الفصل الثاني

الانطلاق المداري

إذا ما تقدم لكي شابٌّ الآن، هل أنت مستعدة للانطلاق الآن.. "أي الارتباط الآن"؟

لا أرغب في الزواج الآن، هكذا بدأت «سماح» استشارتها الهاتفية معي، وتقول: لازلت أدرس في كلية الطب، وأمامي ثلاث سنوات قبل التخرج، وأشعر بالخوف الشديد من خوض تجربة الزواج، فقد تقدم لي ضابط يكبرني بسبع سنوات تقريبًا، وبعد الاتفاق على الخطبة تعسر الأمر كثيرًا؛ بسب إصراره على الزواج في أقل من سنة، مما يعني أنني لن أكون أكملت دراستي، أو حتى شارفت على الانتهاء منها. ومما زاد قلق والدي وسارع بالرفض أنه أصر على مكوثي في بيت العائلة، ولا علاقة له بأعباء الدراسة. فسأقوم بخدمة والديه وبواجبات بيتي. هنا، تيقنت أنني غير مستعدة للارتباط، خاصة وأني أبلغ العشرين من عمري فقط، فلماذا أُقحم نفسي في مسؤوليات لن أستطيع الوفاء بها.

obeikandl.com

وهنا، أوضحت لها أنه لا تكفي الرغبة في الزواج فقط من أجل الارتباط الحقيقي، بل لابد من معرفة الأولويات، وتحديدها في كل مرحلة. فللزواج مسؤوليات وضغوطات تتطلب التأهيل النفسي لها قبل الخوض في التجربة.

فعدم النضج العقلي كافٍ لعدم الارتباط، فالبلوغ لا يتوجب أن يكون جسمانيًّا فقط، بل للنضج العقلي والاتزان النفسي دور كبير في نجاح الزيجة من عدمها.

أيضًا، ليس هذا بالسن الأدعى بالتسرع في زواج الفتيات. وفي حالات عديدة، بعد سنوات قليلة من الزواج، نجد الفتاة تقول: لقد تسرعت في الدخول في معترك الحياة مما جعلني أتسرع في الاختيار. ومن ثم، الوقوع في العديد من المشاكل المنهكة جرّاء ذلك، ولو عاد بس الزمن للوراء لما فعلته.

ليس هذا بالكلام المستغرَب؛ فقد وضع علماء النفس حدًّا لسن المراهقة حتى واحد وعشرون عامًا، مما يعني اضطرابًا في المشاعر، وعدم اتزان انفعالي بشكل عام، مما يؤدي لاختيار غير ناضج في معظم الأحوال؛ فيرتبط لاختيار غير ناضج في معظم الأحوال.

فيرتبط النضج العقلي والاتزان الانفعالي - غالبًا - بالمرحلة العمرية.

obeikandl.com

وهنا يتبادر سؤال ملِحٌّ إلى الأذهان، ما هو السن المناسب للارتباط؟

على وجه دقيق، لا يوجد سن واحد يصلح للجميع، فمثلًا قد تتمتع فتاة بنضج عقلي وقدرة عالية على التكيف الاجتماعي وهي في سن صغيرة، مثلًا في التاسعة عشر من عمرها. ولكن المفضل ما بين 23 وحتى نهاية العشرينيات. ففي أغلب الأحوال تكون الفتاة أنهت دراستها سواء الجامعية أو ما دون ذلك، وأصبحت أكثر اتزانًا وحنكة، وأقدر على الاختيار الصحيح، واكتسبت الكثير من الخبرات، ورأت تجارب حياتية عديدة أمامها جعلتها أقدرَ على وضع رؤية أكثر وضوحًا.

والزواج الناجح لا يتوقف على سن معين؛ فهنالك فتيات بدأن بالارتباط في سن الثلاثين وكن أكثر نضجًا ووعيًا من غيرهن، وتمتعن بحياة زوجية سعيدة.

وهناك نماذج، وإن لم تكن كثيرة إلا إنهن بدأن في الأربعينيات بل والخمسينيات من عمرهن، وبالطبع كانوا على فئتين: إمّا سبقن لهن الزواج، أو لم يسبق لهن الزواج، إلا إنهن نجحن في حياتهن؛ لأنهن أحسنَّ اختيار الشخص الملائم لأحوالهن، دون التنازل عن المبادئ والقيم والأخلاق والدين. وكان لديهن الرغبة في إكمال حياتهن الزوجية.

obeikandl.com

ففي بداية العشرينيات، عليكِ زيادة وعيك بشكل عام في كافة ميادين الحياة، وبشكل خاص في مجال الزواج. وذلك بحضور الندوات والمحاضرات والدورات التأهيلية للمقبلات على الزواج، فهذا يكسبك الكثير من المهارات، ويوسع إدراكك وفهمك لكثير من الأمور.

والآن، أطلب منكِ الإجابة بموضوعية على بعض الأسئلة.. إذا تقدم لخطبتك شخص الآن:

1 – هل أنتِ جادة في الارتباط الآن؟ **(نعم \ لا)**

2 – هل ترَيْن مميزاته وعيوبه على حدٍّ سواء؟ **(نعم \ لا)**

3 – هل تشعرين أن هذا الشخص يستحقك؟ **(نعم \ لا)**

4 – هل أنتِ على استعداد لتحمل مسئوليات الخطبة والزواج، أمْ لمْ يحِنِ الوقت بعد؟ **(نعم \ لا)**

5 – هل مشروع الخطبة والزواج في حقيقته الآن تسكين لآلام داخلية فقط؟ **(نعم \ لا)**

6 – هل ترغبين حقًّا في مقاسمة حياتك مع ذلك الشخص دون غيره؟ **(نعم \ لا)**

- إذا كانت إجاباتك بـ (نعم) على ثلاثة أسئلة؛ فأنت بحاجة لترتيب أولوياتك قبل الارتباط.

obeikandl.com

- إذا كانت إجاباتك بـ (نعم) على أقل من ثلاثة أسئلة؛ فأنتِ الآن غير مستعدة للانطلاق في مدار الحب.

لماذا عليكِ التمهل قبل الاختيار؟

معرفة استعدادك النفسي له عامل هام، بل رئيسي في إنجاح الزيجة. فبالنظر إلى أحوال البلاد – العربية عمومًا، والأمة الإسلامية خصوصًا – من السهل عليكِالتماسَ الواقع المرير الذي تؤول إليه الكثير من الزيجات ما بين خَرَسٍ زوجي، أو طلاق صامت (كما يقولون عليه) لرغبة كلٍّ من الطرفين في الانفصال ولو نفسيًّا أو معنويًّا عن الآخر، مع المحافظة على الشكل الاجتماعي أو حفاظًا على الأولاد من الضياع.

وما بين بيوت ينشب فيها الخلافات والصراعات لرغبة أحدهما في السيطرة على الآخر ومحو شخصيته، وأن تكون كلمته هي الأولى والأخيرة؛ لاعتقاده بعدم كفاءة شريكه في إدارة الأمور، وما يعقب ذلك من هزائم نفسية متتالية للأسرة كلها زوج وزوجة وأولاد.

وفي بعض الأحيان، قد تستحيل الحياة وتصل إلى حد الطلاق الفعلي.

فوفقًا لإحصاءات أجراها مركز معلومات دعم واتخاذ القرار، الذي يتبع مجلس الوزراء، تحتل مصر حاليًا المركز الأول عالميًّا في

obeikandi.com

حالات الطلاق؛ حيث ارتفعت حالات نسبة الطلاق من 7 ٪ لتصل إلى 40 ٪ في الخمسين عامًا الأخيرة.

فقد ارتفعت نسبة الطلاق ما بين عامي 1990 و2013 إلى 143 ٪.

ووفقًا للجهاز المركزي للتعبئة والإحصاء، هناك 240 حالة طلاق يوميًّا، أي بمعدل 6 حالات طلاق في الساعة، ووصل عدد المطلقات إلى 2.5 مليون مطلقة.

ووفقًا لإحصائيات وزارة العدل في المملكة العربية السعودية لعام 2015، يوجد حوالي 8 حالات طلاق كل ساعة، تقريبًا 188 حالة يوميًّا.

وبلغت نسبة الطلاق في تونس 4 حالات طلاق كل 3 ساعات. هذا ولم يتعد المجتمع التونسي 12 مليون نسمة.

وفي الجزائر، أعلنت وزارة العدل ارتفاعًا ملحوظًا يصل إلى حالة كل 10 دقائق.

وأرجع الخبراء والمحللون النفسيون هذا الارتفاع الكبير إلى عامل رئيسي، وهو سوء الاختيار وعدم التوافق الثقافي والفكري والاجتماعي والسياسي، وما يترتب على ذلك من انعدام الحوار والتفاهم بين الزوجين، وعدم النضج العمري والنفسي في كثير من الحالات، وانعدام الأخلاق المشتمل في إدمان المواقع الإباحية وسوء

obeikandl.com

الحياة الجنسية في المقابل، أو الخيانة الزوجية أحيانًا.

ومن ضمن الأسباب، قلة الوعي العام للزواج، ومسئولياته،وحقوق وواجبات كلٍّ من الزوجين، وإلقاء كلٍّ منهما المسئولية على الآخر، ثم التدخلات الكثيرة للأهل، ولاسيما إن كانا على قدر زهيد من الخبرة والحنكة، وتهرب الزوج من الإنفاق أو رعاية أبنائه بالقدر المناسب.

أيضًا، جاءت مشكلة عدم القدرة على الإنجاب من ضمن ذلك.

فالزواج أو الارتباط بشخص ما هو إلا قرار. والاختيار الصحيح والملائم هو مسؤولية الأهل في المقام الأول، والفتاة في المقام الثاني.

قال تعالى في سورة الشورى: (وَمَا أَصَابَكُم مِّن مُّصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُو عَن كَثِيرٍ)

فما تنزل المصيبة إلا بذنب أو مخالفة الإنسان لقوانين وشرائع وسنن وضعها الله في كونه، ولكن الله – برحمته – يعفو عن كثير.

obeikandl.com

الانطلاق قبل الإعداد

من أسباب العجلة في الارتباط:

1 – عدم الإحساس بالأمان العائلي:

تعيش بعض الفتيات واقعًا مؤلمًا في بيتها، يدفعها للشعور بعدم الأمان، وقد يرجع ذلك إلى كثرة النزاعات بين الأب والأم أو انفصالهما، أو وجود أم أو أب مسيطر، عصبي المزاج، لا يتسم بالعدل بين الأبناء.

فتترعرع مشاعر الخوف والقلق والتوتر بداخلها، وتسعى للإفلات من تلك المشاعر؛بسرعة الهروب والزواج أملًا في التماس الأمان في مكان آخر.

2 – التنافس الاجتماعي:

تتبارز الفتيات في المراحل العمرية الصغيرة. وبخاصة في أوائل العشرينيات، في إبراز جاذبيتها وأنوثتها المتجسدة في رغبة الجنس الآخر في الاقتران بها. ولعل الناظر في مواقع التواصل الاجتماعي يلتمس ذلك في العرض شبه المستمر لصور الخطبة والزفاف والهدايا والمناسبات والأماكن التي تجمعها بشريكها.

obeikandl.com

فمثل هذه الأمور، تثير دافع الغيرة لدى الكثيرات، بل قد تكون من أسباب ضعف ثقتهم بأنفسهن، وشعورهن برغبة الجنس الآخر فيهن. فتوافق هي الأخرى مسرعة على أول من يطرق بابها مغمضة عينيها عن كثير من الأمور الظاهرة؛ طمعًا في نيل وجاهة اجتماعية زائفة.

3 – **اغتنام الفرص:**

يوجد الآن مصطلح دارج وسط المجتمع النسائي (الفرصة)، وكأن الزواج صفقة ومهمة يجب إنجازها دون النظر إلى اعتبارات أخلاقية أو دينية أو اجتماعية. فمفتاح الموافقة يبدأ من الثراء وليس الأخلاق والمبادئ والقيم.

والصفقات أنواع:

مادية: كمن تود الارتباط بشكل ثري، وفقط.

اجتماعية: لمن تبحث عن لقب ووجاهة اجتماعية، وفقط.

سلطوية: لمن تبحث عن رجل ذي سلطة ونفوذ.. كدبلوماسي أو ضابط أو ما شابه.

4 – **الانبهار بالشخصية:**

بعض الرجال يتسموا بقدرة عالية على التحدث ولفت انتباه الحضور، فيتمتعوا بقدر كبير من الجاذبية الشخصية – كما يطلقون عليها – . فهناك

obeikandl.com

من الرجال من هو قادر على إبهار من حوله بحسن طلعته، وتناسق هندامه، ولباقته الشخصية، ودبلوماسية مواقفه الاجتماعية، وفصاحته وطلاقة لسانه، وثقافته الواسعة، وإنجازاته الشاسعة بمناسبة أو غير مناسبة. وبمجرد حضوره؛ يلتفت الجميع.

لا شك أن هذه الصفات - وغيرها - مطلوبة، بل وأحيانًا أساسية، إلا أن هناك فرقًا بين الثقة والاستعراض؛ فالاندماج الزائد في الإنجازات يدل على فقر في الثقة بالنفس، ومحاولة تعويض ذلك بالإغراق في الاستعراض.

يميل الرجل بطبعه للتحدث عن إنجازاته، وخاصة في اللقاءات الأولى مع خطيبته؛ لأن الرجل بطبعه يميل للإحساس بالإنجاز والتقدير. وبالتالي، يميل إلى ذلك إلا أن الزيادة عن الحد في ذلك، قد يدل على النقص، وليس على الثقة بالنفس.

وقد يزيد الانبهار إذا أغدقها بكلمات الحب والهيام والرومانسيات، فتصم آذانها وتغمض عينيها عن عيوب قد تجعله غيرَ أهلٍ لها.

5 - الخروج من علاقة عاطفية سابقة:

سواء كانت تجربة حب أو خطوبة أو زواج، فمن أكبر الأخطاء إنهاءُ علاقة، ثم الدخول مباشرة في علاقة أخرى، دون التعافي النفسي من العلاقة السابقة أو التهيؤ الداخلي لذلك.

obeikandl.com

إذا كنتِ بصدد الدخول في تجربة للارتباط الآن؛ فأجيبي على الأسئلة الآتية:

1 – هل ترغبين الآن للدخول في ارتباط بدافع رد الاعتبار؟
(نعم \ لا)

2 – هل تعتقدين أن الدخول في تجربة جديدة كفيلٌ بأن ينسيك تجربتك القديمة؟ **(نعم \ لا)**

3 – هل تشعرين بالرغبة في الانتقام من الشخص السابق، وترغبين في إيلامه بدخولك في تجربة ناجحة؟ **(نعم \ لا)**

4 – هل ترغبين في الظهور بدور المنتصر؟ **(نعم \ لا)**

5 – هل تقتنعين بفكرة العلاج الفعال أم المسكنات؟ **(نعم \ لا)**

إذا كانت إجاباتك بـ 3 مرات فأكثر بنعم، فأنتِ تميلين إلى المسكنات في علاج الآلام، وحسب.

وإذا جاءت إجاباتك بنعم أقل من 3 مرات أو لا توجد إجابة بنعم؛ فأنتِ تميلين للعلاجات الفعالة المضمونة.

obeikandl.com

لا تظلمي نفسك

لا تظلمي نفسك بالارتباط بمن لا ترغبين، بهدف رد اعتبارك وإثبات ذاتك المزيف.

لا تظلمي نفسك بوهمها باجتياز آلامك الأولى بأخرى، قد تكون أشد ألمًا مستقبلًا.

لا تظلمي نفسك بالهروب؛ فالأهداف طويلة الأمد كالزواج تحتاج لاقتناع تام؛ لتحمل مشاق الحياة.

لا تظلمي نفسك بالرغبة في الانتقام، هناك حكمة قديمة لصينيين يقولون: "إن لم تسامح، فعليك بحفر مقبرتين واحدة لك والأخرى لعدوك".

فلا تنشغلي بالمشاعر السلبية كالانتقام والحسد، وإن وقع عليك ظلم فعليكِ بتفويض أمرك للمولى - عز وجل - فهو العدل المنتقم. ولا تجعلي من نفسك أداة للانتقام، بل دعي للعدالة الإلهية التصرف المطلق، وستشعرين بالتوفيق التام في حياتك.

ولتعلمي أن خير وسيلة للانتقام هي النجاح، والتفكير المنطقي سيقودك لمستقبل باهر.

obeikandl.com

لا تظلمي نفسك برغبتك في الظهور بمظهر المنتقم أمام الجميع؛ لأنه سرعان ما سينسى الجميع. وهكذا فإن طبيعة الإنسان – للأسف – النسيان. و لن يشعر بفداحة الأمر سواك، فلا تظلمي نفسك.

لا تظلمي نفسك بإجبارها بالارتباط بمن لا تُطيقين، وليس عندك استعداد لحبّه، فالبذل والصمود في مواجهه الحياة لا يأتي إلا من أمرين:

1 – تمام الحب والاقتناع.

2 – تمام الاستسلام والخنوع.

لا تظلمي نفسك بإقحامها في صراعات نفسية جديدة مع نزيف مستمر لجرح غائر، فرفقًا بها.

لا تظلمي نفسك وأحِبّيها، فإن لم تحبيها؛ فلن تحبي غيرها، وستفقدين معنى الحياة.

لو أنك انتهيتِ الآن من علاقة، فقبْل الدخول في أخرى، عليكِ معرفة الآتي؛ فذلك سيساعدك على استبدال أفكارك السلبية بأخرى أكثر إيجابية وتفاؤل:

1 - ما أسباب فشل العلاقة القديمة؟

.....

.....

.....

.....

obeikandl.com

2 - ما هي الخبرات التي اكتسبتها من تلك العلاقة؟

.....

.....

.....

.....

3 - هل كان سوء الاختيار عاملًا رئيسيًّا لفشل العلاقة؟

.....

.....

.....

.....

4 - ما هي أسس الاختيار الصحيحة التي تجلَّت أمام عينيك الآن؟

.....

.....

.....

.....

obeikandl.com