغليهن عنهن، فمن الأفضل أن تشعرين بأنك واحدة منهن، وتنادين بلفظة الأم فذاك يقرب إلى القلب أكثر من لفظة العممة أو الخالة.

✽ عاملي زوجك - ابنهم - بطريقة مهذبة، فلا شيء يسرّ أهل الزوج أكثر من معرفتهم أن ابنهم محبوب ويلقى معاملة جيدة من زوجته.

✽ اتصلي بهم قبل أن يتصلوا بك، وادعيهم إلى زيارتك قبل أن يدعوا أنفسهم.

✽ اطلبي نصيحتهم عند كل مناسبة، بغض النظر إذا كنت تخططين للأخذ بها أم لا، فسيشعر أهل زوجك بالسعادة لأنهم ما زالوا يملكون بعض التأثير على حياة ابنهم.

✽ تجنبي الاحتكاك المباشر معهم، وإن حصل منهم انتقاد أو عبارات لاذعة، مرريها دون أدنى اهتمام، وحاولي أن تعرفي سببها لتجنبها مرة أخرى.

✽ أهل الزوج لا يرحبون مطلقاً بالمرأة الغامضة، بل يفرحون بالمواضعة التي تتبسط معهم وتنقل لهم ماله علاقة بهم من الأخبار والأعمال والأسواق التي ذهبت إليها والملابس التي تبضعتها.

حتى لا تكون حماك أزمة حياتك:

بعض الشباب - من باب إشعار النفس أن زواجه لا يعني التقصير بحق والدته - تجده يندفع بعد زواجه مباشرة إلى الاهتمام بوالدته، فيقضي معظم وقته معها، ويكثر من التردد عليها، ويقوم بقضاء الكثير من احتياجاتها - رغم وجود إخوة له يقومون

بالواجب -، وبالرغم من أن ذلك خلق طيب، إلا إنه قد يزعج الزوجة ويشعرها بالإهمال، وربما تبدأ بواعث الغيرة تعبت بها، ولكن ما ينبغي أن تعرفه الزوجة أن ذلك الخلق، شيء طبيعي يمر به كثير من الشباب، ولكن ما يلبثون أن يعودوا إلى طبيعتهم وتوازنهم الانفعالي بعد مضي فترة من الزواج.

وعلى الطرف الآخر، هناك من الشباب من يأخذ الحساس - في بداية زواجه - لدرجة أنه ينسى أمه وأخواته، وقد يهملهم، حتى يشعر أهله بشيء من الغيرة تجاه زوجة ابنهم، وأنها حلت محلهم في العناية والاهتمام، ما يجعل تلك الأسر تنظر إلى زوجة الابن بشيء من الريبة والتخوف من أن تسيطر على ابنهم وتستحوذ عليه وتصرفه عنهم. ومتى ما شعر أهل الزوج بذلك، فقد تبدأ مشاعر التبرم وعدم التقبل بل والكيد للزوجة، ما يجعلها تدخل في صراعات هي في غنى عنها.

وقد يخفق بعض الأزواج في التوفيق والتأليف بين أمهاتهم وزوجاتهم، وقد تنتهي الحياة الزوجية بالطلاق لدى كثير من هؤلاء حين لا يجدون بداً من الاختيار بين أمهاتهم أو زوجاتهم.

كما أن بعض الزوجات تتخذ من أم زوجها موقفاً يؤدي إلى كوارث هي في غنى عنها. ولتجنب ذلك فإن على الزوج مهام وأدوار لا بد من القيام بها، كما أن على الزوجة مهام وأدوار أخرى لا بد من تأديتها ونبدأ أولاً بـ:

(أ) دور الزوج في التوفيق بين أمه وزوجته:

- ✽ أكثر من دعاء الله **سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى** أن يوفق بين أمك وزوجتك وأن يؤلف بين قلوبهما.
- ✽ ذكّر زوجتك أن إرضاء أمك فرض عليك، وأن الله **تَعَالَى** قرن حقه بحق الوالدين

فَقَالَ سُبْحَانَهُ: ﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا﴾ [الْإِسْرَاءُ: ٢٣]، ولذا لا بد لك من برها وإحسانك إليها.

✽ انقل لزوجتك بعض ما تسمعه من كلمات طيبة صدرت عن أمك بحقها، ولا بأس أن تزيد في ذلك وتبالغ، فهذا ليس من الكذب المنهي عنه.

✽ حينما تخرجان إلى السوق، وجّه زوجتك إلى شراء هدية لأمك، ولتكن ذات قيمة، واجعلها تقدم هذه الهدية بنفسها مع بعض عبارات المودة والاحترام، قال ﷺ: «تَهَادَوْا تَحَابُّوا»^(١).

✽ حاول ألا تظهر تعلقك بزوجتك أمام أهلك، وقلل من الشئ على زوجتك أمام والدتك، واجعل هذا الشئ بينك وبينها، فالأمهات لديهن غيرة شديدة من زوجة الابن ولا يرتحن إلى تعلق أبنائهن الشديد بزوجاتهم.

✽ احذر من نقل ما تسمعه من أمك من لوم أو عتاب على زوجتك إليها، وكن حازماً مع زوجتك إن رأيت منها ما يسيء إلى والدتك.

✽ أعن زوجتك على الإحسان إلى أمك، بتقديرك لما تفعله وتقوم به، وكرر شكرها لما تؤديه، وعبر عن رضاك عنها وامتنانك لها^(٢).

✽ حدّث زوجتك عن والدتك وفضلها عليك، وأخبرها عن طبعها، وما تحب وتكره، وكيف تتعامل معها، وما تريده منها تجاه والدتك..

✽ حينما تكون أنت وزوجتك مع والدتك، اجعل جلوسك تجاه أمك، ووجه الكلام إليها، واجعل نظراتك لها، واحذر من أن تنسجم مع زوجتك بالحديث دونها.

(١) «صحيح الجامع»، الألباني (٣٠٠٤).

(٢) كيف أكسب مودة والدّة زوجي؟ انظر: موقع الدكتور محمد رشيد العويد

٢- دور الزوجة في كسب حماتها:

- ✽ تجنبني الشكوى لزوجك عما فعلته أمه؛ لأن هذه معادلة صعبة بالنسبة للزوج فيقف حائرًا بين طرفين هامين في حياته، لذا احرصى على إسماعه كل ما يبهجه ويثير السرور في نفسه عن والدته، إذ إن الشكوى قد تولد نتائج غير حميدة.
- ✽ تكلمي عنها بخير؛ سواء أمامها أو بعيدًا عنها، لأن ذلك يشعر الحماة أن هذه الزوجة تحبها بصدق وإخلاص.
- ✽ قومي بزيارتها وتفقدى أحوالها، احترامًا لها وتقربًا منها، عندها ستكونين لديها أفضل من بناتها.
- ✽ احترمي خصوصية العلاقة بين زوجك ووالدته؛ بمعنى اتركي لها مع زوجك مساحة، فإذا همس زوجك في أذن أمه أو العكس فلا تحرصي على معرفة ماذا قال لها، فمن الوقار وحسن الخلق أن تدركي أن الأمر لا يعينك.
- ✽ دلي حماتك وامنحها الأولوية؛ فالحماة امرأة كبيرة السن سهرت وتعبت وبذلت وقدمت الكثير لأبنائها، لذلك من الضروري أن تشعر أن لمطالبها القابلة للتنفيذ الأولوية.
- ✽ قابلي حماتك بوجه طلق وابتسامة صادقة؛ فالابتسامة لها مفعول السحر، وهي تزرع المودة في القلوب وتزيل جليد العلاقات المتوترة.
- ✽ الزوجة الواعية تستطيع أن تتعلم من حماتها إذا أحسنت معاملتها، ولكنها تخسر مستقبلها أو راحتها إذا عاملتها معاملة ندية أو فظة أو عدائية، فالإسلام يأمرنا أن نحسن معاملة الكبير، فكيف بأم الحبيب.
- ✽ لاستقرار حياتك الأسرية لا تنسي الفضيلة المنسية، وهي فضيلة الصبر، وغالبًا ما يكون الصبر مقترنًا بالإيمان في كتاب الله.

✽ قدّري وضع زوجك الذي يحمل واجبات كثيرة تجاه أمه، وهذا التقدير يقتضي منك أن تكوني عونًا له لا عونًا عليه، وذلك بأن توصيه أنت بأمه، وتذكره بما لها من حقوق عليه، فإذا فعلت هذا كسبت رضا ربك عنك، ثم رضا زوجك، بل حتى رضا والدته ودعاءها لك.

✽ استحضري أنك ستكونين أمًا، وسيكبر أبنائك ويتزوجون؛ فهل ترضين أن ينصرفوا إلى زوجاتهم وينسوا ما قدمته لهم من حب ورعاية وتربية حتى كبروا وصاروا رجالًا؟ وقولي لنفسك: سأعينه على بر أمه والإحسان إليها كما أحب أن يبرني أبنائي ومحسنوا إليّ.

✽ لا تترددي في استشارتها في بعض ما تقومين به لشعريها أنك تتعلمين منها، وأنت لا تستغنين عن خبرتها في الحياة، كأن تسألها عن الأسلوب الأمثل لتعليم أطفالك وتربيتهم، أو طريقة طبخ طعام ما، حتى وإن كنت أعلم به منها.

✽ أثني على تربيتها لابنها - زوجك -، وقدّري لها ما بذلته من تضحيات حتى صار رجلًا، وقولي لها إن زواجك من ابنها أعظم هدية منها لك.

✽ أثني عليها أيضًا في غيابها أمام زوجك الذي لن يتردد في أن ينقل إلى أمه ثناءك عليها (١).

✽ حينما يسافر أهل زوجك، قومي بتنظيف بيتهم وترتيبه وفتح التكييف قبل وصولهم ووضع سلة من الفواكه في استقبالهم، فهذا أثر عظيم في زيادة الألفة والمحبة وإزالة جميع الرواسب إن وجدت.

(١) «كيف أكسب مودة والدّة زوجي؟»، انظر: موقع الدكتور محمد رشيد العويد // <https://mowayed.com> وانظر أيضًا: حماتي أزمة في حياتي، محمد حامد (ص: ٣٦ وما بعدها).

تعايشي مع أخوات زوجك:

أخوات الزوج أو أخته التي لم تتزوج بعد وما زالت تسكن مع أمها وأهلها، حينما ترى شقيقها مع زوجته يدخلان ويخرجان مع بعض ويذهبان للتسوق أو النزهة أو السفر، فإنها قد تشعر بالغيرة تجاه زوجة أخيها، بعد أن كان أحد أفراد عائلتها لا يوصلهم لمشاويرهم إلا هو، ولا يسافر إلا معهم، ولا يقضي حاجاتهم إلا هو، ثم فجأة تأتي امرأة لتأخذه منهم. ولأجل ذلك قد تحصل بعض الخلافات نتيجة الغيرة بين الزوجة وأخت الزوج وقد تتعاطف الأم مع ابنتها، وقد تتطور هذه الخلافات إلى نزاعات خطيرة حينما لا تقدر الزوجة أخت زوجها.

وإذا وقع الخلاف فبال تأكيد سينال الزوج ما يناله من نيران هذه المشكلات، ولعله ينحاز إلى زوجته غاضاً الطرف عن شقيقته وعشرة السنين معها، ويغفل عن أنها من أقرب رَحِمِهِ إليه، فيندفع في مخاطبتها بكلمات تحزنها وقد تجرحها وتؤلمها، وقد تتدخل الأم وتقف مع الأخت، فيشتد الخلاف ويتسع، وترداد معه حيرة الزوج وقد يفقد حلمه وصبره.

والزوج يستطيع بتوفيق الله **تَعَالَى** وعونه، أن يحول دون تطور تلك الخلافات، بل والقضاء عليها قبل اشتعالها من خلال الاهتمام بما يأتي:

❁ من البداية على الزوج أن يحرص على التآليف بين زوجته وشقيقته، من خلال نقل الكلام الطيب الذي تذكر به زوجته شقيقته، والعكس كذلك، ولا بأس من أن يبالغ في هذا ويزيد فيه، فإن إصلاح ذات البين من الكذب المباح.

❁ أن يبين لزوجته أن ما قدمته أخته من جهد، وما بذلته من تضحية، وما أسهمت به في رعايته، إن كانت أكبر منه. أو حاجاتها إلى العطف ومراعاة مشاعرها إن كانت أصغر

منه، ويطلب من زوجته أن تقدر هذا كله، وأن تعينه في الإحسان إلى أخته، ويذكرها بالأجر الذي يأتيها على ذلك، خاصة إذا لم يكن لها أشقاء سواه.

❖ كما أن على الزوجة أن تقدر حال شقيقة زوجها، فتحسن تعاملها معها، وتقدرها، وتتقرب إليها، وتثني عليها وعلى سجايها وما بذلته من جهد وما قدمته من رعاية لأخيها.

❖ وعليها أيضاً أن تبادر إلى تقديم هدايا لها بين وقت وآخر، ولا تنتظر أن يطلب منها زوجها ذلك.

❖ كما أن عليها أن تطلب من زوجها أحياناً، أن يصطحبها أخته معها إذا خرجا في نزهة أو تسوق أو تناول وجبة في مطعم.

❖ وعلى الزوج أن ينظر إلى أهله نظرة شفقة وحنان، وبالذات إذا كان الأب كبيراً لم يعد قادراً على أداء واجباته، من قضاء حوائجهم أو السفر بهم..، فيبادر الزوج إلى اصطحاب أهله مع زوجته في سفرة أو عمرة، حتى وإن كان للزوج أخوة آخرون، فإن هذا إحسان وأجر، وفي ذلك فليتنافس المتنافسون^(١).

في حال حصول مشكلة بين الزوجة وحمااتها:

هنا لابد من تدقيق النظر في كلام كل طرف عن الآخر، ولا يمنعك أخي الكريم برك بأمك أو إشفافك على زوجتك من أن تثبت من صدق ما يدعيه كل طرف، لأنه كثيراً ما تدفع الغيرة الأم أو الزوجة إلى المبالغة أو الكذب كي تدافع عن نفسها أو تنال من غيرها، وكم من البيوت تهدمت وتفرقت بسبب استعجال الزوج بالأخذ بأقوال كاذبة، صدرت من أم غيور فطلق زوجته وهي بريئة، أو ضايق أمه بكلام أو فعل لا يليق بسبب وشاية من زوجة خبيثة !!.

(١) انظر: المرجعين السابقين.

ولكن ماذا لو حصل خلاف اشتد وظهر بين الزوجة وأم الزوج، وأمرته والدته بطلاقها؟! فهل للزوج أن يطلقها؟!.

ورد عن ابن عمر رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا حديثاً يفهمه بعض الناس خطأ، فقد قال رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: «كانت تحتي امرأة وكنت أحبها، وكان عمر يكرهها، فقال لي طلقها، فأبيت، فأتى عمر رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فذكر ذلك له، فقال النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «طلقها» (١).

يقول الشيخ محمد بن عثيمين رَحِمَهُ اللَّهُ تعليقاً على هذا الحديث: «ليس كل والد يأمر ابنه بطلاق زوجته تجب طاعته؛ فإن رجلاً سأل الإمام أحمد بن حنبل رَحِمَهُ اللَّهُ، قال إن أبي يقول: طلق امرأتك، وأنا أحبها، قال: لا تطلقها، قال: أليس النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قد أمر ابن عمر أن يطلق زوجته لما أمره عمر، فقال له الإمام أحمد: وهل أبوك عمر؟!.

لأن عمر نعلم علم اليقين أنه لن يأمر عبد الله بطلاق زوجته إلا لسبب شرعي، وقد يكون ابن عمر لم يعلمه؛ لأنه من المستحيل أن عمر يأمر ابنه بطلاق زوجته ليفرق بينه وبين زوجته بدون سبب شرعي، فهذا بعيد.

وعلى هذا، إذا أمرك أبوك أو أمك بأن تطلق امرأتك، وأنت تحبها، ولم تجد عليها مأخذاً شرعياً فلا تطلقها، لأن هذه من الحاجات الخاصة التي لا يتدخل أحد فيها» (٢).



(١) «صحيح أبي داود»، الألباني، برقم: (٥١٣٨).

(٢) «فوائد على رياض الصالحين»، للكاتب (ص: ١١٨).

ثالثاً: أظهري أنوثتك فهي الجمال كله

الجميلة التي لا تحمل صفات الأنوثة، كالزهرة بلا عطر.

تعتقد كثير من النساء أن ما يجذب الرجل في المرأة هو مجرد الجمال فحسب، ولكن الجمال مسألة نسبية وذوقية لا تكاد تجد من يتفق على مفهومه ومعناه ومواصفاته. ولكن الجميع يتفق على أن العامل الأول لجذب المرأة للرجل هو أنوثتها.

فالأنوثة هي السحر الحلال الذي يحرك مشاعر الزوج ليجعل منه محباً شغوفاً متعلقاً، ليس لجمالها وإنما لذاتها.

ويتفق خبراء العلاقات الإنسانية على أن الأنوثة هي كيمياء المرأة، فهو الذي يحدث التفاعل بين الرجل والمرأة، وكلما ازدادت أنوثة المرأة، كلما ازداد انجذاب الرجل إليها، والعكس صحيح.

ولهذا تستغرب بعض الزوجات حينما ترى من زوجها الصدود والإعراض وعدم المبالاة رغم جمالها الصارخ!!، وتنسى أن الجمال وحده لا قيمة له إذا كان هناك ما يحدشه ويهدمه من الاتصاف بالصفات الذكورية التي لا تليق بالمرأة: كالشدة والقسوة والجدال والإهمال ورفع الصوت والتكشير والقوة والعناد... ونحو ذلك من الصفات التي تناقض أنوثة المرأة، التي هي العامل الأول في جذب الرجل.

والأنوثة هي في الأصل صفات جبلية خلقها الله في المرأة لتظهر في أبهى حللها وأجمل صورها، ولكنها في الوقت نفسه صفات يمكن اكتسابها من خلال تكلفها في البداية حتى تصبح عادة وسجية للمرأة ومنها: (الرقّة، والعطف، والحنان، والابتسامة الدائمة، والميوعة، والدلال، واللين، وطريقة تناول الطعام، والتزين، والرائحة العطرة،

والأدب، والاحترام، وطريقة الكلام والتحكم في نغمة الصوت ليكون حنوناً رقيقاً بعيداً عن الصوت المرتفع الخشن الجارح، والإشارات والحركات واللفتات المليئة بالأنوثة..)، فمثل هذه الصفات التي تظهر في تعامل المرأة تمنحها قدرًا عاليًا من الأنوثة، وتعطي النفس إشراقةً وجمالاً وتخفيفاً للآخر ليتواصل بلطف ويتعامل بإحسان.

ولذا ينبغي للمرأة ألا تعوّل على جمال الشكل وحده في جذب الزوج، فإذا لم يسانده جمال الأنوثة، وإلا فإن الجمال وحده سرعان ما يزول.



رابعاً: اجعلها زوجة صديقة

إذا رزقك الله زوجة محبة صادقة، فهي هبة من الله لا تقدر بثمن، ونعمة تستحق الشكر، فاجعل منها صديقة لتشبعك في جميع احتياجاتك.

بعد أن يسر الله أمر زواجك، وظفرت بمرادك، واختارها الله لك من بين نساء أهل الأرض، وفضلتك هي على غيرك، واختارتك دون سواك..

كن لها الزوجة الحنون، وشاركها أحلامك، واشكو إليها همومك، فهي التي تقلق لمشكلاتك، وتفرح لفرحك وتحزن لحزنك، وتحب لك الخير كما تحبه لنفسها، تقاسمك الوجد، وتتحمل عنك الألم، وتسهر لمرضك، ولن تجد من يكتفم سرّك ويستتر عيبك، وينشر حسناتك، ويطوي سيئاتك، ويصبر على طباعك سوى زوجتك..، فاجعل منها صديقة العمر، فهي شريك الفرح، وشريك الألم، وشريك المتعة، وشريك الهم، وهي التي تخالطك في السراء والضراء، وسط زحام الحياة وتطاحن الأزمات، ولذا قيل من يستند - بعد الله - على زوجة تحبه لا يسقط أبداً. ولن تعرف تلك الحقائق حتى تمر بأوقات عصيبة، وحينها ستعرف حقيقة زوجتك، وأنها أقرب إليك ممن يزعم أنه يهتم بأمرك من زملائك وأصدقائك.

وتذكر أنكما زوجان وصديقان وحيبان ستديران المركب بمجدافين، عليك مسؤوليات، وعليها مسؤوليات، والأمر لك بعد مشورتها، فرحم الله زوجاً سهلاً، ورفيقاً ليناً، وحيباً مرناً.

فلا تفرط في قلب أحبك؛ لأنه من الصعب أن تجد قلباً يمنحك السعادة، فالقلوب التي تعطي بلا مقابل بالكاد تعثر عليها.

واعلم أيها العزيز أن الزوجة عَوَان عندك وليست أمة أو جارية، أعطاك والدها إياك لتكرمها، لا لتسلط عليها وتظلمها، واحذر من الإهانات فإنها كوخز الإبر، ولا ترسل الكلام على عواهنه فتقذف بالفاظ جارحة تظل تبعاتها على مر السنين، فالمرأة أيها الكريم لا تنسى الجروح العاطفية أبدًا، لأنها جبلت على الرقة والحساسية، وستظل جروح كلماتك تنزف في قلبها على مر الأيام والسنين، مهما أحسنت معاملتها، فالحياة الزوجية قصيرة فلا تضيعها في هموم ومشكلات يمكن حلها وتجاوزها.

وعود لسانك الجميل من القول فإن ثماره حلوة يانعة، والكلمة الطيبة غذاء الروح...، وكن شفافًا مع زوجتك، واضحًا معها تنل حبها وحسن رعايتها، ولا تكن كـ بعض الأزواج الذي يجعل من الغموض مع زوجته منهجًا يسير عليه ويتعامل به، فلا تعرف الكثير عن حياة زوجها، أو أسماء أصدقائه، ولا حتى أين يذهب وأين يسهر، فضلًا عن خواصه وأسراره!! وتأمل سيرة سماحة والدنا الشيخ عبد العزيز بن باز **رَحْمَةُ اللَّهِ**، فقد كان - مع كثرة مشاغله وارتباطاته - إذا «سافر إلى مكة أو الطائف يتصل يوميًا بزوجتيه، ويتلطف معهن ويخبرهن بما فعل يومه ذلك»^(١).

بينما بعض الأشخاص، يظن أن الاتصال بزوجه وإخبارها بما عمله في سفره أو رحلته مع أصدقائه، منقصة أو قدحًا في شخصيته!! بل وحتى بعض أصدقائه ربما يسخرون منه ويذمونهم ويعيبون عليه إن فعل ذلك!!، بينما احترام الزوجة وتدليلها والرفق بها أعظم ألوان الرجولة للرجل الواثق من نفسه.



(١) «جوانب من سيرة الإمام عبد العزيز بن باز»، د. محمد الحمد (ص: ٢٢٦).

خامساً: غيرا نمط حياتكما

لتستمر مسيرة العلاقة الزوجية متوهجة، فإن هنالك لفتات ومهارات لا بد من ممارستها والتكلف فيما يصعب ممارستها، حتى تصبح سجية وعادة لا تنفك عن الزوجين.

حتى تستمر العلاقة متوهجة من بدايتها؛ لا بد أن تكون للعلاقة بين الزوجين نمط حياة يختلف تمامًا عما كان عليه عندما كانا يعيشان مع أهليهما، فإذا كانت طبيعة العلاقة مع الأهل قائمة على أن الشخص ينام ويستيقظ متى شاء دون أدنى مسؤولية، وعلاقة يكتنفها الرسميات والجفاف العاطفي واللباس المحتشم...، فإنها بعد الزواج ينبغي أن تنقلب رأسًا على عقب، فتبدأ بنمط آخر يقوم على المسؤولية والاهتمام بالمشاعر، والخروج من عباءة الوالدين وعدم تقمص شخصيتيهما في نوعية العلاقة التي كانت سائدة بينهما.

ومن الأمور التي يجب العناية بها وعدم التوقف عن فعلها طوال فترة الحياة

الزوجية، الأمور الآتية:

✻ النظافة المستمرة.. الطيب الدائم.. اللباس المتجدد... ثلاثة أمور أساسية في العلاقة بين أي شريكين ناضجين. وبالذات النظافة الشخصية فهي النصيحة الذهبية التي أوجهها لكل زوج وزوجة، فلا شيء يقتل المشاعر أكثر من الرائحة الكريهة.

✻ الابتسامة الدائمة، وإذا أردت معرفة أثرها، فانظر في المرأة وقارن بين شكلك بالابتسامة، وشكلك بدونها.

✻ المشاعر هي لب الحياة الزوجية وسر توهجها وحجر زاوية استمرارها، وبدونها تصبح العلاقة مجرد أداء واجبات متبادلة، ولذا أطلقا العنان للعواطف والأحاسيس المتبادلة ولا تحبسها، فإن المشاعر إذا توقفت جفت، وإذا جفت ذبلت علاقة الزوجين مع

بعضهما، وإن من أهم سلبيات فقر المشاعر؛ ما يحصل من الفتور العاطفي الذي يحوّل الحياة الزوجية إلى حياة روتينية رتيبة مملة لا طعم فيها ولا متعة. والبوح بالمشاعر يحتاج إلى تكلف في البداية، إلى أن يصبح بفعل كثرة تكراره عادة راسخة، ومع الوقت سيتجاوب الطرف الآخر مع تلك الأساليب ويتفاعل ويرضخ لتكرار المحاولات، فتكرار السلوك وتعزيزه؛ يؤدي إلى ظهوره والقناعة به. والفرق بين العلاقة الروتينية التي تعيشها كثير من الأسر، والعلاقة المتجددة النشطة، هي تبادل المشاعر بين الزوجين فحسب.

❁ في البيت أظهرى كل ما يثير حواس الزوج، ويهيج غرائزه، ويحرك سعار شهوته، من لبس الثياب القصيرة و(البناطيل) الأنيقة وقمصان النوم المثيرة، وأظهرى من فتن الجسد ما يرغبه فيك ويقربه منك، واحذري أن تكوني عنده في البيت كما تكوني عند أهلك وإخوانك، فتلبسي اللباس الساتر المحتشم!!، فالمرأة تملك سحرًا لا يمتلكه غيرها، وإذا استهانت بأثره أو تجاهلت أهميته، فإنها تفقد جزءًا من سحرها وقيمتها لدى زوجها.

❁ عوديه على ألا يخرج من البيت إلا بضمة وقبله، - وبالطبع ليست كضمة وقبله الأخت لأختها أو الأخ لأخته، ولا حتى قبله الابن لوالده، وإنما قبله وضمة الزوجة لزوجها -، ومثلها كلما عاد إلى المنزل، ولا تتنازلي عن ذلك حتى في حال حصول سوء تفاهم بينكما. فحينما يعود الزوج إلى منزله، ويجد زوجته في استقباله، مبتسمة متعطرة، وتبادره بضمة وقبله، فإن لذلك أبلغ الأثر في سلوكه بقية يومه (١).

(١) ولتبين لك أثر ذلك فقد أوضحت الأخصائية الاجتماعية الدكتورة مها كلاب في بحث لها: أن «٧٥٪ من حالات الطلاق تحدث خلال فترة الذروة ما بين (الساعة الواحدة إلى الثالثة ظهرًا) بعد العودة من العمل». ما يتطلب مراعاة هذه الفترة بحسن استقبال الزوج وتهئية الجو المناسب له بعد عودته مرهقًا من عمله. انظر: صحيفة سبق، ٢٠ يوليو ٢٠١٨ - ٧ ذو القعدة ١٤٣٩ هـ.

✽ كثرة الضم والقبلة والاحتضان^(١)، من الأمور الأساسية في العلاقة العاطفية التي على الزوجين أن يعودا نفسيهما عليها دائماً وأبداً؛ تقول الطيبة النفسية سُها عيد: «العناق والاحتضان بين الزوجين يعمل على تفريغ شحنة الألم المكبوتة والطاقة السلبية، كما أنه مفيد للقلب ومهم جداً للتوازن والصحة النفسية، وقد أثبتت الدراسات أن الزوجات اللاتي ينعمن بالاحتضان من قبل الزوج، هنّ أكثر قدرة على تحمل الصدمات والأزمات النفسية، لما له من أثر بالغ في بعث الراحة والثقة»^(٢).

✽ تفقدنا رائحة فميكما، فهي مشكلة مؤرّقة لمن يعانيتها، فطالما فرّقت بين الزوج وزوجه، وبين الخلان والأحباب، وأبعدت الأهل والأصحاب، وهي آفة مَرَضِيَّة متى تم تشخيصها أمكن إزالة أسبابها والتخلص منها. والواجب على كل منهما أن يُشعر صاحبه إذا شم منه أي رائحة كريهة من فمه أو جسمه، فعلاجه متيسر ودواؤه متوفر. ولئلا يقع أحدهما في مثل تلك المشكلة فإن عليه ألا يتوقف عن تفقد رائحة فمه، ولا يمل من تفرّش أسنانه ولسانه بالفرشاة، مع إكثاره من السواك في كل حين، وقد أوصت الأعرابية أمامة بنت الحارث ابنتها أم إياس عند زفافها إلى الحارث بن عمرو ملك كندة فقالت لها من ضمن وصاياها: (وتفقد موقع عينيه وأنفه، فلا تقع عيناه منك على قبيح، ولا يشم منك إلا أطيب ريح). فالمرأة أو الرجل تزداد جاذبيته لدى الآخر، عندما تنبعث منه رائحة طيبة والعكس صحيح.

(١) ولا أقصد بهذا الإفراط في ذلك، وإنما لا بد من التوازن بين الإقبال والتمنع، وهذا شرط مهم، فلا يقبل أحدهما على الآخر بدرجة مفرطة، ولا يتمنع وينصرف عنه كلياً، وقد نُهي عن الميل الشديد في المودة، وكثرة الإفراط في المحبة، ويحتاج التمتع إلى فطنة وذكاء فلا إفراط ولا تفريط، وفي الإفراط في الأمرين إعدام للشوق والمحبة، وقد ينشأ عن هذا الكثير من المشاكل في الحياة الزوجية.

(٢) مجلة الوسط، الأحد ١٨ سبتمبر ٢٠١٦ م.

✽ احترام بعضكم لبعض من أساسيات الحياة الزوجية، فمتى ما شعر كل منكما أنه محل تقدير من الآخر وأنه فخور به ومعجب بشخصيته وشكله ومظهره وأخلاقه وعمله، وأنه مقدر لكل ما يقوم به من جهد في سبيل إسعاده، فإن عطاء واهتمام الآخر ورعايته سيستمر ويتضاعف.

✽ تجنبنا العلاقة الرسمية فيما بينكما في الأقوال والأفعال، فأنتما زوجان ولستمأ أخوين، فإذا دخلت عليها في المطبخ مثلاً احرص على ضمها من خلفها، وإذا مررت من عندك أو مررت من عندها فلا تمر دون لمسة حانية، وإذا تحدثتما فأدخل بعض العبارات العاطفية غير التقليدية، فليس بين الزوجين عبارات خادشة للحياء.

✽ اهتما بالرسائل الحميمة، واكتب فيها عبارات دافئة، وخاطبا بعضكم بأكثر الألفاظ حباً إلى النفس، وأكثر الصيغ قرباً من القلب، وتجنبنا الرسائل ذات القوالب الجاهزة، التي توجد في بعض الكتب والمواقع، أو المتكررة التي تنتقل من جوال لآخر، فتلك لا طعم فيها ولا رائحة، فجمال الرسالة في صدقها وتأثيرها في وجدان الشريك وخروجها من القلب مهما كانت ركاكة أسلوبها أو كثرة أخطائها.

✽ لا تشغلي عن الزوج بمسؤوليات البيت أو العمل أو الدراسة، وإشعاره أن الاهتمام مع مرور الوقت، قد بدأ يفتر ويتراجع، ولكن كوني أمامه متوهجة متلهفة، في علاقتك معه، وحسن التبعل له، ومتابعة شؤونه، والحرص على معرفة ما يحب ويكره، ولا تظهرى أمامه بملابس البيت حتى وإن كانت مريحة أكثر وتمنحك حرية الحركة والعمل في المنزل - وبالذات إذا كان زوجك في المنزل - واستبدليها بالملابس الجذابة المثيرة.

✽ وكذا الزوج ينبغي أن يكون له ملابس أنيقة خاصة للمنزل قال **نَحَّالٌ**: **﴿وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾** [البَقَرَةُ: ٢٢٨].

❁ تعاملًا كما لو أنكما أطفال كبار، فإذا كان الرجل خارج منزله؛ رسميًا ودقيقًا في ألفاظه وتصرفاته، فإنه في البيت ينبغي أن يكون متبسطًا، ودودًا، يتعامل مع زوجته كالصبي عند أمه، فإذا جلس لا تجلسه إلا في حضنها، وإذا تمدد على أريكته لا يفعل إلا في حجرها، تقول عائشة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا: «كان يتكئ في حجري وأنا حائض ثم يقرأ القرآن» ^(١). وهكذا يكون الزوج بعيدًا عن الرسميات والمجاملات في سائر تعاملاته داخل منزله، يقول عمر بن الخطاب رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: ينبغي على المرء أن يكون صبيًا عند أهله فإذا طلبوه في مواطن الرجولة وجدوه رجلاً.

❁ وكذا بالنسبة للزوج عليه أن يدلّع زوجته كما يدلّع الأب طفله ويتعامل معها في المنزل على أنها كذلك، يقول ابن مفلح رَحِمَهُ اللَّهُ: «العاقل إذا خلا بزوجته ترك العقل في زاوية كالشيخ الموقر، وداعب ومازح وهازل ليعطي الزوجة والنفس حقهما، وإن خلا بأطفاله خرج في صورة طفل..» ^(٢).

❁ ابحثي عن اسم مناسب له تدلعيه فيه وتناديه به، وتناسي اسمه الرسمي تمامًا.

❁ احرصا على اقتناء مجموعة من الألعاب الذكية أو الحركية المناسبة لكما، فهي تساعد في بناء علاقة عاطفية أكثر سعادة ومتعة، وهي فرصة للتغيير والتجديد وقضاء الوقت مع الحبيب في شيء يدخل الفرح والسرور.



(١) «صحيح البخاري» برقم (٧٥٤٩).

(٢) «الآداب الشرعية»، (٣/ ٢٣٩).

سادساً: امتدحها واشكرا بعضكما عند كل مناسبة

في العادة لا يستمر العطاء ولا ينمو إلا بالتشجيع والتحفيز، ونادراً ما نجد إنساناً يستمر في العطاء من غير تشجيع أو تحفيز، فالعطاء يتناسب طردياً مع التحفيز، بمعنى كلما ازداد تحفيز أحدهما للآخر كلما ازداد عطاؤه وكثر، ويكفي من التحفيز الابتسامة والتقدير والثناء والشكر.

لل كلمات الطيبة بين الزوجين تأثير إيجابي عجيب، واستخدام الأزواج لمفاتيح بسيطة من كلمات مؤثرة ومعبرة، وبمناسبات معينة، لها وقع كبير على ديمومة العلاقة واستمرار تجددتها وتوهجها.

فالمديح والإطراء والشكر والثناء المتبادل بين الزوجين ينعش الحياة الزوجية، والمرأة بالذات قد تفضل سماع عبارات المديح والثناء من الزوج، أكثر من الهدايا مهما تعددت وتنوعت.

وكم تسعد الزوجة ويزداد عطاؤها عندما تسمع كلمة شكر من زوجها على طبخة أعدتها له بعد جهد وعناء، أو كلمة ثناء على جمالها أو أناقتها عند لبسها وتزينها.

وكم يسر الزوج ويسعد وينشرح صدره عندما يسمع كلمة إعجاب أو ثناء على تبضعه لحاجات البيت، أو إصلاحه لجهاز كان معطلاً، أو إخلاصه وبذله وعطائه وتفانيه في رعايته لبيته وإسعاده لأسرته.

وبالرغم من أن عبارات الشكر والثناء؛ كلمات يسيرة لا تكلف شيئاً، إلا إن تأثيرها سلبيّاً أو إيجابيّاً على الحياة الزوجية كبير جداً، فإن اعتياد الزوجين سماع عبارات الإشادة والإعجاب بينهما، من شأنه أن يزيد من شعورهما بالألفة والمحبة والتقارب والاحترام

المتبادل. وبالرغم من هذا الأثر الكبير إلا إن الكثير من الأزواج لا يلتفتون إلى هذا الجانب، ولا يولونه عنايتهم واهتمامهم، وحينما تضمحل هذه الثقافة بين الزوجين، فإن ذلك قد يكلفهما الكثير.

فكم من زوجة تركت التزين لزوجها وأهملت نفسها وبيتها، بسبب عدم سماعها للكلمات العذبة التي تدغدغ مشاعرها وتهز أوتار أحاسيسها المرهفة، وتُحفزها للمزيد. وكم من زوجة وجدت ضالتها خارج بيتها من الكلام المعسول والمديح والثناء على أنوثتها وجمالها، نتيجة إحجام الزوج عن إشباع حاجتها الماسة لمن يمدحها ويشني عليها.

وكم من زوج قل عطاؤه، ونضبت مشاعره، وتوقف دعمه، وتعطلت مبادراته، لأنه لم يجد من زوجته ما يحفزه على المبادرات والعطاء والسخاء.

إن كلمات المدح والثناء لها مفعول السحر بين الزوجين، فهي توطن أواصر المودة والمحبة والألفة بينهما، وتحفز على العطاء والتضحية، وتدلل على التقدير والاحترام المتبادل، وتلك خصال لو كانت تباع بغالي الأثمان، لكان حري بالزوجين التضحية بما يملكان للحصول عليها.



سابعاً: بادراً بالاعتذار عند كل خطأ أو تقصير

ثقافة الاعتذار تكون مفقودة بين كثير من الأزواج، لاعتبارات وتقاليد نمطية موروثة، فالبعض يظن أنه حينما يعتذر للآخر، فإن هذا يعني أنه قد قلل من قدره أو قدم تنازلاً كبيراً أو أنه انتصار للطرف الآخر، كما يظن بعضهم أنه يقدر في كرامته أو يحيط من شخصه !!.

كلمة الاعتذار، عبارة سحرية تمحو الزعل وترفع الغضب، وهي من شيم الكبار، ومهارة من مهارات التواصل الاجتماعي، وظاهرة صحية تدل على وعي الشخص وحضارته، وسمة من أهم سمات أصحاب المبادئ والقيم.

وحينما يتعايش زوجان تحت سقف واحد، فإن من الطبيعي أن يحصل بينهما اختلاف في وجهات النظر وفي الرؤى والتطلعات، مهما كانا متفاهمين، ومهما كان مستواهما الثقافي، فالحياة الزوجية لا ولن تخلو من أخطاء وهفوات وتقصير وزلات، يترتب عليها مشكلات، يعتبرها كثير من الأزواج العقلاء بهارات للحياة الزوجية، تجددّها وتصفّيها.

ولكن حينما تكثر هذه المشكلات وتتفاقم، ويكابر المخطئ عن الاعتذار، ويعاند الآخر ويتعامل معه بالمثل، فإن المشكلات بينهما تتراكم، وعدم حسمها سيجعل الأمور تسوء لأبسط الأسباب، مفجّرة المواقف ومستدعية السوابق، ومن ثم تتحول الحياة الزوجية إلى نكد يؤثر على سعادتها ويهدد استقرارها. وقد بيّن المصطفى ﷺ فضل المرأة التي تبادر إلى كسب زوجها وتطيب خاطره حتى وإن كانت مظلومة فقال:

«ألا أخبركم بنسائكم من أهل الجنة؟ الودود، الولود، العؤود؛ التي إذا ظلمت قالت: هذه يدي في يدك، لا أذوق غمضاً حتى ترضى»^(١).

ولو استطعنا أن نتخلى عن عنادنا، وتبرئة أنفسنا من كل مشكلة قد يكون لنا يد فيها، وأن نعتقد أنه ليس شرطاً أن نكون على صواب دائماً، وأن يبادر المقصر أو المخطئ بالاعتذار عند كل خطأ يتبين فيه خطؤه، حلّت كثير من مشكلاتنا، ودون إحداث أي ألم للآخر.

فالاعتذار أقصر الطرق لإذابة جليد الخصام، وإعادة الحياة إلى صفائها ونقاها، وبلغ من قوته وأثره أنه لا يدفع الطرف الآخر إلى مجرد قبول الاعتذار فحسب؛ بل إلى أن يقابل الاعتذار بأحسن منه.

والاعتذار المباشر هو أفضل وأقصر الطرق للتراضي بين الزوجين، وأن يكون واضحاً بلا تعريض أو خلط بالمزاح فيشوهه، ومن المهم جداً أن يكون الاعتذار بحجم الخطأ.

ولكن حينما تكون كلمة (الأسف) أو (الاعتذار) صعبة على أحد الطرفين، فإن هناك أساليب ووسائل غير مباشرة يمكن أن تكون بديلاً عن الاعتذار المباشر، وعلى الآخر أن يفهما على أنها كذلك، وفيما يلي نماذج لاعتذارات غير المباشرة:

(أ) نماذج لاعتذارات الزوج:

✽ حينما يخطئ زوجك في حقك، ثم يقوم بعد ذلك بالحديث معك عن برنامج تلفزيوني معين أو يعلّق على ما شاهدته، أو يتحدث عن أمور تتعلق بعمله، أو عن الأبناء

(١) «صحيح الجامع»، للألباني، برقم: (٢٦٠٤).

ومشاكل المنزل فجأة وعلى غير العادة، فإن هذا اعتذار غير مباشر وبداية لما بعد الخصام، فتجاوب معه وعفا الله عما سلف.

❖ أو حينما يتصل بك زوجك على غير عادته - بعد مشكلة بينكما - بحجة سؤاله عن شيء ما، فهذا يعني أنه يرسل لك رسالة بأن الأمور بينكما طبيعية، وأن الاتصال هوبادرة منه لتصفية الوضع، فلا تترددي بالإجابة ونسيان الأمر لتعود المياه لمجاريها.

❖ وحينما يريد زوجك إنهاء مشكلة ما، ويقوم بالمزاح معك أو بتعليق ساخر على موقف معين، فإنه بذلك يريد أن ينتهي الأمر وكأن شيئاً لم يكن، عندئذ لا تحاولي المكابرة، فالابتسامة تزيل الكثير بين الزوجين.

❖ وحينما تجددين زوجك متعاوناً على غير عادته في شؤون المنزل، أو حتى في شؤونه الخاصة، أو يسألك إن كنت بحاجة لمساعدته. فهذه رسالة تحمل بين طياتها اعتذاراً مبطناً عما صدر منه، فلبى طلبه بالمساعدة حتى يعلم أن الرسالة وصلتكم وفهمتها.

❖ وحينما يقدم لك هدية أو طلب الاستعداد لعشاء خارجي بعد مشكلة ما، فهو اعتراف منه بخطئه بشكل غير مباشر، فتجاوب معه وكأن شيئاً لم يحدث.

❖ وحينما يلجأ إلى أسلوب الإطراء أو المديح على مظهره أو لباسه أو حتى لطبق قمت بإعداده. فإنه يعبر بذلك عن خطئه السابق في حقك، فتقبلها منه وتناسي ما كان.

(ب) نماذج لاعتذارات الزوجة:

الزوجة في الغالب تختلف عن الرجل في تعبيرها عن الاعتذار، وبالرغم من أنها تميل أكثر منه للاعتذار المباشر ومستعدة له أكثر، إلا إنها أحياناً تفضل الطرق غير المباشرة وعبر وسائل كثيرة ومتعددة، منها مثلاً:

- ✽ عندما يعود الرجل إلى منزله وهو على خلاف مع زوجته ويجدها قد حضّرت طبقاً يحبه، فإن هذا يُعد تعبيراً منها عن أسفها وخطئها في حقه.
- ✽ أو حينما يعود من عمله فيجدها بأجمل وأبهى زينة، فهي بذلك تقول له أنها تشعر بخطئها في حقه وتريد تعويضه وأنها تشتاق إليه وتفتقده.
- ✽ قد تستخدم المرأة أسلحتها الطبيعية التي يضعف الرجل أمامها كدلالها وغنجها ونظراتها وكلماتها العابرة أو حتى طريقة مشيتها أحياناً، فعلى الزوج حينئذ أن يصفو لها ويغفر هفوتها^(١).

بين الاعتذار المباشر وغير المباشر:

تلك الاعتذارات غير المباشرة يلجأ إليها أحد الزوجين أو كلاهما بسبب الخجل أو العناد أحياناً أو بسبب التنشئة الخاطئة في بيت لا يعرف تلك الثقافة، وإن كان للاعتذار غير المباشر أثر طيب ونتائج إيجابية يشكر عليها الطرفان، إلا إن اعتماد ذلك باستمرار، وتحييد الاعتذار المباشر على الدوام، فيه خلل في المصارحة والمكاشفة التي ينبغي أن تكون بين الزوجين، وقد لا يُنهي الاعتذار غير المباشر جذور المشكلة من أساسها، ولذا فلإني أدعو إلى غرس ثقافة الاعتذار المباشر وأطّر النفس على ذلك، وتجاوز العبارات السلبية كترديد كلمة أستحي.. لا أستطيع.. ما تعودت.. ونحوها من العبارات المثبطة. فالمصارحة واستنطاق العبارات العاطفية أثرها كبير وتأثيرها أعمق، كما أنها تزيل ما بالنفس وتذيب ما في القلب.

أما العناد والصدود والإعراض والإهمال وعدم المبالاة بالآخر فإنه يُذهب الود من القلوب، ولهذا قيل: (يبقى الود ما بقي العتاب) وهي عبارة تكتب بمداد من الذهب، وأتمنى لو يقوم كل زوج وزوجة بكتابتها ووضعها في إطار جميل وتعليقها في

غرفة نومهما، لتكون دستوراً لهما عند كل مشكلة تستحق أن يُتوقف عندها، - وأكرر كل مشكلة تستحق أن يُتوقف عندها - وإلا فإن (كثرة العتاب تفرق الأحباب). وثقافة الاعتذار لا تعني أن يقف كل منهما عند كل تقصير، و ينتظر من الآخر الاعتذار عند كل خطأ، وإنما لابد من أن يسود خلق التسامح والتغافل والتنازل وغض الطرف... حتى يكون للاعتذار قيمة وأثر. وأهم من ذلك حتى تسير الحياة كما ينبغي، فهي أقصر من أن نقضيها بالعناد والهم والغم.



ثامناً: اتفقا على ميثاق تفاهم لتعايش دائم

من أسوأ القواعد التي يضعها الزوجان لتنظيم حياتهما؛ أن يصدر أحدهما قانوناً بعد كل موقف أو مشكلة في ساعة غضب، أو أن يعد بشيء في ساعة فرح، وبدلاً من ذلك عليهما أن يضعا ميثاقاً بينهما يتفقا عليه من البداية، لتقليل من مشكلاتهما والحد من خلافاتهما، وإلا صعبت الشراكة فيما بينهما.

اختلاف الطباع بين الزوجين أمر وارد - خصوصاً في السنة الأولى من الزواج -، فقد يجد أحدهما صعوبة في تقبل رأي الآخر أو التوافق مع اهتماماته وطباعه وميوله ورغباته وذوقه وأسلوب حياته.

وليس هناك زوج وزوجة إلا ويضعان بينهما ميثاقاً للتفاهم، لكن دون أن يشعرا بذلك، حيث يتركانه للظروف، فتجد الزوجة حينما تتأخر عن الخروج مثلاً يغضب الزوج، ويطلق قاعدة يسير عليها في مثل هذا الموقف مستقبلاً وهو في ساعة غضب، أو حينما تحصل مشكلة من أحدهما، تجد الآخر في الحال يصدر نظاماً يتعامل به، وبالتأكيد سيكون مجحفاً.

ولذا بعد فترة من الزواج - لا تتجاوز الشهر -، وفي فترة صفاء بينهما، عليهما أن يتفقا على مجموعة من القواعد، وأن يضعا نظاماً وقانوناً يتفقان عليه لتقليل مشكلاتهما قدر الإمكان، وأن يشتمل هذا الاتفاق على كل ما تقوم به الحياة وتنهض، من توحيد الرؤية والهدف، ومراعاة الاحترام والتقدير المتبادل، وآلية التعامل مع المشكلات، والمرجعية في حال حصولها.. إلخ، ولكي يتم تفعيل ذلك واحترامه، لابد من كتابة ذلك وتسجيله على شكل وثيقة بينهما، لمجرد التذكير فحسب، وأطر النفس على العمل بها والرجوع إليها في

حال وجود مشكلة بينهما. فتكتب الزوجة ما تريده من زوجها، ويكتب الزوج ما يريده من زوجته، ثم يجتمعان ويتناقشان في ما تم كتابته، حتى يخرجان بصيغة بنود موحدة، ونظام يسيران عليه، وبعد أن يتفق الشريكان على بنود الوثيقة يوقع الطرفان عليها بكامل الرضا، وتضاف إليها بنود جديدة مع مرور الوقت، أو تحذف أو تعدل منها بنود أخرى، لكي يظل هذا النظام قائماً والاحترام متواصلاً، وتكون بنود هذه الوثيقة قائمة على ما يناسب بيئة وطبيعة كل زوجين، مثل ما يأتي - على سبيل المثال لا الحصر -:

✽ إذا اختلفنا في أي مسألة سلوكية أو عادة اعتادها أحدهنا أو تقليد كان يسير عليه، فمرجعنا في ذلك حكم الله ورسوله، ولا يُقدّم عليها عرف، أو عادة، أو تقليد، أو هوى.

✽ المشكلات والعيوب والنقائص تبقى بيننا، فلا تخرج خارج البيت بتاتاً ولا يطلع عليها الأهل ولا غيرهم.

✽ نحن بشر، ومن طبيعة البشر الخطأ والنقص، فإن وقع خطأ أو تقصير من أحدهنا في حق صاحبه، فعلى الآخر الصفح والعفو والتغافل، وعلينا جميعاً غض الطرف عن المفوات الصغيرة، مع تنبيه من حصل منه ذلك بأسلوب لطيف ليس فيه إهانة أو جرح للكرامة.

✽ إذا أخطأ أحدهنا في حق صاحبه، فليكن عند الطرف الآخر الشجاعة الكافية للاعتذار عندما يتبين له الخطأ، وإذا اعتذر أحدهنا، فليبادر الآخر في قبول الاعتذار دون لوم.

✽ في حالة الغضب وخروج النقاش عن السيطرة، يجب أن يتم إيقاف النقاش بيننا حتى تهدأ النفوس.

✽ عند النقاش حول أمر ما تم الخلاف عليه، يجب الابتعاد عن التشنج والصراخ، لأن هذا سيمنع كلاً منا من الاستماع للآخر، ويزيد من اشتعال الخلاف، ويفقدنا القدرة على السيطرة على النفس.

✽ في حال حصول مشكلة ما، - والخلاف أمر وارد -، يجب عدم الصمت وكنم المشكلة في الداخل، بل يجب التحدث عنها وإخراجها من النفس والحديث بشأنها مع الآخر، والمبادرة الفورية إلى حلها وعدم طوي صفحتها أو تجاهلها، لأن ذلك سيراكم المشكلات بيننا وبعثها في أي وقت.

✽ إذا تم حل مشكلة معينة وتم الاتفاق على إنهاؤها وإغلاق ملفها نهائياً، يجب عدم استدعائها مرة أخرى بأي حال، وأن تطوى ولا تروى، وبالذات عند حصول مشكلة مستقبلية.

✽ يجب التنبيه عند حصول أي ملحوظة أو مصارحة من أحدهما للآخر، أن تذكر الإيجابيات أولاً قبل الولوج للحديث عن الملحوظة.

✽ الاتفاق على دور كل منهما حال الغضب، فهناك من يريد من الآخر أن يتجاهله ويسكت ولا يرد عليه فضلاً عن أن يجادله، وهناك من يريد منه أن يتقرب إليه ويُراضيه، (فعلى حسب طبيعة كل منهما وما يريده من شريكه حال غضبه عليه أن يتفق معه عليه) وهذا ما تفق عليه أبو الدرداء رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ مع زوجته في بداية زواجهما على ذلك فقال لها: «إذا غضبت فرضييني، وإذا غضبت رضيتك، فمتى ما لم نكن هكذا ما أسرع ما نفرق» ^(١).

ووصية أبي الدرداء هذه من أفضل أساليب ديمومة العشرة وبقاء المودة بين الزوجين.

(١) «روضة العقلاء» لابن حبان (ص: ١٠٦).

✽ اختيار الوقت المناسب للحديث أو الحوار أو المناقشة أو طلب شيء معين، وتحاشي ذلك عند قدوم أحدنا متعباً من عمله أو حينما يكون منهما بأمراً ما أو في ساعات الغضب.

✽ الاتفاق على العناية بالمشاعر فيما بيننا، والشكر والثناء والمديح عند كل مناسبة مهما صغرت، وتذكير الآخر بذلك إذا نسي أو تغافل عنه، حتى يصبح بيننا عادة ملازمة.

✽ حينما يفتقد أحدنا ما يتمناه ويرغبه في الطرف الآخر، عليه أن يبادر بالحديث عنه، ولا يبقيه في النفس دون إشعار للآخر بذلك.

✽ على كل منا أن يوضح للآخر الأمور التي يحبها والتي لا يرغبها، وعلى كل طرف مراعاة ذلك.

✽ إذا لم يتم الاتفاق على إنهاء المشكلة بيننا، يكون هناك مرجع نتحاكم إليه، وهذا المرجع يجب أن يكون ثقة وأن يكون حكيماً ومؤهلاً لحل المشكلات، ويتم الاتفاق على تحديد اسمه من معارفهما أو غيره) وإن لم يعرفا أحد، فلا بد من الرجوع إلى المستشارين الأسريين في مراكز الاستشارات والإصلاح الأسري.

✽ بالنسبة لموعد زيارة الزوجة لأهلها، يتم الاتفاق على ذلك، (وهل يحدد يوم معين أم يترك لظروف الزوج). كما يجب أن يتم الاتفاق على استراتيجية معينة فيما لو صادف موعد زيارة الزوجة لأهلها ارتباط الزوج بمناسبة عشاء لضيوفه في المنزل^(١).

(١) وقد مر عليّ في الاستشارات الكثير من المشكلات التي تقع بين الزوجين بسبب عدم اتفاقهم على مثل هذه الفقرة، فقد تكون الزوجة قد اعتادت الذهاب لأهلها مساء كل خميس مثلاً، ويحصل أن يكون عند الزوج ضيوف في اليوم نفسه، فتحصل مشادة ومشكلة بينهما، لأنها اعتادت الذهاب إلى أهلها في مثل هذا اليوم، ما يتوجب الوضوح في هذا الموضوع من البداية.

✽ كما يجب الاتفاق على قضية خروج الزوجة عندما تكون عند أهلها، لزيارة أحد أقاربها أو للتبضع ونحوه، وهل يجب أن تستأذن من الزوج في كل مرة تخرج فيها أم لا^(١)؟.

✽ الاتفاق على ضرورة مراعاة الآخر وإشباعه أثناء اللقاءات الجنسية، وعلى كل منا أن يتفاعل أثناء اللقاء، وألا يكون سلبياً جامداً دون أي تجاوب، وأن يتحدث معه بعبارات لفظية تعبر عما يجده من اللذة والاستمتاع والرضا أثناء الممارسة الجنسية. وإذا كان هناك قصور أو ملحوظة أو عدم إشباع لأحدهما من الآخر، عليه أن يتحدث عن الأشياء التي يريد إشباعها، وعن حاجاته التي يرغب الاهتمام بها أثناء اللقاءات الحميمة فيما بينهما.

✽ الاتفاق على أن تبقى غرفة النوم لها خصوصيتها، ويمنع وضع التلفاز فيها أو متابعة تصفح (الجوال) ونحوه عند الاستلقاء على السرير قبيل النوم^(٢).

✽ مفاتحة الزوجة بالدخل الشهري للزوج والديون التي عليه، والاتفاق على وضع خطة معينة لميزانية الأسرة وتسديد الديون، لتكون معينة للزوج في ذلك، ولا تطالبه بما لا يطيق.

✽ الاتفاق على مصروف للزوجة حتى وإن كانت عاملة - إلا في حال تنازلها^(٣) -،

(١) وهذا الموضوع يتكرر أيضاً في مراكز الاستشارات كثيراً، فبعض الرجال يتوقف عند كل هفوة وزلة ويعتبر خروج المرأة - حتى مع أهلها - دون إذنه، مشكلة يتوقف عندها كثيراً، لذا من الضرورة أن يتم الاتفاق على هذه الفقرة بوضوح تام.

(٢) اعتياد تصفح الجوال عند الاستلقاء على السرير وقبيل النوم، مشكلة كارثية على الطرفين، ومثل هذه العادة تسرق انتباه كلا الزوجين عن الآخر وتجعلهما ينصرفان وينشغلان عن بعضهما بها، واستمرار ذلك يصبح إدماناً يصعب الخلاص منه، ويحيل علاقتهما إلى علاقة روتينية رتيبة، كما أنه لا يليق بأحد الزوجين تصفح الجوال ولوقت طويل والآخر ينتظر!!.

(٣) في حال كانت الزوجة عاملة فإن راتبها ملك خاص بها، ولا يجوز للزوج أخذ شيء من مالها إلا

لأن الأصل في القوامة أنها تقتضي النفقة على الزوجة قال **نَحْنَالِي**: ﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضُهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ﴾ [النِّسَاءُ: ٣٤]. أما في حال كونها غير عاملة فلا بد من تحديد مبلغ معين يتفق عليه الزوجان فيفي باحتياجات الزوجة، وينبغي أن يعلم الزوج أن هذا حق للزوجة، وعليها أن تراعي ظروف زوجها في بعض الأشهر التي تكون فيها ظروف مادية معينة، فلا ضرر ولا ضرار، وعلى الزوج ألا يفرض مصروفاً معيناً نتيجة عاطفة متسرعة، فيصعب الوفاء به مستقبلاً، فإن من أصعب الأمور على النفس وأشقها قطع العادة.

❁ في حال اضطرار الزوج للإقامة مع أهله - ولو مؤقتاً -، يجب الاتفاق على تحديد مدى العلاقة مع أهل الزوج وطبيعتها ودور الزوجة وواجباتها مع الأهل لتفادي المشكلات الناجمة عن ذلك.

وعلى الزوجين إذا وضعها هذه الأسس وعدلاً عليها أو أضافا ما يتناسب مع ظروفهما، أن يسجلا ذلك في ورقة، بحيث يكون ميثاقاً بينهما يراجعهما بين الحين والآخر، ويحتكمان إليه عند الحاجة، وسينعكس هذا الاتفاق على توافقهما وتناغمهما وبالتأكيد سيحد من المشكلات التي قد تنشأ بينهما.

برضاها وطيب نفس منها. فالزوجة لا تتحمل شرعاً شيئاً من النفقات، بل المسؤولية المالية من نفقة وكسوة وسكنى هي مسؤولية الزوج وحده، مهما كان غنى زوجته وكثرة مالها، ومع ذلك فإن مساعدة الزوجة لزوجها في هذه الأمور والتعاون بينهما في الأمور المالية وغيرها من أهم ما يوثق عرى الألفة والمحبة واستمرار الحياة الزوجية بينهما دون مشاكل، ومقتضى المروءة أن تبذل الزوجة شيئاً من دخلها، تُخفف به عن زوجها، لأنه قد ضحى بشيء من كمال العشرة من أجلها، ومساعدته من باب حسن المعاشرة، قال **نَحْنَالِي**: ﴿وَلَا تَنْسُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ﴾ [البَقَرَةُ: ٢٣٧]. وكما فعلت خديجة **رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا** حينما وقفت بإلها مع الرسول **ﷺ**. وعلى هذا ينبغي أن يتفاهم الطرفان ويتفقا على جميع الأمور المرتبطة بمسائل النفقة والمصروف من البداية وبصورة واضحة.

تاسعاً: الحوار أو الخلاف:

غياب الحوار بين الزوجين، يؤدي لزماً إلى عدم التوافق وعدم فهم كل منهما للآخر وإلى الغموض وعدم الثقة فيما بينهما...، ومن ثم إلى استمطار المشكلات وتراكمها، حتى قيل: (الحوار أو الخلاف).

النجاح في العلاقة الزوجية أو الإخفاق فيها، يعتمد بشكل أساسي على مدى قدرة الشريك على التواصل مع شريكه، وبقدر إجادته التواصل أو الإخفاق فيه، تكون سعادة الحياة الزوجية وتوافقها، أو برودها وفتورها. ولهذا عندما تنشذ زواجا ناجحاً تذكر ثلاثة أمور مهمة: (التواصل.. ثم التواصل.. ثم التواصل).

ويكفي أن تعلم أنه لا تكاد توجد دراسة عن المشكلات الزوجية إلا وتذكر أن من أهم أسبابه؛ انعدام التواصل الجيد بين الزوجين، أو الأسلوب الخاطئ في إدارة الحوار بينهما، بل أكدت إحدى الدراسات «أن ٩٢٪ من المشاكل الأسرية، سببها انعدام التواصل الناجح بين الزوجين»^(١).

وحينما يتجنب معظم الرجال أو النساء الحوار مع شريكه، فإنها يتجنبه بسبب أسلوبه الخاطئ في الحوار، الذي يقوم على التجريح والالتهام والعصبية والأقوى صوتاً والأكثر حدة، وعلى التنافس لإثبات الفوز والتغلب على الآخر وفرض الرأي...، ومثل هذا التواصل لا يمكن أن يبني بيتاً، ولا يثمر توافقاً وانسجاماً، ولو أمكن تجنب مثل تلك الأساليب في الحوار بين الزوجين، لأمكن تجنب ٩٢٪ من المشكلات بينهما.

(١) «البرنامج المتكامل لإعداد وتأهيل المدرب والمستشار الأسري»، د. محمد بن علي المحسن (ص: ٦٩).

حتى يكون الحوار ناجحاً:

وحتى يكون التواصل ناجحاً ومحققاً لأهدافه، فإن من أهم الفنون والمهارات والآداب التي يجب مراعاتها عند الحوار ما يأتي:

✽ اختيار الوقت المناسب للتواصل وفتح الحوار، فلا يتم فتحه في حال قدوم الزوج للتو من عمله، ولا ما إذا كان مريضاً، أو متوتراً ومتضيقاً، ولا أثناء أو بعيد وقوع خلاف أو مشكلة ما، ولعل أفضل وقت للحوار هو ما كان في لحظة ود وصفاء.

✽ قبل أن يبدأ المحاور حديثه يجب أن يؤكد للطرف الآخر مسألة حرصه على رضاه، وأنه مهما اختلف رأيه عنه فلن يكون في الأخير إلا ما يرضيه. ومثل هذه العبارات تقطع ظنون الآخر ووساوس الشيطان فلا يعتقد أنك تريد فرض رأيك عليه، أو إلصاق المعاييب والتهم به.

✽ عند بدء الحوار من الأفضل أن يبدأ المحاور بذكر الإيجابيات والصفات الحسنة في شخصية الآخر وشكره وتشجيعه عليها، فهي طريقة رائعة ومجربة في التأثير عليه، كأن يقول له: أنت طيب القلب، وكريم اليد، ولم تقصر معنا في شيء قط، وجمائلك علينا كبيرة ولا يوجد في الدنيا مثلك.. لكن، هنالك مسألة أرجو أن يتسع صدرك لتتجاوز فيها..

✽ لا ترفع صوتك، فعلوه دليل على ضعف موقف المحاور، وكلما كان رقيقاً وناعماً ومنخفضاً وهادئاً أكثر، كان أكثر وقعاً على قلب الآخر.

✽ تجنب الإشارة باليد بانفعال أثناء الحديث، وكأنك في حلبة ملاكمة، وإنما ينبغي على المحاور أن يُشغل يديه بالقبض على يد الآخر والمسح على جسده، فالمسح على الجسد يهدئ النفس ويهيئها للتقبل.

- ✿ حاور ولا تجادل، فمثلاً كلما قال المحاور أمراً يقول الآخر: نعم.. معك حق.. أبشر.. كلامك صحيح وفوق رأسي - حتى ولو لم يكن يراه كذلك -، ولكن ما رأيك لو نجرب فكرة أخرى أو رأياً آخر، واحكم أنت عليه فإن أعجبك وإلا فرفضه، ثم اطرح ما لديك..
- ✿ لا تدخل مع موضوعك موضوعات أخرى مدفونة أو قديمة سبق وأن أشبعت طرحاً ونقاشاً.
- ✿ احذر حين الحوار من أن تذكر الآخر بأخطائه السابقة كلما فتحت معه موضوعاً.
- ✿ لا تحاول أن تشير الآخر بوصفه مثلاً أنه ما يفهم، أو تشبّهه في أخطائه بأحد، كأن تقول: أنت مثل أبيك البخيل.. أو أخيك العصبي.. أو مثل أمك الباردة ونحو ذلك.
- ✿ حاول أن تنظر للموضوع من وجهة نظر الشخص المحاور، لا من وجهة نظرك أنت، فلعل له وجهة نظر صحيحة وأنت لا تعلم.
- ✿ استمع للمتحدث بإعجاب، - حتى ولو لم تكن حقاً معجباً بكلامه - ولا تقاطعه أبداً أثناء الحديث - حتى ولو لم يعجبك حديثه - . وإنما اصبر حتى ينهي حديثه ثم ابدأ مداخلتك، فكلما بالغت في احترامه أثناء الحديث بادل ذلك احتراماً مثله.
- ✿ لا بد من التحمل وسعة الصدر وامتصاص غضب الآخر، فكثيراً ما ينتهي الحوار من نقطة البداية بالشجار، أو انسحاب أحد الطرفين لخطأ وقع من الآخر.

- ✿ يجب إغلاق الحوار إذا تطور إلى الأسوأ، وتأجيله إلى وقت لاحق^(١).
- ✿ لا تتعامل مع الآخر بمبدأ (خاسر و فائز) فالحوار ليس معركة لا بد أن ينتصر فيها طرف على حساب الآخر.
- ✿ احذر أن يتحول الحوار إلى جدال، فالحوار من طبيعته أنه هادئ ومتزن، يهدف للوصول إلى حل يرضي الطرفين. أما الجدال فهو نقاش حاد مليء بالعبارات القاسية الجارحة.
- ✿ لا تترك المكان الذي تتحاوران فيه والآخر مستمر في كلامه، حتى تتفقا على أن الحوار قد انتهى، أو أنكما قررتما تأجيله إلى وقت محدد آخر.



(١) انظر: «كيف تؤثرين على زوجك»، شيخة الدهمش (ص: ٣٩ - ٤٠).

عاشراً: قدرا الفروقات المختلفة بينكما:

الحب لا يأتي هكذا خبط عشواء، أو أنه شيء يُقذف في القلب دون ما سبب، وإنما الحب يأتي مع الارتياح النفسي، ويزيد بحسن العشرة، وينمو بحسن التعامل، ويكبر بالتقدير والاحترام المتبادل... وهذا كله لا يأتي إلا حينما يتفهم كل منهما الفروق بينهما.

ما لا يعلمه كثير من المتزوجين أن طبيعة الرجال مختلفة تماماً عن النساء، ليس في الأمور الظاهرة فحسب؛ بل في الأمور النفسية، وفي طريقة التفكير، وأسلوب الحياة، والاهتمامات، والرغبات، والأمور الجنسية، وحتى التعامل مع المشكلات.. إلخ.

وما يحصل أن أحدهما عندما يجد أن التصرفات ورُدود الأفعال وطريقة التفكير وأساليب الحوار والإدراك والاحتياجات وأسلوب التعبير عن الحب والحالة المزاجية والعاطفية مختلفة مع شريكه، وليست وفق هواه ورغباته، فإنه يشعر بخيبة أمل كبيرة تمنعنه من التواصل الناجح، ويظن أنه لم يوفق في زواجه، وقد يتهم شريكه بالغباء، ويسيء الظن بأسلوب تفكيره، ويفسر المواقف ويحللها بصورة سلبية، وقد لا يعلم أن طبيعة تفكير كل منهما، وردود أفعالها تجاه المواقف، مختلفة تماماً فيما بينهما.

وإن لم تدرك الزوجة أو الزوج أنهما فعلاً مختلفان، ويتقبلان ذلك ويتعاملان بحسبه، وإلا فستظل «الخلافاً قائمة ولن يصبح بينهما وفاق أبداً، ونحن عادة نغضب أو نشعر بالإحباط لأننا ننسينا هذه الحقيقة المهمة، فكل منا يتوقع من الجنس الآخر أن يشبهه، ويريد منه أن يرغب نفس رغباته، ويشعر بنفس مشاعره، وهذا محال. ومن خلال فهم الفروق الخفية بين الجنسين، يمكننا بنجاح أكثر، أن نعطي ونتلقى الحب الكامل في

قلوبنا عن طريق الاعتراف باختلافاتنا وتقبلها، ويمكن اكتشاف حلول مبدعة نستطيع بها النجاح في الحصول على ما نريد، والأهم من ذلك أننا من الممكن أن نتعلم كيف نحب ونساند بأفضل طريقة ممكنة هؤلاء الذين نهتم بهم. فالحب يمكن أن يدوم، إذا تذكر الرجال والنساء ما بينهم من الاختلافات»^(١).

ولذا تأكد أن في شريك حياتك صفات وطبائع لن تتغير بسهولة، إذ إن للرجل طبائع خاصة برجولته، وكذلك المرأة لديها طبائع خاصة بأنوثتها، فعلى الآخر أن يتحمل طباع شريكه وإن كانت لا توافقه تمامًا.



(١) «حقًا المريح والزهرة»، د. جون جراي (ص: ٩).

حادي عشر: تكيفا مع الدخل المتاح:

الأسرة الناجحة هي التي تسعى إلى تخطيط ميزانيتها وأضعة نصب عينيها، الماضي المتمثل في الديون والأقساط. والحاضر المتمثل في الاحتياجات اليومية. والمستقبل متمثلاً في بيت ملك وادخار للظروف والاحتياجات.

تعتبر تكاليف الزواج من المشكلات الاجتماعية التي يعاني منها كثير من الشباب المتزوجين حديثاً، فكثير منهم - في ظل الأوضاع المعيشية الصعبة - لا يستطيع إتمام زواجه دون استدانة ترهقه، الأمر الذي يدخلهم في نفق الديون ودهاليزه المظلمة.

ونظراً لظروف الحياة العصرية المعقدة، والوضع الاقتصادي المتدهور، فإن دخل غالب المتزوجين حديثاً؛ بالكاد يفي بالتزاماتهم واستمرار معيشتهم وتحقيق أهدافهم وطموحاتهم، ومن ثم كان لزاماً على الزوجين وضع تصور بناء لإدارة ميزانية الأسرة، من أجل استقرارها ووقايتها من وقوع الأزمات والمشكلات بين الزوجين التي تسبب فيها الجوانب المالية، فالمال عصب الحياة، ولا يمكن أن تقوم حياة كريمة إلا به.

المقصود بالتكيف مع الدخل المتاح:

هو وضع ميزانية للدخل المالي للأسرة، وإعطاء كل بند من بنود الإنفاق حقه كاملاً دون إسراف أو تقتير، قال **نَحْنَالِي**: ﴿وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا﴾ [الْفَرَّاق: ٦٧]. ولا يقصد بتخطيط الدخل؛ التقتير، بل التوازن المالي ومواجهة الظروف المعيشية الصعبة أو القروض المترتبة على الزواج - إن وجدت -.

الهدف من وضع الميزانية:

✽ العيش في حدود الدخل المتاح.

✽ وضوح الرؤية فيما يتصل بالقدرة الشرائية.

✽ ادخار جزء من المورد المالي لتحقيق الطموحات، أو لتسديد ديون الزواج.

إدارة ميزانية الأسرة:

يرى بعض الاقتصاديين؛ أن الدخل ينبغي أن يقسم إلى جزأين (بعد خصم قيمة إيجار المنزل وقرض الدين إن وجد):

الأول: المصروفات، وتبلغ من مجمل الدخل (٨٥ ٪).

وتتوزع هذه المصروفات إلى ثلاثة أجزاء:

١- **الضروريات:** وتستهلك (٦٠ ٪) [من قيمة المصروفات الـ ٨٥ ٪ السابقة]، وتشمل التبضع للمنزل من التموينات وصيانة المنزل والفواتير المختلفة، واحتياجات السيارة ونحوها.

٢- **الكفايات:** وتستهلك (٣٠ ٪) [من المصروفات السابقة] وتشمل تغيير الأثاث والتحسينات المنزلية، إضافةً إلى السفر والسياحة والتسوق وكذا المناسبات الاجتماعية، بحدود ما تسمح به الميزانية، وإذا اجتمع أكثر من أمرين توزع على شهرين أو أكثر.

٣- **الطوارئ:** والذي يستهلك فقط (١٠ ٪) ويبقى في حال الاحتياج إلى علاج ونحو ذلك من الضرورات.

الثاني: الجزء المتبقي من الدخل (١٥ ٪) يبقى للادخار والتوفير.

وتعتبر نسبة ١٥ ٪ نسبة كافية كحد أدنى للادخار من المرتب أو الدخل الشهري، والادخار هو بوابة الثراء، وهي قاعدة متفق عليها، ويجب أن تعلم أن الهدف من

الادخار؛ هو الهدف البعيد، أي ١٠ سنوات وأكثر. وفيما يأتي مثال لحسبة يسيرة لحجم الادخار:

م	الدخل الشهري	ادخار ١٥٪ من الراتب (شهرياً)	إجمالي ادخار سنة	إجمالي ادخار ١٠ سنوات
١	٤٠٠٠	٦٠٠	٧,٢٠٠	٧٢,٠٠٠
٢	٦٠٠٠	٩٠٠	١٠,٨٠٠	١٠٨,٠٠٠
٣	٨٠٠٠	١٢٠٠	١٤,٤٠٠	١٤٤,٠٠٠
٤	١٠,٠٠٠	١٥٠٠	١٨,٠٠٠	١٨٠,٠٠٠

وفي حسبة يسيرة أخرى:

وإذا استطعت توفير ٣٣ ريالاً يومياً، فإن هذا يعني توفير ٩٩٠ ريالاً شهرياً، أي ١١,٨٨٠ ريالاً سنوياً، وهذا يعني ٥٩,٤٠٠ ريالاً خلال خمس سنوات. ويمكن اللجوء إلى ذلك من خلال وضع حصالة في البيت أو اقتطاع شهري من حسابك الجاري.

خطوات وضع الميزانية:

الخطوة الأولى:

دوّن كل المشتريات والمصروفات التي تحتاجها الأسرة لمدة شهر وهي:

١- **بند الغذاء ويشمل:** التموينات الغذائية والخضار والفواكه (كل شهر نوع معين).

٢- **بند السكن ويدخل فيه:** الإيجار، وفواتير الكهرباء والماء والجوالات، والأدوات المنزلية..

٣- **بند الملابس ويدخل فيه:** ما تحتاجه الأسرة من ذلك في هذا الشهر. (إن احتاجت وإلا يُرحَّل إلى الادخار).

والبنود الثلاث السابقة تسمى (البنود الرئيسية)، ويختلف ترتيب أهميتها من أسرة لأخرى، حسب إمكانياتها وأهدافها وحاجاتها ومواردها.

وهناك (البنود الفرعية) للصرف مثل: بند العلاج، المصروفات الشخصية، السفر.. إلخ، وهي تختلف في أهميتها من أسرة إلى أخرى حسب العوامل الاجتماعية والاقتصادية والنفسية.

الخطوة الثانية:

تقدير قيمة الدخل الذي تحصل عليه الأسرة في فترة شهر (الفترة الزمنية للخطوة) مثل راتب شهري + دخل من أعمال أخرى. ومن المستحسن أن يقل التقدير عن الدخل المتوقع لأنه إذا زاد عن ذلك يسهل التعديل.

الخطوة الثالثة:

موازنة الدخل مع ما تم صرفه، بمعنى توزيع الدخل على النفقات أو المصروفات السابق تحديدها مع الالتزام بقدر الإمكان بتخصيص جزء ولو بسيط من دخل الأسرة للادخار يتم استثماره في نواحي الاستثمارات المختلفة.

الخطوة الرابعة:

توضع المبالغ المخصصة للصرف على أبواب الإنفاق المختلفة، في (أظرف) يكتب عليها اسم البند الذي ستصرف عليه وعادة تزيد المصروفات عن الدخل، وهنا على الأسرة أن تستفيد من الإرشادات التالية:

- ✳ تبسيط مستوى المعيشة والبعد عن التكلفة ففدياً قالوا (التدبير نصف المعيشة) والاكتفاء بالطلبات الشديدة الأهمية والاستغناء عما دون ذلك.
- ✳ الاستفادة من الخدمات المجانية كالعلاج والتعليم المجاني..
- ✳ عدم الإسراف في الاستهلاك سواء في الغذاء أو الماء أو الكهرباء أو الجوالات..

العوامل التي تؤثر سلباً على ميزانية الأسرة:

- ✳ عدم التخطيط أو التنظيم مهما كان يسيراً.
- ✳ النزعة الاستهلاكية الخاطئة.
- ✳ الشراء العشوائي بالتفريط.
- ✳ الاستدانة غير المنظمة^(١).

حتى تضمن نجاح ميزانيتك: (إرشادات وتوجيهات)

- ✳ التخطيط والادخار لا يعني البخل والتقتير على نفسك وأهلك.
- ✳ من المهم أن يصارح الزوج بوجه بوضعه المالي بكل شفافية ويضع أمامها أهدافه المالية، كي لا تطالبه بأكثر من طاقته.
- ✳ إذا كنت ممن يستعمل البطاقات الائتمانية فتذكر أن الغرض الرئيس منها تنظيم وإدارة السيولة، وتجنب الأزمات المالية. ولا ينبغي أن تنظر إليها على أنها مصدر للإقراض.
- ✳ لا تحمل مبالغ كبيرة من النقود في جيبك إلا في حال الضرورة، وإذا استخدمت بطاقة الصراف فلا تصرف إلا حاجتك فحسب.

(١) انظر: «كيف تخطط ميزانية أسرتك»، د. سكينه محمد عبد الرحمن باصبرين. وانظر أيضاً: «احتياجاته واحتياجاتها»، ويلارد إف هارلي الابن (ص: ١٢٥ وما بعدها).

✽ حدد ما هو ضروري بالنسبة لك ولأسرتك وما هو كمالي حتى تتعامل معه وفق بنود الميزانية.

✽ عند التسوق يجب أن تدون المتطلبات التي تريد شراءها في ورقة وتلتزم بها، ولا تشتري شيئاً إلا عندما تكون بحاجة إليه فعلاً.

✽ ضع أمامك دائماً مبدأً لا تحيد عنه وهو أن الديون لا تكون أبداً الحل الأمثل للخروج من الأزمات المالية.

✽ لا تجري خلف إعلانات التخفيضات والعروض، فلا بد أن تعلم بأن الحسومات الموسمية ليست دائماً فرصة للتوفير، لذا لا تنسق إلا للتخفيضات التي أنت بحاجة إليها فعلاً.

✽ يفضل بعض الأشخاص شراء الرخيص مقابل الغالي طمعاً في التوفير والادخار، ولكن الواقع يقول أن السلع الرخيصة لا تدوم طويلاً في العادة، فيضطر المرء إما لصيانتها باستمرار أو شراء سلعة أخرى، فالسلع الرخيصة ليست أوفر على المدى البعيد، كما أن السلع الغالية ليست دائماً أجود ولكننا نتحدث عن الغالب. فالتوفير هنا يكون بالاهتمام بالجودة وليس السعر.

✽ مقولة: «اصرف ما في الجيب يأتيك ما في الغيب» شعار الفوضويين والفاشلين والجهلة والسطحيين، فالمؤمن حسن التدبير والتفكير، وكم هم الأشخاص الذين ضاعت أعمارهم بسبب قناعتهم بتلك المقولة.

✽ لا تذهب إلى الأسواق أو المتاجر الغذائية وأنت في حال الجوع، فسوف تشتري أكثر من حاجتك وتهدر الكثير من المال، كما يفضل حمل قائمة بالمشتريات وعدم تجاوز ما فيها، وإلا فكل شيء تراه بالتأكيد أنت تحتاجه، ولكن هناك فرق بين الضرورات

التي (لا بد منها) والحاجيات (الأقل أهمية) والكماليات (التي تستطيع العيش بدونها)، فمعرفة الأولويات من أسرار الذكاء المالي.

✽ دَوِّن مصاريفك الشهرية أو الأسبوعية أو اليومية في ورقة، وراجعها، فهذا يساعدك في تقليل الهدر والإسراف الذي اعتدت عليه، وتحديد أين يكمن التسرب في مالك.

✽ تتبع مصاريفك الشهرية واعرف أين يصرف الجزء الأكبر من راتبك.

✽ مجرد كتابتك لمصاريفك اليومية كفيل بتقليلها.

✽ الاقتراض: يسعدك اليوم ويرهقك غداً. أما الادخار: فيرهقك اليوم ويسعدك غداً.

✽ في الادخار اتبع مقولة: لا تدّخر ما تبقى بعد الصرف، ولكن اصرف ما تبقى بعد الادخار.

✽ امتنع عن الشراء حينما لا تكون في حاجة حقيقية للسلعة، أو لا تملك قيمة شرائها (لا تقترض لأجلها).

✽ في اللحظة التي تشعر فيها أن كل شيء يعاكس رغباتك تذكر قوله **تَعَالَى**:

﴿لَا تَدْرِي لَعَلَّ اللَّهَ يُحْدِثُ بَعْدَ ذَلِكَ أَمْرًا﴾ [الطلاق: ١].



مفاهيم خاطئة وصور ذهنية سلبية تهدم التوافق وتفسد العلاقة

يكتسب الناس مفاهيم متنوعة في مراحل حياتهم المختلفة من الوالدين، والبيئة، ووسائل الإعلام، ومن الإعلام الجديد عبر منصاته المختلفة، ومن الأقران.. وغير ذلك، وبقدر وعي الشخص وإدراكه، تتشكل صور ذهنية سلبية كانت أم إيجابية، فإن صحت هذه المفاهيم بصورها الإيجابية الواقعية صحت حياته، وإن كانت هذه الصور الذهنية سلبية أفسدت حياته.

وبالرغم من أن أصحاب الصور الذهنية السلبية تلقوا معرفة وعلومًا إيجابية اكتسبوها من خلال قراءة بعض الكتب الرصينة، أو من الخلطة الطيبة، أو مما تعلموه في مراحل تعليمهم المختلفة، إلا إن تلك المفاهيم تبقى (نظرية) فحسب، دون أن تؤثر على الرواسب الداخلية التي هي المحرك والمؤثر الفعلي في حياتهم وسلوكهم وطريقة تفكيرهم. **ومن تلك الصور:**

أولاً: رسم صورة ذهنية مبالغ فيها عن الشريك

يؤمن كثير من الأزواج - قبل ارتباطهم - إيماناً (نظرياً)، أن العلاقة بين الزوجين ينبغي أن تكون قائمة على القناعة والرضا بما قسمه الله، وأن التوافق في كل شيء محال، لكن بعد الزواج.. يعامل كل منهما شريكه (عملياً) على أنه يجب أن يكون كاملاً، والويل والثبور إن وجد عنده نقصاً في سلوكه أو قصوراً في تعامله!!.

بعض الشباب والفتيات من حين تفكيرهم بالزواج، وهم يحملون بشريك رسم كل منهم صورته في خياله، فالشاب يشب ويكبر وهو يمني النفس بزوجة خلوقة جميلة رفيقة أنيسة ودودة مطيعة، قد حوت من الخلق والأخلاق صفات الجمال والكمال، الذي يجعله يهنأ بخصال وينعم بجمال لا يكدر صفو عيشه معها إلا الموت.

والفتاة تحلم برجل صالح غني عطوف رحيم، تنفياً ظلال حبه ودلاله، وترغد في عيش عطفه وحنانه، ولن يبخل عليها في تحقيق أمانيتها وطموحاتها، من تسوق وسفر.. إلخ!!.

فإذا تزوج كل منهما بحث عن تلك الصورة الراسخة في عقله اللاواعي، فإذا لم يجدها أصيب بصدمة ما بعد الزواج، وقد يكون الشريك على مستوى عالٍ من التميز، لكنه خلاف الصورة التي كانت راسخة في ذهنه!!.

وكثير منهم يؤمنون (نظرياً) أن الزواج بقدر ما هو سكن وارتياح، إلا إن فيه مسؤوليات وتكاليف وتبعات، وأنه من المحال أن يجد الإنسان شريكاً خالياً من العيوب ومبرأً من الأخطاء، أو أن هناك حياة زوجية هائلة خالية من المشكلات، ويرددون بكل

ثقة: (محدٍ كامل).. ونحو ذلك من التنظير المثالي!! ولكن كل ذلك يتبخر حينما يرتبط أحدهما بالآخر!!.

وقد يكونان أو أحدهما أيضًا قد أعطى الآخر صورة ذهنية مبالغ فيها أثناء الملكة، فيتكلف ما ليس فيه ويتطبع بغير طبعه، ويبالغ في إظهار الجانب الإيجابي، ووصف نفسه بما ليس فيه، في رسم الطرف الثاني عنه صورة ذهنية حاملة، ويتنظرها بعد مضي فترة من الزواج فلا يجدها!! فتنشأ الإحباطات والمشكلات.

وثمة أمر آخر يحدث من بعض الأزواج حينما يرفع سقف طموحاته، ويعتقد أنه سيجد فتاته من البداية (امرأة سبعة)، وأنها ملمة بكل شؤون المنزل ومسؤولياته، وحقوق الزوج وواجباته. بينما هي بالكاد خرجت من بيت كانت فيه ملء السمع والبصر، معززة مكرمة مدللة، تعيش فيه بلا واجبات رسمية أو تكليفات أسرية، فقد كانت (مكفية) من جميع مسؤوليات البيت؛ من طبخ أو تنظيف أو غسيل..، ثم فجأة أصبحت تواجه دورًا مختلفًا تمامًا عما كانت تعيشه في بيت والدها، فأمامها مسؤولية بيت بكامله، وزوج له واجبات عليها القيام بها!!.

وإذا لم يفهم الزوج أسلوب التنشئة الذي درجت عليه كثير من الأسر في وقتنا الحاضر، فقد تنشأ عن ذلك مشكلات وإحباطات جمّة.

بالإضافة إلى ذلك فإن الأسرة لم تعد هي المربي الأول كما كانت، فقد تداخلت الثقافات، وتعددت مصادر التوجيه، وتوسع الانفتاح، وكثر الحديث عن حرية المرأة ومساواتها بالرجل، ودغدغة مشاعر الفتيات بما يسمى إسقاط الولاية.. إلخ، ما جعل بعضهن أكثر انفتاحًا وتمردًا على قوامة الرجل.

ولذا على الشاب أن يعي جيداً، ضرورة مراعاة ظروف الزمن ومتغيراته التي نعيشها، ويحسن التعامل مع بنات هذا الجيل. وبالوعي والمعرفة والصبر والحكمة والحوار الجيد، يستطيع الشاب أن يتخطى جميع المشكلات وأن يعيش حياة مليئة بالتفهم والحب والسعادة.

كما أن على كل منهما ألا يمني النفس أو يحلم بشريك مبرأ من النقص والعيب، فطبيعة النفس البشرية النقص والخطأ والقصور:

- ❖ فقد يجد الرجل زوجة جميلة، حية، إلا إن في خلقها خصلة لا يحبها.
- ❖ وقد يجدها ليست بذات الجمال الذي ينشده، لكن لديها من حسن الخصال وجميل الفِعال ما لو بحث عنه في غيرها لم يجده.
- ❖ وقد تفتقد المرأة في زوجها الثراء والغنى، لكنها تجد فيه غنى النفس ولين الجانب.
- ❖ وقد تفتقد اللين والعطف، لكنها تجد التقوى والسخاء وهكذا...

ولذلك، على كل منهما أن يكون واقعياً وعقلانياً، وأن يخفض من سقف تطلعاته وتوقعاته، وألا يتفاجأ إذا وجد في الآخر ما لا يرغبه، فمن المسلّم به أنه لا يوجد إنسان كامل يأتي وفق رغبات الشخص وميوله، فلا بد أن يوجد في كل منهما نقائص وعيوب، ولا بد أن يحصل بينهما ما يُكدر صفو حياتهما، وأن تكون بينهما اختلافات متنوعة، فإن كلا منهما قد عاش في بيئة أسرية مختلفة، وتشرب مشرب أسرته ونما في ظل ظروفها وطباعها وملابساتها، فليس من السهل أن يتفق هذان الزوجان ويسيرا على طريقة واحدة من أول يوم يلتقيان فيه تحت سقف واحد، فالأمر يحتاج إلى فترة من الزمن حتى يحصل التوافق والانسجام وربما تطول، وخلال هذه الفترة لا يستغني كل طرف منهما

عن تضحية الآخر وتنازله، ومع مرور الأشهر غالباً ما يجد كل منهما من الآخر ما يجعله يتمسك به ولا يفرط فيه^(١).

وإياك أن تندمي على تعجلك في الموافقة على شريكك، وأنك (لو) وافقت على فلان الذي تقدم قبله لكانت حياتك أفضل. أو (لو) أنك خطبت فلانة لكانت أفضل من التي معك. يقول الرسول ﷺ: «.. واستعن بالله ولا تعجز وإن أصابك شيء فلا تقل: لو أني فعلت كان كذا وكذا، ولكن قل: قدر الله وما شاء فعل؛ فإن لو تفتح عمل الشيطان»^(٢).

وتأكد أنك لو حصلت على نساء أهل الأرض، وبقيت واحدة لظننت أن عندها ما ليس عند زوجتك، يقول الإمام ابن الجوزي رَحِمَهُ اللهُ: «لو قُدرَ لرجل أن يتزوج بنساء بغداد، ثم دخلت المدينة امرأة لظنَّ أن عندها ما ليس عندهن»^(٣).

وكم هم الأشخاص الذين تزوجوا، ولكن ظلت قلوبهم معلقة بنساء لم يوفقوا بالزواج منهن، وبعد أن تيسرت لهم الظروف للارتباط بهن بعد زواجهن الأول، عرفوا قيمة المرأة الأولى وعادوا لهن بعد أن عرفوا فضلهن وتميزهن.



(١) انظر: «لا تستعجل في الحكم على حياتك الزوجية»، نوره فهد الدحيم، مجلة أسرتنا، العدد ٥٠ جمادى الأولى ١٤٢٥هـ.

(٢) «صحيح مسلم»، برقم (٢٦٦٤).

(٣) «صيد الخاطر»، (ص: ٤٢٦).

ثانياً: رسم صورة ذهنية خاطئة عن طبيعة العلاقة الزوجية

التوافق التام بين الزوجين نظرية خاطئة، - وقد تكون نتيجة
رواسب سابقة -، فلكل إنسان خصائص تختلف عن الآخر،
وعندما يدرك الزوجان هذه الأمور ويؤمنون بها (عملياً)،
سينظران إلى الاختلافات فيما بينهما على أنها أمر طبيعي، وليس
خللاً يجب إصلاحه.

من الصور الذهنية التي يبالغ بعض الشباب والفتيات رسمها في خيلتهم قبل الزواج، اعتقادهم أن العلاقة الزوجية الناجحة؛ هي الحياة الخالية من المشكلات والخلافات!!، وينسون أن اختلاف وجهات النظر بين أي شخصين من البشر أمر طبيعي لا مفر منه ولا محيد عنه، ذلك أن الحياة الزوجية تعني اشتراك إنسانين وكائنين تحت سقف واحد، والاختلاف بينهما في الرأي ووجهات النظر أمر طبيعي، وعليه درج الأولون وسيستمر عليه الآخرون، ولم يسلم منه صفوة البشر الأنبياء والمرسلون، «وأكمل الأزواج الذين عرفتهم البشرية على الإطلاق، هو رسولنا وحبيبنا محمد ﷺ، ومنهجه أكمل منهج، وقد حوى جميع الموصفات التي تتمناها جميع الزوجات، إلا إنه واجه من زوجاته مشكلات وإيذاءات وتجاوزات كثيرة، وهذه هي طبيعة الحياة، فمهما كان الزوج كاملاً مكملاً، فإنها لن تستقيم له على الدوام، وحتى لو حصلت المرأة على زوج قال عنه الله تَعَالَى: ﴿وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ﴾ [الْقَلَم: ٤] إلا إن الخطأ واجب الحدوث» (١).

وإن مما يؤسف له أن بعض الأزواج يمتلك نسبة معينة - وقد تكون عالية - من الرضا عن شريكه، لكنه لا يستمتع بهذا (الموجود)، وإنما تفكيره منصب دائماً على

(١) «المرأة البحر والرجل المحيط»، عبد الله الداود (ص: ١٦٩).

(المفقود) - رغم قلته -، فيعيش حسرة وهمًا وغمًا بسبب تفكيره الخاطئ الذي قاده إلى التركيز على تلك السلبيات القليلة والغفلة عن الإيجابيات الكثيرة. والرسول ﷺ يقول: «لا يفرك مؤمن مؤمنة إن كره منها خلقاً رضي منها آخر»^(١)، وفي هذا الحديث فائدتان عظيمتان كما يقول الشيخ عبد الرحمن السعدي رَحِمَهُ اللهُ:

«إحداهما: الإرشاد إلى معاملة الزوجة والقريب والصاحب، وكل من بينك وبينه علاقة واتصال، وأنه ينبغي أن توطن نفسك على أنه لا بد أن يكون فيه عيب أو نقص أو أمر تكرهه، فإذا وجدت ذلك، فقارن بين هذا وبين ما يجب عليك أو ينبغي لك من قوة الاتصال والإبقاء على المحبة، بتذكر ما فيه من المحاسن، والمقاصد الخاصة والعامة، وبهذا الإغضاء عن المساوئ وملاحظة المحاسن، تدوم الصحبة والاتصال وتتم الراحة وتحصل لك.

الثانية: زوال الهم والقلق، وبقاء الصفاء، والمداومة على القيام بالحقوق الواجبة والمستحبة، وحصول الراحة بين الطرفين، ومن لم يسترشد بهذا الذي ذكره النبي ﷺ - بل عكس القضية فلحظ المساوئ، وعمي عن المحاسن -، فلا بد أن يقلق، ولا بد أن يتكدر ما بينه وبين من يتصل به من المحبة، ويتقطع كثير من الحقوق التي على كلٍ منهما المحافظة عليها»^(٢).

ولو فهم الزوجان الحديث السابق فهماً وافياً، لعلم كل منهما أن في شريكه إيجابيات كثيرة ومحاسن جليلة، ينبغي أن يلتفت إليها ويذكر نفسه بها، لتذبل وتقلص تلك العيوب التي كان ينظر إليها بعين واحدة. ولو فكر أحدهما تفكيراً واقعياً، لعلم أنه هو أيضاً لا يخلو من النقائص والعيوب، فكيف ينشد الكمال من شريكه وينسى نفسه!!

(١) «صحيح مسلم» برقم (١٤٦٩).

(٢) «الوسائل المفيدة للحياة السعيدة» (ص: ١٠ - ١١).

ولذا على كل منهما أن يوطّن نفسه وأن يكون لديه القناعة الكاملة، بأن الاقتران بشخص يماثلنا، ويعكس شخصيتنا، وكأننا ننظر إلى أنفسنا في مرآة واحدة، أمر ممل، يسلب الحياة الزوجية صفة التنوع والتكامل، ويملؤها بالبرود والجمود^(١).

فلا بد أن يكون كلا الزوجين واقعياً ومنطقياً في حكمه على الآخر، وأن الكمال لله وحده (عملياً لا نظرياً)، وأن يتخلصا من الأحلام الوردية في العلاقات الزوجية، وأن يؤمنا أن الحياة الزوجية شأنها شأن الحياة الدنيا؛ راحة يعترها كبد، وسعادة لا تخلو من منغصات، وفرح وترح، وعناء وهناء، ولن يكون عمر ككله ربيعاً، بل ستتناوب عليهما الفصول الأربعة كلها، وهذه طبيعة الحياة، فليس هناك توافق ١٠٠٪ بين أي زوجين من البشر، لكن إذا كان هناك توافق بحدود ٥٠٪ أو أقل فهذا هو الطبيعي، أما إذا وصل إلى ٦٠٪ فهو ممتاز جداً، أما إذا كان بحدود ٧٠٪ فهو نادر جداً.

وإذا سمعت أن هناك زوجين يعيشان دون خلافات، فاعلم أن بينهما فجوة كبيرة وعلاقة جافة مملّة.



(١) انظر: «سنة أولى زواج»، هيام محمد يوسف (ص: ٧).

ثالثاً: المبالغة في التطلع للعلاقة الرومانسية

بعض أبناء هذا الجيل يسمعون ويقرأون قبل زواجهم بالحب (والرومانسية)، فيحلمون بحياة حاملة كلها عواطف وأحاسيس...، فإذا دلفوا إلى الحياة الزوجية انتظر كل زوج من الآخر كلمات الحب والحنان، كما كان يقرأ عنها في الروايات ويتابعها في المسلسلات والقنوات الفضائية.

هذا التصور الخاطيء يخالف طبيعة البشر، ولا يتوافق مع ما جبل الله عليه الخلق، فلا بد أن يكون هناك اختلافات وتباين في وجهات النظر والتقاطع في الآراء والأفكار، وسينتج عن ذلك عواصف وزوابع تهب كل حين بين الزوجين، حتى وإن طبقوا بالحرف الكامل كل الوصفات (الرومانسية)^(١) في الحياة الزوجية.

ولذا لا بد من التعقل والتوازن والواقعية والبعد عن الإغراق في المثاليات والخيال الذي تنسجه قصص الحب، التي تزرعها الروايات والمجلات والصحف والكتب وما يقدم عبر الفضائيات من الحياة الرومانسية المثالية والحب والهيام الملهب الذي لا يتوقف أمام ظروف الحياة وكبدها، وهذا مالا يمكن أن يتحقق في الحياة الزوجية الواقعية. وبالذات إذا نظرنا إلى طبيعة البيئة التي نشأنا فيها والعادات والتقاليد التي تربينا عليها، فالأسلوب التربوي المتبع في تنشئة الأسر في بيئتنا، يقوم غالباً على عدم التعبير عن المشاعر والأحاسيس وكأنها أمر مستهجن أو معيب!! حتى إن الأطفال يظنون أن والديهم لا يملكون أي مشاعر تجاه بعضها البعض، فينشؤون على عدم وجود المشاعر فضلاً عن

(١) الرومانسية كلمة غير عربية، ولكن شيعها على ألسنة الناس جعلها مألوفة ولها ظلال إيجابية يتوق إليها الأزواج.

البوح بها، فتنشأ أفكار هؤلاء الأطفال وتترمّج على هذه الثقافة التي يرثونها في حياتهم الخاصة حينما يصبحون أزواجًا.

لذا كان لزامًا على الإنسان أن يكون واقعيًا ومنطقيًا في تفكيره وحكمه على الآخر وتقييمه، فلا يطلب منه ما لا يملكه، ولا يجعل من وجود الرومانسية بينهما مطلبًا ملحقًا يقوم عليه نجاح الزواج أو فشله. فالحياة الزوجية ليست مجرد حب سيدوم لهيبه، ورومانسية سيستمر وهجها، وعواطف حاملة، وغزل دائم، ونظرات جنسية متبادلة طوال الوقت، وإنما هي عبادة وقربة لله **تعالى**، وجملة مسؤوليات وأعباء ومشاق، يتخللها مشكلات وآفات وكبد وخلافات وتقصير وزلات وديون وهموم، وعلى الزوجين أن يهيئتا نفسيهما لذلك ويعلمان أن هذه طبيعة الحياة، وأن ما كان بينهما من التواصل اللفظي والأحاسيس الملتهبة والغزل الدائم والمشاعر المتوقدة، أيام الملكة أو في شهر العسل وبدايات الزواج الأولى، يختلف عنه بعد تقادم الزواج، ومن الطبيعي أن يخفت ذلك ويهدأ مع مرور الشهور والسنين.

ولا أقلل هنا من أثر العواطف أو الرومانسية على الحياة الزوجية، وأهمية المجاهدة لإبقائها حاضرة بين الزوجين، فلا بد أن يبذل الزوجان الجهد على أن تبقى هذه العواطف جياشة والمشاعر قائمة، لا تؤثر فيها تقادم الأيام والسنين فتتوقف وتذبل.

وإذا كان كثير منّا ومنذ طفولته وهو يتلقى عن طريق الأسرة برحمة تسببت في وجود فجوة في العلاقات العاطفية، فإن هذه الأمور مكتسبة، وكل ما هو مكتسب من الأفكار والصور الذهنية السلبية يمكن وبسهولة تغييره وتهذيبه، عن طريق التعلم والمران والتكرار ومغالبة النفس، حتى يصبح دُرّة وسجية وعادة.

وحينما ندعو إلى الرومانسية، فإننا لا ننادي بها كتلك التي يصورها الإعلام في المسلسلات والأفلام والروايات، وإنما الرومانسية في مفهومنا هي عبارة عن: (تبادل

عبارات التقدير والاحترام.. والشكر والثناء عند كل جميل ومعروف.. والاعتذار عند كل خطأ يتبين خطؤه)، وهذه هي الرومانسية التي ننادي بها وندعو إليها، رومانسية بسيطة وغير متكلفة، يقول خبير العلاقات الزوجية فيليب ماكجرو: «الرومانسية الرائعة هي أن تتفقد مكان شريك حياتك، والاطمئنان عليه إن تأخر الوقت ولم يعد للمنزل، وقد تكون الرومانسية بسيطة كالتيشارك في قراءة الصحيفة في الصباح، أو في تناول فطيرة كبيرة بأحد مطاعم الوجبات السريعة»^(١).

وللأسف فإن اختلال مفهوم الزواج قد أثر على قطاع عريض من شباب وفتيات المسلمين، وتشتت أسر وهي ما زالت تحبو في بداياتها، نتيجة التسرع واستصدار الأحكام دون تروي وبصيرة، ما يستوجب بيان ذلك وإيضاحه بصيغ مختلفة، لتأكيد رسوخه في القلوب، وتركيز معانيه في الأذهان.



(١) «كيف تنقذ علاقتك الزوجية من الانهيار؟» (ص: ٦٧).

رابعاً: استلاب المرأة لقوامته الرجل

عندما تعمل المرأة جاهدة على إزاحة زوجها عن دفة القيادة، فلا بد أن تكون حينئذ على استعداد تام لتحمل وحدها تبعات كافة المسؤوليات المناطة بالقائد والمساعد. «٥٠ قاعدة فقهية في بناء العلاقة الزوجية»، الدكتور محمد المبارك (ص: ٧٤).

جميل أن يكون الزوج مرناً مع الزوجة، والأجل منه أن يكون متجاوباً، ولكن ليس إلى الحد الذي تذوب فيه شخصيته مع شخصيتها، فيصبح ضعيفاً مطواعاً في كل شيء لا كلمة له ولا رأي، حينئذ فإن الخاسر الأكبر هي الزوجة وليس الزوج.

والمرأة بطبعها وغريزتها لا تريد الرجل الضعيف الذي لا كلمة له ولا رأي، فيعتمد على زوجته في تصريف الأمور واتخاذ القرارات.

وقد تكون الزوجة قوية الشخصية بطبعها، وقد تفرح في البداية حينما تستلب القوامته من الزوج، وتفرض شخصيتها ورأيها في كثير من أمورهما على زوجها، ولكنها حتماً ستندم وتكثر من الشكوى حينما يعتاد الزوج على الاتكالية وتحليه عن المسؤولية، ولن تجد فيه بعد ذلك ما يستحق الإعجاب أو الاهتمام، وإنما ستنظر إليه على أنه مجرد (ذكر) لا قيمة له سوى الإنجاب.

وقوة شخصية الزوجة وضعف شخصية الزوج لا تتجزأ، فإذا تنازل الرجل عن قوامته فسيتنازل حتماً عن حقوقه، وحينما تعتاد المرأة على ذلك، سيأتي اليوم الذي يطالب فيه الرجل بشيء من حقوقه فيصعب استرجاعها، فقد أصبحت تلك العادة حقاً مكتسباً للزوجة، وويل للزوج إن هو خالفها أو أخل بها!! وقد يترتب على ذلك في يوم من الأيام انفجار الزوج وبقوة، وإن لم يحصل فستصبح حياة الزوجين مضطربة وغير

متوازنة لا اختلال مفهوم القوامه، فلا بد أن يؤمن كل من الزوجين بدوره ووظيفته في هذه الحياة ويُسلّم بها للآخر، وإذا تخلّى الزوج عن قوامته أو استلبتها الزوجة منه بقوة شخصيتها، غرقت السفينة وغرق من فيها. وعلى الرجل والمرأة تأمل ذلك جيداً ففيه مصلحة كبرى للطرفين.

يقول الدكتور عادل صادق: المرأة الواعية، المحبة الذكية، الأنثى الحقيقية، هي التي تدعم وتبني وتعمّق إحساس الرجل بذاته، وتجعله يشعر برجولته وقوامته، فإن الرجولة الحقّة هي التي تجعل المرأة تشعر بأنوثتها الحقّة، كما أن الأنوثة الحقّة لا تظهر في ظل رجولة مهزوزة أو منقوصة.

والمرأة لا تشعر بذاتها الحقيقية الأنثوية؛ إلا مع رجل حقيقي، أي حازم ولديه القدرة على اتخاذ القرارات. والمرأة تفقد أنوثتها واستثارتها إزاء الرجل الضعيف الذي لا يؤدي أدواره الرجولية، وفي الوقت نفسه يفزعها الرجل العنيف الجاد الذي ليس في قلبه شفقة أو رحمة.

فالمرأة تريد الرجل المتوازن، وتطمئن للرجل المتكامل، وتتعلق بالرجل الحازم، الذي ليس في حزمه قسوة ولا عنف، فالحزم لا يعني أن يكون مرهوباً، بل يكون عطوفاً، ففي العطف حزم، وفي المنطق حزم، وفي عدم التنازل والتهاون في الأمور المهمة حزم، وفي التجاوز عن الصغائر حزم، وفي التسامح عن أخطاء غير مقصودة حزم. وحق الزوج في الحزم يأتي من دوره كراعٍ.. راعٍ لامرأته وأسرته، والراعي لا بد أن يكون حازماً^(١).

وقديماً قرأت مثلاً صينياً يقول: البيت الذي تمارس فيه الدجاجة عمل الديك، يصير إلى الخراب.

(١) انظر: «متاعب الزواج»، (ص: ٢٦٢).

وقال نابليون: الذي يدع امرأته تحكمه لا هو رجل ولا هو امرأة.. إنه لا شيء.

وقال برنارد شو: المرأة ظل للرجل، عليها أن تتبعه لا أن تقوده.

ما يعني أن الفطرة لدى جميع الشعوب، قائمة على أن القوامة للرجل، وإذا أُسْتُلبت منه أو تنازل عنها غرقت سفينة الأسرة وتشتت.

فما خربت البيوت ولا تصدعت الأسر ولا حصل الشقاق بين الأزواج، إلا وكان من أهم أسبابه؛ تطلع المرأة لمناكفة الرجل في حقوقه وعدم طاعتها له، يقول شيخ الإسلام ابن تيمية **رَحِمَهُ اللَّهُ**: «وليس على المرأة بعد حق الله ورسوله أو جب من حق الزوج» ^(١).

وما ذاك إلا لأن حق الزوج ووجوب طاعته أساس وأصل في قيام العلاقة الزوجية، ولا تستقيم حياة أي جماعة إلا إذا كان لها رئيس يدير شؤونها ويحافظ على كيائها، ولا توجد هذه الرياسة إلا إذا كان الرئيس مطاعاً، وهذه الرياسة لم توضع بيد الرجل مجاناً، بل دفع ثمنها لأنه مكلف بالسعي على أرزاق الأسرة والجهاد من أجلها مع ما في تكوينه وطبيعته من الاستعداد لها ^(٢).



(١) «الفتاوى» (٣٢ / ٢٦٠).

(٢) انظر: «أحكام الأسرة في الإسلام»، محمد مصطفى شلبي (ص: ٣٢٩).

خامساً: المبالغة في التغافل؛

يسمع كثير من الناس بالتغافل - وهو في الأصل خلق محمود - إلا إنهم بالغوا في ذلك حتى أضر على علاقاتهم بأزواجهم، فأصبح التغافل - بهذا المفهوم - وسيلة لهدم البيوت وخرابها.

التغافل المحمود خلق راق وفن رفيع لا يجيده إلا القليل، وهو سلوك جميل ينمي العلاقات الإنسانية بين الأزواج، حيث يعيش المتغافل راحة بال، ويمضي في حياته قُدماً إلى الأمام، قال عنه الإمام الشافعي: «الكيس العاقل؛ هو الفطن المتغافل»^(١).

وأجل منه قوله صلى الله عليه وسلم: «يبصر أحدكم القذاة في عين أخيه وينسى الجذع في عينه»^(٢).

وقال عثمان بن زائدة، قلت للإمام أحمد: العافية عشرة أجزاء تسعة منها في التغافل، فقال: «العافية عشرة أجزاء كلها في التغافل»^(٣).

وأساس التغافل قانون جميل يقوم على أن: (ملا تعلمه لا يجرحك) وهو قانون منطقي، في الأخذ به راحة بال وانسراح صدر وتجنب للمشكلات والويلات.

فالتغافل ليس ضعفاً ولا غفلة، إنما هو درء للعواقب التي من شأنها أن تؤزم الوضع وتحيل الحياة إلى مشكلات وحروب لا طائل وراءها.

أما الدقة في المراقبة والشدة في المحاسبة فإنها من أهم بواعث اضطراب العلاقة

(١) «الآداب الشرعية» (١ / ٣١٠).

(٢) رواه البخاري في «الأدب المفرد» (٥٩٢)، وصححه الألباني في «سلسلة الأحاديث الصحيحة» برقم (٣٣).

(٣) «الآداب الشرعية» لابن مفلح (٢ / ١٦٢).

الزوجية وعدم استقرارها، وفي التغافل أحياناً، والمرونة أحياناً، كفالة باستدامة السعادة، وبقاء المعاشرة الجميلة.

والدعوة للتغافل المحمود، ليست دعوة للغفلة والإهمال والتسيب والتقصير، وإنما هي دعوة لسيان الزلات وحسن الظن، وعدم تحميل الأمور أكثر مما تحتمل وعدم تضخيم الأخطاء وإبقاء باب الأعذار مفتوحاً، وهذا ما يجب أن نتعامل به مع جميع الناس فضلاً عن أقرب الناس إلينا.

كما ينبغي أن يعلم الزوجان أن هناك شعرة بين الإهمال والتغافل، وعليهما أن يكونا في منطقة الوسط منها، فلا إفراط ولا تفريط.

وللأسف كثير من الأزواج يأخذ ما مضى ويسلم به دون أن يعلم حقيقة التغافل، وأنه ليس محموداً على إطلاقه، وأن منه ما هو مذموم يؤثر سلباً على العلاقة مع الآخر؛ بل قد ينهيها.

وقد وقفت على مشكلة بين زوجين كادت أن تؤدي بهما إلى الطلاق، فإذا سببها تغافل الزوجة المذموم عما كانت تجده من رائحة فم زوجها الكريهة، ولم تشأ أن تصارحه في ذلك خشية إحراجة!!، فكانت تُعرض عنه بسبب ذلك ويعرض عنها معاملة بالمثل، حتى كبرت المشكلة ووقع الخصام، وكان سببها التغافل المذموم.

وقد وقفت على مشكلة أخرى انتهت العلاقة فيها بالطلاق، بسبب التغافل المذموم الذي كان ينهجه الزوج مع زوجته، حينما استمر في غض الطرف عن تقصيرها في حقه، وإهمالها لشؤونها، وكثرة ترددها على أهلها وخروجها معهم، حتى اعتادت الزوجة على ذلك، فانفجر يوماً، وكان ذلك كافياً لإنهاء العلاقة بينهما!! وكل ذلك بسبب التغافل

المذموم، حتى تراكمت المشكلة وصعب حلها، وكان بالإمكان مفاتحة الزوجة من البداية لتغيير سلوكها أو تعديله.

حقيقة التغافل:

بعض الأزواج طيب المعشر ومثاليًا للغاية في تعامله وعلاقته بزوجه، لدرجة أنه يكتف في نفسه ما يواجهه ويشاهده من مشكلات قد تكون مؤثرة، إما لقناعته أنه من التغافل المحمود، أو أن الزمن كفيل بحل مشكلته، وإما لحرصه على عدم جرح شعور شريكه، أو بسبب الرحمة المفرطة للآخر، وأحيانًا كثيرة بسبب كرامته التي لا تسمح له بالمصارحة على أن الطرف الآخر يجب أن يفهم خطأه من نفسه دون طلب منه!!.

إلا إن تكرار كتمان ما يؤثر في النفس حتى يتراكم؛ يمكن أن يصبح في المستقبل بمثابة البركان الذي يثور فجأة دون سابق انذار، يقول الدكتور جون جراي، مؤلف الكتاب الأشهر (الرجال من المريخ والنساء من الزهرة): «باعتباري مستشارًا في العلاقات الزوجية منذ ثلاثين عامًا، فقد وجدت أن أهم رؤية اكتسبتها في غضون ذلك هي أن كل المشكلات الكبيرة هي في الأساس لم يتم حلها. فعندما نترك المشكلات الصغيرة التي من السهل حلها بدون حل، فإنها تتحول حتمًا إلى مشكلات كبيرة ربما يستعصي حلها. فإذا ما عدنا إلى الوراء للتعامل مع المشكلات الصغيرة وقمنا بحلها بنجاح، فإن المشكلات الكبيرة، التي كان يبدو حلها مستعصيًا، سوف تبدأ في الزوال. وأنا أؤمن بذلك لأنني أراه مجسدًا أمامي كل يوم»^(١).

ولذا في حال حصول مشكلة ما، يجب عدم التغافل وكتمها في الداخل، بل يجب التحدث عنها وإخراجها من النفس والحديث بشأنها مع الآخر، مع المبادرة الفورية إلى

(١) «حقًا المريخ والزهرة»، د. جون جراي، المقدمة ص ح.

حلها وعدم طي صفحتها أو تجاهلها، لأن ذلك سيراكم المشكلات حتى تصبح ككرة الثلج، فيصعب حلها والتعامل معها.

ولأهمية التغافل بين الزوجين، وفهمه الخاطيء عند كثير من الناس، سأتوقف عنده لبيان متى يكون التغافل محمودًا ومتى يكون مذمومًا؟:

التغافل المحمود والمذموم:

يقول الأستاذ ياسر الحزيمي التغافل عن الأخطاء نوعان:

محمود: ينبغي التغافل عنه ويكون في الأمور التالية:

■ ما لا يمكن تغييره في الطرف الآخر.

■ ما يمكن احتماله.

■ ما لا يحدث إلا نادرًا.

ومذموم: يجب مصارحة الآخر بشأنه وعدم كتمه أو التغافل عنه ويكون في

الحالات التالية:

■ ما يمكن للطرف الآخر تغييره.

■ ما لا يمكن احتماله.

■ يحدث كثيرًا.

وتأمل كيف أن الرسول ﷺ استخدم الاستراتيجيتين معًا [التغافل والمصارحة]، حينما تعامل مع عائشة وحفصة لما أفشين سره في قوله **سُبْحَانَهُ: ﴿وَإِذْ أَسَرَّ النَّبِيُّ إِلَى بَعْضِ أَزْوَاجِهِ حَدِيثًا فَلَمَّا نَبَأَتْ بِهِ وَأَظْهَرَهُ اللَّهُ عَلَيْهِ عَرَفَ بَعْضُهُ، وَأَعْرَضَ عَنْ بَعْضٍ﴾ [التَّحْقِيقُ: ٣]**. فالرسول ﷺ عرّف لحفصة خطأها الذي يحتاج إلى المصارحة من أجل تلافيه

مستقبلاً، وأعرض عن بعضه الآخر غير المؤثر، تغافلاً وكرماً منه بأبي هو وأمي عليه أفضل الصلاة والسلام.

يقول الشيخ الطريفي **وَقَفَّيْتُ اللَّهَ** في قوله **تَغَافَلَى**: ﴿عَرَفَ بَعْضُهُ، وَأَعْرَضَ عَنْ بَعْضٍ﴾ فيه: أنه من الحكمة أن بعض الأمور لا يصلح فيها التغافل التام المشعر بالغفلة والبلادة، بل يُبين طرفها المشعر بالعلم، ويكتم القدر الذي لا حاجة إليه، أو كانت الحاجة إلى ذكره ضعيفة، أو يكون ضرر إخراجه أشد من ضرر كتبه»^(١).



(١) «التفسير والبيان لأحكام القرآن» (٤/ ٢١٧٣).

مهارات

لزيادة التوافق وتقوية العلاقة

يمكن تحسين الألفة وتقوية العلاقة وزيادة التوافق بين الزوجين من خلال معرفة وتأمل القواعد التالية:

✽ حينما يكون هناك عدم توافق في أي أمر من أمور الحياة، فإن الحل يكمن في الحوار فقط، وأن يتحدث كل منهما للآخر بما في نفسه.

✽ في العلاقات الزوجية ليس المطلوب التوافق في كل شيء، وإنما التفاهم على ما تختلفان عليه فقط.

✽ لا تلجأ إلى النصيحة والتوجيه عند محاولة تعديل سلوك شريكك، ولكن جرب أسلوب المبادرة، فإن كان ينقصه حسن التعامل، فكن أنت المبادر حتى يبدأ بالتجاوب. وإذا كان ينقصه الرومانسية فركز عليها في تعاملك وستحصل عليها في النهاية. وإن كنت تفتقد منه الحب فامنحه لشريكك أولاً لتحصل عليه بعد ذلك. وإن كنت تهدف إلى تعديل سلوكياته فأكثر من الثناء على إيجابياته لتتلاشى السلبيات تدريجياً. فالراحة والسعادة صدى، قال **نَعْمَانِي**: ﴿أَدْفَعْ بِأَلْفِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ [فُصِّلَتْ: ٣٤].

✽ إذا كنت تريد المزيد من الحب والسعادة في حياتك الزوجية.. فكن أنت مصدره.

✽ ابتعد مطلقاً عن الثلاثي القاتل للعلاقة الزوجية: النقد، اللوم، المقارنة.

✽ تلافي المشكلات لا يعني الضعف، بل يعني أنك أكثر رغبة على الاستمتاع بحياتك، وعندما تصفح فأنت لا تغير الماضي؛ بل تغير المستقبل.

✽ من يظن أن الحياة الزوجية متعة دائمة، وسعادة مستمرة.. فلا يتزوج.

- ✽ من العيب أن تحتاج الزوجة إلى أحد في ظل وجود زوجها.
- ✽ جميع الأزواج يعترفون أن الزواج يتطلب التضحية من الطرفين، ولكن المشكلة في الزيجات الفاشلة أن كل واحد منهما ينتظر أن تأتي التضحية من الطرف الآخر.
- ✽ في عمر ما، ستعرف أن الاحترام أهم من الحب.. والتفاهم أهم من التناسب.. والثقة أهم من الغيرة.. والصبر أعظم دليل للتضحية.. وستندم على أمور كنت تدقق فيها وهي لا تحتاج لذلك.
- ✽ العناد بين الزوجين، إذا دخل من النافذة، خرجت السعادة من الباب.
- ✽ بين فترة وأخرى ينبغي على الزوجين أن يسأل كل منهما الآخر: ما العمل الذي لو قمت به لكنت عندك أفضل زوج في العالم؟.
- ✽ الزواج حياة يستحق كل تضحية للحفاظ عليه.
- ✽ كن لزوجتك مثل أمها في الحنان.. ومثل أبيها في العطاء.. وأخيها في صدق المشاعر.. والصديق في الضيق.. تكن لك مثل كل ذلك وأكثر.
- ✽ ليس هناك سبب يديم الحب والصدقة والشراكة مثل التماس العذر وحسن الظن.
- ✽ المرأة تعرف جيدًا أنها كلما أطاعت الرجل جيدًا تأكد حكمها له.. ولكن قليل من يفعل ذلك.
- ✽ السعادة الزوجية لا تحتاج إلى معجزات، فكل ما تحتاجه قلب متسامح، ووجه مبتسم، وقناعة بالنصيب.
- ✽ من كان عنده نقص في جانب، فليحرص على تعويضه بالجوانب الأخرى التي يملكها، فإذا كان الزوج عصبيًا؛ فليعوض ذلك بالهدية والترضية بأنواعها.

✽ بالتأكيد لا يوجد زواج بلا جدال، وبحسب الجدال قلة وكثرة، يكون الحب والوئام بين الزوجين، وكلما زاد الجدال زاد الخلاف وضعف الحب وساءت العلاقة، والعاقل هو من يستبدل الجدال بالحوار وفق آدابه ومهاراته.

✽ أول خلاف يبدأ بين أي زوجين، هو اختلاف وجهات النظر، والاختلاف في وجهات النظر شيء طبيعي ولا يمكن أن يسلم منه أي شخصين من البشر يعيشان مع بعضهما، لكن العاقل هو من يلجأ إلى التغافل والتنازل لتسير الحياة كما ينبغي.

✽ إذا كثر الخلاف بين أي زوجين، فإن هذا يعني أن كلا منهما لم يتعرف بعد على طبيعة الآخر ونفسيته ونمط شخصيته.



الخاتمة

الحمد لله وكفى والصلاة والسلام على المصطفى، وعلى عباده الذين اصطفى..
أما بعد:

فهذا الكتاب إنما هو محاولة يسيرة في إضافة لبنة جديدة في مسيرة الشباب والفتيات نحو التطلع لزواج ناجح ومستقبل زاهر بإذن الله، وقد حاولت قدر استطاعتي أن أبين وأوضح فيه؛ أهم المهارات والفنون التي تساعد وتهيئ الشباب والفتيات ليحسنوا التعامل مع مرحلة من أخطر مراحل الزواج، والتي هي بمثابة عنق الزجاجة، فإذا تجاوزها الزوجان، فما بعدها أيسر وأسهل، ويمكن لهما بعد ذلك أن يمضيا في حياتهما بكل انسجام وتوافق، ليحققا الهدف الذي يسعيان إليه ويمنيان النفس به، ليعيشا بإذن الله وتوفيقه حياة ممتعة سعيدة.

وآمل أن يكون فيما ذكرته وسطرته سبباً بإذن الله **تَعَالَى** في توفيقكم وإسعادكم دنيا وأخرى، وأن تكونوا قد استمتعتم بقراءته، وأسأل الله **تَعَالَى** أن يكون خالصاً لوجهه، وأن يرزقني في الآخرة به وذخره.

وأصلي وأسلم على خيرة خلقه نبينا محمد وعلى آله وصحبه ومن اتبع نهجه إلى يوم الدين وسلم تسليماً كثيراً.

عبد العزيز بن عبد الله الحسني

الرياض

المملكة العربية السعودية

وإتماماً لمسيرة سلسلة:

(خطوات عملية لتربية المقبلين على الزواج)

تابع الكتاب السادس من هذه السلسلة

تحت عنوان:

المنغصات الزوجية

(أفكار للحد منها والتعايش معها)

فهرس الموضوعات

المقدمة ٥

أهمية الموضوع والحاجة إليه ٧

سنة أولى زواج

مدخل ١٠

مهارات التوافق

أولاً: تعرفي على الزوج ١٣

١ - طبيعته ١٣

٢ - نفسيته ١٥

٣ - فترة طفولته ١٦

٤ - نمط شخصيته ١٧

٥ - ميوله واهتماماته ١٨

ثانياً: العلاقة مع أهل الزوج ٢٠

اللقاء الأول بأهل الزوج ٢٠

التعايش مع والدته ٢١

التعايش مع أخواته ٢٦

في حال حصول مشكلة بين الزوجة وحماتها ٢٧

ثالثاً: أظهري أنوثتك فهي الجمال كله ٢٩

رابعاً: اجعلها صديقة لك ٣١

خامساً: غيرا نمط حياتكما ٣٣

سادساً: امتدحا واشكرا بعضكما عند كل مناسبة ٣٨

سابعاً: بادرا بالاعتذار عند كل خطأ أو تقصير ٤٠

- ٤٢ * نماذج للاعتذارات غير المباشرة للزوج
- ٤٣ * نماذج للاعتذارات غير المباشرة للزوجة
- ٤٣ * بين الاعتذار المباشر وغير المباشر
- ٤٥ **ثامناً:** اتفقا على ميثاق تفاهم لتعايش دائم
- ٥١ **تاسعاً:** الحوار أو الخلاف
- ٥٥ **عاشرًا:** قدرا الفروقات المختلفة بينكما
- ٥٧ **حادي عشر:** تكيفا مع الدخل المتاح
- ٥٧ المقصود بالتكيف مع الدخل المتاح
- ٥٩ خطوات وضع الميزانية
- ٦١ توجيهات لإدارة الميزانية

مفاهيم خاطئة وصور ذهنية سلبية

تهدم التوافق وتفسد العلاقة

- ٦٥ **أولاً:** رسم صورة ذهنية مبالغ فيها عن الشريك
- ٦٩ **ثانياً:** رسم صورة ذهنية خاطئة عن طبيعة العلاقة الزوجية
- ٧٢ **ثالثاً:** المبالغة في التطلع للعلاقة الرومانسية
- ٧٥ **رابعاً:** استلاب المرأة لقوامه الرجل
- ٧٨ **خامساً:** المبالغة في التغافل
- ٨٠ حقيقة التغافل
- ٨١ متى يكون التغافل محموداً؟
- ٨١ متى يكون مذموماً؟
- ٨٣ مهارات لزيادة الألفة وتحسين العلاقة
- ٨٧ **الخاتمة**
- ٩١ **فهرس الموضوعات**