الباب الثاني

وقبل الاختيار

obeikandl.com

obeikandl.com

الفصل الأول

من أنا؟

هل سألتِ نفسك سؤالًا كهذا، من أنا؟ ماذا أُحب؟ ماذا أكره؟ ماذا أُطيق؟ ما الذي لا أُطيقه؟ ماذا أحتمل؟ وما الذي لا أستطيع احتماله؟

الاختيار في أصله هو قرار، ولا يوجد أهم من اختيار شريك الحياة، أو بمفهوم أكثر علمية الاختيار الزواجي.

فاختيارك لشخص معين للزواج، هو قرار مبني على قيَمِك ومعتقداتك ومفهومك الذاتي وإدراكك للأشياء، بالإضافة إلى مؤثرات أخرى خارجية.

على سبيل المثال: عند الذهاب للتسوق لشراء فستان، قد يعجبك فستان بشدة لجاذبية لونه أو لندرة تصميمه، وتكونين فرحة جدًّا لاقتنائه، وبعد ارتدائه مرة وأخرى لا تشعرين بالراحة عند لبْسِه، ثم لا تكترثين له كثيرًا، وتضعينه في الدولاب؛ لتتجنبي مشاعر الندم التي قد تصاحبك إذا ألقيته. وذلك كله لسبب بسيط، أنه لم يكن مناسبًا لكِ في الأساس.

obeikandl.com

وهكذا، هو الاختيار، فأحيانًا تعجب الفتاة بصفة أو اثنيتن في المتقدم، وتندفع بشدة لإتمام مراسم الخطبة والزواج، وتكتشف لاحقًا أن هذا الشخص غير ملائم لطبيعتها. وفي واقع الأمر، كان خطأها فهي لم تعلم الكثير عن نفسها.

دعينا نشرع في الإجابة على سؤال.. من أنا؟

أولًا: ما هي قيمك؟

في بادئ الأمر، القيم هي أحكام عقلية انفعالية توجهنا نحو رغباتنا واتجاهتنا، يتعلمها الإنسان من المجتمع، فتصبح هي المحرك لسلوكه.

أسمى هذه القيم، هي قيمة حب الله ورسوله، والمتمثلة في التماس الإنسان رضا الله في كل أعماله، والاستسلام التام لأوامره، وطاعة رسوله – ﷺ – فيما أمرنا به والانتهاء عن ما نهانا عنه.

قال تعالى: ﴿**قُلْ إِن كُنتُمْ تُحِبُّونَ اللهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ * وَاللهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ**﴾ (آل عمران 31)

فالسعي إلى محبة الله بطاعته، وطاعة رسوله؛ يجلب للإنسان التوفيق ومحبة عباد الله له أيضًا.

روى مسلم عن أبي هريرة، أن رسول الله – ﷺ – قال: (إِنَّ اللهَ إِذَا أَحَبَّ عَبْدًا دَعَا جِبْرِيلَ عَلَيْهِ السَّلامُ، فَقَالَ: إِنِّي أُحِبُّ فُلانًا فَأَحِبَّهُ، قَالَ:

obeikandi.com

فَيُحِبُّهُ جِبْرِيلُ، ثُمَّ يُنَادِي فِي أَهْلِ السَّمَاءِ: إِنَّ اللهَ - عَزَّ وَجَلَّ - يُحِبُّ فُلانًا فَأَحِبُّوهُ، قَالَ: فَيُحِبُّهُ أَهْلُ السَّمَاءِ، ثُمَّ يُوضَعُ لَهُ الْقَبُولُ فِي الأَرْضِ. وَإِذَا أَبْغَضَ عَبْدًا دَعَا جِبْرِيلَ فَقَالَ: إِنِّي أُبْغِضُ فُلانًا، فَأَبْغِضْهُ، فَيُبْغِضُهُ جِبْرِيلُ، ثُمَّ يُنَادِي فِي أَهْلِ السَّمَاءِ: إِنَّ اللهَ - عَزَّ وَجَلَّ - يُبْغِضُ فُلانًا فَأَبْغِضُوهُ، فَيُبْغِضُهُ أَهْلُ السَّمَاءِ، ثُمَّ تُوضَعُ لَهُ الْبَغْضَاءُ فِي أَهْلِ الأَرْضِ).

والدليل على المحبة، هو صدق العمل.

قال الشاعر:

تَعْصِي الإِلهَ وَأَنْتَ تُظْهِرُ حُبَّهُ ... هذا محالٌ في القياس بديعُ

لَوْ كانَ حُبُّكَ صَادِقًا لأَطَعْتَهُ ... إِنَّ الْمُحِبَّ لِمَنْ يُحِبُّ مُطِيعُ

في كلِّ يومٍ يبتديكَ بنعمةٍ ... منهُ وأنتَ لشكرِ ذاكَ مضيعُ

هناك أنواع عديدة من القيم:

1 - **قيم سياسية**: تعبر عن اهتمام الفرد، وميوله السياسية، وقدرته على حل مشكلات الجماهير.

وهي تهم السياسيين في المقام الأول. وإن ظهرت الأحزاب مؤخرًا في الدول العربية بعد التغيرات السياسية في المنطقة، وانحاز الناس إلى ذلك الحزب أو ذاك، ولكن على الجميع العمل بمبدأ:

obeikandl.com

اختلاف الرأي لا يفسد للود قضية. حتى يعود المجتمع إلى التلاحم والتآزر من جديد.

ومن القيم السياسية (تفتح العقل- التوازن- الوئام- الحرية- الحكمة).

2 - **قيم نظرية**: وهي عبارة عن أفكار ومبادئ فلسفية، يفهم بها الفرد ما حوله من قوانين تحكم الأشياء"كحركة الشمس والقمر".

والفئة التي تهتمّ بها هم الفلاسفة والمفكرون.

3 - **قيم اقتصادية**: تحدد ميل الإنسان إلى ما هو نافع، والنظر فيما حوله؛ بحثًا عن أسباب الثروة.

والفئة التي تهتمّ بها هم رجال الأعمال.

ومن هذه القيم (النعمة- التقبل- القوة- النجاح).

4 - **قيم جمالية**: تعبر عن اهتمام الفرد لكل ما هو جميل في الشكل والتنسيق.

والفئة التي تهتمّ بها هم أصحاب الإبداع الفني.

ومن هذه القيم (الجمال- الإبداع- الالتزام- التركيز- الثقة).

5 - **قيم اجتماعية**: تعبر عن اهتمام الفرد بالآخرين، وميله لمساعدتهم.

obeikandl.com

ويهتمّ بها أصحاب النشاط الاجتماعي.

ومن هذه القيم (الخدمة– المسئولية – العطف– الحب).

6 – **قيم دينية**: وهي تعبر عن اهتمام الفرد بمعرفة خالقه، والعمل الدؤوب في الدنيا لعبادته على وجهٍ يرضيه سبحانه.

ويهتمّ بها أصحاب الديانات السماوية، وبخاصة المسلمون.

ومن هذه القيم (قيمة حب الله ورسوله).

7 – **قيم أخلاقية**: تعبر عن اهتمام الفرد بأخلاقياته.

تهتمّ الكتب السماوية بالقيم التي تسود المجتمع، ولاسيما الأخلاقية منها.

وقد حضَّنا رسولنا الكريم على حسن الخلق في العديد من المواطن.

قال ﷺ: (أثقل شيء في الميزان، الخلق الحسن)

قال ﷺ: (أحب عباد الله إلى الله، أحسنهم خُلقًا)

قال ﷺ: (أنا زعيم "أي ضامن" ببيت في الجنة لمن حَسن خُلقه)

وسُئل النبي – ﷺ – فقيل له: يا رسول الله، ما خير ما أُعطي الإنسان؟ قال: حُسن الخُلق.

وقال رسول الله – ﷺ – وهو أكمل الخلق: (إنما بُعثت لأُتمم مكارم الأخلاق)

obeikandl.com

وقال تعالى مادحًا رسوله الكريم: ﴿وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ﴾

(القلم 4)

ومن هذه القيم (الإخلاص- الأمانة- التسامح- الرحمة- الصبر- الصدق- التواضع- الشكر- الإحسان- القناعة- الوفاء- العدل- التعاون- الكرم)

والآن، قومي بترتيب هذه القيم بالنسبة لكِ: (سياسية- نظرية- اقتصادية- جمالية-اجتماعية- دينية- أخلاقية)

1 - .....

2 - .....

3 - .....

4 - .....

5 - .....

6 - .....

7 - .....

اكتبي أولَ ثلاثٍ منهن:

1 - .....

2 - .....

3 - .....

obeikandi.com

هل عرفتِ الآن، ما هي أهم قيمة بالنسبة لكِ؟

عليكِ بكتابة أهمية كلِّ قيمة من الثلاث الأكثر أهمية:

1 – .....

2 – .....

3 – .....

obeikandl.com

نموذج توضيحي

القيم هي:

1 – دينية.

2 – أخلاقية.

3 – اجتماعية.

4 – جمالية.

5 – نظرية.

6 – اقتصادية.

ثم أختار أولَ ثلاثٍ:

1 – دينية.

2 – أخلاقية.

3 – اجتماعية.

obeikandl.com

ثم:

1 – دينية. (حب الله ورسوله)

2 – أخلاقية. (الصدق)

3 – اجتماعية. (العطف)

ولماذا؟

1 – لأن حب الله؛ مفتاح لسعادة الدارين.

2 – الصدق؛ لأن المؤمن لا يكذب.

3 – العطف؛ لأنه سبيل للتكافل الاجتماعي.

ثانيًا: تلمسي مواطن الضعف والقوة لديك:

من المفيد لكِ – على الدوام – معرفة وتحديد مواطن القوة والضعف لديكِ على حدٍّ سواء، ليس فقط لأن هذا يساعدك على الاختيار الصحيح، بل لأنه يعطيكِ خطوطًا إرشادية للنجاة عند التعرض لهزات نفسية وعاطفية. وذلك بمعرفة طبيعة شخصيتك، وكيفية التعامل مع عثراتها. فالتقوّي بجوانب القوة أو تدعيم نقاط الضعف، حتى الخروج من الأزمة بسلام وبشخصية أكثر تماسكًا واتزانًا.

obeikandi.com

والآن، أين تكمن مواطن قوتك؟

قد تكون:

1 – إحدى صفاتك الجسدية، أو الشخصية، أو النفسية، أو إحدى المكتسبات:

على سبيل المثال، لا الحصر:

- الجمال.
- الحسب والنسب، والأصل الطيب.
- تناسق القوام.
- الجاذبية الشخصية.
- التدين، وتقوى الله.
- الهدوء.
- الذكاء الاجتماعي.
- الفطرة السليمة.
- الذكاء.
- العفاف.
- الكرم.

obeikandl.com

- الصدق.
- الأمانة.
- علو الهمة.
- الإيثار.
- المثابرة.
- الوفاء، وصدق العهد.
- الإخلاص.
- التسامح.
- الكتمان، وحفظ الأسرار.
- البشاشة، وطلاقة الوجه.
- الحلم، والرفق.
- الحياء.
- العدل.
- الرحمة.
- الشجاعة.
- الحكمة.

obeikandi.com

- فصاحة اللسان.
- صفاء الذهن.
- الاستقلالية.

فتشي داخلك، وستجدين الكثير..

وجاء حديث رسول الله – ﷺ – لتوضيح هذه الصفات:

قال رسول الله – ﷺ – : (تنكح المرأة لأربع: لمالها، ولحسبها، ولجمالها، ولدينها. فاظفر بذات الدين تربت يداك).

2 – وقد تكون إحدى قدراتك:

وعلى سبيل المثال لا الحصر:

- القدرة على تحمل المسؤولية.
- القدرة على حل المشكلات.
- القدرة على تكوين علاقات اجتماعية.
- القدرة على تسوية الخلافات.
- القدرة على الخروج من الأزمات.
- القدرة على التخلص من الضغوطات.
- القدرة على التعلم.

obeikandl.com

- القدرة على تنظيم الوقت، وتحديد الأهداف.
- المرونة.
- القدرة على التفكير المنطقي.
- القدرة على اتخاذ القرارات السليمة.

3 – وقد تكون إحدى المهارات أو الهوايات أو الاهتمامات:

- الطهي.
- الحياكة.
- الشعْر.
- استخدام الكمبيوتر والإنترنت والجرافيك.
- الرسم.
- إعادة التدوير والشغل اليدوي.
- القراءة والاطلاع.
- كتابة الأبحاث والمقالات والكتب.
- فن التجارة والتسويق.
- ممارسة إحدى الرياضات بمهارة.
- التفوق الدراسي.

obeikandl.com

والآن..

ما هي نقاط تميزك؟

ما هي أكثر النقاط التي تميزك عن غيرك؟

أو في أي شيء أنتِ أكثر إبداعًا؟

1 – .....

2 – .....

3 – .....

وعلى النقيض تمامًا، ما هي مواطن ضعفك؟

قد يفيدك – كثيرًا – معرفتها؛ حتى تحكمين بموضوعية على كثير من المواقف التي تمرّين بها. أيضًا، عند مرورك ببعض الأزمات، يمكنك تقوية جبهتك الداخلية بالعمل على جعل نقاط ضعفك إحدى نقاط قوتك؛فبالتصميم، والعزم، والثبات؛ يصل الإنسان إلى مراده.

ونقاط ضعفك قد تكون أيضًا:

1 - إحدى صفاتك الشخصية أو النفسية،مثل:

- ضعف الوازع الديني.
- العصبية.
- البخل.
- الكذب.
- التبعية للآخرين.

obeikandl.com

- التردد.
- ضعف الثقة بالنفس.
- التشاؤم.
- الاعتمادية.
- الخجل المرضي.
- الحساسية المفرطة.
- الكبر.

2 - قد تكون إحدى قدراتك،مثل:

- عدم تحمل المسئولية.
- عدم القدرة على اتخاذ القرار.
- عدم القدرة على تحمل ضغوطات الحياة.
- عدم القدرة على التكيف الاجتماعي.

3 - وقد تكون عدم القدرة على تحديد اهتماماتك وهواياتك ومهاراتك:

فكم من مبدع قد لا يعلم موهبته وإبداعه، وإن علمها لا يتمكن من استثمارها وتنميتها.

فتّشي، وابحثي عما تحبين، وما تتفوقين فيه. وتذكري أن معظم الأحلام التي في المقابر هي التي قد أهملها أصحابها حتى انتهت أعمارهم، ولم ترَ النور.

obeikandl.com

الإهمال يقتل كل ما هو جميل

والآن، بشفافية ومنطقية، حددي أبرز نقاط قوتك، ونقاط ضعفك، ودونيها في:

جدول المصارحة

نقاط قوتك	نقاط ضعفك
1 –	1 –
2 –	2 –
3 –	3 –
4 –	4 –
5 –	5 –
6 –	6 –
7 –	7 –
8 –	8 –
9 –	9 –
10 –	10 –

obeikandl.com

11 -	11 -
12 -	12 -
13 -	13 -
14 -	14 -
15 -	15 -
16 -	16 -
17 -	17 -
18 -	18 -
19 -	19 -
20 -	20 -

لا تتعجبي إذا لم تستطيعي تحديد نقاط قوتك وضعفك من الوهلة الأولى؛ فكثير منّا لا يعلم الكثير عن نفسه.

هنا،اطلبي من صديقاتك المقربين وأخواتك ووالدتك أن تذكر لكِ أكثر خمس صفات إيجابية لديكِ؛ فهي دلالات على نقاط قوتك.

وأكثر خمس صفات سلبية لديكِ،اعتبريها دلالات على نقاط الضعف لديكِ، وهكذا كالآتي:

obeikandl.com

جدول الاستعانة بصديق

دلالات على نقاط قوتك	دلالات على نقاط ضعفك
1 –	1 –
2 –	2 –
3 –	3 –
4 –	4 –
5 –	5 –
6 –	6 –
7 –	7 –
8 –	8 –
9 –	9 –
10 –	10 –
11 –	11 –
12 –	12 –
13 –	13 –
14 –	14 –

obeikandl.com

– 15	– 15
– 16	– 16
– 17	– 17
– 18	– 18
– 19	– 19
– 20	– 20
– 21	– 21
– 22	– 22
– 23	– 23
– 24	– 24
– 25	– 25

obeikandl.com