❤ كيف تكون الزوجة جذابة؟ ❤

هل الجاذبية حسية أم معنوية؟!

هل تكون المرأة جذابة بجمال شكلها أم بملابسها أم بعطرها أم بمرونتها أم بابتسامتها أم بأخلاقها أم بتفهمها لزوجها... أم... أم... أم بكل ما ذكرنا جميعًا؟

عزيزتي الزوجة القارئة: هناك نوعان من الجمال والجاذبية:

الجمال الحسي: وهو الجمال الظاهري الذي يُدرك بالحواس.

الجمال المعنوي: وهو لا يُدرك إلا بالمعاشرة والمخالطة والاحتكاك.

والجاذبية بنوعيها الحسي والمعنوي لها أهميتها في الحياة الزوجية.

الجاذبية الحسية:

فنعني به كل ما يتعلق بالشكل والتجديد فيه؛ مثل تسريحة الشعر، والعطور، وأنواع الزينة، والمكياج وألوانه، والملابس الجذابة... وغيره، وكل ما يمكن أن يجعل المرأة جميلة الشكل والمنظر، كل ذلك يزيد من جاذبية المرأة ويقربها من زوجها.

وفي الحقيقة لنا مع الملابس وقفة لمدى أهميتها وتأثيرها في النفوس؛ فهي من عوامل الانجذاب الحسي وتنمية الحس الجمالي والذوق الرفيع، ولها وظائف متعددة خلال الحياة اليومية للزوجين؛ إذ إنها تعكس مدى التوافق والانسجام الزوجي المزاجي والتناغم الوجداني بينهما، وتثير كوامن العاطفة.

وفي الواقع يستطيع أي من الزوجين باختياره لشكل ولون وملمس وتناسق ملبسه أن يعبر عن مدى اهتمامه بشريك حياته؛ فبإهمال الملبس يعطي للزوج إحساسًا بأن زوجته لا تهتم به ولا تحرص على سعادته، والعكس.

كما أن الاهتمام بالملبس يعني أن الزوجة تحافظ على مشاعر زوجها وتهتم بوجوده في حياتها وتحرص على أن يراها جميلة، وقال رسول الله ﷺ: «**إن الله جميل يحب الجمال**»، وجعل من صفات المرأة الصالحة: «**إذا نظر إليها سرته**».

وهذا ليس واجبًا على الزوجة فقط، بل الزوج مدعو أيضًا إلى التزين لزوجته، ورحم الله ابن عباس حين قال: «والله إني لأحب أن أتزين لزوجتي كما أحب أن تتزين لي».

ولأن الملبس هو أول ما يلفت الزوج من زوجته قبل تعبيرات وجهها وكلماتها، فهو يُعتبر رسالة غير منطوقة «أي صامتة» تُعبر بوضوح عن حالتها الوجدانية، وقد يكون طلبًا رقيقًا تخجل الكلمات من التعبير عنه.

فمثلًا إذا خرج الزوج من البيت بعد مناقشة حادة إثر مشكلة معينة وعاد فوجد زوجته قد ارتدت أفضل ما عندها من الثياب المبهجة، فهي بهذا السلوك الرائع النبيل قد أرسلت له رسالة تهدف إلى طي لحظات الشقاق وتجاوز الخلاف والرغبة في المودة والسكن، أما إذا ظلّت على حالتها السابقة فهي بذلك تخفي نية ضمنية على استمرار أجواء النكد والكدر والخلاف.

وتستطيع الزوجة الذكية اختيار الملبس الذي يظهر مواطن جمالها ويخفي أية نواقص أو عيوب، كما تستطيع اختيار الألوان المناسبة للون بشرتها الذي يضفي عليها إشراقًا وبهجة.

والزوجة تعلم بحسها الأنثوي وخبرتها ما يثير زوجها ويرغبه فيها؛ وذلك باختيار الملابس التي تبرز مواطن فتنتها، وهذا له تأثير كبير على المزاج النفسي للزوج، وفي تحقيق الانجذاب بين الشريكين.

أما الجاذبية المعنوية: فسنبدأها بـ:

١- الخلق الحسن:

سُئلت إحدى الزوجات: كيف تتعاملين مع الخلافات الزوجية؟

فقالت: «ليس هناك شيء مستحيل في حياتي، فهذه الخلافات مهما كان حجمها يمكن تجاوزها بالكلمة الحلوة، وأنا أعتبر أن الكلمة الحلوة نوع من السحر الحلال، وأحاول امتصاص الغضب وعدم الثأر لنفسي على حساب علاقتي بزوجي، وعدم مناقشته أثناء الغضب، بل إنني أسعى دائمًا للتأكيد على أن رضا زوجي هو أهم شيء في حياتي، وكل رجل له مفتاح لشخصيته، وعلى كل زوجة أن تعرف هذا المفتاح، فأحيانًا يسعد الرجل إذا كانت زوجته على وئام مع أهله، وأحيانًا أخرى إذا حققت الزوجة بعض الأشياء التي يحبها كأن تزينت له أو أعدت له طبقًا مفضلًا أو استقبلته بشكل معين، وعلى أية حال فالصبر هو أهم شيء في الحياة الزوجية؛ لأن الحياة بصفة عامة عبارة عن مشقة وتعب، فما بالنا بالحياة الزوجية ومسئولياتها...».

نفهم من هذا الكلام أن الكلمة لها مفعول السحر، وقد أكّد الإسلام على أهمية الخلق الحسن، فقال ﷺ: «**ما من شيء أثقل في ميزان المؤمن يوم القيامة من خلق حسن، وإن الله ليبغض الفاحش البذيء**»، ويقول ﷺ: «**الكلمة الطيبة صدقة**»، فالأخلاق أساس بناء العلاقات بين الناس، فكيف بالحال بين الأزواج.

اختاري عزيزتي الزوجة أحسن الكلمات للزوج، يقول الله تعالى: ﴿ وَقُل لِّعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۚ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنزَغُ بَيْنَهُمْ ۚ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنسَانِ عَدُوًّا مُّبِينًا ﴾ [الإسراء:٥٣]، فرب كلمة طائشة تفسد صفاء العلاقة بين الزوجين، ونحن نقول هذا للزوجة وللزوج أيضًا، فالأمر في الآية على وجه العموم ﴿ لِّعِبَادِي ﴾ من الرجال والنساء.

٢- ابتسمي وكوني صاحبة دعابة:

الابتسامة وروح الدعابة والمرح من السحر الحلال الذي على المرأة والرجل أيضًا تعلمه، ونعني بذلك الابتسامة الحقيقية التي تأتي من أعماق النفس التي تقول لك عن صاحبها: «إني أحبك، إنك تمنحني السعادة، إني سعيد برؤيتك».

فالابتسامة الصادقة تأسر القلوب وتسحر النفوس، ولها رونق وجمال وتعابير، وتضفي على وجه صاحبها ما لا يضفيه العبوس، فالابتسامة تعتبر بمثابة الكنز الذي لا يكلفك درهمًا ولا دينارًا، فهي مفتاح كل خير ومغلاق كل شر، ولها أثر عجيب في نفوس الآخرين؛ ولهذا قال ﷺ: «**تبسمك في وجه أخيك صدقة**»، وقال أيضًا: «**لا تحقرن من المعروف شيئًا ولو أن تلقى أخاك بوجه طلق**».

ويقول المثل الصيني: «إن الذي لا يحسن الابتسامة لا ينبغي أن يفتح متجرًا».

ومن الحقائق المهمة أن الابتسامة الصادقة تعبر عن شخصية سوية، بينما التجهم هو تعبير عن شخصية مريضة، وفي كتاب دراسات في علم النفس الإسلامي، للدكتور محمود البستاني قال: «عندما يبتسم الإنسان تشترك في وجهه ثلاث عشرة عضلة، ولكن في حالة عبوسه تقوم بالعمل سبع وأربعون عضلة»، ويذهب العلماء إلى أن الشخص المبتسم يتمتع أيضًا بنبض سليم ومتزن، وأن الابتسامة تساعد على تخفيف ضغط الدم وتُعتبر وقاية من أمراض العصر.

وهنا نقول: إنه لا ينبغي أبدًا أن نستسلم للظروف ونكتئب كما قال الشيخ عبد الحميد البلالي في كتابه الصغير (ابتسم): «لابد أن تكون لنا إرادة قوية نتعالى بها على الهم والمصيبة، ولنتذكر أننا لن نغير شيئًا مما قدره الله علينا بغضبنا وهمنا وعبوسنا، وإننا سنخسر الكثير من صحتنا عندما نغضب، ونخسر الآخرين عندما نعبس، وقد نخسر

الديـن عندمـا يتجاوز الهـم والغضب إلى الاحتجـاج على قدر الله تعالى، ولنسـتيقن دائمًا بالقاعدة التي أخبرنا بها رسولنا ﷺ: «**إنما العلم بالتعلم وإنما الحلم بالتحلم**».

فإذا لم تكن البشاشـة من طبعنا فلنتعلم كيف نبتسـم، ولنحاول أن يكون ذلك من طبيعتنا بعد أن نتذكر ثمار الابتسـامة، وبعدها حقًا سـنكون قد أتقنا مهارة السحر الحلال التي هي من أسرار الجاذبية الشخصية.

يقول الإمام ابن عيينة: «البشاشة مصيدة المودة، والبر شيء هين: وجه طليق وكلام لين».

٣- التفاهم والمرونة:

تقول إحدى الزوجات: «كل شيء في حياتي يخضع للتفاهم والاتفاق».

فمحاولة فهم كل طرف للشريك الآخر تضفي على الشريك جاذبية معنوية عالية. وكذلـك المرونة مهمة جدًا في التعامل مع المواقـف والأحداث، يقول د. إبراهيم الفقي: «المرونة قوة»، والمرونة أيضًا تضفي على الشخصية نوعًا من الجاذبية.

إن الزوجـين الناجحـين يتعامـلان مع بعضهما بما يتناسـب مع الفـترة الزمنية التي يعيشـانها والظـروف الحياتيـة التي يمران بها، وهذا يتطلب بلا شـك مرونـة كبيرة وفهمًا واسعًا للأمور.

ولقد درسـتُ فيما يتعلق بمهارات الاتصال ما يسمى بالمهارات الحياتية، ومن هذه المهـارات: التفكير الإبداعي والتخيل الابتكاري، فمثـلًا في حال الخلافات الزوجية إذا جاء الزوج إلى المنزل في وقت الخلافات فعلى الزوجة أن تفكر ماذا ستفعل وما ستنشغل بـه ومـاذا تقول إذا بـدأ الزوج في الـكلام وغير ذلـك، وكل هذا يتطلـب مرونة وتفكير متجدد حسب الموقف.

لاتكوني مبتذلة

أخرج ابن عساكر في تاريخ دمشق أن بلال بن أبي بردة قال لجلسائه يومًا:

ما العَروب من النساء؟

فاحتاروا وأقبل إسحاق النوفلي فقال: الخَفِرة (يعني التي نزعت ثوب الحياء) لزوجها وأنشد:

يعرُبن عند بعولهن إذا خلوا ... فإذا همو خرجوا فهن خِفار

وهذه هي حال الزوجات الصالحات لقوله تعالى: ﴿هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَأَنتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّ﴾ [البقرة: ١٨٧] وصفة العَروب في القرآن من صفات المرأة في جنات النعيم في قوله تعالى: ﴿إِنَّا أَنشَأْنَاهُنَّ إِنشَاءً ﴿٣٥﴾ فَجَعَلْنَاهُنَّ أَبْكَارًا ﴿٣٦﴾ عُرُبًا أَتْرَابًا﴾ [الواقعة: ٣٥- ٣٧].

وقال المبرد: هي العاشقة لزوجها وللمرأة الصالحة أسوة حسنة في السيدة عائشة التي كانت تشارك الرسول ﷺ حتى أنها لتحدثنا عن ذلك فيما يرويه البخاري ومسلم في صحيحهما فتقول: كنت أغتسل أنا ورسول الله ﷺ من إناء بيني وبينه تختلف أيدينا عليه! فيبادرني حتى أقول: دَع لي دعْ لي.

فعائشة رضي الله عنها تتعامل مع زوجها وتتجاوب معه تجاوبًا كاملًا في كل الأمور الحياتية من الأكل حتى الجماع فالغسل.

قميص أحمر وسبحة!!

يقول الأصمعي: رأيت في البادية امرأة عليها قميص أحمر وهي مختضبة (في يدها حناء) وبيدها سبحة!! فقالت: ولله مني جانب لا أضيعه وللهو مني والبطالة جانب.

فعلمت أنها امرأة صالحة لها زوج تتزين له.

والمرأة الصالحة تنوع في أنماط سلوكها مع الزوج وتغير باستمرار برنامجها اليومي كل فترة فالتنويع والتغيير لهما أكبر الأثر في استدامة البهجة والإحساس العميق بحركة الحياة فهي تتجدد باستمرار في الزينة وتسريحة الشعر وموديلات الملابس من غير إسراف وذلك في إطار الزوجية لا في الشارع والمنتديات!

نحن الرياحين:

وقع خالد بن يزيد بن معاوية يومًا في عبد الله بن الزبير عدو بني أمية اللدود ووصفه بالبخل وزوجته رملة أخت ابن الزبير جالسة فأطرقت ولم تتكلم بكلمة فقال لها خالد: مالك لا تتكلمين أرِضًا بما قلته أم تنزهًا عن جوابي؟!

فقالت: (لا هذا ولا ذاك! ولكن المرأة لم تُخلق للدخول بين الرجال إنما نحن رياحين للشم والضم! فما لنا وللدخول بينكم). فأعجبه قولها وقبّلها بين عينيها.

ولو كانت ردت عليه بغلظة من غير حكمة لما نالت إعجابه بل ازداد نفورًا منها ومن أهلها وإنما دلت بفعلها على أصالة منبتها ومنبت أخيها الذي هاجمه زوجها.

فإن الصالحات يعرفن جيدًا متى يحسن الكلام ومتى يحسن الصمت فيكففن عن لغو الكلام ويصنّ ألسنتهن عن سفاسف القول.

كيف بالإنسان!!؟

وإذا كانت الحيوانات العجماوات تحسن المداعبة في جنسها كما ذكر ابن الجوزي في كتابه الأذكياء: فكيف بالإنسان الذي في قلبه الخير والرحمة وهو الذي يتحمل عبء الرسالة التي خُلق من أجلها أفلا يحتاج لواحة يستظل بأشجارها الوارفة وزوجة تنسيه هموم الحياة وزوج يُنسي زوجته هموم الأولاد وتبعة المسؤوليات.

إن المداعبة بين الزوجين بمفهومها الشامل هي حسن المعاملة وإثارة الإعجاب والمرح وقتل الرتابة وتجديد النشاط لتحمل المسؤوليات وأداء الأعمال على أكمل وجه فهي ليست قاصرة على المداعبة التي تسبق المعاشرة إنما تمتد إلى الكلمة الظريفة واللمسة الحنون والابتسامة المعبرة والنظرة العاشقة والنكتة وغيرها.

قال أكمل الأزواج والرجال جميعًا عليه أفضل الصلاة والسلام: «**كل شيء ليس من ذكر الله فهو لهو ولعب إلا أن يكون أحد أربعة: ملاعبة الرجل امرأته وتأديب الرجل فرسه ومشي الرجل بين الفرضين (في الرماية) وتعلم الرجل السباحة**» حديث صحيح رواه النسائي .

ويقول ﷺ : «**إن الرجل إذا نظر إلى امرأته ونظرت إليه نظر الله تعالى إليهما نظرة رحمة فإذا أخذ بكفها تساقطت ذنوبهما من خلال أصابعهما**» صححه السيوطي..

H ما الذي يبغضه الرجل في المرأة؟

أول الصفات التي يبغضها الرجل في المرأة (قلة الدين) و(قلة الحياء).

وهما كثيرًا ما تكونان متلازمتين فإن الحياء خلق الإسلام، فالمرأة قليلة الدين والحياء:

١- لا يأمنها الرجل فقد تخون وقد تغدر وقد تفجر فإذا لم يكن لها دين ولا حياء فما الذي يعصمها؟

٢- المرأة المتسلطة فأن الرجل يكره المرأة التي تريد أن تحاصره وتستولي عليه.

٣- القبح الشديد بمعنى إن الأنوثة تجعل في كل امرأة نوعا محببا من الجمال، وباعتقادي لا توجد امرأة قبيحة مادامت تعرف كيف تلبس وكيف تتحدث وكيف تهتم بمظهرها.

٤- ثقل الدم وهذا طبعًا تعبير شعبي ومعروف عند الكل، وتتصف المرأة الثقيلة الدم بأن تكون باردة في الكلام بطيئة في الرد قليلة الفرح بما يقدمه لها زوجها قليلة المرح تميل إلى الاكتئاب فلا تعرف الابتسام.

٥- المسرفة بمعنى إن الرجل يكد ويتعب من أجل أن يحصل على المال وهي لا يهمها ماله ولا مستقبله ولا تعبه، لأنها تضع المال في غير مواضعه وتشتري أشياء لا تحتاج لها على حساب التفاخر أمام الآخرين.

٦- كثيرة النكد فإن الحياة الزوجية صورة مصغرة للحياة بمعناها العام، فلابد أن يحصل فيها مشكلات واختلاف وصعوبات، ولكن بعض النساء كثيرة النكد لا

تجعل زوجها يهنأ فإذا جاء للبيت ليستريح فأنها تجعل له البيت جهنم باختلاقها للمشكلات وكثرة شكواها من كل شي وخصوصًا إشعاره بأنها قد خاب أملها في الزواج منه.

٧- قليلة النظافة فإن الرجل يبغض المرأة الغير نظيفة فتجد بيتها غير مرتب وغير نظيف وخصوصًا المطبخ ودورات المياه، فتهمل بيتها وأيضًا أولادها ولا تعتني بهم فيكون المآل المحتوم لهذا بغض زوجها لها ولبيتها.

٨ـ المغتابة مفشية الأسرار فتجدها تفشي أسراره وتشوه صورته عند أهلها وعند أولاده إذا غضبت منه.

٩- المهملة وبتحديد المهملة لزوجها فإن الزوج لا يغفر لها إهمالها ولو كان عذرها إنها مشغولة بأولادها أو عملها فالرجل يريد حقه.

١٠- المعاندة التي تعاند الرجل وإغاظته وتثير أعصابه ومع التكرار يصبح العناد صفه لها فيتجنب الرجل محادثتها وقد ينتهي الأمر بالطلاق.

١١- المستكبرة فهناك بعض النساء تستكبر على زوجها وتشمخ عليه إما لجمالها أو لمكانه أهلها أو ثقافتها فهي لا يرضيها العجب.

١٢- الأنانية فالرجل يكره المرأة الأنانية التي تأخذ ولا تعطي وتريد أن يضحي زوجها وهي لا تضحي.

فنصيحتي لكل أخت أن تتجنب هذه النقاط حتى تنعم بعيش هادئ مع زوجها وأيضًا أنصح كل أخت أن تهتم بنفسها وبمظهرها وخصوصًا النظافة في نفسها وبيتها وأولادها.

❤ زوجك والملل!!! ❤

إنَّ الشرط الأساسيَّ في مسألة الزواج هو الدين، حيث ذكر النبيُّ ﷺ في الحديث الصحيح المواصفات الأربع التي تُنكَح المرأة من أجلها، ألا وهي المال، والحسب، والجمال، والدين، ثمَّ قال معقِّبًا: «**فاظفر بذات الدين تَربَت يداك**» [متَّفقٌ عليه]، فالرابح والناجح والسعيد في زواجه هو من يختار أوَّلًا ذات الدين ثمَّ يلحقه بالأمور الأخرى.

والناس يتفاوتون في الدين، فمنهم من هو صاحب همَّةٍ عاليةٍ في العبادة، ومنهم من هو ذو همَّةٍ في الحضيض، وما بين هذا وذاك أصنافٌ متعدِّدة، ولولا هذا التفاوت حتى بين المتديِّنين، لما خلق الله درجاتٍ عدَّةً في الجنَّة، ومنازل متعدِّدة، ما بين المنزلة والأخرى كما بين السماء والأرض، فإذا كان زوجك طيِّبٌ في معاملته لك، ويقوم بواجباته من صلاةٍ وصيام، فهذه نعمةٌ كبيرةٌ امتنَّها الله عليك، وما عليك هو زيادة هذه النعمة، أما إذا كان غير ذلك فاصبري.

واعلمي أنَّ بعض الأزواج يجدون صعوبةً في تلقِّي المواعظ أو تقبُّل النصائح من أزواجهنّ، فإذا كان يملُّ من كثرة النصح والإرشاد.. عليكِ التوقُّف عن نصحه المباشر، لأنَّ تذكيركِ له لن يؤدِّي إلى هدفك.. بل الخشية من تفاقم ردِّ فعله ليولِّد المشاكل، ولعلَّكِ ستقولين الآن: أترك وعظه؟! فكيف العمل إذن؟ إنَّ أهمَّ نقطةٍ في العلاج هي رفع إيمانيَّاته وهمَّته، وأن تتركي موضوع التلفاز والإنترنت وغيرها من الأمور التي يحبُّها زوجك وترفضينها أنت (إذا كان ممن يفعل ذلك)، وألا تفتحي معه هذا الموضوع أبدًا، وأن تستخدمي سياسة النفَس الطويل معه.

وهذه السياسة تنبني على أمورٍ أربعة:

الأول- ابدئي معه في برامج إيمانيَّة، كالذكر والتصدُّق وفعل الخير، فأعدِّي برامج تهدف إلى زيادة ارتباطه بالله تعالى، ورفع همَّته، وزيادة القرب بينكما، ولو استطعتِ الوصول معه إلى قيام ليلٍ ولو ركعتين أسبوعيًّا فسيكون هذا رائعا، ومع ازدياد العلاقة الإيمانية «الحُبِّية» بينكما بثِّي إليه بعض الكلمات غير المباشرة في التشجيع والحثّ، واذكري له دائمًا ما ينتظره من الثواب وحبِّ الله، ولعلَّ هذا المنطلق يجعله يفكر في ضرورة المزيد من الالتزام وفعل الطاعات.

الثاني- إذا مارستِ من قبل أسلوب الوعظ والنصح، فمارسي الآن أسلوب التشجيع والحثّ، التشجيع مع كلِّ عملٍ خيرٍ يعمله، وزيدي المديح في ذلك، اذكري له فضل كلِّ طاعةٍ على حدة، ورغِّبيه دومًا بالقيام بهذه الطاعات، واذكري له الأجر العظيم الذي ذكره النبيُّ ﷺ لكلِّ طاعة، وحاولي إكمال ذلك بدعوته دون جبرٍ إلى القيام بالطاعة معًا كالقيام أو النوافل أو ما شابه ذلك، وإيَّاكِ أن تظهري الضيق إذا هو رفض مبدئيًّا أو تكاسل بعد الموافقة، واستمرِّي في فتراتٍ متقطِّعةٍ بهذا التذكير، وبأساليب متنوِّعة، فتارةً بشريطٍ إيمانيٍّ يتحدَّث عن ذلك، وتارةً بكتيِّبٍ صغيرٍ يركِّز على هذا الموضوع، وتارةً بالنقاش والحوار، وإيَّاكِ أن تربطي هذا التشجيع بتذكيره بتقصيره في أيِّ عملٍ آخر، حتى لا يُحدِث الربطُ عنده ردَّةَ فِعل، فيتوقف عن كلِّ خير، ولكن حثِّي وشجِّعي وحفِّزي، واربطي ذلك كلَّه بطاعة الله تعالى وإرادة رضاه، وذلك أدعى أن يجعله يفكِّر في كلِّ شئون حياته، ووجوب ربطها بمرضاة الله تعالى، مصداقًا لقوله تعالى: ﴿قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١٦٢﴾ لَا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَٰلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ﴾.

الثالث- لا تنسَي التأثير بالقدوة، فإذا ما رآك متكاملة الأخلاق، وتقومين بجميع واجباتك الأسريَّة، واستطعت أن تكسبي قلبه، فإنَّه سيتأثَّر بك عاجلًا أم آجلًا، وهناك الكثير من القصص التي تثبت ذلك.

الرابع- حاولي القيام معه ببرامج تثقيفيَّةٍ مشتركة، فتتَّفقان على قراءاتٍ معيَّنة، أو حتى إن لم يرغب في ذلك فتطوَّعي بلطفٍ أن تلخِّصي له ما تقرئين، واجعلي ذلك يبدو وكأنَّه جزءٌ من حديثكما اليوميِّ العاديّ، وكأنَّك تخبرينه بما حدث معك في يومك.

الخامس- لا تنسَي الدعاء دومًا له في قيامك -وخاصَّةً الثلث الأخير من الليل- بأن يرزقه الله همَّةً عالية، ويفتح قلبه للطاعة، ويبعده عن مضيِّعات الوقت مثل التلفاز والإنترنت- لابدَّ أن تبحثي عمَّا يشغله عن المزيد من الطاعات، فالمرء قد لا يوفَّق للطاعة بسبب معصية، وإن كانت صغيرة، جاء رجلٌ إلى الحسن البصريّ، وقال له: يا أبا سعيد، كنت أقوم الليل وتركته، فقال له: اتَّقِ الله، فإنَّما حدث ذلك بسبب ذنبٍ اقترفته.

ولا تنسَي صعوبة التعوُّد على أشياء جديدة، فإذا تعوَّد زوجكِ على قضاء وقته في أشياء كثيرةٍ غير العبادة والطاعات، ألِفَ ذلك وأصبح ديدنه. ومن الطبيعيِّ أن من تعوَّد على شيءٍ سنين طوالًا، بل سنين عمره، من الطبيعيِّ ألا يكون التغيير في يومٍ وليلة، ولا حتى شهورًا وبضع سنين، فالصبر الصبر.

كيف تجعلين زوجك يلبي كل طلباتك؟!

- أن تكون الطلبات معقولة ومنطقية وبشكل لا يسبب الدهشة أو المفاجأة للزوج.
- اختاري الوقت المناسب لطلب أي شيء تريدينه.
- تذكري أن فشله في عمله يسبب له التوتر والعصبية وفي هذا الوقت يكون في أشد الحاجة لحنانك وليس لطلباتك.
- الأخذ والعطاء هو المفتاح حيث إن تلبية رغباته هي جزء من حصولك على رغباتك.
- إياك والاستغلال لأن زوجك يفهمك تمامًا.. فإن شعر بأنك تستغلينه فلن يكون متجاوبًا حيال أي شيء تطلبينه.
- تهيئة الجو العائلي الدافئ باستمرار.
- عدم مناقشة الزوج بأي اقتراح، أو طلب أمام الأولاد، أو الأهل أو الأصدقاء.
- مراعاة ميزانية الزوج والتزاماته إذا كان الطلب يحتاج لنفقات إضافية.
- عدم المبالغة في الطلبات، مع تجزئتها على مراحل، ووضع أولويات لتلك المطالب.
- التعود على طبيعة الزوج، وإلمامك بالأمور التي يتجنبها أو يرغبها.
- لا تستشهدي بإحدى صديقاتك، أو قريباتك، وإنما اطرحي طلبك، أو فكرتك بأسلوب خاص.
- اعتمدي أسلوب المرونة ولا تتشددي في طرح طلبك.

- لا تدفعي الأبناء للمطالبة بدلًا منك والحرص على عدم إحراج زوجك أمام الأبناء.
- تعودي على استعمال أسلوب المشاورة والحوار في النقاش، ولا تلجئي إلى الغضب، أو ذرف الدموع في سبيل تحقيق مطالبك.
- تعاوني مع زوجك؛ لتحقيق طلبك، وقدمي مقترحات بناءة، من دون الاعتماد على الأهل والأقارب.

واحذري أن:

- تشعريه بأنه مقصر معك ومع الأبناء.
- تطرحي طلباتك بصيغة أوامر لا مجال للنقاش فيها.
- تستخدمي أسلوب المعايرة في حالة رفضه، أو عجزه عن تلبية أي طلب.
- مستواك الاجتماعي والثقافي أعلى منه ورتبتك الوظيفية أفضل منه.
- تقللي من شأن عائلته التي تربى بينهم أو تحطي من قدرهم.
- تشغلك أعمالك الخاصة عن مسئوليات في البيت نحو زوجك وأولادك.
- تكثري من الشكاية والأوجاع والأمراض التي تشعرين بها بمجرد رؤية زوجك.
- تهملي زوجك وتهتمي بأولادك اهتمامًا مبالغ فيه.
- تجعلي الطلبات الكثيرة والمتكررة أسلوب التخاطب بينك وبينه.
- تقييمه من خلال تلبيته لطلباتك.. أي أنه إذا نفذها فهو زوج جيد وإذا لم يستطع فهو فاشل!.

٧ كيف تعرفين أن زوجك يحبك...؟؟؟

أيتها الزوجة كيف تعرفين أن زوجك يحبك...؟؟؟؟

* أحبك وليس في قلبي غيرك...

* وأنت شمعة عمري، وزهرة حياتي...

كلمات دافئة، لكنها لا تكفي للتعبير عن حقيقة الحب..

هناك ممارسات عملية وتصرفات ملموسة، تستشفين منها أن زوجك يحبك حقا، ولا يستطيع الحياة بدونك.

مما يؤكد صدق محبته لك وافتتانه بك أن تلك التصرفات تأتي- أحيانا بشكل عفوي، غير مدروس مسبقًا، وفي ظروف كثيرة ومختلفة...

في البيت:

❁ يفضل دائمًا الجلوس بقربك.

❁ يستمع لآرائك باهتمام شديد.

❁ لا يشرد أو يغرق في التفكير وأنتما معًا.

❁ لا يذهب إلى النوم ويتركك إذا كان مرهقًا أو مريضًا.

❁ لا يغضب حين يدخل فيجد الأثاث في حالة فوضوية لأنك تنظفين البيت.

❁ يساعدك في الأعمال المنزلية على قدر استطاعته.

❁ يفضل البقاء معك على الذهاب إلى سهرة مع أصحابه

❁ يبدي سعادته كل مرة لوجوده في البيت

❁ يصر على عدم تغيير بعض قطع الأثاث لأنها تحمل ذكريات حميمة تخصكما معًا.

عند أهلك:

❁ يكون في غاية الفرح والنشوة حين تزورون أهلك.

❁ لا ينظر إلى الساعة أو يستعجلك بالعودة إلى البيت

❁ لا يتركك عند اهلك ثم يذهب لقضاء أعماله.

❁ يحترم أسرتك وينصت جيدًا لما يقولونه.

❁ يثني على الطعام الذي يقدمونه.

❁ يشعرهم أنه واحد منهم.

❁ يشاركهم في مناقشة القضايا التي تخصهم ويؤكد دومًا أنه مستعد لعمل أي شيء من أجلهم.

❁ يشكرهم دومًا على الهدية الأجمل في حياته التي قدموها له (وهو أنتِ بالطبع).

على المائدة:

❁ يثني على الطعام ويبدي استمتاعه الشديد بمذاقه.

❁ لا ينتقد أي نوع حتى لو كان ينفر منه أو يتحفظ في تناوله.

❁ يحدثك عن أطرف ما وقع له خلال اليوم وأنتما تأكلان.

❁ يقدر لك مجهودك في إعداد الطعام.

❁ يصر أن يطعمك لقمة بيده كل مرة.

في التعامل:

❁ يذكرك دومًا باللحظات الجميلة التي قضيتماها معا

❁ يتشوق للاحتفال بذكرى لقائكما الأول.

❁ يبدو في أحسن حالاته خلال عيد زواجكما.

❁ يسعد بلمس يديك وكأنهما في بداية مشوار الخطوبة.

❁ يؤكد لكِ دومًا أن حياته ستغدو لا معنى لها بدونك.

❁ لا يتذمر من العمل ولا يعدد أمامك مشاكله التي يعاني منه.

❁ لا يثور حين يطلبه أحد في الهاتف حتى لو كان الوقت غير مناسب.

❁ يصحبك كل حين في نزهة خارجية ليأخذك إلى المكان الذي كنتما تتقابلان فيه أيام زمان.

مع صديقاتك:

❁ يحترم صديقاتك جدًا.

❁ لا يغضب إذا اتصلت بك صديقة وفي أي وقت.

❁ يرحب بأي صديقة تزورك.

❁ يمتدح صديقاتك في غيابهن ويثني على سلوكهن.

❁ لا يتأخر عن الذهاب معك لزيارة صديقة مريضة ولا يتوانى عن تقديم المساعدة لها أن احتاجت.

في السوق:

❁ يصر على شراء هدية لكِ كلما ذهبتما إلى السوق.

❁ يترك لك الوقت الكافي لاختيار ما تريدين.

❁ لا يتذمر أبدًا من ارتفاع سعر أي شيء تشترينه.

❁ لا يصرخ في وجه البائع أو يتعارك معه.

❁ لا يستعجلك بالرجوع مهما كان مشغولًا.

❁ يثني دومًا على حسن ذوقك في اختيار الأشياء التي اشتريتها.

❁ لا يظهر عصبيته وانزعاجه مهما تواجه من ظروف في السوق أو في المحلات التجارية.

❁ سيشتري دومًا بعض الهدايا لأهلك.

تحركي بالحب

نعم تحركي بالحب... عاملي كل إنسان وكل شيء بحب، انشري بين الآخرين الحب، احملي في قلبكِ أريج الحب وسوف يشم رائحته كل المحيطين بكِ، حدثي الآخرين عن الحب، أزيلي من قلوب الآخرين كل مشاعر كراهية أو بغض.

أصلحي بين المتخاصمين، قولي كلمة طيبة في حق الآخرين.

ذكري الناس بحب رب العالمين، تحركي بالحب واملئي حياتك وحياة الآخرين بالحب.

إذ ليس أجمل من الحب تملئ به حياتك وحياتهم.

وصايا تعينك على القيام بدورك كزوجة وأم

١- إشعار زوجك باحتياجك دائمًا لأخذ رأيه في الأشياء المهمة والتي تخصك وتخص الأولاد دون اللجوء إلى عرض الأمور التافهة.

٢- تذكري دائمًا أنوثتك وحافظي عليها وعلى إظهارها له بالشكل المناسب والوقت المناسب دون تكلف.

٣- عند عودته من الخارج وبعد غياب فترة طويلة خارج البيت لا تقابليه بالشكوى والألم مهما كان الأمر صعبًا.

٤- أشركي الأولاد في استقبال الأب بعد عودته الخارج أو السفر حسب المرحلة السنية للأولاد، ويا حبذا لو حث الأولاد على تقبيل يد أبيهم كل يوم.

٥- لا تقدمي الشكوى للزوج من الأولاد لحظة عودته من الخارج أو قيامه من النوم أو على الطعام لأن لها آثارًا سيئة على الأولاد والوالد.

٦- لا تتدخلي عند توجيهه أو عقابه للأولاد على شيء.

٧- احرصي على إيجاد علاقة طيبة بين الأولاد والأب مهما كانت مشاغله ولكن بحكمة دون تعطيل لأعماله.

٨- أشعريه رغم انشغاله عن البيت بالدعوة بأنك تتحملين رعاية الأولاد بفضل دعائه لكِ وباستشارته فيما يخصهم.

٩- لا تتعجلي النتائج أثناء تطبيق أي أسلوب تربوي مع أبنائك لأنه إن لم يأخذ مداه والوقت الكافي الذي يتناسب مع سن الطفل يترتب عليه يأس وعدم استمرار في العملية التربوية.

١٠ - اجعلي أسلوبك عند توجيه الأبناء شيقا جميلا يخاطب العقل والوجدان معا ولا تعتمدي على التنبيه فقط حتى تكوني قريبة إلى قلوب أبنائك.

١١ - أبدعي في شغل وقت فراغهم خاصة في الأجازات وتنمية مهاراتهم وتوظيف طاقاتهم على الأشياء المفيدة.

١٢ - كوني صديقة لبناتك وأدركي التغيرات النفسية التي تمر بها الفتاة في كل مرحلة.

١٣ - ساعدي الصبية على إثبات الذات بوسائل عملية تربوية.

١٤ - احرصي على إيجاد روح التوازن بين واجباتك تجاه الزوج والأولاد والبيت والعمل.

١٥ـ إن عقاب الأطفال يجب أن يكون موافقًا لخطأهم فالمعاقبة بشكل قاسي على خطأ تافه قد تسبب للطفل ألم نفسي كبير قد يصعب علاجه سريعًا...

١٦ - أن تحسن القيام على تربية أولادها في صبر فلا تغضب على أولادها أمام زوجها ولا تسبهم أو تدعوا عليهم لأن ذلك قد يؤذيه وقد يستجاب لدعائها فتندم أشد الندم ويكون مصابها عظيم عن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: **«لا تدعوا على أنفسكم ولا تدعوا على أولادكم ولا تدعوا على أموالكم لا توافقوا من الله ساعة يسأل فيها عطاء فيستجيب لكم»**.

يوم إجازة زوجك يومًا سعيدًا

من العادات غير الجيدة لدى المرأة العربية - بشكل عام - هو أن تجعل يوم إجازة زوجها هو يوم ترتيب ونظافة بيتها!

فيتحول البيت الهادئ المرتب إلى فوضى وضوضاء ونظافة، حيث تنزع الأغطية من فوق الأسرة وتجمع الفرش من الأرضية، وتبدأ حملة التنظيف والتنفيض، وتتصاعد الأتربة، ويرش الماء في جميع جنبات الغرف.

وتدار الغسالة الكهربائية لتنظيف الثياب، وتصبح جميع غرف البيت بما فيها الحمام والمطبخ غير صالحة للاستعمال الآدمي.

ومن ثم يشكو كثير من الأزواج من أنهم غير قادرين على الجلوس والراحة في بيوتهم يوم إجازتهم. ويبحث كل منهم عن بيت يزوره أو مقهى يرتاده أو نادي يمكث فيه.

ورغم أهمية النظافة في حياتنا، ودورها الهام في الحفاظ على سلامتنا، وإدخال البهجة إلى نفوسنا، فإننا يجب أن نشير إلى أمر هام وهو:

متى وكيف نختار يوم النظافة؟

هل يجب أن يكون يوم إجازة الزوج هو يوم النظافة الأسبوعي؟

هل يمكن تغيير اليوم المعتاد لنجعله قبل أو بعد يوم إجازة رب البيت؟ وما العائد في الحالتين؟

إن إحساس الزوج بالرضا والارتياح يجب أن يكون هدفًا جوهريًا للزوجة. فإن جاء التذمر والقلق والاحتجاج من قبل الزوج تجاه عادة الزوجة يوم النظافة (الإجازة) فعلى الزوجة أن تعالج هذا بحكمة وروية.

ولا ينبغي أن تفهم بعض الزوجات أن قذارة البيت هي البديل والحل حتى لا يتذمر الزوج يوم إجازته!!

لأن تأثير القذارة في النفس لا يقل بل يزيد عن تأثير فوضى نظافة البيت يوم العطلة. ومن المعلوم والممكن أنه باستطاعة المرأة العاملة أن تأخذ إذنًا أو إجازة وسط أيام الأسبوع للقيام بمهمة النظافة المنزلية، وهذا نوع من التضحية البسيطة الهامة من أجل راحة الزوج.

إن الحل هو اختيار الوقت المناسب للعمل المناسب لتحقيق المكاسب.

ويا ليت الزوجات يسألن أزواجهن يوم العطلة عن طعام شهي يقدمونه وشراب لذيذ غني يصنعونه!!

ويجب أن ترتدي المرأة حلة نظيفة، وترسم على شفتيها ابتسامة رضا جميلة، وتجعل وجهها مشرقًا وتشع في البيت دفئًا وحبًا ومرحًا.

فلا يهم الطعام والشراب بقدر لمسات الحب والرضا والإعجاب.

شجعي زوجك - عزيزتي المرأة - أن يزور أصحابه أو أهله وأقاربه يوم عطلته. أو تستقبليهم في بيتك كل حين، فهذا يبعث في قلب الرجل إحساسًا جميلًا وودًا مأمولًا.

واحذري أن ينطق لسانك بكلمات الرفض أو سوء المعاملة أو الإهمال أو عدم التقبل لما يحبه زوجك؛ لأن هذا معول هدم للسعادة الزوجية.

M اكتبي رسالة إليه!

تتقن بعض الزوجات فن التعامل مع أزواجهن وبطرق لا تخلو من الطرافة والتجديد. وهكذا وبطريقة ذكية حولت الكثيرات حياتهن وبيوتهن إلى حدائق جميلة من الأنس والسعادة والاستقرار دون أن يكلفهن هذا كبير جهد أو كثير مال. ولا يمكن أن تخلو العلاقة الزوجية من منغصات بسبب أشياء صغيرة، ولكن الزوجة الذكية تستطيع أن تحول هذه المنغصات إلى فرص لتقوية العلاقة وملء البيت بالسعادة بعد أن هربت منه نسائمها.

وقد تسألين كيف؟

وأقول: هل جربت أن تكتبي رسالة إلى زوجك تعبرين فيها عما في نفسك من مشاعر وما تحسين فيه بصدق من آلام وما تحلمين به من آمال؟ إن المشاعر المكبوتة لا تموت، إنها تبقى في النفس وتتراكم الواحدة تلو الأخرى حتى يأتي الوقت الذي تنفجر فيه وينفرط العقد مرة واحدة.. من أجل ذلك كانت تجربة الأخوات في كتابة الرسائل تجربة ناجحة آتت ثمراتها بسرعة في أحيان كثيرة.

هذه الكتابة تجعل من الرجل يدرك أنه يتعامل مع إنسان له مشاعر وأحاسيس، وأنه لا يتعامل مع جماد ينفذ ما يقال له دون أي اعتراض تمامًا كالآلة الصماء.. إن بعض العادات التي يتوارثها بعض الرجال وللأسف تجعل نظرتهم للمرأة فيها شيء من الانتقاص والسخرية وهذا أمر لم يكن من سمت النبي ﷺ ولا هديه ولا ما أمر به.. إن هذه الكتابة تعمل على إضافة رصيد ثقافي له وينبهه إلى القيام بدوره تجاه شريكة حياته بطريقة غير مباشرة.

كثيرات يشتكين من سوء معاملة أزواجهن وتأتي كثير من الإجابات بالتوصية بالصبر والاحتساب وهذا صحيح أن المرأة وكذلك الرجل مطالبين بالصبر على بعضهما، ولكن ألا يضاف إلى ذلك البحث عن وسائل أخرى تفيد في تلطيف الجو وتقريب النفوس. هذا من جهة ومن جهة أخرى فإن كتابة رسالة شكر وتضمينها بعضًا من أبيات الشعر الرقيقة إن هو قام بمبادرة طيبة كفيل بتقوية العلاقة الروحية وسبب لزيادة المحبة كبير. وبعض الأخوات تقول إنها تستحي من ذلك بحجة طول الزواج وأنها لم تتعود عليه وأقول لها: إن البداية تحتاج إلى قدر من الشجاعة وبعد التجربة سوف تشعرين بأنك ولدت من جديد..إن هذا يعتبر من المعروف الذي يحقق أهدافًا قريبة وبعيدة.

(مقالة د.رقية بنت محمد المحارب)

وأعرض عليكن هنا عبارات رومانسية وعاطفية لزوجك .. وأنتِ وطريقتك في تعبير حبكِ لزوجك إما تكتبينها كتابة على ورق..أو تبعثينها كرسالة جوال لزوجك.. واختاري الأوقات المناسبة إما سفر تعبرين فيه عن شوقك له أو في العمل ترسمين على شفاه بسمة تريحه من هم العمل.. أو عند أهلك تعبرين فيه عن حبك له.. أو تكتبين الكلمات وتضعينها في إطار جميل في غرفتك أو على مكتبه كلما وقعت عيناه عليها زاده غراما بكِ:

حبيبي الغالي... ابعث لك كلماتي معطرة لك بالحب المشتاق بروح الرقة والإحساس والدفء والحنان لأغلى إنسان في الدارين.. فلا تطيل غيابك عني فوحدك ووحدك تعلم كم أخبئ لك من الشوق والحب الكثير في داخلي..اشتقت لك حبيبي.. عين الله ترعاك بسفرك يا بعد عمري.

رفيقة دربك والتي تحتاج لقربك دومًا وأبدًا.

إلى من احتارت الكلمات ماذا تقول له... وبأي طريقة تهنئه وبأي اسم تناديه...

إلى من سكن قلبي وملأ حياتي فرحة وسرور.. إلى حبي ورفيق دربي....

ابعث لك أشواقي وقبلاتي الحارة عبر باقة من الورد الأحمر والياسمين....

متمنية لك أيام ملؤها الحب والحب والحب بقربي وبوسط أبناءك..حبيبة عمرك

❀ ❀ ❀

أو تعتقد مجرد اعتقاد أن هذا الكون الواسع بكل ما فيه من ملهيات وبكل مايحتويه من مغريات سوف يلهيني عنك.. أو ينسيني إياك؟! أو يجعلك ثانيا بالنسبة لي؟ اطمئن فهذا هو أنت كما أنت.. كما عرفتك لم تكن يوما سوى أولا في كل شيء.. وهكذا ستظل بإذن الله طالما بقي هذا القلب ينبض.. وطالما ظل هناك شيء اسمه الحياة.. شيء اسمه الحب.

❀ ❀ ❀

قد أشرقت شمسك في سماء حياتي.. وكنت نورا قد غطى على أحزاني وبدلها أفراح. لقد أصبحت الحياة جميلة بوجودك معي.. بابتسامتك التي ترتسم على محياك الجميل.. كم هي رائعة عيناك التي أرى بهما الحياة.. حفظك الله لي ومتعك بالصحة والعافية... ودمت لي.

❀ ❀ ❀

أحببتك كما علمتني كيف أحبك.. أحببتك بكل مشاعري.. أحببتك بكل مايختلج في قلبي من روعة الحب.. وفي غمرة ذلك الحب، وفي فرحة ذلك الشوق إليك أجدك تغرس سهم العشق في فؤاد من أحبك.. لقد أصبحت ملك قلبي وحبك لم ولن يمت في داخلي لأنه حب صادق وسيظل قلبي وفيا لك رغم كل الظروف.

❀ ❀ ❀

حينما أعود للوراء قليلا وأتذكر لحظاتي الحلوة معك، وأيامي الجميلة برفقتك أشعر فعلا أنني محظوظة.. ولا شيء يوازي سعادتي بك.. ولا أحد غيرك قادر على أن يمنحني ما أعطيتني أنت إياه.. بل أشعر بصدق أن هذا الكون على حجم اتساعه وكبر مساحته وكثرة إغراءاته لا يهمني أبدا بقدر اهتمامي بحبي لك.. وبقدر رغبتي في التمسك بك، ولم لا تكون أنت مصدر اهتمامي وقد احتويتني وأضأت شمعة حياتي.

❀ ❀ ❀

أمرني الحنين إليك أن أكتب إليك رسالة فأحضرت الورق والقلم ولم أستطع إحضار الكلمات.. فذهبت إلى حدائق الزهور أتأمل جمال الورود وأناجي كل وردة نادرة الحسن وأبعثها لك بكل عواطف الهوى مع الهواء..

لم أقطف وردة لأني أخاف عليها من الذبول أو تسقط أوراقها بين يدي، وأنا أريد لها الحياة بين يديك.. يديك أنت، ورحت أقلب أوراق الأشعار وأغوص في بحار القصائد لعلي أصطاد لك كلمات كاللؤلؤ أصنع منها قلائد تليق بحسنك البديع فلم أجد في بحار الشعر سوى كلمة.... أحبك

❀ ❀ ❀

أكتب حروفي... أعجزتني التعابير والوصوفِ... أحبك يا أغلى إنسان... لا تحسبني متبلّدة المشاعر... إحساسي بداخلي... إحساس ألف شاعر.. لكن لا شفت طرفك الفتّان.. سكتّ.. وأذهلني جمالك الساحر.. أعذرني إن كان في طبعي الخجل وأعذرني إن حسّيت في مشاعري بُخل يا كثر العِبَر في هالزمان خليتني من الحب دوم في شُوق ووَجَل!

أريدك فقط يا حياتي لا تظلمني.. آه لو تدري عن الشوق اللي فيني.. بشوفتك.. إحساس غريب يجتاح الكيان.

❀ ❀ ❀

أتعلم يا حبيبي.. إني لأحسد نفسي عليك بأن أصبحت من نصيبي.. عندما تنظر إليّ، أرى سعادتي في الدنيا في عينيك.. عندما تبتسم أشعر بأن الكون بأسره هو ملكي.. أنت حياتي وروحي وموطني وعالمًا لم أرى له مثيل.. أنت من أستوقف ريشة الرسام في رسمك لم يجد في جمال رسمك من يضاهيك.. لم يملك ألوان شفتيك ولا بحر عينيك.. يا بدرًا جاورني، يا قمرًا أذهلني.. ارفع صوتي لكي يعلم من هنا.. أقولها لكي يعلم أهل المشرق وأهل المغرب.. بأني أحببت أسطورة، لم يكفي كتاب للكتابة عنه.. ذروة حبنا لم يستطع عاشقان أن يصلانه.. نحن الحب، نعم نحن الحب الذي عرفه العشاق

❀ ❀ ❀

حبيبي.. ما أروعك، ما أجملك، ما أحلاك.. قلمي لم يكتب إلا لك.. وعشقي لك تعدى الخيال.. يا طيبًا قد شذى على من في الأرض كرما منك.. ورسمت صورةً لك في كبد السماء ليلًا.. أنرت الأرض نورًا، وأسكنت الفرحة في دواخلنا.

حبيبي سوف أهمس في أذنيك بين كل حرف تغنيت به أحبك.. يا قمرًا أضاء سمائي. وأنار دربي.. وزرع الحب في قلبي.. ورسم الابتسامة على وجهي

أحبك.. أحبك.. دومًا أرددها... طالما هناك وقت.. وطالما هناك حب.. وطالما أتنفس وطالما أنطق اسمك.. سأظل أحبك.. لأني أحبك.. أكثر من أي شيء بالعالم.

تمرينات للمتزوجات فقط

١- لنضارة بشرتك:

اجعلي الحب هو المحرك الأول لكل تصرفاتك تتعاملين به داخل أسرتك، وابتعدي عن التشاؤم وتفاءلي وتقبلي الواقع بنفس راضية لتحتفظي بإشراقه وجهك طول العمر.

٢- لبريق عينيك:

انظري إليه مباشرة، إلى هذا الشريك.. إلى زوجك الحبيب وركزي عينيك في النظر لعينيه نظرة حانية، محبة، دققي النظر ليصل إلى قلبه، إلى مركز التأثير لتصل شحنة قلبك الدافئة، عبر عينيك إلى قلبه فيستجيب.

كرري هذا التمرين النبوي الشريف: «**إن الرجل إذا نظر إلى امرأته ونظرت إليه نظر الله إليهما، فإن أمسك يدها تساقطت ذنوبهما من بين أصابعهما**». عليك بأداء هذا التمرين مرتين يوميًا على الأقل، قبل خروجه للعمل، وبعد عودته.

٣ - لجمال شفتيك:

استخدمي الكلمات الرقيقة المفعمة بالود، واخفضي صوتك، اقتربي منه قدر استطاعتك عندما تتحدثين معه، ستخرج كلماتك حينئذ، ولها تأثير ساحر من بين شفتين جميلتين تزينتا بالرقة والحياء والهمس.

٤ - للحفاظ على يديك وأصابعك من التجاعيد:

إذا حدث بينكما أي خلاف فقومي ونفذي هذا التمرين النبوي «**ألا أخبركم بنسائكم في الجنة، كل ودود ولود، إذا غضبت أو أُسِيء إليها، أو عصت زوجها قالت: هذه يدي في يدك لا أكتحل بغمض حتى ترضي**».

٥ - وأخيرًا.. أذنيك:

لكي تكوني صاحبة أذن ربانية، استخدمي أذنك المزدوجة التي تستجيب وتنصت للطيب الجميل، وتصم وتغلق نفسها تلقائيًا وتتغاضي عن سماع القبيح الرذيل.

تعلمي فن الاستماع والإنصات لما يقول، وركزي معه جيدًا وكوني مستمعة جيدة يلقي عندك ما أهمّه وشغله، فإن لكِ أذنين وفمًا واحدًا، فاسمعي أكثر مما تتحدثين.

بصفاء الصدر حياتك أحلى...

لأن مساحة السعادة ستزداد في حياتك، لأنكِ لن تسعدي فقط بما تحققيه أنتِ، إنما ستسعدي كذلك بما يحققه المحيطون بكِ، فتتسع رقعة السعادة وتزداد.

الأمان قد يفسد بعض الزوجات

جاء في صحيح سنن ابن ماجه لفضيلة الشيخ العلامة الألباني عليه رحمة الله: قوله ﷺ: «**يا معشر النساء تصدقن وأكثرن من الاستغفار فإني رأيتكن أكثر أهل النار**» فقالت امرأة منهن جزلة: وما لنا يا رسول الله أكثر أهل النار قال: «**تكثرن اللعن وتكفرن العشير ما رأيت من ناقصات عقل ودين أغلب لذي لب منكن**» قالت: يا رسول الله وما نقصان العقل والدين قال: «**أما نقصان العقل فشهادة امرأتين تعدل شهادة رجل فهذا من نقصان العقل وتمكث الليالي ما تصلي وتفطر في رمضان فهذا من نقصان الدين**» وفي رواية أخرى: «**لأنهن يكفرن العشير**».

تتعب وتقلق الفتاة وهي تنتظر الفرج في حياتها بأن يرزقها الله الزوج الصالح الذي تعيش معه في حب وسلام وامن وأمان ومودة ورحمة وطمأنينة وسعادة، ولكن بمجرد أن يأتي ذلك الفارس على حصانه الأبيض محققًا لها كل أو معظم أحلامها... يراعي فيها الله ويحفظها ويصونها ويكون سترها وعفافها وترزق منه بالذرية الصالحة حتى سرعان ما تبدأ في تعطيل عقلها - وليس من باب التعميم وان هذا خطاب لفئة من نساء المسلمين - وما تلبث أن تتصرف بشكل ربما لا يمت إلى العقل أو الفهم أو التخطيط وحساب التبعات ونتائج التصرفات بأي بصلة

تكفر العشير وتبدأ في المطالبة بأشياء والتفريط في أشياء كثيرة من صميم أمانتها وعملها وحسن تبعلها... تسترجل على زوجها... تتأمر وتتأفف على كل صغيرة وكبيرة... لا يرضيها حال ولا يبقى عندها إلا النظر للأخريات وما عندهن

وتتمادى وتتغطرس ولا تلقي بالا ولا حسابا وتستمر على حالها ذلك إلى أن تصل إلى مرحلة يصعب على زوجها التحمل أكثر من ذلك فينتفض بحثًا عن التصحيح وعندها

يقرر إنهاء هذا الوضع غير المحتمل من الغرور والتأفف وعدم الرضى والتصرف بجهالة وعدم الحساب للمستقبل...

عندما يفيق ويقرر هدم كل تلك الحياة الآمنة المستقرة... عندما يفقدها أو يكاد... أمانها وطمأنينتها واستقرار مملكتها... وبعد أن تفقد كل شيء أو توشك عندها يدق منبه الساعة وتستيقظ من سباتها وتعلم أنها كانت في حلم جميل رفسته بأقدامها... بنكرانها... بجحودها... بكفرانها للعشير وأنها لم ترى منه خيرًا قط.

بعضهن قد يكفيها فقط التحذير أو الإشعار بذلك الشعور اللاستقراري، وبعضهن لا يفقن من سباتهن إلا بالزواج عليها أو بإرسالها وهجرانها إلى أهلها، وبعضهن يتمادين في طغيانهن ولا تستشعر أو تفيق ألا بكسرها... وكسرها طلاقها... وطلاقها يعني فقدها لكل شيء... وهي تعلم ذلك جيدًا...

عندها وبعد أن يعود العقل وتفيق... تلعق أصابع الندم وتقول ياليتني مت قبل هذا وكنت نسيًا منسيًا... ويا حسرتي على ما فرطت في جنب الزوج والأسرة والذرية ومملكتي الخاصة التي كنت فيها الملكة المتوجة...

ياليتني حافظت على مملكتي وتحملت أبا عيالي.. ووضعته في عيني... وساعتها تنقشع الغمة ويزول الطمس الذي كان على عينيها فترى كل الصفات الحميدة التي كان يتمتع بها زوجها والتي تميزه عن غيره ولم تكن تراها وسط غياب العقل فكان بالنسبة لها وحشا قاسيا مفتريا مجرما لم يراعى فيها إلا ولا ذمة بعد أن كانت تراه أسوأ الرجال وان كل أزواج قريباتها وصديقاتها أفضل منه و... و... الخ

عندها تحاول الإصلاح ولكن ليس في الغالب تنجح المحاولات... تهيم... تغرق في بحور المشكلات مع الأبناء... تحتار في محنة ومصاعب العمل... ولا تدري أي موج يلقي بها وفي أي بحر.

عندها تعود من الصفر وتتنازل عن الكثير من اجل الحصول على زوج آخر ربما لا يتمتع ولا بواحد على عشرة من مزايا الأول حيث لن يأتيها ذلك الشاب فارس الأحلام مرة أخرى وإنما إنسان محمل بهمومه ومشاكله وظروفه ولكنها هذه المرة تعيش معه وتساير وتصابر لأنها الآن فاقت وأصبحت تفكر بعد أن كانت في السابق تحت وطأة وسكرة الدنيا.

فانتبهوا معاشر الرجال ليس كلهن وليس دائمًا إحساس الأمان والطمأنينة يمنح لهن، فهذه هي نظرية الأمن والإفساد والتي ربما تكون ورقة إصلاح للحياة الزوجية في بعض حالات النشوز ولبعض فئات من النساء فقط من اللواتي لا يعجبهن عجب ومن اللواتي تسبب الأمن لهن في وضع عقولهن في فريزير المنزل ولا يخرجنه أو يستعملنه إلا بعد فوات الأوان وربما مع الزوج الثاني.

أحببت توضيح هذه النظرية ردا على عدة مشكلات وصلت إلى عالم بلا مشكلات من رجال يشكون نشوز زوجاتهم بعد أن وفروا لهن كل الواجبات الشرعية وبالرغم من ذلك يعشوا حياة صعبة مع زوجاتهم.

وأسال الله أن يهدي كل أزواج وزوجات المسلمين إنه سميع مجيب،،

نصائح ثمينة لإنقاذ زوجة تعيسة

هذه بعض النصائح قدمتها إحدى الداعيات والمهتمات بالعلاقات الزوجية:

أتاني صوتها عبر سماعة الهاتف ضعيفًا متقطعا باكية.. قالت: نعم أنا حزينة وحزني عميق ومشكلتي كبيرة ولا يوجد من يهتم بي أو يحل مشاكلي..!! لقد مللت من هذا الزوج إنه لن يتغير أرجوك ساعديني.. فقلت لها أولًا: خففي عن نفسك واذكري الله واهدئي ثم أخبريني ما المشكلة؟؟

قالت: أشعر أن الهم جاثم على قلبي..!! وأن حياتي كئيبة جدًا، إن زوجي صعب جدًا لا يرضيه شيء أنا عنده مثل الخادمة فقط أقوم على شئونه واحتياجاته فإن لم يكن له أي حاجة خرج مع أصحابه ولا يعود إلا بعد منتصف الليل.. فأعيش بين من مكتبتي وإزعاج أطفالي الأربعة.

قلت لها: وأنت تريدين حلا؟؟ فلنتحاور قليلًا لعل هناك تقصيرًا يهرب منه.

قالت: أبدًا أنا زوجة مطيعة ومثالية إلى أبعد الحدود وأما مثالية وكنه صبورة ومحترمة لم أؤذي أحدًا، تزوجت وأنا في التاسعة عشر من عمري وكان يكبرني بثمانية عشر سنة.. فصاغ مني المرأة التي يريد وأنا صابرة محتسبة أجبرني على ترك الجامعة ورضيت وسجني في شقة صغيرة مع أولادي الأربعة لا أرى أحدا إلا كل أسبوع أو ربما أسبوعين أنا لا أشعر أن عمري ٢٥ سنة أنا أشعر أن عمري خمسون.. إنه دائمًا يقلل من شأني ويحتقرني.

قلت لها: وماذا فعلتِ من أجل الخروج من المشكلة؟؟ وماذا فعلتِ لتحلي المشكلة؟؟

قالت: كل شيء ممكن إن تعمله الزوجة الصالحة؟؟

قلت لها: طيب ولم اخترت الاتصال بي؟؟

قالت: لأني أتمنى منك إن تساعدني

فقلت لها: عندي حلول كثيرة بإذن الله فالله أعطانا العقل والحمد لله وأعطانا القدرة على الاختيار بين الحلول التي يبتكر ها العقل.

أولًا- يجب أن نتفق على القضية الأولى سعادتك ليست بيد زوجك وليست بيد أحد إنها نابعة من قلبك وقلبك لا يتحكم به أحد غيرك.

قالت: نعم لقد قرأت هذا الكلام في الكتب.

قلت لها: ليس المهم إن نقرأ المهم أن نطبق.

قالت: أنا أعتقد أن الحل السليم للخروج من مشكلة هذه الزيجة الفاشلة (الطلاق) تصور أني جربت جميع الحلول لا أعتقد أن هناك شيئًا لم أفعله..

فقلت لها: أولا غيري هذه القناعة من قال لك أن ليس هناك حلا فقد أخطأ الاختيارات كثيرة جدًا في هذه الحياة ولكن المهم أن تكوني جازمة وحازمة وعازمة على تطبيق ما ينجيك.

فقالت: إن الغريق كما يقولون يتعلق بقشة وأنا سأتعلق بسفينة أفكارك لعلي أنجو

فقلت لها: بعد الاستعانة بالله:

١- يجب أن تؤمني أنك لست ناقصة عن النساء ولا ضعيفة وأنك تملكين من المقومات ما يعينك على كسب قلب زوجك فلا تكوني فاقدة الثقة بنفسك كوني قوية، أنت لست أقل منهن عقلًا أو جمالًا ولكنك تحتاجين إلى تطبيق المزيد من الأفكار فقط لتحويل زوجك إلى زوج رائع.

٢- استعيني بالقوة العظمى التي لا يستطيع أحد في العالم أن يتخطاها، اطرقي باب حل المشاكل (باب الله) ألحي على الله في الدعاء في أوقات الاستجابة استيقظي في وقت

السحر واشتكي الله تكلمي بكل ما يجول في قلبك واخرجي كل همومك واطرحيها على ربك واطلبي منه كل ما تريدين قولي لله واشتكي إليه، اشرحي لله كل ما تعانين ثم اطلبي منه العون وانتظري أبواب الخير التي سيفتحها لك.

٣- لاتجعلي زوجك هو همك الأول.. فليكن الله هو الحبيب الأول في قلبك والمعبود الذي تعطينه كمال الحب وكمال الخضوع ليكن الله والدار الآخرة همك الأول وشغلك الشاغل، إنك إن فعلت ذلك سيخلو قلبك من الهموم وستصلين إلى مرحلة راقيه من الإيمان يستجاب معها دعاءك وتنفرج بها مشاكلك بل قد تشعرين بحب الله يملأ قلبك ويصير كل شيء غير مهم عندك.

٤- أحسني لزوجك.. ابتغاء مرضاة الله وتطبيقًا لما جاء به رسول ﷺ فمن أقواله: «**لو أن الرجل كان به قرحة تنبجس قيحًا وصديدًا فأقبلت عليه تلحسها ما وفت حقه**» حديث صحيح.

٥- افهمي الفروق بين الرجل والمرأة أقرئي كتبًا في هذا الموضع إنك إن فعلت ذلك حللت نصف مشاكلك فالكثير من النساء تعامل زوجها من منطلق احتياجاتها وطريقة تفكيرها هي بصفتها امرأة.

٦- هناك شخصية مهمة جدًا إذا أحسنت التعامل معها نجيت وارتحت وانحلت مشاكلك وتخلصتي من أعباءك إنها (أنتِ).

نعم لا يوجد أهم من نفسك أسعديها حتى يفيض الحب والسرور على الآخرين فالذي لا يحب نفسه لا يعرف كيف يحب الآخرين.

اسعدي نفسك لا تنتظري من أحد إسعادك (ريحي نفسك).

استمتعي بحدود الحرية التي أعطاك زوجك حتى لو كنت محبوسة في شقتك تستطيعين إسعاد نفسك ألم تقرئي قول ابن تيمية: (أنا جنتي وبستاني في صدري أينما سرت فهي معي لا تفارقني).

٧- اهتمي بنفسك وزينتك وجمالك ولكن بصمت دون أن تطلبي من زوجك مدحا تزيني، ضعي مساحيق التجميل وغيري نفسك باستمرار واتركي ردة الفعل لا تطالبيه بإظهارها فإن أغلب رجال الخليج لا يحبون إظهار مشاعرهم لا تبالغي في النقاش في قضية إظهار المشاعر فتصير القضية قضية عناد.

٨- إذا اقبل عليك زوجك أقبلي عليه بكليتك وكوني له الزوجة المحبة، وإذا صد اجذبيه بصمت برقه بلطف انشغلي داخل المنزل ولكن... وأنت في قمة اهتمامك بنفسك حتى تجذبيه إليك بصمت.

٩- لا تعانديه أو تغضبيه كوني له أمة يكن لك عبدا واتقي الله فيه، وأحسني معاشرته واهتمي باهتماماته كوني قائدة الأسرة للسعادة.

١٠- لا تطبقي عليه نصائح الأخريات، فكل رجل له شخصيته الخاصة وبالتالي له طريقة التعامل الخاصة به فما يصلح مع (فلان) قد يدمر (فلان). كوني ذكية في اختيار الحلول التي تنفع في حياتك.

١١- عزي نفسك واهتمي بذاتك لا تحقري من نفسك أمامه بل كرري على مسامعه بأنك واثقة من نفسك وقادرة على العيش بدون ضغط أو توجيه من أحد أشعريه أنه لا يستطيع العيش بدونك وأنك كل شيء بحياتك وهو كل شيء بحياتك.

١٢- جددي حياتك، غيري ملابسك مكياجك عطورك، ديكور غرفتك، اكسري الروتين المعتاد عليه غيري أنواع الطعام اليومي أو غيري طريقة تقديم الطعام، (غيري أفكارك تغيري حياتك).

١٣ - أشعريه بأنوثتك ورقتك، وأشعريه برجولته، عامليه كأنه ملك متوج بالبيت وأنه ذو كلمة مسموعة.

١٤ - امدحيه؛ الرجل يحب المدح كلما شعرت أن الوضع محتاج إلى ذلك.

١٥ - لا تكثري الزعل والحزن والبكاء فتذهب شكواك بالهواء ويمل الزوج ويهرب من المنزل، ويحل ضدك سلاح الحرب في كل وقت، كوني ذكية، الزعل سلاح أحسني استخدامه وقت الضرورة.

١٦ - حياتك ليس زوج فقط.. املئيها بالحب والسعادة وصلة الرحم والصديقات واملئيها بالإيمان لا تجعلي زوجك محور حياتك وتفكيرك بل اجعلي الله حبك الأول كوني تقية.

١٧ - لا تكلفيه فوق طاقته أبدًا ولا تغضبيه واسكتي إن غضب وناقضيه بعد فترة وبهدوء وبطريق غير مباشر، إنه عاقل ويفهم ما تريدين.

وبعد أسبوع..... اتصلت بي وكم كنت سعيدة عندما استمعت لصوتها يأتيني عبر سماعة الهاتف ولكنه في هذه المرة قويًا واضحًا.. فقلت لها: أنا كنت أنتظر أخبارك وانتظرت.

قالت: أبشرك لقد تغيرت من الداخل فتغيرت حياتي وتغير زوجي هذا الرجل الذي كنت أعتقد أنه جبل أصم اكتشفت بداخله طفل صغير عندما رأى تغيري وتجددي تغيرت نظراته وكلماته.. أشكرك.. لا تعلمي كم أثرت نصائحك بي.. لقد تغيرت حياتي وزاد اهتمامه بي.. وأشعر أن السعادة بدأت ترفرف حول عش الزوجية.

كيف تتعاملين مع مشاكل الزوجية؟

للسعادة الزوجية أسرار، قد تنقب عنها الزوجة طوال رحلتها مع شريك العمر ولا تصل إليها، مع أن مفاتيحها ملك يديها وتتخلص في بضع كلمات هي العفو والتسامح والتجاوز؛ فعفوك عن أخطاء زوجك في حقك يرفع مكانتك عنده، ويزيد محبتك في قلبه؛ فلا تدعي نفسك نهب الوساوس والأفكار إذا أخطأ يومًا في حقك، أو شبت الخلافات بينكما.. وتذكري دائمًا أن حياتك معه تحوي ذكريات جميلة حتى وإن كانت قليلة.. فلماذا النسيان عند لحظات الخلاف؟! فلا تنسي معروفه مهما تبدلت عليك الأيام ومهما تغيرت الأحوال. فمهما كان حجم الخلافات بينك وبين زوجك فارجعي إليه واكتنفيه بعفوك فهو أولى الناس به، وحينها ستدركين السعادة التي تبحثين عنها!

وينصحك الخبراء باتباع النصائح التالية لتخطي مشكلة الخلاف مع زوجك:

١- اكظمي غيظك وامسكي أعصابك عند تفجيره للمشكلة، ولا تنطقي بكلمة واحدة قد تفجر الوضع أكثر.

٢- تذكري حسناته وضخميها في عينك، فهذا يخفف كثيرًا من مشاعرك السلبية التي قد تتولد لحظات الخلاف..

٣- احتسبي الأجر في طاعة زوجك، وتذكري دائمًا أن حسن تبعل المرأة لزوجها يعدل الجهاد في سبيل الله..

٤- احذري قطع قنوات الاتصال بينك وبين زوجك، فلا يعني غضب أحدكما توقف الحديث في غير ذلك الموضوع..

٥- لا تنامي تلك الليلة إلا وقد أعدت المياه إلى مجاريها، فكلما مضى وقت أكثر على المشكلة دون حل ازدادت تعقيدًا.

كيف تتعاملين مع زوج مغرم بأهله؟!

لا جدال في أنه من حق كل زوج أن يغرم بنفسه وأهله وكذلك الزوجة. ولكن الجدال هو إلى أي حد يكون هذا الغرام وتأثيره على الفكر والكلام؟

إن الصورة المثالية التي يضعها أغلب الرجال في أذهانهم هي صورة أمه وأخته!! ومن ثم فهو دائم الربط والمقارنة بما تصنعه زوجته وما كانت تصنعه أمه أو أخته. وكل امرأة تصنع الطعام بالطريقة التي تعلمتها أو تدربت عليها في بيت أهلها. ولكن ليس كل ما تعلمه المرء هو الصواب أو هي الطريقة المثلى، فبعض ما تعلمناه يحتاج إلى إضافة أو حذف من خلال التجربة العملية، أليس كذلك؟

هذا شأنه شأن الطعام الذي يحتاج إلى بعض الملح والفلفل، أو شأن الطعام المالح الذي كان بحاجة إلى إنقاص الملح والفلفل.

ولا يوجد بيتان متشابهان ومتطابقان في الشبه مائة في المائة. وهذا يعني وجود اختلاف بين طريقة أم الزوج التي اعتادها وأحبها وطريقة الزوجة - التي تعلمتها في بيت أهلها - أو التي تجربها لأول مرة في بيت زوجها من خلال كتب «فن الطهي».

ومن حق الزوج أن يعترض على مذاق الطعام غير الجيد أو الفاسد نتيجة وضعه الخاطئ خارج الثلاجة فيفسد لارتفاع درجة الحرارة وتأثير البكتيريا عليه. ومن حق الزوج أن يطالب الزوجة بأن تتعلم فن الإتقان والجودة لكل ما تصنعه من حلويات أو أطعمة.

ولكن ليس من حق الزوج أن يسفه دومًا ما تصنعه زوجته ويقارنها مقارنة تجعلها دومًا في المكان المزرى بها. والآن كيف تسعد المرأة (غير المتقنة لفن الطهي) زوجها وتمنع الشجار؟

هناك نوعان من النساء حيال هذا الأمر:

- المرأة الحمقاء ستصف زوجها بأنه ابن أمه وما كان يحق له الزواج أصلًا؛ لأن أمه دائمًا في ذاكرته حية وقوية ومعطاءة.

- والمرأة العاقلة ستقول سأذهب إلى بعثة داخلية إلى بيت أهلك لأعرف كيف يبدعون في صناعة الحلويات والأطعمة الشرقية!! وتبتسم ولا تخجل وتنقل تجربة أم الزوج وأخته وكل من يعجب به، وتكتب الوصفات وتجربها في بيتها وتعاود السؤال في الزيارات وبالهاتف والتجربة حتى تتقن هذا العمل. إن الطهي علم وفن وليس مسألة صدفة أو نفس كما يقول البعض.

إنها مقادير معينة توضع في وقت مناسب لتضيف نكهة وبعض البهارات الجذابة، وصبر كبير من الطاهية، ومراقبة للطعام دون ضجر حتى يتم إنجاز العمل على الوجه الأكمل.. وكثير من النساء العاملات قد ظلمهن أهلهن بإبعادهن عن تعلم هذا الفن قبل الزواج، حجتهم هي واجب الفتاة أثناء الدراسة هو العلم فقط، وفي الإجازة أن تستعد للدراسة وتستريح!! وكثير من المدارس - بل أغلبها - لا يعلم الفتيات فن التدبير المنزلي كما كان يحدث في الماضي القريب.

والمرأة التي ترى زوجها مغرمًا بسلوك أخته مع زوجها وطريقة تربيتها لأولادها وذوقها وطريقة طهيها، يجب أن لا تظهر غضبها ونفورها منها أمام زوجها وتقول له: كان الأجدر بك أن تتزوج واحدة مثل أختك لا أن تتزوجني أنا!!

إن المرأة الحمقاء هي التي تقول ما سبق، أما المرأة الحكيمة هي التي تقول: حقًا إن أختك فتاة جميلة وزوجة مثالية، ما أسعد زوجها بها! ليتها تشرفنا في إجازة الأسبوع القادم أو في الصيف مثلًا!

إن مجرد المديح والحديث اللطيف عن أهل الزوج المحبين إلى نفسه سيجلو الكثير من الصدأ الموجود على قلب الزوج ويبهجه ويجعله يقابل هذا المديح بمديح مماثل لأهل الزوجة.

عزيزتي الزوجة: أظهري إعجابك بأهل زوجك وأحسني إليهم حين يأتون لزيارتك ولا تزيني وجهك بالعبوس والتبرم فكما يدين المرء يدان!

❤ كوني صريحة ومباشرة ❤

يدور هذا الحوار بين زوجين في سيارتهما:

الزوجة: هل تحب أن تتوقف لتناول طعام أو شراب.

الزوج: (يرد وهو صادق): لا.

ولأنه هو الذي يقود السيارة لا يتوقف، وعندما يعود إلى البيت يسأل نفسه: لماذا هي غاضبة وعصبية؟

إنها غاضبة لأنها كانت تريد التوقف، وكانت لطيفة في طلبها، وهو لم يرد عليها بنفس اللطف، ويقول: هل تحبين أنتِ؟

يرد عليها قائلًا لِمَ لم تقولي مباشرة أنك تريدين التوقف؟ لِمَ تعقدين الأمور؟ لو طلبت لتوقفت من أجلك.

أخي/ أختي الزوجة:ماذا تفعل هي وهو عند الطلب:

هي (المرأة): (تستخدم طريقًا غير مباشر وغير صريح، وذلك لأنهن يفضلن ألا يجرحن شعور الآخرين. وتستخدم أسلوب التلطف والمراعاة، وتطالب زوجها أن يعاملها بنفس المعاملة.

هو (الرجل): يتصرف بكل صراحة، لا يتجمل، ويحب أن يعامله الآخر كذلك) [بالمعروف، د/ أكرم رضا، ص(١٦٢)].

لذلك فلا تستخدمي الالتواء عند الطلب، ولتكن أسئلتك صريحة ومباشرة.

ويمكننا أن نذكر طريقة أخرى للطلب في الموقف السابق وليكن قولك:

«إنني جائعة وأقدر لك وقوفك لأكل شيء»، فسوف تجدين زوجك يبحث عن أفضل المطاعم.

الأسلوب المباشر:

(استخدام العبارات غير المباشرة يكون أحيانًا مقبولًا، ولكن عندما يتكرر استخدامها يصبح الرجل مقاومًا لتقديم دعمه، وربما لا يعرف هو حتى لماذا يقاوم بعناد، والعبارات التالية أمثلة على الطلبات غير المباشرة وكيف يمكن أن يستجيب الرجل لها:

قولي: هل لك أن تحضر الأطفال، طلب بإيجاز وطريقة مباشرة.

لا تقولي: الأطفال بحاجة إلى من يحضرهم وأنا لا أستطيع القيام بذلك، طلب بطريقة غير مباشرة.

يجب أن تحضرهم إذا كنت تستطيع، وإلا فإنني سأشعر بأنك لا تدعمني وأستاء منك، هكذا يسمع الرجل عندما تستعمل المرأة الطريقة غير المباشرة.

مثال آخر:

قولي: هل لك أن تحضر المشتريات إلى الداخل؟ (طلب بإيجاز وبطريقة مباشرة).

لا تقولي: المشتريات في السيارة، (طلب بطريقة غير مباشرة) من واجبك أن تدخلها لقد ذهبتُ للتسوق، هكذا يسمع الرجل عدما تستعمل المرأة الطريقة غير المباشرة.

مثال آخر: قولي: هل لك أن تأخذني خارج المنزل هذا الأسبوع؟ طلب بإيجاز وبطريقة مباشرة.

لا تقولي: إننا لم نخرج منذ أسابيع، طلب بطريقة غير مباشرة.

أنت تهملني، إنني لا أحصل على ما أريد، يجب أن تأخذني خارج المنزل أكثر، هكذا يسمع الرجل عندما تستعمل المرأة الطريقة غير المباشرة.

مثال آخر:

قولي: هل لك أن تحدد بعض الوقت للتحدث معي، طلب بإيجاز وبطريقة مباشرة.

لا تقولي: يجب أن نتكلم، طلب بطريقة غير مباشرة.

نحن لا نتلكم بما فيه الكفاية وهذا خطؤك، يجب أن تتكلم معي أكثر، هكذا يسمع الرجل عندما تستعمل المرأة الطريقة غير المباشرة) [الرجال من المريخ النساء من الزهرة، د/ جون غراي، ص(٣٥٠-٣٥٢)، باختصار وتصرف].

استعمال الكلمات الصحيحة:

ولا تنسي عند الطلب استعمال الكلمات الصحيحة، إن أكثر الأخطاء شيوعًا هو استعمال هل تستطيع؟ وهل تقدر؟ بدلًا من هل لك أن تفعل؟ وهل ستفعل؟

وكما أشرنا سابقًا فالطلبات غير المباشرة منفِّرة، واستعمال كلمات هل تستطيع؟ وهل تقدر؟ باستمرار تثير الرجل. أخطاء شائعة في الطلب:

أصعب جزء في تعلم الطلب هو كيفية القيام به، وهذه طريقة للطلب من الرجل:

١- تعلمي الأسلوب المباشر.

٢- كوني موجزة.

٣- تعلمي عبارات (هل تفعل) أو (هل ستفعل؟).

ومن الأفضل أن لا تستعملي الأسلوب غير المباشرة، أو الإسهاب، أو عبارات مثل «هل تستطيع؟» أو «هل تقدر؟».

وإليكِ هذه الأمثلة:

قولي: هل لك أن تساعدني في تحريك هذه الطاولة؟

لا تقولي: لا أستطيع تحريك هذه الطاولة، أحتاج إلى أن أعيد ترتيبها قبل حفلتنا الليلة، هل تستطيع المساعدة من فضلك؟ (هذا إسهاب، وتم استعمال كلمة تستطيع).

قولي: هل لك أن تحضر ابننا من المدرسة؟

لا تقولي: ابننا يحتاج إلى من يحضره من المدرسة وأنا لا أستطيع ذلك، هل لديك وقت؟ هل تظن أنك تستطيع أن تحضره؟ (هذا إسهاب وتم استعمال كلمة تستطيع).

موقف حقيقي:

تكون العلاقة صحية عندما يكون لدى الشريكين الحرية في أن يطلبوا ما يريدون ويحتاجون إليه، ويكون لكليهما الحرية في أن يقول «لا» إذا اختار.

على سبيل المثال (أتذكر وأنا أقف في المطبخ مع أحد أصدقاء العائلة عندما كان عمر ابنتنا لورين خمس سنوات، طلبت مني أن أرفعها وأقوم ببعض الحيل، وقلت: لا، لا أستطيع اليوم، أنا متعب حقًا).

وأصرَّت تطلب بدلال، «من فضلك يا أبي، من فضلك يا أبي، فقط قذفة واحدة في الهواء.

قال الصديق: والآن يا لورين، أبوك متعب، لقد عمل اليوم بجد، يجب أن لا تطلبي، أجابت لورين مباشرة بقولها «لقد كنت أطلب فقط».

قال صديقي: «ولكنك تعلمين أن أباك يحبك، إنه لا يستطيع أن يقول لك لا»، الحقيقة أنه إذا كان لا يستطيع قول لا فهذه مشكلته، لا مشكلتها، وفي نفس الوقت قالت زوجتي وبناتي الثلاث: «بلى إنه يستطيع أن يقول لا» [الرجال من المريخ النساء من الزهرة، د/ جون غراي، ص(٣٧١-٣٧٢)].

وقد استوقفتني أختي الزوجة كلمة في القصة أرجو أن تضعيها في مربع:

«وأصرَّت تطلب بدلال» الدلال هو صفة محببة في المرأة حتى عند الطلب، فلا يكون توجيه الطلب كالأوامر ولكن يكون بدلال، وهذا يحتاج من المرأة إلى تدريب إذا لم تكن تعرف فن الدلال وفن الطلب.

وعن طريق تعلم فن الطلب بطريقة صحيحة فأنتِ لست فقط تساعدين الرجل على أن يشعر بأنه محبوب أكثر، ولكن أيضًا تضمنين أن تحصلي على الحب الذي تحتاجين إليه.

اطلب ما تريد بشكل مباشر:

كم هي المشكلات التي تنشأ في الحياة اليومية بسبب أن الإنسان لا يقول ما يريد أو يرغب بشكل مباشر وصريح.

ويعتقد بعض الناس أن من اللطف والأدب أن لا يتكلم الواحد بصراحة عما يريد، وأن عليه أن يجيب على كل ما يُعرض عليه ب«لا بأس» أو «حسنًا» أو «لا مانع لدي» فقد يُسأل مثلًا إن أراد شيئًا من الشاي هو في الحقيقة يريد قهوة، إلا أنه لا يعبر عن رغبته ويكتفي بعبارة: «حسنًا، لا بأس».

أو عندما يُسأل عما يريد من طعام على العشاء فلا يقول ما يريد حقيقة: (إن من المهم للنمو الذاتي للإنسان، ولتطور علاقته الزوجية مثلًا أن يعبر تمامًا عما يريده أو

يفضله، وأن يطلب ما يريد بشكل مباشر، والطلب المباشر أفضل بكثير من مجرد الإشارة أو السكوت:

«أريد أولًا أن أستريح قليلًا، ثم أذهب بعد ذلك».

«أحتاج لوقت للتفكير في هذا الأمر».

«أريد أن نخفض الصوت قليلًا».

«أرغب أن أسمع منك أكثر، قولك أنك تحبني».

وقد يحتج أحد الأزواج قائلًا:

«ولكن إذا كان يحبني ويهتم بي، فإن عليه أن يعرف ماذا يزعجني أو ماذا أريد من غير أن أقول له».

أو «عليها أن تعلم موقفي وماذا أريد، ولا أحتاج أن أخبرها بذلك».

إن مجرد الاستياء بصمت لا يحقق للإنسان أي نتيجة، والأفضل من أن تتكلم عما تريد بشكل واضح ومباشر.

إن الكثير من الأزواج قد لا يعرف أحدهما ماذا يريد الآخر، ولا يفصح كل منهما عما في نفسه بوضوح وصراحة.

والكلام المباشر والصريح لا يعني أبدًا المطالبة أو الإلحاح بالطلب، فقد وجد أن بعض الأزواج قد انخفض بينهم الشجار كثيرًا عندما طُلب منهم التوقف عن المطالبة بالأمور كحقوق مفروضة لهم، وأن يطلبوها كخدمة تقدم لهم، فبدل أن يقول: «عليك أن تحضري لي هذا».

يمكن أن يقول: «هل يمكن أن تحضري لي هذا؟» [التفاهم في الحياة الزوجية، د/ مأمون مبيض، ص(١٤٤-١٤٥)، بتصرف].

الطرف الآخر غير متعاون:

ومن الاعتراضات التي نسمعها أحيانًا أن يقول أحد الزوجين عن الآخر أنه غير متعاون، وقد يعتقد كل طرف أن سلوك الطرف الآخر مزعج، وأنه لا يتوقع أن يتمكن من تغيير تصرفات الآخر، إن كل طرف يستطيع مساعدة الآخر على التغيير من خلال أن يتغير هو نفسه، ومن الخطأ أن يتخذ الإنسان موقف (إنني لا أستطيع فعل شيء لأنك لا تتكلم معي) إن حل النزاعات والمشكلات يبدأ بتغيير «أنا» وبتغيير موقفي قبل تغيير الآخر.

وقد لا يستطيع طرف أن يحدث تغييرًا فوريًا، بل قد يعارض ويقاوم نفس التغيير الذي يدعو الآخر إليه، إلا أن المثابرة والاستمرار ستؤتي أكلها.

ويفيد كذلك الإصرار واللطف والأدب مع التغيير المتدرج، حيث يؤدي هذا بالمقابل إلى إصرار ولطف الطرف الآخر.

ولاشك أنه يصعب الأمر إذا كان أحد الطرفين غير متعاون، فمن المفضل أن يكون هناك اتفاق متبادل على استعمال طريقة مهارة الاستماع والكلام وفن الحوار.

لقد قالت زوجة مرة بعد أن استعملت مع زوجها مهارة الاستماع والكلام:

لقد استطعنا تحديد (٦) مشكلات احتجنا للحديث فيها، وعرفت تمامًا موقف زوجي في هذه المواضيع، ولكنها كانت مفاجأة لي أن سمعت كلامًا عن موقف لم أعرفه ولم يخطر في بالي، أنا حقيقة أرغب في مزيد من التعرف على زوجي وعلى آرائه في هذه المواضيع وغيرها».

وماذا بعد الكلام؟

ـ كوني مثل زوجك صريحة ومباشرة، أعلمُ أنك تدارينه لفرط ذوقك وتلطفك، ولا تحبين إحراجه، ولكن هو يحب الصراحة والكلام المباشر، فعامليه بما يحب.

ـ لكي تطلبي من زوجك عليكِ:

١-استعمال الأسلوب المباشر.

٢-كوني موجزة.

٣-استعملي عبارات هل تفعل؟ أو هل ستفعل؟

ـ وأقترح عليك أن تتدربي على هذه الطريقة لمدة شهر على الأقل ولا تنسي الدلال عند الطلب، ويكون الطلب موجزًا ومباشرًا وصريحًا ثم امنحي زوجك الكثير من الشكر والتقدير عند الاستجابة لطلبك.