

الأسرة والبيت

الجور الهادئ في البيت

وكيف يمكن للزوجة أن توجده

للسيدة ثريا فهمي

عميدة مدرسة الخدمة الاجتماعية

”مهمة خلق الجور الهادئ في البيت ومحبيب الحياة فيه الى الزوج والأولاد من أدق المهمات التي يجب أن تقوم بها ربة الدار. ولكنها ليست بالمهمة السهلة الميسورة إذ هي تحتاج الى كثير من الذكاء واللباقة وضبط النفس وفهم المعيشة المنزلية على وجهها الصحيح . وإذا تكنا نلاحظ أن الزوج يقضى معظم أوقات فراغه في المقاهي والمساخر بعيدا عن زوجته وأولاده فإذ ذلك إلا نتيجة عدم توفيق السيدة الى إيجاد الجور الهادئ الذي يجعله يؤثر الحياة في البيت على التشرذم في المجتمعات وأما كمن اللهور . وفي هذا المقال البديع المملوء فطنة ودقة ورياسة نتحدثنا السيدة ثريا فهمي عن أمثل الطرق للوصول الى هذه الغاية“ .

« المحرر »

طلب الى أن أتحدث في كلمات قليلة عن مهمة الزوجة في إيجاد الوسط الهادئ في المنزل ولكن قبل أن أبدأ هذا الحديث أحب أن أوضح أن كل ما سأقوله ينطبق على الرجال بقدر ما ينطبق على النساء ، وأن البيت السعيد إنما هو ثمرة الجهود المشتركة بين الزوجين — فإن الوفاق الروحي والهدوء الشامل إنما يتحققان إذا قام الزواج على أساس من التفاهم المتبادل والشركة المشبعة بالعطف وإذا كانت الحياة اليومية بين الزوجين تسير على مبادئ الحب والاحترام المتبادل والتفخجية والصبر . والعمل لهذا الوفاق هو تبعه تقع على كل من الزوجين ولا يمكن أن يتحقق إلا بجهودهما المشترك . وأحب أيضا أن أوضح أن ما سأقوله إنما هو في الأكثر نتيجة آرائى وملاحظاتى الشخصية . وقد تكون تلك الملاحظات لهذا السبب عرضة للنقاشات والاعتراضات ولا يمكن تطبيقها على كل حالة ، لأن موضوع الزواج موضوع به من التشمب والاشتبك ما بالملاقات الزوجية نفسها ، إذ يجب أن نذكر

أن السعادة الزوجية إنما هي في الأكثر مسألة فردية ، وهي في العالم الحديث تتألف من العلاقات المشبكية بين فردين يجب على كل منهما أن يوائم بينهما وبين الآخر وبين المجتمع . والمشكلات التي تواجهها الزوجات تختلف بين أسرة وأسرة ويجب أن يكون لكل منها حله الخاص . ثم يجب أن نذكر أنه ليس هناك قاعدة سحرية يمكن أن تسير عليها ونحقق بها الوفاق بين الزوجين . وقليل من الناس من يدرك أن السعادة الزوجية إنما تبني في ببطء وعلى مهل وتكون ثمرة التضحية والجهد معا . فإن الزواج ينظر إليه كأنه المثل الأعلى للسعادة يتبدئ أمام الزوجين عقب زواجهما فإذا قامت المشكلات اليومية أمامهما انتشع الوهم وصيب الزواج كأنه هو الأصل لهذه المشكلات ، في حين أن العيب إنما ينحصر في عجزهما عن مواجهة الحقائق وعن بذل الجهود الخالص لإيجاد التفاهم والملاءمة بينهما . إذ يجب على كل منهما أن يضحي من أجل الآخر وأن يتجمل بالصبر والأناة والاحترام وأن يشترك كلاهما في التبعات وأن يبينا بالتفاهم المتبادل وباختبارات الحياة العائلية علاقة سعيدة دائمة . وهذه الارشادات التالية في ما يمكن الزوجة أن تقوم به لتحقيق الوفاق في البيت أقدمها مع هذا التحفظ : وهو أن ما يذكر هنا إنما هو مبادئ عامة وأن الوسائل النوعية لإيجاد هذا الوفاق يجب أن تكون خاصة بكل حالة على حدة .

موقف الزوجة من الأسرة والحياة :

ليس هناك من العوامل لتحقيق الوفاق ما هو أكبر قيمة وأقوى أثرا من نظرة النفاؤل عند الزوجة . فإن عواطف الزوجة هنا يمكن أن تؤثر في صبغة الحياة العائلية وخاصة فيما تركه من أثر حسن أو سيء في الأطفال . فإذا كانت الزوجة هادئة تتصف بالشجاعة والصبر مع البشاشة فإن هذه الفضائل تنتقل في غير قصد إلى الأطفال وتنتشر في أرجاء البيت . أما إذا كانت الزوجة قلقة تبالغ في همومها أو مخاوفها أو تكبر من شأن التافه من الأمور ، أو إذا كانت على وجه عام ساخطة متهيبة فإن التوتر والقلق العصبي والمصادمة تنشأ نديجة سخطها وتهيجه . وليست هناك طريقة أبلغ في إيجاد البشاشة والشجاعة والمثابرة والوفاق بين أعضاء الأسرة من أن تأخذ الزوجة نفسها بهذه الفضائل . كما أنه ليست هناك طريقة تبعث المحوم والتهيج والسخط بين الأطفال من أن تكون الزوجة متهيبة الأعصاب قلقة غير راضية . فعلى الزوجة أن تجتهد في إيجاد الوفاق العاطفي وعليها أن تواجه المشكلات على حقيقتها وأن تأخذ لنفسها قسطا من الراحة والرياضة يمكنها من تجديد نشاطها لمواجهة اليوم الجديد . كما يجب أن تكون لها فوق ذلك فلسفة خاصة تعاونها على إيجاد الطمأنينة النفسية . فإن عدم تعيين القصد من الحياة أو اتخاذنا موقفا كاذبا نحوها أو إهمال الصحة أو الغيرة من الزوج أو الجهل بتربية الأطفال ، كل هذا أو بعضه قد يكون العلة في سخط الزوجة فإن كثيرا من الناس

يتأرجحون بين عواطف لا شعورية وهم لا يقفون لكي يسألوا أنفسهم ما هو قصدهم من الحياة وما هي غاياتهم فيها وكيف يحققون هذه الغايات. لذا كان واجبا على كل سيدة أن تحاول فهم نفسها وتعرف المسائل التي تجابهها حتى تجد الحل الموفق لما تم توضع بعد ذلك الخطة التي يجب أن تسير عليها حياتها وحياة عائلتها .

ومن أحسن الوسائل التي تؤدي إلى إيجاد الوئام في جو العائلة أن تنظر الزوجة إلى واجباتها المنزلية لا من حيث إنها عبء بل من حيث إنها عمل شريف لا ينقص في خطورته عن عمل الرجال ، وأن تفنى في خدمة أعضاء عائلتها وخدمة الانسانية ، لأن مهمة المرأة في الحياة العائلية مهمة شريفة إذ أن في يديها الواجب الأسمى لتكوين شخصيات أطفالها وبناء البيت الذي يجد فيه الزوج والأطفال العادة والعطف والارشاد. فاذا وقفت الزوجة هذا الموقف من عائلتها فإن تبعات البيت والارشاد اليومي للأطفال والاشتراك في النشاط المنزلي وإدارته تستغرق جل اهتمامها وعندئذ يصير عمل الزوج نفسه ذا قيمة عندها تتم له ولا تستاء منه حتى أنها تحقق سعادتها عن طريق نجاحه فيه كما لو كان هذا العمل عملها هي . وأسعد الناس في العالم هم أولئك الذين ينسون أنفسهم في خدمة الآخرين والزوجة حين ترصد نفسها للارشاد ورعاية عائلتها إنما تحقق لنفسها السعادة وراحة البال .

حاجة الزوجة الى ترقية نفسها :

من أهم العوامل التي تساعد الفرد على تكييف نفسه التكيف الصحيح للحياة في العالم الحديث النمو والرقى الشخصي المستمر . ومما يؤسف له أن تكف الزوجة عن تثقيف نفسها وزيادة معلوماتها وتهمل كل ما له أثر في تمية شخصيتها بمجرد زواجها . والوفاق الزوجي لا يتحقق الى أقصاه إلا إذا كانت الزوجة صديقة لأولادها وزوجها تفاسمهم مهامهم وتشارك في نشاطهم الاجتماعي كما تمتاز بشخصية راقية جذابة. ولاشك أن من العوامل الكبرى لإيجاد التوتر في العائلة أن تشعر الزوجة بأنها دون زوجها حتى لتكاد تتركه اهتمامه بشؤونه وأعماله الخارجية . ويمكن تجنب هذه الحالة عندما يعرف كل من الزوجين خطورة الواجبات المنزلية التي تقوم بها الزوجة وحاجتها أيضا الى ترقية شخصيتها وأن يكون لها نصيب في الاهتمام بالشؤون الخارجية . وليس هناك سبب يمنع المرأة من أن تخصص وقتا معنا تخلو فيه الى نفسها فتقرأ أو تدرس أو تهتم في هواية كالموسيقى أو الأدب أو غرس الحدائق أو تشارك في ناحية من النواحي الاجتماعية وتتبع الحوادث الجارية في العالم مع الاشتراك في النشاط الاجتماعي للأسرة . ومن الضروري أن تنظم عملها المنزلي وأن تخصص من وقتها جزءا لهذه

النواحي . فإن كثيرا من السيدات ينغمسن في الأعمال المنزلية وقد تزعم إحداهن أن ليس لديها سعة من الوقت تسع عملا آخر غير عملها المنزلي أو تسمح لها أن تضي بعض الوقت بين أطفالها وزوجها . ولكن إذا تناولنا هذه الحالات بالتحليل وجدنا أن كثيرا من الوقت يذهب ضياعا لقلة النظام ، بحيث لو نظمت الأعمال المنزلية ولم يبعثر الوقت في التافه من الأعمال (مثل المكالمات التليفونية العقيمة والاستسلام لأحلام اليقظة والتندم على الحظ السيء وسرد الهموم والانتقال الى عمل آخر قبل الانتهاء من العمل الحاضر) لأصبح كثير من البيوت أمكنة صالحة للرق الشخصي . ولن تكون الزوجة هذه الزميلة التي ترشد زوجها وأطفالها وتحبهم بعطفها وحبها ما لم تتم شخصيتها وتزد ثقافتها وتستغل ذكاءها في الدرس والتثقف .

ومن الأخطاء التي يقع فيها بعض الزوجات إهمال صحتهن الجسمية وإهمال قواعد الصحة العامة . فإن قلة الشمس والرياضة البدنية وعدم انتظام مواعيد الراحة وقلة المبالاة بمواعيد الطعام والافراط في الأكل وغيرها قد تؤدي الى إرهاق الجسم ثم الى التهيج العصبي الذي ينتهي بالاحتكاك بين الزوجين .

وليس علاج هذه الحال شاقا إذا عمدت الزوجة من وقت لآخر إلى الفحص الطبي وإلى تخصيص وقت معين للتمارين الرياضية اليومية مع الخروج إلى الخلاء للاستمتاع والانتفاع بالهواء الطلق والجو الصحو .

نظام البيت :

البيت المنظم من أهم العوامل التي تساعد على إيجاد الوفاق الزوجي . فالمنزل يجب ان يكون مكانا يجد فيه الزوج والأولاد الراحة والرفاهية والتفاهم حتى يمكنهم الاجتماع بعد عمل اليوم في رفقة بهيجة وحتى يمارس كل منهم هوايته ويشترك الجميع في بعض المهام .

ويجب أن تبذل الزوجة كل مجهود لأن تجعل أحوال المنزل تسير سيرا هادئا كما لا ينبغي أن يصادم الزوج من وقت لآخر بالتفاصيل الصغيرة ، ومهما يكن عدد العائلة فإنه لا بد من نظام مستقر يسير عليه البيت . ولا بد من ساعات معينة للطعام وخاصة للأطفال وعلى الزوج والزوجة أن ينظم كل منهما عمله حتى يجدا الوقت لأن يكونا معا ولأن يشتركا مع الأطفال .

وفي وقت الطعام يجب ألا يزج أحد بمشكلات البيت أو واجباته وكذلك الحال في راحة المساء . وإن كان للزوجة شكوى بشأن الخدم فعليها أن تنظر بنفسها في هذه الشكوى . وإذا كانت هناك طلبات مالية أو أوامر تاتي على الخدم أو حسابات تقدم ،

فإنه يجب إتمام هذه الأشياء في الصباح . أما وقت الطعام فينبغي أن يكون حادنا هيبجا فيجتمع أعضاء الأسرة لكي يقص كل منهم أخباره ويشارك الجميع في مناقشة سارة . ويجب ألا يفسد هذا الوقت برواية المشاغبات التي ارتكبها الأطفال أو تسوية نزاع سابق .

ومن الوسائل التي تساعد على إيجاد الجو الهادئ أن تكتب ربة البيت جدولاً بالأعمال التي يجب أن تتم خلال الأسبوع كل يوم مع الترتيب المنطقي والزمني ومع التزام هذا الترتيب . ومن المحقق أنه يمكن تدريب الخدم على هذا النظام إذا كان عند الزوجة الأناة والرغبة في الإيضاح وإذا كانت هي المثال الحسن لهذا النظام لا تخالفه ولا تتناقض في أوامرها . وهذه النقطة الأخيرة لها أهمية خاصة إذ ليس أدمى إلى الاضطراب في المنزل من إعطاء الأوامر المتناقضة للخدم . وأخيراً يجب على الزوجة أن تحرص على سكينتها في أعمالها ومشاكلها وعليها أن تتعود الكلام الهادئ الرصين مع أولادها وخدمها وهي إن تأبرت على هذه العادة فإنها لن تحتاج إلى أن ترفع صوتها لكي تحصل على انتباه السامعين .

معاملة الأطفال :

إن المعاملة الحكيمة للأطفال هي إحدى الوسائل المهمة لإيجاد جو الوفاق في البيت . ويجب ألا يفوتنا أن العامل الأول في التأثير على الأطفال هو قدوة الأم ولكي تصل الأم إلى تحقيق غايتها في إيجاد الجو الهادئ يجب أن تتعود النظام في معيشتها وأن تجعل من نفسها المثال الذي تحب أن تراه في أطفالها .

ومع أن من الأطفال من يولدون وهم دون الآخرين في الأثران العصبي ، فإن هناك حالات كثيرة للتهيج العصبي تعزى إلى المعاملة الخاطئة من الآباء . وقد تداعل هنا ما هي الطرق التي تتبعها بعض الأمهات وتؤدي إلى شقاء الأطفال وتبهيجهم العصبي فقول أن من هذه الطرق أن تعتمد الأم على تخويف أطفالها بالطيب أو الشرطي أو إرساله إلى المستشفى أو تخويفه بالمغاريت . فإن هذه التهديدات تجعل الطفل عصبياً بل قد يبق سائر حياته بعد ذلك مبتلياً بالاضطرابات العصبية ، ومن الطرق السيئة أيضاً أن نذكر الأم لطفلها أنه عصبي أو أنه مريض أو أن تطلب منه أعمالاً فوق طاقته فتسوقه إلى بذل المجهود العظيم ، أو أن تتحدث هي عن نفسها بوصف أنها مريضة أو عصبية ، أو أن تدأب في التوبيخ والتعنيف . وإذا عرفنا الأثر السيء الذي تحدثه كل هذه الأشياء في الطفل فأننا لا ندخر وسعاً في مبيد اجتنابها . وإذا شاءت الأم أن ترى طفلها ينمو طبيعياً فيجب أن تتحلل هي نفسها بالسكينة وتتجنب مناقشة المهائل العائلية الخطيرة أمامه . وعليها أن تعنى بأن تكون

حياة الطفل منظمة لايسودها التهيج الزائد حتى يجد الراحة الكافية وعليها فوق هذا أن تاترم معه الأناة والتفهم .

وعلم النفس الحديث يوضح لنا كل يوم قيمة الآباء ، والأم خاصة ، في تكوين شخصية الطفل وطبعها بطابع خاص ، فعلى الأم أن تعتبر المنزل بمثابة البيئة التي تتكون فيها الأخلاق والشخصيات فيجب أن تكون هي وزوجها المرشد الأمين والصديق الوفي للأطفال . وإذا كان الطفل يقصد الى أمه وهو واثق بأنه سيجد منها التفهم والحنو لمسائله ومشكلاته ، وإذا كانت هي تنظر الى عملها في البيت باعتبار أنه عمل من أهم الأعمال في العالم فإن الطفل ينشأ سعيدا في جو كله ألفة ووفاق .

وبعد فني هذا الذي كتبت بعض النقط التي أوجزت شرحها بشأن الزوجة وكيف تخلق الجواهر الهادئ والوفاق الزوجي في البيت ولكني أشعر الآن أنني قصصت القصة من جانب واحد فهل لي أن أقترح على أحد الأزواج أن يكتب مقالا في هذا الموضوع من ناحيته ؟

ثريا فهمي

في حكمة الحياة

ما كانت العرب تقول في حكمة الحياة :

لا تطلبوا الحاجة الى ثلاثة : لا الى الكذب فانه يقربها وإن كانت بعيدة ، وبياعدها وإن كانت قريبة ، ولا الى الاحق فانه يريد أن ينفعك فيضرك ، ولا الى رجل له إلى صاحب الحاجة حاجة فانه يعمل حاجتك وقاية لحاجته .

قال رجل للحسن بن علي :

إني أكره الموت .

فقال له الحسن :

ذلك أنك أكرهت مالك ولو قدمته لسرك ان تلحق به ؛

يريد أنه لو أنفق ماله في الخير لما خشي الموت .

ما حاججت طالما إلا غلبته ، وما حاججت جاهلا إلا ظنني .

الإمام الشافعي