فن التعامل بين الزوجين

obeikandl.com

obeikandl.com

كيف تعاملين زوجك؟!

هذه رسائل تلغرافية خاصة جدًّا من جلسات العلاج النفسي العميق والعلاج الزواجي والعائلي أنقلها إليك بأمانة أيتها الزوجة (كما نقلت رسائلك من قبل إلى الزوج)، وأتمنى أن تصلك كي تصبح علاقتك بزوجك في أحسن حالاتها:

١- أن تعرفي طبيعة العلاقة الزوجية؛ فهي علاقة شديدة القرب، شديدة الخصوصية، وممتدة في الدنيا والآخرة، وقد تمت بكلمة من الله، وباركتها السماء، واحتفى بها أهل الأرض، وهذا يحوطها بسياج من القداسة والطهر.

٢- أن تكوني أنثى حقيقية راضية بأنوثتك ومعتزة بها، فهذا يفجر الرجولة الحقيقية لدى زوجك؛ لأن الأنوثة توقظ الرجولة وتنشطها وتتناغم وتتوافق معها وتسعد بها، أما المرأة المسترجلة التي تكره أنوثتها وترفضها؛ فنجدها في حالة صراع مرير ومؤلم مع رجولة زوجها؛ فهي تعتبر أنوثتها دونية وضعف وخضوع وخنوع، وتعتبر رجولة زوجها تسلط وقهر واستبداد، وبالتالي تتحول العلاقة الزوجية إلى حالة من الندية والمبارزة والصراع طول الوقت، ويغيب عنها كل معاني السكن والود والرحمة.

٣- أن تفهمي طبيعة شخصية زوجك؛ فلكلٍّ شخصية مفاتيح ومداخل، والزوجة الذكية تعرف هذه المفاتيح والمداخل، وبالتالي تعرف كيف تكيف نفسها مع طبيعة شخصية زوجها بمرونة وفاعلية دون أن تفقد خياراتها وتميزها.

٤- أن تفهمي ظروف نشأته؛ فهي تؤثر كثيرًا في تصوراته ومشاعره وسلوكه وعلاقاته بك وبالناس، وفهمك لظروف نشأته ليس للمعايرة أو السب وقت الغضب، ولكن لتقدير الظروف، والتماس الأعذار.

٥- أن تحبي زوجك كما هو بحسناته وأخطائه، ولا تضعي نموذجًا خاصًا بك تقيسيه عليه، فإن هذا يجعلك دائمًا غير راضية عنه؛ لأنك ستركزين فقط على الأشياء الناقصة فيه، مقارنةً بالنموذج المثالي في عقلك أو خيالك، واعلمي أن كل رجل - وليس زوجك فقط - له مزاياه وعيوبه؛ لأنه أولاً وأخيرًا إنسان.

٦- أن ترضي به رغم جوانب القصور؛ فلا يوجد إنسان كامل، والرضا في الحياة الزوجية سر عظيم لنجاحها، واعلمي أن ما فاتك أو ما ينقصك في زوجك سيعوضك الله عنه في أي شيء آخر في الدنيا أو في الآخرة.

٧- لا تكثري من لومه وانتقاده؛ فهذا يكسر تقديره لذاته وتقديرك له، ويقتل الحبَّ بينكما، فلا يوجد أحد يحب مَنْ يلومه، وينتقده طول الوقت أو معظم الوقت.

٨- احترمي قدراته ومواهبه (مهما كانت بسيطة)، ولا تترددي في الثناء عليهما؛ فهذا يدفعه للنمو، ويزيد من ثقته بنفسه وحبه لكِ.

٩- عبري عن مشاعرك الإيجابية نحوه بكلِّ اللغات اللفظية وغير اللفظية، ولا تخفي حبك عنه خجلاً أو خوفًا أو انشغالاً أو تحفظًا.

١٠- حاولي السيطرة - قدر إمكانك- على مشاعرك السلبية نحوه، خاصةً في لحظات الغضب، وامسكي لسانك عن استخدام أي لفظ جارح، ولا تستدعي خبرات الماضي أو زلاته في كلِّ موقف خلاف.

١١- احرصي على تهيئة جو من الطمأنينة والاستقرار والهدوء في البيت، وعلى أن تسود مشاعر الود (في حالة الرضا)، ومشاعر الرحمة (في حالة الغضب)؛ فالسكن والمودة والرحمة هي الأركان الثلاثة للعلاقة الزوجية الناجحة.

١٢- احترمي أسرته، واحتفظي دائمًا بعلاقة طيبة ومتوازنة مع أهله وأقاربه.

١٣- اجعلي سعادته وإسعاده أحد أهم أهدافك في الحياة؛ فإنك إن حققت ذلك تنالين رضاه، والأهم من ذلك رضا الله.

١٤- الطاعة الإيجابية مصداقًا للآية الكريمة: ﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ﴾ [النساء: ٣٤]، والقوامة هنا ليست تحكمًا أو استبدادًا أو تسلطًا أو قهرًا، بل رعاية ومسئولية واحتواءً وحبًّا، والقنوت في الآية معناه الطاعة عن إرادة وتوجه

ورغبة ومحبة لا عن قسر وإرغام.

فطاعة الزوجة السوية لزوجها السوي ليست عبودية أو استذلال، وإنما هي مطاوعة نبيلة مختارة راضية وسعيدة، وهي قربة تتقرب بها الزوجة إلى الله، وتتحبب بها إلى زوجها، وهي علامة الأنوثة السوية الناضجة في علاقتها بالرجولة الراعية القائدة المسئولة، ولا تأنف من هذا الأمر إلا المرأة المسترجلة أو مدعيات الزعامات النسائية.

١٥- حفظ السر؛ فالعلاقة الزوجية علاقة شديدة القرب، شديدة الخصوصية، عالية القداسة، ولذلك فالحفاظ على سر الزوج هو حفاظ على القرب والخصوصية، ومراعاة لحرمة الرباط المقدس بين الزوجة وزوجها في غيابه وحضوره على السواء.. وحفظ السر ورد في الآية الكريمة السابق ذكرها في وصف الصالحات بأنهن حافظات للغيب بما حفظ الله.

١٦- اشعريه برجولته طول الوقت، وامتدحي فيه كل معاني الرجولة؛ كالقوة، والشهامة، والمروءة، والشجاعة، والصدق، والأمانة، والرعاية، والمسئولية، والاحتواء، والشرف، والطهارة، والإخلاص، والوفاء.

١٧- أن تراعي ربك في علاقتك بزوجك، وأن تعلمي أن العلاقة بينك وبين زوجك علاقة سامية مقدسة يرعاها الإله الأعظم ويباركها ويعلم خائنة الأعين وما تخفى الصور، وأن صبرك على زوجك

وتحملك لبعض أخطائه لا يضيع هباءً، بل تؤجرين عليه من رب رحيم عليم، وتعرفين أنه إذا نقص منك شيء في علاقتك بزوجك وصبرت ورضيت؛ فأنت تنتظرين تعويضًا عظيمًا من الله في الدنيا والآخرة.

هذا الشعور الروحاني في الحياة الزوجية له أثر كبير في نجاحها واستمرارها وعذوبتها، خاصةً إذا كنتما تشتركان في صلاة أو صيام أو قيام ليل أو حج أو عمرة أو أعمال خير، فكأنكما تذوبا معًا في حبِّ الله، وفي السعي نحو الخلود، وأنتما تعلمان بأن هناك دورة حياة زوجية أخرى بينكما في الجنة تسعدان فيها بلا شقاء، وتعيشان فيها خلودًا لا ينتهي ولا يمل.

١٨- أن تفتخري بإخلاصك لزوجك، وتعتبرينه تاج على رأسك حتى لو كانت لزوجك زلات أو هنات في أي مرحلة من مراحل حياتكما الزوجية؛ فالزوجة هي منبع الوفاء والإخلاص والخلق القويم في الأسرة كلها، وهذا ليس ضعفًا منكِ، وإنما غاية القوة؛ فأنت منارة الخلق الجميل لأبنائك وبناتك وزوجك.

١٩- أن تحرصي على إمتاع زوجك والاستمتاع معه وبه، بكلِّ الوسائل الحسية والمعنوية والروحية؛ فالله خلقكما ليسعد كل منكما الآخر، كأقصى ما تكون السعادة، وسيكافئكما على ذلك في الجنة بحياة أخرى خالدة، وخالية من كل المنغصات التي أتعبتكما في الدنيا، وكما يقولون فالمرأة الصالحة الذكية هي متعة للحواس الخمس

لدى زوجها.

٢٠- أن تكوني متعددة الأدوار في حياة زوجك؛ فتكوني له أحيانًا إمًّا، تحتويه بحبها وحنانها.. وتكوني أحيانًا أخرى صديقة تحاوره وتسانده.. وتكوني أحيانًا ثالثة ابنه تفجِّر فيه مشاعر الأبوة الحانية، وأن تقومي بهذه الأدوار بمرونة حسبما يقتضيه الموقف، وما تمليه حالتكما النفسية والعاطفية معًا.

٢١- أن تكوني متجددةً دائمًا؛ فهذا يجعلك تشعرين بالسعادة لذاتك، ويجعل زوجك في حالة فرح واحتفاء بك؛ لأنه يراك امرأة جديدة كل يوم، فلا يمل ولا يبحث عن شيء جديد خارج البيت، والتجديد يشمل الظاهر والباطن؛ فيبدأ من تسريحة الشعر ونوع العطر وطراز الملابس مرورًا بترتيب الأساس في الغرف ووصولاً إلى «طزاجة» الفكر والروح، وإذا وجدت الملل يتسرب إلى حياتكما والمياه تميل للركود حاولي تحريك ذلك برحلة أو نزهة أو عشاءً خاصًا أو أي شيء ترينه مناسبًا.

٢٢- احرصي على ثقافتك العامة والمتنوعة حتى تكون هناك خطوط اتصال بينك وبين زوجك وبين المجتمع؛ فالمرأة المثقفة لها طعم خاص، ولها بريق يميزها، وهي تغري بالحديث الجذاب المتنوع، أما المرأة عديمة أو ضعيفة الثقافة، فتجبر زوجها على الصمت حيث لا يجد ما يتحدث إليها فيه، وشيئًا فشيئًا ينظر إليها بدونية، ويراها أقل من أن يحاورها أو يناقشها، فتنزل من مستوى الزوجة إلى مستويات أخرى أدنى، خاصةً إذا كان هو يتعامل مع سيدات مثقفات

ومتألقات، فتحدث المقارنة مع الزوجة عديمة الثقافة أو أحادية الرؤية، فيتحول قلبه طوعًا أو كرهًا.

٢٣- أن تسامحي زوجك على زلاته وأخطائه؛ فلا يوجد رجل بلا خطأ، فالرجل إنسان، والإنسان كثيرًا ما يخطئ، فلا تسمحي لخطأ مهما كان أن ينغص عليك حياتك، وأن يجفف مشاعر حبك لزوجك، وأنت تحتاجين لهذه الصفة (التسامح) خاصةً في مرحلة منتصف العمر، حيث يمرُّ بعض الرجال ببعض التغيرات، تجعلهم يعيشون مراهقة ثانية، وربما صدرت منهم أخطاء أو زلات عاطفية، وهي في أغلب الأحيان مؤقتة، وسرعان ما يعود إلى رشده لو كنت قادرة على التسامح والاستمرار في العطاء الوجداني رغم ألم التجربة.

٢٤- أن تكون غيرتك عاقلة ومعقولة تدلُّ على حبك لزوجك وحرصك عليه، وتنبه زوجك حين تمتد عينيه أو قلبه يمينًا أو يسارًا، ولا تدعي هذه الغيرة تحرق حياتك الزوجية، وتحول البيت إلى ميدان حرب، وتحول الثقة والحب إلى شكٍّ واتهام، ولا يقتل الحب مثل غيرة طائشة.

٢٥- فليكن زوجك هو محور حياتك (وأنت أيضًا محور حياته)، بمعنى أنه يشغل فكرك وجدانك، وتتحدد حركاتك وسكناتك طبقًا لعلاقتك به فتنشغلين به، وبما يشغله وتحبين ما يحبه، وتكيفين جلوسك وانتقالاتك طبقًا لوجوده، وترتبين صحوك ونومك على برنامجه اليومي أو يتوافق برنامجك كما تتوافق أرواحكما؛ إنه شعور بالانتماء والمعية لا يعلو عليه إلا الانتماء والمعية لخالق الأرض

والسماوات.

٢٦- كوني واثقة به على كل المستويات؛ فأنت واثقة في إخلاصه لك (مهما حاول أحد تشكيكك في ذلك)، وأنت واثقة في قدراته وفي نجاحاته وفي حبه لك، هذه الثقة ليست غفلة، وليست سذاجة – كما تعتقد بعض الزوجات – بل هي رسالة عميقة للطرف الآخر كي يكون أهلاً لذلك.. أما المرأة التي تشكُّ وتشكك في زوجها؛ فإنها حتمًا ستجد منه الخيانة وتجد منه الفشل، فالزوج يحقق توقعاتك منه، وكل ذرة شك تمحو أمامها ذرة حب، والشك هو السم الذي يسري في العلاقة الزوجية، فيجعلها تموت ببطء.

وحفاظًا على هذه الثقة وتجنبًا لبذرة الشكِّ، احرصي على ألا يعرف زوجك زلاتك وأخطائك قبل الزواج أو علاقاتك الماضية – إن كانت هناك علاقات – فقد سترها الله عليك وتجاوزتها، ومعرفته بها وبتفاصيلها حتمًا ستزرع بذرة شكٍّ في نفسه، ربما لا يستطيع الخلاص منها، ومن سمومها.

وأيضًا لا تلعبي لعبة الشكِّ التي تمارسها بعض الزوجات – خاصةً حين تشعر بإهمال زوجها – فتحاول إثارة شكوكه نحوها بالحديث عن اهتمام الرجال بها، ومحاولاتهم التعرض لها؛ فهذه لعبة خطرة قد تحرق كل المشاعر، وتقضي على طهارة العلاقة الزوجية وبراءتها ونقائها وصفائها إلى الأبد ولعبة الشك هذه تنبئ عن نوايا خيانة، والخيانة فعلاً قد وقعت على مستوى التخيل، ولم يبق لها إلا

التنفيذ في الواقع في أي فرصة سانحة.

٢٧- اهتمي بالأشياء الصغيرة في العلاقة بينكما، مثل الأشياء التي يحبها، وذكرياته التي يعتز بها، والمناسبات المهمة له.

٢٨- استقبلي همساته ولمساته ومحاولاته قربه، وتوددِه إليك بالحفاوة والاهتمام، وبادليه حبًّا بحب واهتمامًا باهتمام.

٢٩- تزيني له بما يناسب كل وقت وكل مناسبة مع مراعاة عدم المبالغة، ومراعاة ظروفه النفسية.

٣٠- تجنبي إهماله مهما كانت مشاغلك أو مشاكلك أو مشاعرك؛ فالإهمال يقتل كل شيء جميل في العلاقة الزوجية، وربما يفتح الباب لاتجاهات خطرة بحثًا عن احتياجات لم تشبع.

٣١- جددي حالة الرومانسية في حياتكما بكلِّ الوسائل الممكنة، فيمكنك مثلاً الخروج معه في رحلة خاصة بكما وحدكما لمدة يوم أو يومين تستعيدان فيها روح وذكريات أيام الخطوبة.

٣٢- كوني كريمة في رضاك، ونبيلة في خصومتك.

٣٣- التزمي الصدق والشفافية معه في كلِّ المواقف حتى لا تهتز ثقته فيك.

٣٤- ليكن بينكما لحظات تشعران فيها بالجمال «معًا» على شاطئ بحر أو أمام جبل، أو في حديقة جميلة، أو سماء صافية، أو صوت جميل، أو لوحة رائعة.

٣٥- لا تدعي مشكلات أسرتك الأصلية أو أسرة زوجك تقتحم مجال أسرتكما الصغيرة، وراعي التوازن في العلاقات المختلفة؛ فلا تطغي علاقتك بأمك أو أبيك أو إخوتك على علاقتك بزوجك.

٣٦- لا تنامي في غرفة منفصلة أو سرير منفصل، مهما كانت المبررات والأسباب.

٣٧- اهتمي بالتواصل الروحي بينكما من خلال علاقة صافية بالله، وأداء بعض العبادات معًا؛ كقراءة القرآن أو قيام الليل أو الحج أو العمرة أو أعمال الخير والبر.

٣٨- لا تحميله فوق طاقته ماديًا أو معنويًا؛ فهو أولاً وأخيرًا إنسان، ويعيش ضغوط الحياة العصرية الشديدة، ويحتاج لمن يخفف عنه بعض هذه الضغوط.

٣٩- احذري أن يكون الأطفال هم المبرر الوحيد لاستمرار علاقتك بزوجك، واحذري أكثر أن تعني هذا.

٤٠- احرصي على كلِّ ما يضفي على حياتكما جمالاً وبهجةً ومرحًا؛ فالحياة مليئة بالمنغصات، وهي أيضًا مليئة بالملطفات، فليكن لك سعي نحو الملطفات المجملات والمبهجات توازنين بها صعوبات الحياة، وتضفين بها جوًا من الحبِّ والجمال والبهجة والمرح في البيت.

٤١- على الرغم من الاقتراب الشديد في العلاقة بين الزوجين إلا أن الزوجة الذكية تحرص على ضبط المسافة بينها وبين زوجها اقترابًا

وبعدًا، كي تحافظ على حالة الشوق والاحتياج متجددة ونشطة طول الوقت.

٤٢- احذري تردد كلمة الطلاق في حديثك أو حديث زوجك خاصةً أثناء الخلافات والخصام؛ لأن تردد هذه الكلمة، ولو على سبيل التهديد يجعلها خيارًا جاهزًا وقابلاً للتنفيذ في أي لحظة، إضافةً إلى أنها تعطي إحساسًا بعدم الأمان وعدم الاستقرار.

٤٣- وهذه النصيحة الأخيرة نذكرها كارهين مضطرين؛ ففي حالة التفكير في الطلاق أو حدوثه - لا سمح الله - كوني راقية متحضرة في إدارة الأزمة، واستبقي قدرًا من العلاقة الإنسانية يسمح باستمرار الإشراف المشترك على تربية الأبناء، ولا تحاولي تشويه صورة طليقك أمام أبنائك، وحتى في حالة عدم وجودك أولاد؛ فلا بأس من أن يكون الفراق نبيلاً خاليًا من التجريح أو الانتقام المتبادل.

❊ ❊ ❊

obeikandl.com

كيف تتعامل مع زوجتك؟!

رسائل تلغرافية خاصة جدًّا من جلسات العلاج النفسي العميق والعلاج العائلي أنقلها إليك بأمانة أيها الرجل، وأتمنى أن تصلك:

١- أن تفهم طبيعة شخصيتها؛ فلكلٍّ امرأة شخصيتها، ولكلٍّ شخصية مفاتيحها التي تسهل فهمها والتعامل معها.

٢- أن تفهم ظروف نشأتها؛ لأن تركيبة أسرتها ونمط العلاقات بين أفرادها وطبيعة شخصياتهم لها تأثيرات كبيرة على شخصية زوجتك وسلوكها الحالي.

٣- أن تحبها كما هي، ذلك الحب غير المشروط الذي يتجاوز عيوبها، ويتجاوز تفاصيل شكلها، ولحظات ضعفها، أي أنك تحبها هي هي بكلٍّ كيانها، وبكلٍّ جمالها، وبكلٍّ نقصها، وبكلٍّ قوتها، وبكلٍّ ضعفها.

٤- أن ترضى بها رغم جوانب القصور؛ فلا توجد امرأة كاملة (أو رجل كامل) على وجه الأرض، ولا بدَّ أن ينقصك شيء في أي امرأة تتزوجها حتى لو كنت اخترتها بعد استعراض كل نساء الأرض؛ فالرضا هو مفتاح الحياة السعيدة، وعسى أن تكره فيها

شيئًا، ومع هذا يجعل الله فيها خيرًا كثيرًا.

٥- ألا تكثر من انتقادها، فالمرأة لا تحب من ينتقدها بكثرة (حتى ولو كان النقص في محله)؛ لأن ذلك الانتقاد المتكرر دليل الرفض، وقدح في الحبِّ غير المشروط الذي تتوق إليه المرأة.

٦- أن تحترمها؛ فهي أولاً إنسانة كرَّمها الله، وثانيًا زوجتك التي اخترتها من بين نساء الأرض، وثالثًا أم أولادك وبناتك، ورابعًا حافظة سرك وخصوصياتك، وخامسًا راعية سكنك وراحتك وطمأنينتك.

٧- أن تستشيرها، واستشارتها تنبع من احترام إنسانيتها، واحترام عقلها، وتقدير وجودها.

٨- أن تحبها؛ فالحب هو أعظم نعمة ينعم الله بها على زوجين، ومنه تنبع كل أنهار السعادة والتوفيق والنجاح.

٩- ألا تخنقها بحبك؛ فالحب الزائد يعوق حركتها ويربكما ويجعلها زاهدة فيه وفيك.

١٠- أن تكون محور حياتك، بمعنى أن ترتب حياتك وعلاقاتك ومواعيدك، وهي حاضرة في وعيك لا تغيب عنه.

١١- أن تعرف تقلباتها البيولوجية (الدورة الشهرية والحمل والولادة)، وتقدر حالتها النفسية أثناءها.

١٢- أن تكون سعادتها أحد أهدافك المهمة.

١٣- أن تحترم أسرتها، وتحتفظ بعلاقة طيبة ومتوازنة معها، وأنت تفعل

ذلك رغم احتمال وجود اختلافات في وجهات النظر مع أفراد أسرتها، واحترامك لهم يأتي من محبتك لزوجتك، وبرك لهم هو جزء من برها.

١٤- أن تحتفظ بحالة من الطمأنينة والاستقرار في البيت (مفهوم السكن).

١٥- أن تظهر مشاعرك الإيجابية نحوها بلا تحفظ أو خجل (المودة).

١٦- أن تسيطر على مشاعرك السلبية نحوها خاصةً في لحظات الغضب، وتحاول أن تجد لها عذرًا أو تفسيرًا، وإذا لم تجد؛ فيكفي أن تعلم أنه لا يوجد إنسان بلا أخطاء أو عيوب.

١٧- كن مستعدًا للتسامح ونسيان الأخطاء في أقرب فرصة ممكنة (مفهوم الرحمة).

١٨- اجعلها تشعر بمسئوليتك عنها، ورعايتك لها؛ فهذا يجعلك رجلاً حقيقيًا في عينها، فالمرأة (السوية) دائمًا بحاجة إلى الإحساس بمن يرعاها، ويكون مسئولاً عنها؛ لأن الرعاية والمسئولية هي العلامات الحقيقية للحبِّ.

١٩- أشعرها بأنوثتها طول الوقت، وامتدح فيها كل معاني الأنوثة: الجمال.. الرقة.. الحب.. الحنان.. الشرف.. الطهارة.. الإخلاص.. الوفاء.. التفاني.. الانتماء.. الاحتضان.

٢٠- اهتم بالأشياء الصغيرة في العلاقة بينكما: تذكر المناسبات

السعيدة.. قدِّم الهدايا ولو كانت بسيطة في تلك المناسبات وفي غيرها.. امتدح كلَّ شيء جميل فيها.. اخرجا في نزهة منفردين، ومارسا فيها طقوس الحبِّ.. اذهبا في إجازة «معًا» لمدة يوم أو يومين.. استمع لكلامها، وتفهم أفكارها جيدًا حتى ولو كانت دون أفكارك أو مختلفة عنها؛ لأن أفكارها تمثل الجانب الأنثوي والرؤية الأنثوية للحياة، وأنت تحتاجها لتكتمل رؤيتك.

٢١- استقبل همساتها ولمساتها ومحاولات قربها وزينتها بالحفاوة والاهتمام، وبادلها حبًّا بحب، وحنانًا بحنان، واهتمامًا باهتمام.

٢٢- تزيَّن لها كما تحبُّ أن تتزين لك، وتودد لها كما تحبُّ أن تودد لك.

٢٣- احترس من الشكِّ في علاقتك بزوجتك؛ فالشكُّ اتهام وعدوان، وهو يفتح أبوابًا للشر لم تكن مفتوحة من قبل أمام زوجتك.

٢٤- تجنب إهمالها جسديًا أو نفسيًا أو عاطفيًا؛ لأن الإهمال يقتل كلَّ شيء جميل في العلاقة، وربما يفتح الباب لاتجاهات خطرة بحثًا عن احتياج لم يشبع.

٢٥- حافظ على استمرار الحوار بينكما «بكلِّ اللغات» اللفظية وغير اللفظية، فلا تبخل بكلمة حبٍّ، ونظرة إعجابٍ، ولمسة ودٍّ، وضمة حنانٍ.

٢٦- تعامل معها بكلِّ كيانك دون اختزال (الطفل - الوالد - الراشد): تكون ابنها أحيانًا؛ فتفجِّر لديها مشاعر الأمومة.. أو تكون أبًا لها؛ فتفجِّر فيها مشاعر الطفولة.. أو تكون صديقًا لها؛ فتستمتع بحالة الصداقة.

٢٧- جدِّد حالة الرومانسية دائمًا في حياتكما، ولا تتعلل بالسن؛ فلا يوجد سن يتوقف عنده الحب، ولا تتعلل بالمشاغل؛ فزوجتك هي أحد أهم شئونك، ولا تتعلل بنقص المال؛ فالرومانسية هي الشيء الوحيد الذي لا يحتاج لمال.

٢٨- كُنْ فارس أحلامها برجولتك وإنجازاتك؛ فهي تحبك دون شروط، ولكنها تريدك ملء عينيها وقلبها، وتريد أن تفخر بك أمام نفسها وغيرها؛ فلا تحرمها من ذلك.

٢٩- كن كريمًا في رضاك، ونبيلاً في خصومتك؛ فهذه من علامات الرجولة الحقيقية.

٣٠- التزم الصدق والشفافية معها؛ فالعهد بينكما لا يحتمل الخداع أو المواربة أو التخفي أو لبس الأقنعة، فكلُّ هذه الأشياء بمثابة حواجز تفصلكما.

٣١- شاركها الشعور بالجمال أمام منظر بحر أو لحظة غروب أو جمال زهرة أو روعة موقف.

٣٢- احذر البخل في المال أو المشاعر أو الجنس.

٣٣- راع التوازن بين المرح والجدية، وبين اللين والحزم، وبين الخيال والواقعية.

٣٤- اشعر زوجتك بالأمان؛ فهذا الشعور من الاحتياجات الفطرية للإنسان عمومًا، وللمرأة على وجه الخصوص.

obeikandl.com

٣٥- تـذكر أن علاقتـك بزوجتـك علاقـة شـديدة القـرب، شـديدة الخصوصية، وأنها علاقة أبدية، وهي أبدية بمعنى امتدادها في الدنيا واستمرارها في ثوب أجمل وأروع في الآخرة.

٣٦- لا تدع مشكلات أسـرتك الأصـلية أو أسـرة زوجتـك الأصـلية تدخل مجال الأسرة الصغيرة، راع التـوازن في العلاقـات المختلفـة؛ فلا تطغى علاقتك بأمك على علاقتك بزوجتك أو العكس.

٣٧- لا تنم في غرفة منفصلة أو سرير منفصل، مهمـا كانـت المـبررات والأسباب.

٣٨- اهتم بأن تكون العلاقة الجنسية في أحسن صورها، وأكمل فنونها؛ لكي تسعدا بها معًا، وينعكس ذلك علـى بـاقي نـواحي حياتكمـا؛ فهذه العلاقة هي ترمومتر العلاقة الزوجية، فالسعادة الزوجية تبـدأ من الفراش، وأيضًا الطلاق في ٩٠٪ منه يبدأ من الفراش.

٣٩- حافظ على الخصوصية المطلقة لعلاقتكما بكلِّ أبعادها، ولا تنقص هذه الخصوصية أبدًا حتى في أشد حالات الخصـومة، فمـا بينكمـا ميثاق غليظ يسألك عنه الله.

٤٠- اهتم بالتواصل الروحي بينكما من خلال علاقة صافية بالله، وأداء بعض الطقوس الدينية معًـا؛ كالصـلاة، وقـراءة القـرآن، والـدعاء، والحج، والعمرة، وسائر أعمال الخير.

٤١- تجنب ضرب زوجتك أو إهانتها؛ فلـيس مـن المـروءة أن يضـرب رجل امرأة، وليس من الكرامة أن تهين مخلوقـة كرَّمهـا الله (حتـى

ولو أخطأت)، وليس من الأخلاق أن يرى أبناؤك أمهم في هذا الوضع، وتذكر لو أن لك ابنة: أترضى أن يضربها زوجها مهما كانت الأسباب؟!

٤٢- ساعد على تكوين صورة إيجابية ومتميزة لها لدى الأبناء؛ فذلك يسمح بعلاقة طيبة بينها وبينهم، ويعطها قدرة أكبر على ممارسة دورها التربوي معهم حين يرونها زوجةً وفيةً وأمًّا عظيمةً في نظرك ونظرهم.

٤٣- إذا أحببتها فأكرمها، وإذا كرهتها فلا تظلمها؛ فهذه هي صفات الزوج النبيل الكريم العظيم كما وصفها سيدنا الحسن ﷺ.

٤٤- في حالة التفكير في الطلاق أو حدوثه - لا سمح الله - فكُنْ راقيًا متحضرًا في إدارة الأزمة، واستبق قدرًا من العلاقة الإنسانية يسمح بالإشراف المشترك على تربية الأبناء، ولا تحاول استخدامهم في الخلاف بينكما، ولا تحاول تشويه صورة مطلقتك أمام أبنائها.

❊ ❊ ❊

obeikandl.com