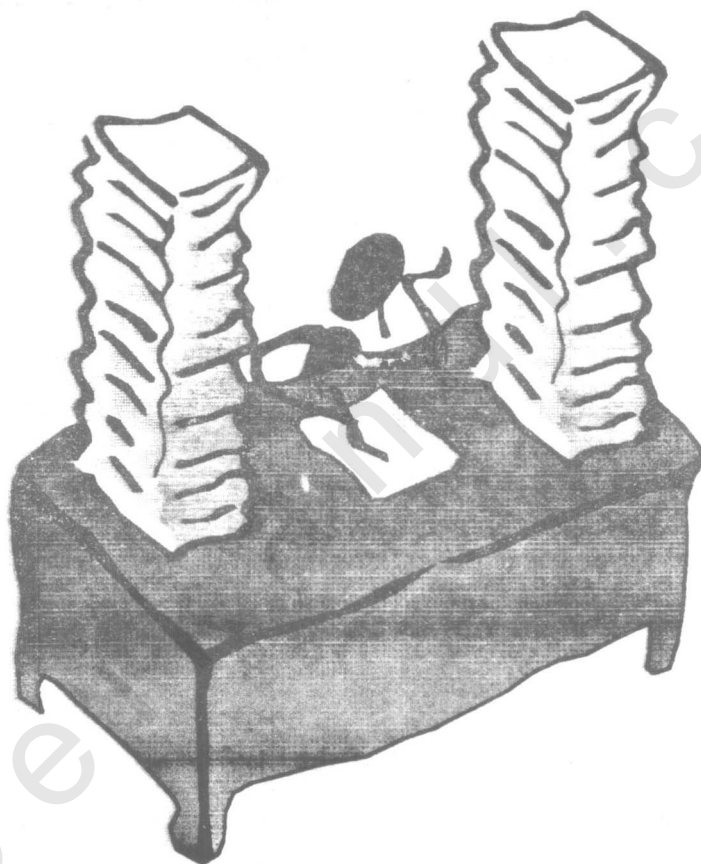


روشتة لنجاح الحياة الزوجية ..



يقال فى الأساطير القديمة ... أن كل نفس بشرية إنشطرت إلى نصفين ..

فيظل كل نصف يبحث عن الآخر فى هذه الحياة ..

ومن يهتدى إليه يكون قد وصل إلى قمة السعادة الكاملة ..

ومن لم يهتدى إليه إنما يكون مصيره العذاب والشقاء ..

ترى هل بالفعل تكمن السعادة فى لقاء النصفين معا ؟! ..

وحتى وإن التقيا .. هل تستمر هذه السعادة أم تختفى مع متطلبات الحياة اليومية

الروتينية وتبخر الآمال والأحلام ؟!

وفى محاولة منا لتقديم النصيحة الخاصة لكل زوجين حديثى العهد بالزواج أومن هم

مقبلون عليه نقدم خلاصة التجربة من امهات مررن بمثل هذه الظروف و المواقف لعلنا

نضع بذلك لبنة صغيرة فى بناء حياة زوجية موفقة ...

التفاهم والإحترام .

من الهام جدا أن يتفق الزوجان على هدف واحد وهو الوصول بالحياة الزوجية إلى

النجاح والسعادة فإن الاتفاق على ذلك من شأنه أن يزيل ما يصادفهما من صعاب وهناك

مؤشرات هامة تدل على أن الحياة الزوجية فى طريقها إلى النجاح تتمثل هذه المؤشرات

فى أن يكون الزوجان على مستوى علمى متقارب ومستوى إجتماعى مناسب وأن

يحدث التقارب والتفاهم قبل الزواج ثم تأتى العوامل الأخرى التى من شأنها بعد الزواج

أن تسير بسفينة الحياة دون أن تقابلها رياح أو أعاصير ...

فالزوجان يكمل بعضهما الآخر وليس لكل منهما كيان مستقل ...

بل يتأثران ببعضهما ويتفاعلا معا .

فمثلا الزواج يجب أن تتوفر لديه الوظيفة التى تؤمن حياته إقتصادية والمعيشة

المستقلة بعيدا عن الأهل ومعاملة الزوجة بالاحترام والتقدير المتماثل فيما بينهما ...

وكذلك الزوجة يجب عليها القيام بواجباتها المنزلية حتى لا تشعره بأنها لا تستطيع القيام

بواجبها الاساسى .

وإذا نظرنا للحياة اليومية للأزواج لوجدنا بها الكثير من التصرفات البسيطة ولكنها تؤدي إلى الخلافات المستمرة بين الزوجين ..

واللذان لا يكونان قد تعود كل منهما على عادات وطباع الآخر ..
فكثيرا ما نجد بعض الأزواج والزوجات يصححون سلوك بعضهم في وجود الآخرين وبطريقة تدعو إلى الضيق ..

وهناك العديد من السيدات تهتم بوظيفتهن المنزلية على حساب مظهرهن ..
فنجد ربة منزل من الطراز الأول ولكنها مهملة الثياب .. مشعثة الشعر مما يجعل الزوج يضيق بها وينفر من وجوده بالمنزل ويتجه كلياً إلى الخارج .
وكثيرا مانجد الزوجة المرسفة التي تعمل على اتفاق ما بين يديها دون حساب لأرمان أو طوارئ تحل بأسرتها مما ينشأ معه الخلاف المستمر بين الزوجين على ميزانية الأسرة وترشد من نفقاتها ..

ومن وظائف المرأة المعاصرة هو دورها كأخصائية استهلاكية فأنها تستطيع رفع دخل أسرتها بالعمراء الواعى بتكلفة أقل أى تجيد فن الشراء ..
إذا ما حاول الزوجان مخلصان وصادق النية في تصرفاتهما فأنهما يقينا سيربحان حياة زوجية موفقة .

حسن العشرة

مسئولية الأسرة تقع فى المقام الأول على عاتق الزوجة والتي تستطيع بحكمتها أن تدير شئون بيتها كما تريد بما يحقق لها ولزوجها السعادة والهناء وهذا لا يلغى مسؤولية الزوج فى إقامة الحياة الزوجية الهانئة ...

فعلى الزوجة أن ترفع شأن زوجها وتوفير الراحة له ..

ويتأتى ذلك من خلال دراستها لشخصية زوجها ومعرفة ميوله وطباعه سواء كان ذلك من حيث المأكل والملبس وأن تكون القلب الحنون الذى يلجأ إليه عندما يضيق به من حوله وحاول إزالة ما يعكر صفو حياته ..

كل ذلك من شأنه أن يجعل الزوج يحترم زوجته ويقدرها .. ويجعل الهدف نصب عينيه أن يسعددها ..

أيضا على الزوج دور هام فى أن يصبح الأهل بالنسبة لزوجته من حيث أكرامها وجعلها فى مكانة هامة من حياته ..

وأن يحسن عشرتها كما أمره الله ..

ومحاولة تلبية طلباتها فإذا حرص كل طرف على أن يؤدي دوره على أكمل وجه فأنهما سينعمان بحياة زوجية سعيدة .

كذلك يجب الأخذ فى الاعتبار أن الحياة ليست دائما سعادة وهناء بل كثيرا ما سوف يصادفهما مشاكل وأزمات وبتحكيم العقل والمنطق والبعد عن الانفراد فى إتخاذ القرار .

فجربة شخصية... مروشة الحياة الزوجية..

الحياة الزوجية مشروع تكذب صيغته مرتين..

الأولى قبل الزواج والثانية بعد أنماه..

يحكى الصديق / أحمد محمد الششاوي وعروسه أمانى عبد العزيز

فجربتهما.. مقومات النجاح تبدأ أولاً بالفهم السليم للمشاعر..

هل هي حب أم اشتهاء.. ثمر الايمان بالتغير.. فالحب الواقعي يعرف

أن كل شىء يتغير ويتمو ويكبر ثم تأتى الاحداث المبتأدلين

الزوجين..

طوق لجاة.. أو اسطوانة أو كسجين لانعاش المشاعر وللصدى

لآية سحب سوداء..

كما أن الحياة الزوجية الناجحة اساسها الثقة بالنفس والاعتماد عليها.

وصايا التسامح يطيل العمر زوجيه

خمسة أسرار لتنعى بحياة سعيدة .

الجاذبية إحدى أسرار الحياة الغامضة التي يصعب وصفها.

فما سبب تميز شخص عن آخر ؟

وما هي الصفات التي تجعله أكثر جاذبية للآخرين فيظل محاطا بالاصدقاء .

هل لأنه شخصية لا تنسى أم أنه أكثر اهتماما بمن حوله ؟

تقول "بربارة دى انجلز" مؤلفة كتاب "العشق" إن الذين يعيشون بعواطفهم ويعشون كل ما هو جميل في الحياة هم هؤلاء الذين يتمتعون بجاذبية لا تقاوم ، فعشق الحياة لا يكمن فقط في كيفية الاستمتاع بها .

ولكن يتوقف أيضا على طريقة ممارستها وحين تتحول هذه الممارسة إلى عشاق لكل ما يمر بنا من أحداث جميلة ومؤثرة عندئذ نشعر بالوجود في الحياة وندرك أن كل ما نتمتع به من نعم ما هو إلا تجربة تزرخ بالحياة والدفء .

وترى المؤلفة أن سر جاذبية بعض الأشخاص قد يكون سببه أنهم يشعرون حبا وينعكس ذلك على كل ما حولهم إذا اردت أن تعيش حياة سعيدة تشع حبا وعشقا لما حولك انتبه لهذه المبادئ الخمسة الاساسية .

إن الأطفال يتعاملون مع الحياة بتلقائية واندھاش مستمر فعندما نراقب طفلا صغيرا يلعب فسنجد عشقا لكل ما يلهو به فترى عشقه للأشياء والالعاب يبرق في عينه ونسمعه في صراخه الفرح المتهلل ويظهر في كل حركة من حركاته .

لماذا يعطى الطفل هذه الأهمية ويحب كل ما يلهو به ؟

إن براءة الأطفال وتلقائيتهم هي سر انجذابنا لهم فالطفل يستمتع بكل ممارسة في الحياة فيعشق الضحك ويعشق البكاء لأنه يوصله لأهدافه ويستمتع باحتياجه للآخرين وكل هذه أنواع من التعبيرات الانفعالية .

قليلاً ما نسمح لأنفسنا كأشخاص بالغين بممارستها وإظهارها لمن حولنا فتتحول بالتدريج إلى الفتور واللامبالاة حاولي أن تتركى لمشاعرك وإظهري العنان وانفعالاتك حتى لو كانت تتم عن سذاجة وبهذا تكونين نفسك وتصبحين أكثر جانبية وأكثر تعبيراً عن عشقك لما حولك .

(١) التصقّي بتجاربك ...

اخترى حدثاً في حياتك أو شخصاً تحبينه وحاولي تعميق شعورك نحوه حاولي اكتشاف أفضل خصاله ونكري نفسك كم تحبينه وحاولي ان تمزجي روحك مع كل ما تصادفين في حياتك من أشياء ابطيء خطواتك قليلاً .
ولاحظي جمال الأشجار والزهور والطيور أن الالتصاق بالأشياء يشعل فيك الحماس والتفاني فتشعرين بمدى عشقك لما يحظى باهتمامك أن تركزك وتغانيك يفجر مشاعر تبعث فيك الطاقة الحيوية فتصبح الأشياء العادية أكثر إثارة وأهمية فكلما بذلت من روحك لمن تحبين أو لما تحبين شعرت بالحياة ومتعتها .

(٢) افقدي سيطرتك لبعض الوقت ...

مارسي الحياة بكل تناقضاتها وافقدي سيطرتك على نفسك في بعض الاوقات فالمسيطرة على النفس تقولك إلى البرود لأنها تقاوم التغيير أن زهرة العشق تردها باكتشاف

المجهول وعشق غير المؤلف فلا تتردين فى السباحة فى الماء البارد إذا ما شعرت بالرغبة فى ذلك وعندما يرتجف جسدك وتهتز كل ذرة فيه من برودة الماء ستشعرين بالحياة وبوجودك فيها فالمعشوق للأشياء ليس بالضرورة منطقى أو مناسب فأتركى التفكير فيما يجب أن يحدث أو فيما سيكون واستقبلى المجهول بجرأة وعقل مفتوح وعندما تتخلى عن حاجتك للسيطرة على بعض الأشياء ستشعرين بقيمة ما يحدثه هذا فى حياتك من تغيير كالمحرف .

(٣) استسلمى للمشاعر الجميلة

تذكرى لحظة تشعرين فيها بأحاسيس عميق وجميل مثل يوم مولد طفلك أو يوم لقاء صديقة عزيزة .

استرجعى هذا الشعور واجعليه يشعرك بالسعادة فلا تجعلى الذكرى السعيدة راقدة فى اللاشعور لأنك إذا قيدت مشاعرك فإنك حتماً ستحبين فى إغلاق قلبك وخلق هذه المشاعر والكثيرون لا يعرفون معنى الاستسلام للمشاعر والعواطف وهؤلاء لا يعيشون ولا يعيشون .

(٤) توقفى عن التصرف ببرود ...

لا يهم (أى حاجة) حوار دارج ومؤلف بين الناس فالبرود واللامبالاة أصبح سمة العصر وربما يكون دلالة على أن الشخصية لا تتأثر بأى شئ ولكن انتبهى إلى أن البرود يقود الإنسان إلى اللامبالاة التى تعتبر سلوكاً منحرفاً وتصيب الإنسان بنوع من الانفصال عما حوله وقد تكون اللامبالاة إحدى صور الاكتفاء الذاتى أو قوة الشخصية أو الهوى الانفعالى ولكن عند ما يوجه إليك الاتهام باللامبالاة فاعلمى أن مصدرها هو

ملعب الأحلام

للروسين

قسمة راغبى الزواج

الاسم: -----

الديانة : -----

السن : -----

الموئل : -----

العمل : -----

الحالة الاجتماعية : -----

أقرب هاتف : -----

الخوف من الخسارة والخوف من المشاركة في تجارب الحياة حتى لا تؤذى مشاعرك
واللامبالاة ما هي إلا درع مختار ارتداؤها املا في تلاقي الألم أو الفشل أو حتى لا
نواجه النقد وعدم تأييد الآخرين واللامبالاة لا يمكن أن تمنحك القوة أبداً ولا أن تحميك
ولكنها قد تكون نوعاً من المخدر يسرق منك اجمل المشاعر مثل الحميمية والعشق
وربما تجعلك جافة المشاعر عاجزة عن التعبير ويصعب الوصول إليك فتصبحين عديمة
الجانبية وحيدة .

والان هل تستحق الحياة ما هو إلا اعتراف بفضل الله ونعمته علينا وعظمته فلما لا
نعشق الحياة ؟

(هـ) حفظ الأسرار ...

قال الله تعالى : (وأوفوا بالعهد إن العهد كان مسئولاً) وعن أبي سعيد الخدري
رضي الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :
' إِنْ مِنْ أَشْرَ النَّاسِ عِنْدَ اللَّهِ مَنْزِلَةٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ الرَّجُلُ يَفْضِي إِلَى الْمَرْأَةِ وَتُفْضِي إِلَيْهِ
ثُمَّ يَنْشُرُ سِرَّهَا ' رواه مسلم .

وعن عبد الله بن عمر رضي الله عنهما أن عمر رضي الله عنه حين تأيمت بنته حفصة
قال لقيت عثمان بن عفان رضي الله عنه فعرضت عليه حفصة فقلت :
إن شئت أنكحتك حفصة بنت عمر ؟
قال : سأنظر في أمري فلبثت ليالي ثم لقيني فقال :

قد بدأ لي أن لا أتزوج يومى هذا فليقت أبا بكر الصديق رضي الله عنه فقلت :
أن شئت أنكحتك حفصة بنت عمر فصمت أبو بكر رضي الله عنه فلم يرجع إلى شيئا !
فكنت عليه لوجد منى على عثمان فلبثت ليالي ثم خطبها النبي صلى الله عليه وسلم
فأنكحتها إياه .

فلقيني أبو بكر فقال : لعلك وجدت على حين عرضت على حفصة فلم أرجع إليك شيئاً ؟
فقلت : نعم قال : فإنه لم يمنعني أن أرجع إليك فيما عرضت على إلا أنني كنت علمت أن
النبي صلى الله عليه وسلم ذكرها فلم أكن لأقضى سر رسول الله صلى الله عليه وسلم
ولو تركها النبي صلى الله عليه وسلم لقبلتها : رواه البخاري " تأييد " : أي صارت
بلا زوج وكان زوجها توفي رضى الله عنه " وجدت " : غضبت .

وعن عائشة رضى الله عنها قالت :

كن أزواج النبي صلى الله عليه وسلم عنده فأقبلت فاطمة رضى الله عنها تمشي ما
تخطيء مشيتها من مشية رسول الله صلى الله عليه وسلم شيئاً فلما رآها رحب بها
وقال : " مرحباً يا بنتي " ثم أجلسها عن يمينه أو عن شماله ثم سارها فبكت بكاء شديداً ،
فلما رأى جزءها سارها الثانية فضحكت ، فقلت لها : خصك رسول الله صلى الله عليه وسلم
وسلم من بين نسائه بالسرار ثم أنت تبكين ؟

فلما قام رسول الله صلى الله عليه وسلم سألتها :

ما قال لك رسول الله صلى الله عليه وسلم قالت :

ما كنت أقضى على رسول الله صلى الله عليه وسلم سره فلما توفي رسول الله صلى
الله عليه وسلم قالت :

عزمت عليك بما لى عليك من الحق لما حدثني ما قال لك رسول الله صلى الله عليه وسلم ؟

فكانت : أما الآن فنعم أما حين سارني في المرة الأولى فأخبرني " أن جبريل كان
يعارضه القرآن في كل سنة مرة أو مرتين وأنه عارضه الآن مرتين وإني لا أرى
الأجل إلا قد اقترب فاتق الله واصبري فإنه نعم الملقف أنا لك " فبكيت بكائي الذي
رأيت ، فلما رأى جزءي سارني الثانية فقال :

" يا فاطمة أما ترضين أن تكوني سيدة نساء المؤمنين أو سيدة نساء هذه الأمة " فضحكت
ضحكي الذي رأيت " متفق عليه ، وهذا لفظ مسلم .

وعن ثابت عن أنس رضي الله عنه قال :

أتى على رسول الله صلى الله عليه وسلم وأنا ألعب مع الغلمان فسلم علينا فبعثنى في حاجته فأبطأت على أمي فلما جئت قالت :

ما جئكِ ؟

فقلت : بعثنى رسول الله صلى الله عليه وسلم حاجة قالت :

ما حاجته ؟

قلت : أنها سر .

قالت : لا تخبرن بسر رسول الله صلى الله عليه وسلم أحدا قال أنس والله لو حدثت به أحدا لحديثك به يثأبت ، رواه مسلم وروى البخاري بعضه مختصرا ..