



الجمعية التأسيسية للمجلس
قلم الشؤون الفكرية والثقافية

الرباط الحاني

سلسلة حلقات برامج إذاعة الكفيل

صوت المرأة المسلمة

إعداد

هدى علي



كربلاء المقدسة

FM-95.3MHZ

التجف الأشرف

FM-103.9MHZ

ذي قار

FM-95.3MHZ

ميسان

FM-98.3MHZ

الساوة

FM-91.2MHZ

radio@alkafeel.net

الإعداد: هدى علي.

المونتاج الإذاعي: مريم المعمار.

الناشر: قسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة العباسية المقدسة / شعبة
إذاعة الكفيل.

التصميم والإخراج الطباعي: شيماء سامي.

المطبعة: مطبعة دار الكفيل.

الطبعة: الأولى.

عدد النسخ: ٢٠٠٠

رجب ١٤٣٩ هـ - نيسان ٢٠١٨ م

المقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم

وصلى الله على محمد وآله الطاهرين وسلام على أصحابه البررة
المنتجبين واللعن الدائم على أعدائهم أجمعين إلى قيام يوم الدين.

أما بعد: لا يخفي أننا مازلنا بحاجة إلى تكريس الجهود ومضاعفتها
نحو نشر المفاهيم الأخلاقية والتربوية وترسيخ المفاهيم الإيمانية التي
تضمنتها رسالة الإسلام لبناء الفرد بناءً فعلياً حقيقياً؛ ليكون انطلاقة
سليمة لبناء ذلك الكيان الإنساني الشامخ الذي ماهو إلا اللبنة الأولى
لبناء مجتمع إسلامي راسخ البنيان، عتيد المراسي، لذا ومساهمة في ذلك
جاءت برامج إذاعة الكفيل صوت المرأة المسلمة كسبيل للوصول إلى
ذلك، وقد أخذت هذه البرامج طريقها إلى أسمع الكثيرين عبر أثرها
وعبر شبكة الإنترنت العالمية صوتاً، ولأجل تعميم الفائدة ارتأت
الإذاعة إيصال برامجها كتابياً إلى أيدي الذين لم يسعفهم الوقت لسماعها
وذلك بطباعة بعض من برامجها وإصدارها كرايس.

الحلقة الأولى

الفقرة الأولى: أنتِ وهو

سيدتي الكريمة يجب أن يشعر كلا الزوجين أن الطرف الآخر يلبي حاجاته كي يعيشا معاً في سعادة، ولكن لا يوجد شخص على وجه الأرض يستطيع تلبية احتياجاتك إذا لم تعرفي أنت ذاتك هذه الحاجات، عليك إذن أن تجري بعض الاستطلاعات الذاتية حتى تتعرفي جيداً على نفسك وعلى الأشياء التي تحققين ذاتك من خلالها، كوني صادقة في تعريف حاجاتك العاطفية والجسدية والروحية والاجتماعية، وليس من الضروري أن تُصنّف هذه الحاجات - خطأً أو صواباً - ولكن فقط تعرفي عليها وتعاملي معها بواقعية فهذه هي الخطوة الأولى لمنح زوجك فرصة عادلة كي يحبك بالأسلوب الذي تعتبرينه حياً.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

سيدتي الكريمة خلق تعالى الله الرجل والمرأة مختلفين ليس فقط بالشكل والمظهر بل بل بطبيعة مختلفة تماماً وعلى كليهما إدراك هذا الاختلاف وتقبله لتفادي حدوث المشاكل الناجمة عن هذا الاختلاف، فالمرأة مثلاً تتغلب لديها العاطفة وتطالب بها دائماً بينما يتغلب حكم العقل والمنطق لدى الرجل بشكل أكبر، كما تميل المرأة إلى الكلام والتعبير اللفظي عما تشعر وتختلف طريقة التعبير لدى الرجل وقد نسمع شكاوى الكثير من الزوجات من صمت أزواجهن وقلة كلامهم لاسيما داخل المنزل؛ ولعل لهذه المشكلة أسباب كثيرة لا بد أن تعرفيها أختي الكريمة حتى تقومي بحلها وربما يتعلق بعضها بك والبعض الآخر بطبيعة الرجل نفسه، وهناك مجموعة الأسباب التي تدفع الرجل إلى الصمت؛ فلا بد أن تعلمي أن الرجل يلجأ إلى الصمت إذا كان يواجه مشكلة ما أو ظروف صعبة أو إذا كان مرهقاً في عمله، ويصمت الرجل عندما يتعرض لنقد لاذع من قبل زوجته أو مقاطعة بشكل دائم أو استخفاف بطرحه أو باقتراحاته، كما أن هناك أسباب تتعلق بطبيعة الرجل نفسه منها أن الرجل كائن لا يجيد التعبير اللفظي والكلام عما يدور في داخله بعكس المرأة التي أثبتت الدراسات الحديثة أن لديها

قدرات أعلى من حيث امتلاك مهارات لغوية والتعبير عما في داخلها بشكل أكبر وأوضح فضلاً عن ذلك أن الرجل بحسب طبيعته يرى أن الكلام يتناقض مع العمل فيرى بحسب تكوينه النفسي والاجتماعي أن الرجل الحقيقي يفعل أكثر مما يتكلم لذلك فهو لا يعير اهتمام كبير للكلام كما إن اختلاف طبيعة المرأة عن الرجل يجعلها تميل إلى التفاصيل، الأمر الذي يتعارض مع نمط تفكير الرجل، هذه الأسباب وغيرها أيتها الزوجة الفاضلة قد تدفع المرأة للشعور بأن الرجل لا يشعر ولا يهتم بها فهو لا يعبر لها بالكلام عن حبه وامتنانه؛ لذا نقدم لك سيدتي بعض الطرق السحرية للتعامل مع الزوج الصامت التي تمكنك من فهمه وامتلاك قلبه ومنها: شجعي زوجك أيتها الزوجة على إخراج ما بداخله وعبري له دائماً عن امتنانك وحبك لكل كلمة يقولها لك، واحذري أن تقابلي صمت زوجك بالصمت حتى لا يتحول منزلكما إلى منزل صامت وتنقطع أواصر التواصل بينكما، قومي بالتحدث معه بالأمور التي تثير اهتمامه وابعثي عن هواياته وتابعيها لتستطيعي التحدث معه في الأمور التي يحبها وبذلك يمكنك خلق شيء مشترك بينكما لتشجعيه على الحديث معك، واحرصي على انتقاء أحاديث شيقة ولطيفة وكوني مرحة، وآخر وصايانا لك هي تقبلي كل ما يعبر به الرجل

وبالطريقة التي يراها مناسبة؛ فبعض الأزواج يعبر بالهدايا وبعضهم يقوم بإجراء إصلاحات أو تغييرات في المنزل تأكدي أن كل هذه الطرق ما هي إلا وسيلة ليعبر لك عن حبه فلا ترفضها.

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

هذه الفقرة تعنى بالرجل والمرأة، ففيها دعوة حرة للرجل والمرأة معاً ليفهم أحدهما الآخر وليدرس كل منهما نفسية الآخر ويحلل سلوكياته لعلهما يدركان أن الاختلاف في نسيج تركيبتهما يدعوهما إلى التفاهم والتعاقد وإدراك الآخر لئتمكنا من العيش معاً، فلماذا لا يدرس الرجل نفسية المرأة ويفهم طبيعة تكوينها حتى يراها كما هي شفافة واضحة؟ ولماذا لا تدرس المرأة نفسية الرجل وتفهم تركيبته حتى تراه بوضوح وصدق؟ فالرجل ليس ظالماً كما تدّعي المرأة كما أن المرأة ليست مخلوقاً ضعيفاً لا يستحق التقدير كما يدّعي الرجل إنما هو سوء فهم وقصور في إدراك الحقائق فالرجل والمرأة كلاهما يتصور خطأ أن شريك الحياة عندما يجبنا يجب أن يتوحد معنا في السلوك ويتصرف مثلما نتصرف، فالرجل ينتظر من المرأة أن تفكر مثله وتعيش مثله، والمرأة تنتظر من الرجل أن ينظر إلى الأمور بمنظارها، ولكي يتسنى لنا معرفة التعامل بين الرجل والمرأة وفهم نفسياتهم؛ يميل الرجل بطبيعة خلقه

إلى القسوة لذلك أحياناً تظن المرأة أن زوجها عديم الشعور لما يظهر منه في مواقف الشجار فالمرأة تسرح وتفكر وتسهر بينما الرجل قد ينام وهذا لا يعني أن الرجل عديم الشعور بل عنده شعور وعاطفة وحب ولكن الاختلاف يكمن في طريقة التعبير عن المشاعر عند الطرفين، وهذا من حكمة الله حتى يتم التكامل وليس التفاضل بين الطرفين، كما أنشغال الرجل الدائم عن زوجته وبيته لا يعني أنه لا يحبها بل لأنه يميل إلى النشاطات خارج المنزل؛ فعادة ما يظهر علاقته بالأشياء أكثر من الأشخاص، فبالنسبة إليه الوصول إلى الهدف أمر مهم جداً؛ لأن ذلك هو ما يثبت لياقته وجدارته لذلك فذهنه دائماً مشغول بالأشياء التي تساعد للوصول إلى أهدافه فهو عندما يصل إلى هدفه يشعر بالرضا إن للرجل طبيعته الخاصة في التعبير عن مشاعره بخلاف المرأة وطبيعتها؛ فالمرأة إذا أرادت أن تعبر عن مشاعرها فإنها تتكلم وتقول: أنا أحبك، إنني اشتقت إليك، أنا بحاجة إليك وإني أفقدك لذا انتقي الأساليب الحوارية المحببة لزوجك وحاولي أن تراعي مستواه الثقافي.

الحلقة الثانية

الفقرة الأولى: أنتِ وهو

لكل إنسان واقعه الخاص الذي لا يكشف عنه عادة، والمكون من أجزاء من ذاته، وحين تتلاقى رغبة شخصين متحابين في أن يشرك بعضهما البعض في هذا الواقع، يتمكنان من التقارب والامتزاج، ومن الخطأ أن لا يتبادل الزوجان الأحاديث الهادفة والآراء إلا أثناء الأزمات، في حين أنه من المهم أن يخلقا الفرص خلال اللحظات الهادئة الخالية من أي تشتت أو مقاطعة وأن يكونا مستعدين للكشف عن أفكارهما الخاصة، ماذا يخيفهما؟ ما آمالهما وأحلامهما لأنفسهما وللحياة الزوجية؟ فإن تعذر عليهما المصارحة الشخصية وجهاً لوجه فلا مانع من تدوينها على الورق ثم مناقشتها فيما بينهما فيما بعد.

ويجب أن يجري التعامل بكل جدية مع هذه المعلومات وعدم استخدام بعضهما ضد البعض الآخر فيما بعد أثناء الخصام.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

عزيزتي الزوجة الكريمة كيف تتعاملين مع زوجك العصبي والحاد المزاج الذي يتدمر من كل شيء فهو لا يتعامل معك بحنان ولا تسمعي منه الكلمات الطيبة، حيث يقول إنك أفسدت عليه حياته ولا تجيدين تحمل مسؤولية المنزل مع أنك تعملين ما في وسعك لكنه يريد الكمال.

أختي الكريمة قبل أن تسألي عن الأسلوب الأمثل للتعامل مع زوجك بهذه الصفات التي تكرهينها لماذا لم تسألي عن أسباب عصبيته وحدة مزاجه؟ لماذا لم تسألي عن الأشياء التي تسعده؟ لماذا لم تسألي نفسك عن الأشياء التي يكرهها فيك ويرفضها في طباعك، ولماذا لا تشعرك بحنانه ويشني على تصرفاتك ولا يشعرك بحبه لك؟

لا يمكن أن يتصرف زوج مع زوجته بقساوة وشدة ونفور بدون وجود أسباب لذلك؛ لأنه لم يخترها ويقدمها على سائر النساء إلا لأنه قد أعجب بها وأحبها فارتبط بها عقلاً وقلباً، وزوجك قد اختارك أنت ولم يختَر غيرك إلا أن لديه طباعه الخاصة والتي عجزت أن تتعودي

عليها، أو أن تتفهمني أسبابها وهنا لا أتهمك سيدتي بالتقصير ولا بسوء
المعاملة بقدر ما أوجه انتباهك لتبחי بداخلك وبداخل زوجك عن
الأشياء الجميلة التي تقربكما من بعضكما لتكتشفا معاً الصفات الحميدة
في كلاكما فتحبانها، ولأجلها تغضن الطرف عما سواها من الصفات
السلبية ولهذا أوجه اهتمامك وعنايتك بما هو أهم لحياتك الزوجية
ولاستمرارها، كما أنصحك أختي بأن ترتقي بفكرك وبأسلوبك
وبإحساسك لمستوى أعمق وأعظم في حوارك ونقاشك فلا تغضبي
لغضبه ولا يعلو صوتك لارتفاع صوته بل كوني دائماً الوجه المشرق
الذي يقابل الغروب ويتحداه، وقاومي قسوته وحدة مزاجه بسلاح
الذكاء، فالرجل يحب الزوجة الحكيمة والذكية التي تفهم كل ما
يصدر عن زوجها وتبرر له فتصمت لصمته وتنصت لكلامه وتهدي
من ثورته وجهوحه، وعليه اسعي حالياً لتتقربي من زوجك بفهم طباعه
باستيعاب مشاكله وردات أفعاله فلا تربطي بين ما يصدر عنه وبين حبه
لك واحترامه لشخصك، فحاولي أن تجلسي معه فترات طويلة حتى
وأنت صامتة كي تعتادي على حياته وأسلوبه وطباعه المختلفة، فهو
يحتاج منك أن تنصتي إليه بوعي وذكاء وإدراك تام لمحيطه ولعالمه،
واستخدمي معه قدراتك وإمكانياتك كأنثى جميلة في روحها وفي

مشاعرها، وفي تصرفاتها، فتنجحي في امتلاك قلبه، بإرضائه وطاعته في غير معصية، وبإساعده بالانسجام مع اختياراته وتلبية رغباته الطبيعية بقدر وسعك وطاقتك، حينها ستجدي زوجك يتغير في تصرفاته وردات أفعاله، ونصحك باختيار أقصر طريق إلى قلب زوجك وعقله من خلال محافظتك دائماً على حسن مظهرك الملازم لحسن جوهرك وليكن هو سلاحك لترطيب قلبه وتلين مزاجه وتهذئه عصبيته وتأكدي بأن زوجك كيفما تكون قسوته وشدته فمعاشرته لك ستتغير وتتحسن للأفضل إذا ما اتخذت حسن الخلق منهجاً للتعامل معه والقائم بالأساس على الاحترام المتبادل لأنه المصباح الذي يشع داخل البيوت الزوجية فيملأها بأنواره وضيائه؛ لأن الزوج يسعده أن يشعر بحب زوجته من خلال احترامها لوجوده ولشخصه ولكلمته، ومن خلال افتخارها بمنزلته وباختيارها له سيدعوه هذا حتماً لاحترامها.

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

أيتهما الزوجة الكريمة كل شيء في الحياة تطوله الرتبة والنمطية يفقد بريقه رويداً رويداً حتى ينطفئ كلياً ولا يبقى من وهج بريقه القديم إلا مجرد ذكريات وهكذا هي الحياة الزوجية حين تتراكم السنون وتنشابه تفاصيل الحياة اليومية التقليدية فيسود الصمت والفتور رغم

أن الحياة هادئة لا يعكر صفوها المشكلات، قد تستمر الحياة على هذا المنوال فيدمن الزوج الصمت ومشاهدة المباريات والجلوس في المقهى والحديث والخروج مع مجموعة الأصدقاء ويصبح البيت مكاناً للنوم وحسب، وتدمن الزوجة الشكوى اللامتناهية من الأبناء وتنغمس فيها وما يرتبط بها من أعباء البيت والمعيشة بحيث يصبح التفكير في المشاعر والعواطف لون من ألوان الترف الذي لا يليق بالأم المسؤولة عن البيت، قد تستمر الحياة على هذا النمط وقد يتمرد الرجل حيث لا يتحمل كثير من الرجال الحياة النمطية.

إن التجديد في الحياة الزوجية يعني ببساطة كسر نمطية الحياة بشيء جميل ومبهج، كما يعني أيضاً علاج المشكلات القائمة بحل جديد، فالحياة الزوجية مهما كانت ثرية وسعيدة هي بحاجة لهذا التجديد الجميل والمبهج، فلا معنى لانتظار ركود الحياة حتى نبدأ في البحث عما يجدها ويعيد لها رونقها وتألّفها، فالحياة الزوجية المرهقة بحاجة ماسة لجرعة مكثفة من التجديد لضخ الدماء في شرايينها المتيبسة وكل لحظة تتأخر فيها عن إجراء التجديد المطلوب نرتكب فيها خطيئة، ولا بد أنك تساءلت أيّتها الزوجة العزيزة كيف يكون التجديد؟ هناك مبادئ أساسية للتجديد في نمط الحياة تتمثل في احترام الزوج وتقديره

وطاعته والاهتمام بالنظافة في الملبس والبيت والتعامل برقة ولطف مع الزوج والحديث بأسلوب رقيق وصوت منخفض فقارني بين حديثك أثناء فترة الخطبة وفترة العقد وحديثك الآن خاصة عندما تكوني منفعة مع الأولاد فكوني طبعية تحدثي ببساطة ودون تكلف، والتعامل برفق ولطف لا يعني فقط لهجة رقيقة وإنما يعني تقليل الطلبات إلى الحد الأدنى الممكن وعدم الإلحاح عليها، جددني في موضوعات حديثك شاركه اهتماماته والأهم هو أن تجددني في مظهرك ولو بأشياء بسيطة، غيّري مرة لون شعرك، نمط ملابسك، استخدمي قطعة إكسسوار جريئة وجددني في مظهر بيتك بلمساتك الفنية الإبداعية، وختاماً لا بد من الاستمرارية في ممارسة هذه التجديدات حتى يصبح التجديد جزء من نمط حياتك، قد لا تجدين تجاوباً في البداية، ولكن اصبري واحتسبي وتوكلي على الله وإن شاء الله تجنين أحلى الثمار.

الحلقة الثالثة

الفقرة الأولى: أنت وهو

أيتها الزوجة الكريمة لا يستطيع زوجك أن يقرأ أفكارك، فإذا لم تفصحي أنت عما تريدين من الصعب أن يفهمك وأنت تدفعينه إلى التخمين، وهذه ليست استراتيجية جيدة لنجاح العلاقة، لذا عليك أن تضعي مخاوفك جانباً والتي تتمثل في: الخوف من الرفض، الخوف من عدم الكفاءة، الخوف من الهجران، الخوف من نشوب خلاف ثم اسمحى لنفسك بأن تتوقعي أشياء وأن تعبري عن هذه التوقعات وهذا لا يعني أن تبدئي بالشكوى أو بإلقاء تلميحات تشير إلى أمنياتك بتغيير الأحوال، ولا تجري هذه المحادثة أثناء الشجار أو كرد فعل على جرح مشاعرك.

ولا يجب أن يتحول هذا إلى قائمة بالأخطاء التي يرتكبها في حقك، ولكنها استعراض للأسلوب الواجب اتباعه لتحسين أدائكما كزوجين، انتظري الوقت المناسب الهادئ، واجلسا وتحدثا بالتفصيل وركزاً أولاً على ما يفتقده هو وما يمكنك فعله كي تصبحي شريكة أفضل، ثم قدّمي بعض الأفكار التي يمكن لزوجك أن يرد الجميل من خلالها، أما إذا كنت عانيت في طفولتك بسبب طلاق والديك مثلاً فيجب أن تشرحي لزوجك أنك تفترضين دائماً رغماً عنك أن أحباءك سيتركوك، أخبريه بما تحتاجين إليه كي يؤكد لك أنه لا ينوي الاختفاء من حياتك، وإذا لم تشعرى بالاهتمام في طفولتك أو عانيت من انعدام الثقة بالنفس كوني صادقة وصارح به بأنك تحتاجين إلى أن يشعر بقيمتك، قد توجد بعض الحالات الاستثنائية التي لن يستطيع فيها زوجك أن يقدم لك ما تريدين كأن تعانين مثلاً من صورتك الجسدية المتضخمة أو المترهلة أو ما شابه ذلك، فمهما كرر زوجك على مسامعك أنك أجمل امرأة في نظره، فلن تصدقيه وهنا لا يجب أن تحمليه مسؤولية أمور لا يد له فيها، ولكن في كل حالة يمكن لزوجك أن يحدد المشكلة بواقعية ويلبي احتياجاتك، اطلبي منه ذلك فهذا دوره وحين يفهم سبب قلقك وتقبلك سيتمكن من إسعادك وتهدأتك.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

سيدتي أن أكثر ما يعكر صفو الحياة الزوجية بخل الزوج خاصة عندما لا يكشف مبكراً في مرحلة الخطوبة بل يظهر تباعاً بعد الزواج والإنجاب، فالبخل هو أقبح صفة قد يتصف بها رجل؛ لأن الرجل البخيل يفضل الدينار على نفسه وعائلته مما يسبب معاناة نفسية واجتماعية للزوجة، فما هو سبب بخل الزوج؟ يمكن أن يكون الزوج قد نشأ في أسرة شحيحة اليد وتعلم منها أصوله أو أنه قد عانى في طفولته من حرمان كبير دفعه لأن يقدر الدينار الذي يكسبه فيدخر المال خوفاً من الحرمان أو قد يكون زوجك موظف براتب متواضع فيحاول التوفير لكي لا يمد يده لأحد، لذلك سيدتي يجب عليك أن تتعاملي بذكاء معه دون الاستسلام لمشاعرك الرافضة وتتمني الانفصال عنه، بل عليك أن تستخدم ذكائك لتبحثين عن المسببات ثم حاولي البحث عن الحلول التي تجلب لك ولزوجك الراحة والقناعة والرضا، وكلما كان اكتشافك لهذه الصفة مبكراً كلما كان الحل أقل صعوبة، ولكن كيف تكتشفين أيتها الزوجة بخل زوجك:

حين يتناسى المناسبات الخاصة التي تشجعه على شراء الهدايا، وعند حديثه الدائم على غلاء الأسعار لاسيما لبعض القطع التي

اشترائها للبيت وضرورة الحفاظ عليها والحد من استخدامها، فضلاً عن ذلك عند محاسبته للزوجة على كل مبلغ من المال سلّمه لها، ماذا اشترت؟ كم بقي لها؟ كما أنه يتردد كثيراً في شراء بعض الضروريات بحجة أن هناك أولويات أهم ولن يشتريها لأنها غالية الثمن، كل هذه الأمور تكشف لك مسبقاً بخل زوجك، وعلى الرغم من صعوبة التخلص من صفة البخل إلا أن الزوجة الذكية يمكن لها أن تحد منها بشكل يرضيه ويمكنّها من متابعة حياتها معه بقناعة ورضا، وإليك سيدتي عدة خطوات في فن التعامل مع الزوج البخل منها:

لا تشعري أيتها الزوجة زوجك ببخله بل ابحثي عن سبب البخل ثم حاولي إيجاد الحل الذي يرضيكما، وأشعري زوجك باحتقارك الشديد للمال وكيف يجلب الشقاء بأصحابه إذا اعتقدوا أنه هو الغاية وليس الوسيلة لتسهيل حياتهم، وذكرّيه من الحين للآخر بتعاليم ديننا الحنيف وأن البخل مرفوض كما التبذير، اجعليه يدرك مدى السعادة الداخلية التي تشعرين بها والأولاد عندما يشتري لكم احتياجاتكم، وأخيراً سيدتي تذكري دائماً أن مصلحة الأولاد هي الأهم فلا تهدمي الأسرة بسبب البخل، فالأطفال ليس لهم ذنب ببخل والدهم ولا بعدم تقبل أمهم لصفة بخل والدهم.

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

أيتها الزوجة الكريمة.. كيف تصبحين زوجة راقية وتكسين محبة زوجك؟ هناك بعض الأمور في بعض الزوجات التي بدورها تجعل أزواجهن ينفرون منهن ويتجنبون الاقتراب منهن، وقد يصفوهن بالحمق وعدم التنظيم وعدم الاحترام للعلاقة الزوجية، ولكي تتجنبي هذه الأمور أختي الزوجة الكريمة وتصبحين زوجة راقية وتكسين محبة زوجك سأطرح لكي بعض من الملاحظات التي تعالج الخلل الذي تفعله بعض الزوجات سواء بقصد أم بغيره مما ينفر الزوج منها ويبغضها ويكدر صفو حياتها الزوجية ومن هذه الملاحظات قلة المراعاة لأحوال الزوج ومشاعره فقد تزعجه بالأخبار السيئة أو المشاكل العائلية في أوقات راحته أو وقت نومه أو وقت دخوله للمنزل وتكثر الطلبات إذا عاد إلى المنزل متعباً، فإذا رجع من السوق ذكرت حاجة قد نسيتها فتطلب منه العودة مما يجعل الزوج يتضايق من هذا التصرف وخاصة لو كان من ذوي الطباع الحادة؛ لأن هذا التصرف يخالف طباعه، وأيضاً هناك بعض الزوجات لا تراعي ساعة انزعاج الزوج من تصرفها غير المهدب فعندما تراه منزعج تقوم بالضحك أو تقوم بالإعراض عنه دون أن تعتذر عن تصرفها مما يجعله يثور أو يتلفظ

بكلمات تعبر عما يضايقه، وبدلاً من أن تصمت الزوجة تقوم بالرد عليه وقد تتعمد إغضابه مما يجعل العواصف والمشاكل تهب من كل جهة في البيت، فضلاً عن قلة مراعاة الزوجة لأحوال زوجها وعدم الاهتمام بأوقات نومه وأكله ووقت راحته فمثلاً عندما يعود الزوج ويريد أن يأكل تكون الزوجة قد صحيت للتو من نومها فتبدأ بتقديم الأعداء بأنها سوف تقوم بالطبخ الآن فيتضايق منها وتبدأ المشاكل بينهما، وأيضاً قد لا يحلو لبعض الزوجات التنظيف ورش المبيدات الحشرية إلا وقت دخول الزوج للبيت أو عندما يريد النوم والراحة أو عندما يريد الأكل فتزعجه بأصوات آلات التنظيف والروائح المزعجة سواء من المبيدات أو المنظفات أو روائح الطبخ فمثل هذه الأعمال تقصير بحق الزوج ودليل على جهل المرأة وقلة ذوقها وأدبها، فالواجب على الزوجة أن تراعي مشاعر الزوج وتحترمه وأن تعمل كل ما بوسعها لإدخال السرور عليه وإزالة الهم والغم عن قلبه ومن واجبها أن تفرح لفرحه وتحزن لحزنه حتى يشعر أنها متعاونة معه.

الحلقة الرابعة

الفقرة الأولى: أنتِ وهو

تحدثنا من قبل عن التعرف على جوانب شخصية زوجك الخاصة جداً، وقد يكون لا أحد غيرك يعرف تلك الجوانب، وأنت وحدك تستطيعين أن تقدمي له الدعم والحماية والشعور بالاكتمال والسعادة والأمر ليس بهذه السهولة فالرجال يعتقدون أن الاستعانة بالآخرين خصوصاً عاطفياً يعتبر دليلاً على الضعف وحتى يستطيع الرجل أن يصدق أن له احتياجات اشرحي له أهمية أن يشعرك باحتياجه لك، واستخدمي في سبيل ذلك لغة مستساغة فبدلاً من أن تقولي له «ماذا تحتاج مني؟» جربي أن تسأليه: «ما أكثر شيء يسعدك حين أقدمه لك؟»، «ما أهم الأشياء التي تود أن أقولها أو أفعلها لك؟»، وسواء اعترف لنفسه أو لك فكل الرجال يرغبون بشدة سماع فخر زوجاتهم بهم فقد

يسمع تقديرًا كثيراً من العاملين معه ومن أصدقائه ولكن كل هذا لا يساوي شيئاً إذا قورن بإطراء وتقدير زوجته بما يقوم به من عمل وقد لا يستطيع الزوج التعبير عن احتياجه أو تحديده وفي هذه الحالة قدّمي له دعمك العام، وأفضل طريقة تشعره بالفخر كأب وكعائل وكزوج وكرجل هي أن تقولي له أنك فخورة به جداً في كل هذه الجوانب.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

سنقف في هذه الفقرة عند أسباب عدم اهتمام الزوج بك وهذه صفة قد تشكو منها بعض الزوجات وقد تكونين أنت واحدة منهن؛ فقد تشعرين بأن زوجك لا يهتم بك ولا يلقي إليك بكلمات الحب والمودة ولا يظهر إعجابه بك ولا بما تقومين به، وهنا عليك أن تنظري لمرآة نفسك أولاً ثم مرآة أخرى أمامك تعكس صورتك، حدّقي بشكلك وبمظهرك وتأملي نفسك جيداً واسأليها هل ما زلت كما عرفني زوجي أيام الخطوبة وأيام الزواج الأولى وهل ما زلت أتصرف معه كما كنت سابقاً؟

نصيحتي لك أختي أن تجندي نفسك لتكوني أولاً على قدر المسؤولية الملقاة على عاتقك، ولتحسني إدارة شؤون بيتك بالشكل الذي يفرض احترام زوجك وتقديره لما تقدمينه وما تنجزينه وما

تبدعين فيه، فبيتك مملكتك الصغيرة وأنت كبلقيس وحدك بداخلها فكوني حاكمة حازمة وملتزمة وحكيمة ولست فقط ملكة متوجة أو سلطنة على عرشك، بل أنت سلطنة بقوة وصدق كلمتك وبالتزامك بواجباتك، وبقوة شخصيتك، وبإتقانك لوظيفتك وبحرصك الدائم على الحفاظ على أناقتك؛ لأنها دليل جمالك وعنوان بهائك ولا تنسي أن ديننا حث على ذلك وأمر بحسن تבעلك لزوجك وأن من صفات الزوجة الصالحة أن تكون من خير متاع الدنيا وكما وصفها النبي الأكرم (ص وآله) فقال: «ألا أخبركم بخير ما يكنز المرء؟: المرأة الصالحة إذا نظر إليها سرته، وإذا غاب عنها حفظته، وإذا أمرها أطاعته».

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

هناك بعض الأمور الملحوظة في بعض الزوجات التي بدورها تجعل من أزواجهن ينفرون منهن ويتجنبون الاقتراب منهن وقد يصفوهن بالحمق وعدم احترامهن للعلاقة الزوجية، ولكي تتجنبي هذه الأمور أيتها الزوجة الكريمة ولكي تصبحين زوجة راقية وتكسبين محبة زوجك سأطرح بعض من الملحوظات التي تعالج الخلل الذي تفعله بعض الزوجات سواء بقصد أم بغيره، مما ينفر الزوج منها ويغضبها ويكدر صفو حياتها الزوجية، فمن هذه الملحوظات هي

قلة المراعاة لأحوال الزوج ومشاعره فقد تزعجه بالأخبار السيئة أو المشاكل العائلية في أوقات راحته أو وقت نومه أو وقت دخوله للمنزل فضلاً عن ذلك قلة اختيار أحسن الألفاظ وقت مخاطبته، فمنهن من تنظر له بسخرية عندما تكلمه ومنهن من تشيح بوجهها عنه عندما يتكلم ومنهن من تتعمد الانشغال عندما يحدثها حتى تنتقم لنفسها أو تبين له أن كلامه ليس بمهم عندها ولقلة العناية والاهتمام به لا تناديه بأحب الأسماء إليه ولا تخفض صوتها عندما تخاطبه إلى غير ذلك مما ينافي آداب المخاطبة والحديث، فالواجب على الزوجة أن تراعي مشاعر الزوج وتحترمه وأن تعمل كل ما بوسعها لإدخال السرور عليه وإزالة الهم والغم عن قلبه ومن واجبها أن تفرح لفرحه وتحزن لحزنه حتى يشعر أنها متعاونة معه حيث يسرها ما يسره ويحزنها ما يحزنه ولا ينبغي لها أنه تظهر بمظهر السرور إذا كان محزوناً وكذلك عليها أن تخفي حزنها لو رآته مسروراً؛ لأن ذلك أدعى لدوام الألفة ودليل على كرم نفس الزوجة ما الذي على الزوجة فعله لتتجنب المشاكل الزوجية اليومية، ولذا أنصحك أيتها الزوجة الكريمة أن تجمع ما يحتاجه المنزل مرة كل أسبوع أو كل شهر فتكتب كل ما تريده ليأتي به مرة واحدة بدلاً من ترداده عدة مرات للسوق وأن تراعى زوجك في طعامه فتصنعي له ما

يشتهيه وتنوع له بالطبخات كي لا يمل من نفس الأكل والطبخات وأن تراعي مواقيت حضوره للمنزل حتى يكون الطعام جاهزاً وقت حضوره فلا تؤخره مما يجعله يتضايق من تصرفها ولا تقدمه للسفرة إلا بإذنه وبعلمه واعلمي أختي أن مما يدخل السرور على الزوج أن تحرص الزوجة على نظافة المنزل وأن تهتم بتعطيره، ولكن قبل دخوله للمنزل بوقت بحيث لا يزعجه الدخان أو حدة العطور المركزة وأن تهتم بشباب الزوج ليظهر بالمظهر اللائق والنظيف في حال خروجه، وأيضاً وقت بقاءه في المنزل وأخيراً إذا أرادت مخاطبة الزوج عليها مخاطبته بأسلوب لبق جذاب ليشعر من خلاله باحترمها له وتقديرها له فاحرصي أيتها الزوجة على كل ما يسعد زوجك وتجنبي كل ما يضيق صدره ويكدره، فإن حصل منك تقصير فبادر إلى الاعتذار منه وتلطف في ذلك وإذا روعيت هذه المشاعر بين الزوجين وحرص كل منهما على عشرة الآخر بالمعروف حلت السعادة الزوجية المنشودة بينهما وزالت الأحزان وحلت المشكلات وكان لذلك أبلغ الأثر في صلاح الأسرة والأبناء.

الحلقة الخامسة

الفقرة الأولى: أنتِ وهو

تتحدث هذه الفقرة حول علاقتك بشريك حياتك وكيف يمكن أن تكون هذه العلاقة؟ وكيف توطدين صداقتك مع زوجك؟

سيدتي كل من اشترك بناٍ أثناء الدراسة يتذكر ساعات الالتزام بالتدريب والعمل الشاق الذي بذله فهل تبذلين الجهد والوقت نفسيهما في الاهتمام بنصفك الثاني؟ وهل تتحدثين في موضوعات تهمه وتسألينه عن مشاعره، وتعبرين عن اهتمامك بحياته؟ هل تتحدين نفسك يومياً كي تفهمي تجربته في الحياة وتستثمري الوقت والجهد لتقوية صداقتكما؟ وهل تتوقعين أن يقوم من جانبه بالأشياء نفسها؟

من المؤكد أن علاقتكما بدأت بالبحث عن الجوانب المشتركة في

شخصيتكما فعودي إلى الوراء قليلاً وركزي مرة أخرى على استعادة الصداقة عزيزتي الزوجة أرجو منك أن تقبلي نصائحي بصدر رحب فالزوجة الجميلة والذكية لا تطالب الزوج بالتعبير عن مشاعره نحوها ولا تلح على الأجواء العاطفية وإنما تترك الأمر للفرص الطبيعية وتقتنص الظروف الطيبة ولا تتحدثي عن زوجك أمام أهلك بسوء إلا إن كنت عازمة على حل مشكلة حقيقية كبيرة فيما عدا ذلك احتفظي بالأسرار الزوجية وتحديثي عنه بصورة جيدة، وامتدحيه لأن أهلك غداً سيكونون هم مجتمعك ومن أبنائهم قد يتزوج أبنائك ولهذا أثر كبير على تكوين العلاقات المستقبلية واعلمي أن سلبيات زوجك يمكن أن تغلبي عليها بالحب فكما أنه سوف يحبك ويعشقك ويعلم ما تكرهينه من سلبيات فسوف يأتي يوماً يستطيع فيه أن يتخلص من سلبياته بسبب حبه لك.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

سنبدي لك في هذه الفقرة بعض النصائح والإرشادات التي تعينك في استرداد ثقتك بنفسك أن كنت ممن تشعرين بقلّة ثقتك في نفسك وسخرية زوجك منك لذا سنسدي لك النصيح بما نراه مناسب لتجاوز هذه الحالة التي بدأت تشعرين بها بشكل فيه قدر من الحساسية

وميل لاستعادة الذات التي لجأت لتناسي متطلباتها حيناً من الزمن.

هذه بعض النصائح والتوجيهات التي نضعها بين يديك في شكل وقفات ليسهل عليك التعامل معها والاستفادة منها فما عليك أيتها الزوجة الكريمة إلا البحث عن نقاط الضعف لديك وهي التي تثير لديك الألم عندما يوجه لك اللوم أو السخرية من الآخرين، فاعلمي على الابتعاد عنها وحاولي التنويع في أساليب التعايش مع الآخرين واخبري زوجك بأدب ولطف أن السخرية والضحك من حركات الزوجة وكلامها ليس من شيم الأخيار، وأنه بهذه الطريقة يكون قدوة لأبنائه، فيقعون في العقوق الذي هو من أشنع الذنوب وأعظم الكبائر ثم إن أسلوب السخرية والتندر على الناس ليس من شيم الرجال الأفاضل ولا يليق بمثله وأنت لا تسمحين له ولا لغيره بالوقوع في عرضك بهذه الطريقة المشينة، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرُوا قَوْمٍ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ﴾^(١)، ومرّني نفسك على سعة الصدر ولا يحملنك بغض تلك الأساليب على تفسير كل أمر بطريقة مبالغ فيها وربما كان من صدرت عنه لم يقصد شيئاً غير جيد.

فضلاً عن ذلك سيدتي الكريمة جددى حياتك مع زوجك بطريقة

لبقة وتحرري من أغلال الشعور بالدون وأنت محتاجة إليه بل اجعلي حاجتك إلى الله وحده وتعاملي مع زوجك بقدر من اللباقة والود غير المتكلف، ولمّحي له في كل مناسبة أنك تكرهين أساليب التندر والسخرية التي ربما كان يمارسها بعفوية ظناً منه أنها غير مؤذية لك كما عليك أن تحاولي إعادة التوازن إلى نفسك أولاً ثم قنني تعاملك مع زوجك ولن يكون ذلك كله مجدياً ما لم تطوري نفسك على أكثر من صعيد.

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

كما تعلمين عزيزتي أن الزواج سكن ومودة لطرفي العلاقة الزوجية، ومن شأن السكن والمودة أن يتسم بالديمومة والثبات والاستقرار لكن مع فقدان الوعي الإسلامي في هذه العلاقة وارتفاع الضغوط النفسية والاقتصادية والاجتماعية تفاقمت الخلافات الزوجية يوماً بعد يوم، والمرأة المتفهمة في العلاقة الزوجية هي التي تستطيع أن تتجه إلى ملء ذاتي لزوجها من الداخل من خلال فهمها لنفسيتها، وتستطيع أن تحقق له السكن في هذه الحياة فاذا كان زوجها يعمل ويستغرق في عمله حتى آخر الليل ويضيق صدرها من ذلك عليها أن تتجه لعتابه كأن تقول له: «إنك تجهد نفسك من أجلنا كثيراً، جزاك الله خيراً» فسوف يسكن الزوج ويطمئن ويحاول أن يعدل ما أمكن من ظروف عمله في



هذه الحياة، ومن فنون الاحتواء في العلاقة الزوجية عدم التعامل مع الأخطاء بدقة متناهية لأن ذلك التعامل الدقيق يقلل الشعور بالود والرحمة، ولذلك قالوا عن تجاوز الهفوات بأن نتجاوز عن الأمور حيناً وأن نقف معها حيناً آخر فضلاً عن ذلك التعرض للإيجابيات في الحياة الزوجية عند نقاش مشكلة ما إذ لا بد أن تتكلم الزوجة عن إيجابيات هذه العلاقة، فبهذه الطريقة تحصر المشكلة محط الحوار وتأملها وتناقشها في ظل المودة والرحمة والخروج من دائرة هذه المشكلة، كما أنه ليس بالضرورة أن تكون لكل مشكلة حلاً كاملاً، قد يكون لها حل جزئي وهذا الحل الجزئي هو الحل المناسب لهذه المشكلة، فعالجي هذه الإشكالية ما أمكنك ثم تعايشي مع الباقي.

الحلقة السادسة

الفقرة الأولى: أنتَ وهو

تعاني بعض الزوجات من كذب أزواجهن عليهن كما يعاني بعض الأزواج من كذب زوجاتهم عليهم، وهناك الكثير من الحلول سنتطرق إليها بعد أن نبين أنواع الكذب.

سيدتي الفاضلة أن الكذب أنواع، فمنه ما يعبر عنه بالكذب الالتباسي، وفي هذا النوع من الكذب لا يستطيع الشخص أن يفرق بين الحقيقة والكذب، والكذب لسد حاجات معينة؛ ويستخدم هذا النوع لتحقيق حاجة عند الشخص وهو يعلم أنه بكذبه سوف يحقق ما يريد كحاجته للأموال مثلاً من أحد فيضطر إلى استخدام الكذب للحصول على ما يريد، كما وأن هناك نوعاً آخر من أنواع الكذب يطلق

عليه الكذب الدفاعي ويستخدم هذا الكذب للدفاع عن النفس ودفع الشبهات، ورغم اختلاف الأغراض التي تؤدي بالفرد إلى الكذب فهو يعتبر طريقة غير سليمة يتبعها الشخص حيث يقع صاحبه عاجلاً أو آجلاً في مشاكل أكثر، فالكذب لن يبقى كذباً لأن الحقيقة سوف يأتي لها يوم وتظهر واستخدام الكذب نجده شائعاً جداً مع شديد الأسف بين بعض الأزواج وهناك عوامل تدفع الزوج وكذلك الزوجة للكذب منها: تأخر الزوج في مكان ما لا يريد إخبار زوجته به فيلجأ للكذب والادعاء بأنه كان في بيت أهله أو عند صديق أو كان لديه عمل ما، أما العامل الآخر لأسباب الكذب في الحياة الزوجية حتى لا تثار المشاكل فتضطر الزوجة هنا إلى إخفاء الحقائق على زوجها والكذب عادة ممقوتة فلا يجوز أن يشيع استخدام هذا الأسلوب بين الزوجين حتى لا تهدم الثقة بينهما فما بني على خطأ لا بد أن يهدم بسرعة.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

سنسلط الضوء في هذه الفقرة على ما تعانيه بعض الزوجات من تجاهل الزوج لها وعدم مبالاته لها واتهامه لها بالغباء؛ لذا نقول لك أيتها الزوجة الفاضلة إن الزواج شراكة بين شخصين مختلفين؛ لذلك عندما نقرر الدخول في مؤسسة الزواج يجب أن يترك كل منا مساحة حرية

وخصوصية للآخر واحترام نقاط الاختلاف بين الإثنين، وتعثر التفاهم بين الزوجين قد ينتج عن عامل يسمى بالإيجائية وهي ظاهرة طفولية تجعل الإنسان لا يقبل احتمال الحادث العفوي ويغفل دوره في الحياة، ولا نعجب لبقاء الكثير من خصائص الطفولة في الكبار؛ لأن النضوج العقلي الكامل من النادر أن يتم في كل إنسان، ولهذا نرى وجوداً لآثار غير بسيطة في كثير من الزوجات فالزوج -و أحياناً الزوجة- سرعان ما يثور ويغضب على ما يعتقد أنه بدر من الطرف الآخر غير قابل احتمال الخطأ أو عدم القصد، ويزيد الطين بلة أن الاعتذار يعد في كثير من الأحيان نوعاً من التنازل وهكذا تكبر الهوة ويزداد الاضطراب بين الزوجين، وإليك سيدتي بعض النصائح:

- حاولي أن تخلقي حوار مشترك يكون هو المتحدث فيها انصتي واستمعي إليه واسأليه؛ لأن هناك بعض الرجال يشعرون بالدونية والتهميش لاسيما إذا كان هناك فارق كبير في مستوى التعليم لصالح الزوجة.

- احرصي على حل المشاكل أولاً بأول وعدم تركها لتتراكم وتصل إلى مرحلة معقدة، وتذكرتي دائماً أن الغضب والصراخ لن يحل مشكلة بل سيزداد الأمر سوءاً وتعقيداً وبالتأكيد سيترك أثراً سلبياً على أولادك،

وأن جمال الشخصية ورقيتها يظهر وقت الغضب، ويستطيع كل واحد منا أن يدرب نفسه على التغلب على الغضب وسوء الفهم بوضع فرضية «لم أكن أقصد».

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

الحب بين الزوجين والرومانسية في التعامل بينهما تعتريهما فترات من الضعف والفتور، وأحياناً الجفاف الشديد، بالتالي فهي تحتاج إلى مجموعة من النشاطات ولتجديد الحب في الحياة الزوجية؛ ولأن غالب الجفاف العاطفي يتهم الرجل بأنه هو المتسبب فيه، فسندكر للزوج مجموعة من الوسائل المعينة على تحقيق الرومانسية في تعامله مع زوجته ومنها:

- إحرص أيها الزوج من فترة لأخرى على أن تكتب لزوجتك رسالة عاطفية رقيقة أو بطاقة شعرية تعبر بها عما تكنه لها في فؤادك من أحاسيس رقيقة ومشاعر مرهفة وعواطف صادقة، فإن من البيان لسحراً، واحرص على تقديم بعض الهدايا المتنوعة لزوجتك بين فترة وأخرى؛ فإن الهدية وسيلة مجربة لتأليف القلوب وزيادة المودة ولا بد أن تدرك عزيزي الزوج أنه ليس مهماً أن تكون الهدية باهظة الثمن؛ لأن قيمتها ليس في ثمنها بل المهم هو قيمتها المعنوية والوجدانية في نفس

زوجتك، وإن تقديم باقة من الزهور لها أو إهداء وردة جميلة معبرة
مظهر مهم من مظاهر الرومانسية في الحياة الزوجية، وله تأثير عجيب
على قلب زوجتك.

- احرص أيها الزوج الكريم على تخصيص وقت يومي للجلوس
مع زوجتك والإنصات لهمومها وآرائها، فإن ذلك يشعرها باهتمامك
بها والثناء الدائم عليها سواء على شكلها أو نظافة بيتها أو حسن طبخها
مع تنبيهها على جوانب القصور -إن وجدت- فهذا يساعد على دوام
المحبة بين الزوجين.

- كن حريصاً أيها الزوج الكريم على إشراك زوجتك معك في
التفكير والتخطيط لبعض الأمور المشتركة في البيت كتغيير الأثاث
وترتيبه أو بعض أمور الأطفال، وتأمل دائماً في إيجابيات الزوجة وفي
الجوانب الحسنة لشخصيتها، وقد يقول بعض الأزواج: «أنا لا أشعر
تجاه زوجتي بأي حب لها أو تعلق عاطفي» ولكن لا بد أن يدرك أن الحب
يأتي من الاستمرار والمداومة على حسن التعامل والمحبة وإطلاعك على
صفاتها وأخلاقها الحميدة وتفانيها في خدمتك.

الحلقة السابعة

الفقرة الأولى: أنت وهو

سيدتي الكريمة ستتحدث عن ضرورة عدم التدخل بين زوجك وأهله فنقول:

لا تسمحى لأهلك بالتدخل، وإذا سمعت إساءة لا تنقلها لزوجك، وليكن لك شخصية لا تستفز بسهولة وكوني أنثى بكل ما تعنيه الكلمة، فالمرأة تجعل من شريك حياتها رجلاً وكلما زادت أنوثتها شعر الرجل برجولته أكثر، فهي دون أن تحاول أن تبرز تلك الأنوثة أو حتى تلفت النظر إليها من حديثها أو ملابسها فإنه يشعر بهذه الأنوثة عندما يجلس معها، هذه المرأة يحبها الرجل ويحب رقتها ولا يتمكن من نسيانها.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

أيتها الزوجة الفاضلة محطة أزواج وطباع هي المحطة الثانية والتي نقف عندها عن كيفية التعامل مع زوجك الفوضوي الذي يرمي حاجاته هنا وهناك أو الذي لا يعيد أدوات المنزل إلى أماكنها بعد استعمالها، وتعاني الكثير من الزوجات المتاعب تجاه ما يروونه بسبب أزواجهن المدللين وأساليبهن الفوضوية التي ترهقهن؛ إذ يقع عليهن العبء الأكبر في غرس قيم النظام، حيث تكمن خطورة معاشة هذا الجو الفوضوي وتأثيره على الأطفال، لاسيما بعدما يرون تصرفات الوالد مما ينعكس ذلك على تطبيقاتهم فما هي الطريقة المناسبة للتعامل مع هذا النوع من الرجال؟

سيدتي الكريمة أطلعي زوجك قبل فترة عن مشروع معين سيحصل في المنزل لكي يحافظ على الترتيب ولملمة الأغراض المبعثرة، فربما يتمكن من الحفاظ على مسؤوليته في المنزل واستبدلي الشجار بالحوار معه عندما يأتي إلى البيت إذ لديك الوقت الكافي لترتيب وتنظيف المكان، عوضاً عن إثارة المشاكل معه بسبب قلة ترتيبه، فضلاً عن ذلك أختي الكريمة لا تذكرني أمام الزوج أنه فوضوي ومهمل في كل حين، وإلا تفقديه صبره؛ لأنه يعرف عدم قدرته على تغيير هذه

العادة التي ربما يكون قد تربى عليها، وإلا إذا أصررت فلن تصلي إلى نتيجة جيدة بل إلى مشاكل أكثر تعقيداً، ولذا أنصحك أن تغيري نفسك؛ لأنها الطريقة الأنسب بدل من أن تبحتي عن تغيير زوجك؛ لأنه سيكون تغييراً من دون جدوى فإن تجاوب معك فتأكدي بأن هذا الشيء لن يطول مدى العمر.

فضلاً عن ذلك يعد الاتفاق بين الزوجين هما العاملان الأساسيان لتأسيس العائلة، فلا تقفي عند الفوضى الذي يثيرها زوجك لأن وقوفك مشكلة كبيرة فعشوائية الزوج من أبسط الأمور التي تواجه الحياة الزوجية وهناك مشاكل أهم وأكبر.

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

كما تعلمين أختي الكريمة أن الزواج هو ذلك الرباط المقدس الذي سماه المولى عز وجل بالميثاق الغليظ، تلك العلاقة القائمة بين الذكر والأنثى والتي هدفها تحقيق السكينة والسعادة، إنه منظومة متكاملة قائمة على المودة والرحمة والتفاهم بين الرجل والمرأة الاحترام والحب في الحياة الزوجية، والحياة الزوجية القائمة على الإحترام المتبادل بين الطرفين هي الناجحة بلا شك ولكن هل الحب شرط أساسي في إستمرار حياة زوجية ناجحة؟ الجواب طبعاً لا، فما أروع أن يكون هناك

زواج قائم على الحب لكنه ليس شرطاً لثبات وإستمرار هذا الزواج لكن الإحترام هو من يثبت ويدعم هذا الزواج؛ لأنه يساعد على تجاوز الخلاف، كما أن الاحترام والحب في الحياة الزوجية هو من يولد الحب لأن أي شخص يحترمك من الطبيعي أن تحبه وتقدره ولكن عندما تحب شخصاً ويتعمد إهانتك وتحقيرك، فمن الطبيعي أن يموت هذا الحب لذلك كان الإحترام قبل الحب ضرورة على الرغم من كونها شرطان متلازمان لإستمرار الحياة الزوجية، ويوضع الإحترام في المرتبة الأولى لأنه هو اللبنة الأساسية لأي مؤسسة زوجية فبواسطة الإحترام يبنى الحب، ولكن هل يجب أن يكون هناك حب بين كلاً من الطرفين حياة زوجية واقعية ناجحة بعيداً عن خيالات القصص الوهمية؟

أختي الفاضلة أن الحياة الزوجية منظومة متكاملة، وللإرتقاء بالحياة الزوجية يجب أن يكون الزوجان على قدر كبير من التفاهم والتوافق، وتوصف العلاقة الزوجية بأنها علاقة مقدسة لأن التقديس معناه الاحترام والعمق والجدية، ومعناه أيضاً أنها علاقة سامية ورفيعة، فالزوج يسكن إلى زوجته والزوجة تسكن إلى زوجها وهذا يعني أن في الحياة الزوجية الأمان والسكينة وراحة البال وذلك بفضل المودة والرحمة ولهذا فإن قرار الزواج هو من أصعب القرارات التي يتخذها



الإنسان في حياته، ولضمان إستمرار هذه العلاقة وتحقيق الهدف منها وهو السكينة والسعادة، يجب الاختيار السليم والتوافق الفكري بين الزوجين، وتبادل المشاعر وأن يقوم على أسس سليمة ودراسة موضوعية وإستمراريته تقع على عاتق كل من الزوج والزوجة ما أروع أن يسود بيوتنا الإحترام والحب بين الزوجين ويغيب عنها الجفاء والبغض لننعم بحياة مستقرة هائلة.

الحلقة الثامنة

الفقرة الأولى: أنتِ وهو

الكثير من الزوجات تهمل مظهرها وطريقة تعاملها مع زوجها بعد الإنجاب وتنظر للحياة بنظرة مختلفه تماماً، فهي تعتقد أنه لا يقدر ما حلَّ بها من تغيير جراء التعب والإرهاق ومسؤولية الطفل الجديد وبكائه وعدم نومه وغيرها، وللأسف تلك نظرة خاطئة وهذا ناتج عن سوء تقديرها للأمور؛ فهي لم تعلم أنها بهذا الإهمال الذي قد تتسبب فيه ينتج عنه غضب طفل آخر وهو بالطبع زوجها الذي قد يكون في أمس الحاجة إليها، ولا تعجبي أيتها الزوجة، فالرجل طفل كبير مهما تعددت سنوات عمره فهو يحتاج دائماً إلى الحب والحنان والمعاملة الطيبة فأشعريه دائماً أنه محور اهتمامك، ولهذا ينبغي على الزوج أيضاً أن ينبه زوجاته لتلك الأمور البسيطة التي قد تغفل عنها بعض الزوجات

وعليه لا نستطيع أن نتجاهل من أن تحاول الزوجة جاهدة أن لا تشعر زوجها بأي فرق بين حياته قبل أن تصبح أم وبعد أن أصبحت أمّاً من كل الزوايا وليس زاوية المظهر فقط.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

تحدث عن كيفية تعاملك مع الزوج كثير الشك، حيث أن كثير من الزوجات يعانين من شكوك أزواجهن ومراقبتهم مع كل نفس يتنفسه يراقبون حركاتهم ومكالماتهم الهاتفية حتى يصبح الوضع مأساوياً وخطيراً ويؤدي إلى مشاكل كثيرة تنتهي في أغلب الحالات إلى الانفصال والطلاق، ولذا ايتها الزوجة الفاضلة ننصحك بالحد من شكوكك مع هكذا زوج فهو يقرأ ما بين السطور ويفسره على أنه تهديد، لذا يجب أن تزني كل كلمة أثناء تعاملك معه، وأن تكون كلماتك مختصرة قدر الإمكان؛ فلا تتكلمي بكلمات لها أكثر من معنى ومغزى أو حديث طويل صعب فهمه ويسهل تحليله وتفسيره لأكثر من معنى، فكوني صريحة وواضحة معه في الأقوال والأفعال لئلا تثير الريبة في نفس الزوج، ولا تحاولي سيدي إشعال نار الغيرة معه فهي لعبه خطره وتؤدي إلى الشك، وتجنبي مجادلته وانتقاده ولا سيما أمام الناس، وبيني له ما تريه صواباً بأسلوب لطيف دون تعنيف أو إلزام بتغيير قناعاته

فليس هيناً عليه أن يفعل ذلك فهو مقتنع بأنه هو دائماً على حق فلا تحاولي مجادلته لإقناعه بخطئه، فهو مقتنع بأنه الوحيد الذي يفهم ولا يخطئ، ولكن لا تدعيه يسقط عليك أخطائه وتقصيره وهفواته وفي الوقت ذاته لا تواجهيه بعنف فينفجر إلا إذا كان لك عليه سلطان بوعيك وثقاقتك، فتستطيعين أنت أن تسيطر على الموقف، لا توافقي على إسقاط أخطاء ملفقة وكاذبة بحقك فسكوتك يعني موافقتك وأنه هو على حق.. حاولي التبرير لنفسك بهدوء دون جدال، وإن قدر زوجك احترامك له فاستمري في احترامه دائماً دون انقطاع ولا تحتقرينه إذا لم يقدر، فهو معذور، لأنه قد يكون مصاب بمرض الشك فضعي نفسك مكانه.

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

هناك عدة أمور تدخلين بها قلب زوجك فلا ينظر لغيرك وهي لين الحديث، استقبليه بابتسامة وودّعيه بابتسامة واسألي عن حاله ولا تتدخل في أعماله، تجاذبي معه أطراف الحديث ولا تذكريه منه بالجانب الخبيث، أسمعيه كلاماً طيباً وأظهري له جانباً ليناَ فإذا أخطأ فلا تلوميه وقولي له كلاماً يرضيه، وإذا طلبت منه شيئاً فلم يلبّه فلا تعانديه فينفر منك، ويدب بينكما النزاع والخصام وقد يدوم ساعات وأياماً وأطيعيه بما

يرضي الله وبما يريد، وتذكري قول الرسول الأكرم (ص وآله) في ذلك حيث قال: «إذا صلت المرأة خمسها وصامت شهرها وحفظت فرجها وأطاعت بعلمها، قيل لها: ادخلي الجنة من أي الأبواب شئت»، وكوني له مستودع الأسرار ولا تفشي شيئاً منها خارج الدار، وتطبيبي وألبسي أجمل الثياب وتزيني، فإن الرجل يحب أن يرى زوجته جميلة المظهر بهية الطلعة، ونوعى في ما ترتدينه، كوني كالفراشة حوله، اختاري الألوان التي يحبها، تجملي له وليني له الكلام واطهي له ما يحب من أصناف الطعام وأظهري له الود، فإذا لم يعجبه ذلك اليوم طبخك فلا تتركه غضبان، وقد يتلفظ بالشتائم، فاصبري على ذلك لتتالي الأجر وتذكري قول الرسول k: «ألا أخبركم بنسائكم من أهل الجنة: الودود الولود العؤود التي إذا ظلمت قالت: هذه يدي في يدك لا أذوق غمضاً حتى ترضى».

عزيزتي الزوجة.. إذا اتبعت هذه النصائح فسوف تعيشين في سعادة وتجدين فوق ذلك زيادة وسترفرف على أسرتكما أجنحة الرضا والسعادة.

الحلقة التاسعة

الفقرة الأولى: أنتِ وهو

هذه الفقرة تتحدث عن كيفية صنع السعادة في حياتك الزوجية، فكما تعلمين أن السعادة هي حلم جميع الأزواج فعندما يجمع الزواج قلبين معاً فإن الحلم الوحيد الذي يتطلعان له هو نجاح الزواج، ويعتقد البعض أن وجود الحب بين الزوجين أمر كافٍ لتأسيس حياة زوجية ناجحة والعيش في سعادة زوجية دائمة ولكن في الواقع أن الحب وحده لا يكفي مطلقاً لإنجاح الزواج أو الحصول على السعادة الزوجية؛ فهناك الكثير من الأمور الأخرى التي لا تقل أهمية عن الحب يحتاجها الزواج حتى يصمد أمام مشاكل الحياة ومنها المرح وحسن الدعابة؛ لأن النكد والكآبة هم أعداء السعادة الزوجية، فكم من مشكلة زوجية كان يمكن حلّها بالمرح والدعابة وهذا بالطبع لا يعني الاستخفاف

بالمشاكل الزوجية أو بمشاعر أحد الزوجين، ولكن يعني عدم جعل الخصام والشجار يحتلان الزواج وعدم جعل الكآبة والنكد شعار الحياة الزوجية، حيث أن هذا النكد سوف يغلق كافة الأبواب أمام السعادة الزوجية ولن يجد الزوجين بعد ذلك سوى مشاكل مستمرة وجفاء شديد بينهم.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

سيدتي.. قد يكون زوجك كتوماً ولا يروي لك تفاصيل يومه أو مشكلاته، وقد تمضى بكما الأيام دون أي حديث مفيد، فماذا تفعلين سيدتي وما الحلول لتلك المشكلة وكيفية التغلب عليها؟

عليك معرفة ما إذا كانت تلك طبيعة زوجك الهادئة أم أنه لم يكن كذلك، ولا تقيسي بين الخطوبة والزواج أو بين أول الزواج وما بعده؛ لأن فترة الخطوبة وبداية الزواج تكون المشاعر فيها فياضة ويرغب كلا الطرفين في معرفة الآخر وإسعاده وإسعاد نفسه، وعليك أن تعلمي أن هذا الأمر يتطلب منك الصبر؛ لأن بعض الطباع يحتاج وقتاً طويلاً، فإذا كان زوجك قد تغير وكنتما على تواصل دائم خلال سنوات ثم حدث فتور فعليك معرفة ما إذا كنت قد أهملت لفته لفترة ما بسبب العمل والأطفال وغيرها أو لا، فإبدأي بإظهار اهتمامك به من جديد وإذا كان

قد قل إهتمامك بنفسك وإهتمامك بالوجود بجانبه لفترة ما فإهتمي بمظهرك أمامه وشاركه اهتماماته وهواياته وتجنبي الحديث معه أثناء إنشغاله بعمل يحبه أو إهتمامه بمباراة مثلاً، ولا تنسي أيتها الزوجة الفاضلة إرسال رسائل عاطفية لزوجك فذلك سيساعده على التجاوب والتواصل معك باستمرار وعبري له فيها عن حبك دائماً دون إلحاح ودعيه يفعل ما يريد من هدايا وذكاء، وإذا كان الزوج بطبعته كتوماً فعليك أن تعتادي قليلاً على الأمر ولا تلحي عليه كثيراً عليك أن تهتمي بما يلفت نظره من الموضوعات مثل الرياضة والسيارات والتكنولوجيا واسأليه عن تلك الموضوعات، فحاولي الإهتمام بالموضوعات المشتركة بينكما مثل الفنون والأفلام والكتب والرحلات والهوايات فضلاً عن ذلك عليك القيام بهواية تحببها في المنزل حتى لا يضايقك صمته إلى أن يعتاد على الحديث معك وكوني لطيفة فلا تلوميه عندما يحكي لك عن موقف ما أو خطأ في العمل كونى صديقة له.

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

تحدث في كيفية تغيير طباع زوجك فكما تعلمين أن الزواج سكن ومودة لطرفي العلاقة الزوجية، ومن شأن نصائح لتغيير طباع زوجك لا تحاولي تنبيه زوجك إلى تصرفاته الخاطئة وعندما يقوم

زوجك بتصرف ترضين عنه أمطريه بالثناء والمديح فضلاً عن ذلك سيدتي حاولي التغاضي عن تصرفاته غير المرضية ومكافأته على تصرفاته المرضية وتجنبي توجيه النقد إلى زوجك والنقطة الأهم اعرفي ما يمكن لك أن تُغيّريه وما لا تستطيعين تغييره، ففي بعض الأحيان يتمسك الرجل بعادة سيئة على أنها جزء من هويته أو شخصيته، لا تذكرى هذه العادات السيئة أمام أهلك وعائلتك كي لا تشعر به بالخجل؛ لأن ذلك قد يكون ذا أثر سيء، وللأسف هناك بعض الأزواج يعود في وقت متأخر من الليل، وهنا حاولي أن تُشعريه بأنك غير غاضبة، تذرعي بحجة دفعته إلى القدوم متأخراً وفي حال لمست استجابة للتغيير، احذري أن تضغطي لإحداث تغييرات أخرى قد تكون أكثر جدية هذه المرة، لأنك ستصطدمين بالرفض.

الحلقة العاشرة

الفقرة الأولى: أنتِ وهو

عزيزتي الزوجة إن الثقة بين الزوجين تعتبر من أهم مفاتيح وأسرار السعادة الزوجية، فلا يمكن تأسيس زواج ناجح بدون إرسائه على الثقة المتبادلة بين الزوجين، حيث أن هذه الثقة هي التي تولد الشعور بالأمان والاستقرار في الزواج ومن هنا تأتي السعادة الزوجية، فكيف يمكن أن يشعر الزوجين بالسعادة والراحة وهم لا يشعرون بالأمان أو كل منهم في حالة تربص للآخر ويشكّون في تصرفات بعضهم! لذلك من المهم أن يتحلّى الزوجين بالثقة في أنفسهم وفي حبهم لبعضهم وأن يفرقون بين الغيرة والشك وأن لا يدعون الغيرة تسيطر على حياتهم الزوجية وتصل إلى فقدان الثقة وتسبب في غياب السعادة الزوجية.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

سنسلط الضوء فيها على فضول بعض الأزواج في كل صغيرة وكبيرة، فهناك بعض الأزواج يتصفون بالفضول، وهذا الأمر بالتأكيد يزعج المرأة بشكل كبير، ويمكن اعتبار الفضول الزائد عن حده نوعاً من الاضطرابات السلوكية التي تؤثر في العلاقات بين الناس بشكل عام، وفي العلاقة بين الزوجين بشكل خاص، فهل يمكن اعتبار الفضول سلوكاً أو طبعاً يمكن تحمله وتغييره في صاحبه أم هو اضطراب سلوكي يجب معالجته وهل يقتصر الفضول على علاقة الرجل بزوجته؟ أم تتحكم بتصرفاته مع كل من حوله؟ وما هي الطرق الواجب إتباعها للتعامل مع الزوج الفضولي؟

يجب على الزوجان أن يتشاركا في الأمور المهمة ويتركا بعض التفاصيل الخاصة لكل منهما لكي لا تعيش الزوجة تحت ضغط نفسي مستمر، وتشعر بأنها مراقبة طوال الوقت وأن كل آرائها مقيدة فهي لا تستطيع قول أو فعل شيء من دون تدخله كما أنها معرضة دائماً للمواقف المحرجة أمام معارفها، ولذا ننصح المرأة بأن تضع حدوداً للرجل منذ بداية العلاقة وقبل حصول الارتباط إذ من المهم للفتاة المقبلة على الزواج أن تراقب تصرفات الشريك لكي تكتشف عيوبه

وتختبر قدرتها على تقبل هذه العيوب، فإذا شعرت بأنه يتدخل في كل أمورها ويملي آراءه يجب أن تنبهه إلى الأمر وتضع أساساً لعلاقتها فإذا التزم بالقواعد تستمر معه وإذا أخفق تقطع العلاقة قبل أن تبدأ لكي لا تعاني بعد ذلك، لأن الفضول يعد نوعاً من الاضطراب السلوكي.

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

عزيزتي الزوجة كوني فخورة بشريك حياتك فهذه هي النصيحة التي يركز عليها أحد الخبراء في بحثه عن أحد أهم الأسرار التي تربط الزوجين برباط أكبر من الحب وأسمى من الإحترام، فالرجل يتوقع من زوجته أن تفخر به وأن تحرص على إظهار مميزاته وحسناته، وأن تتغاضى عن سيئاته، ويتجلى ذلك في قيام المرأة الأم بغرس قيم الاعتزاز في نفوس الأبناء تجاه والدهم وجعلهم يؤمنون بأنه إن تعب فإنها يتعب من أجلهم وأنه إن غاب عن البيت فلأنه مشغول بتأمين احتياجاتهم.

كما أن العديد من الأزواج يحضى في حياته خارج المنزل باحترام الناس وتقديرهم ولعل من المفارقات بينما لا يحظى بالشيء نفسه عندما يعود إلى البيت، إذ تعامله زوجته على أنه شخص أقل من عادي، وأن وجود هذه المشكلة يؤدي إلى ترغيب الرجل في الغياب عن المنزل وعن عائلته وزوجته تحديداً، فالرجل يجب أن يرى نفسه في البيت ملكاً

متوجاً، وإذا كان يحرص على إبداء الإحترام لزوجته فهو يتوقع في المقابل الكثير من التبجيل، وفي الوقت نفسه فإنها تأخذ منه كل ما تريد، وبالعقل دون حدوث مشكلات.

وقد يكون الرجل مدبراً وحريصاً على ما يجنيه من مال، فتصفه زوجته بالبخل والتقتير وتثير معه المشاحنات حتى يحدث بينهما من المعارك ما يجعل الحياة سوداء قائمة لكنها تستطيع اللجوء إلى أسلوب آخر مبتكر بإستخدام ذكائها الأنثوي فتحصل منه على المال الذي تريد من دون أن تثير الزوابع التي تسم حياتها وحياة عائلتها وإنما بذلك تكسب الشيء الأهم؛ حب الرجل واستعداده المتدرج للتجاوب مع مساعيها لتغييره نحو الأفضل.

الحلقة الحادية عشرة

الفقرة الأولى: أنتِ وهو

أختي الكريمة مما لا شك فيه أن التقدير والمشاركة من مفاتيح الحياة الزوجية السعيدة ولذلك فأن استهزاء أحد الزوجين بمشاعر الآخر هو جريمة حقيقية يرتكبها بعض الأزواج في حق انفسهم، وفي حق أزواجهم؛ فقد تستهزئ الزوجة بتعب الزوج في العمل والمشاكل التي يعاصرها كل يوم حتى يوفر لها حياة كريمة، وكذلك الزوج الذي يستهزأ بمشاعر زوجته وشعورها بالوحدة أو الملل من الجلوس في المنزل والأعباء المنزلية ويرى أنها لا تفعل ما يستحق التعب، فكل هذا يدمر الزواج دون أن يشعر الزوجين؛ لأن كل طرف يرى أن الطرف الآخر لا يشعر به ولا يشاركه همومه وأحزانه وهنا تزداد المشاكل وتصبح الحياة الزوجية جحيم لا يطاق، فعلى الزوجين الكريمين أن

يقدر تعب الآخر من أجل حياة كريمة من دون مشاكل ومنغصات.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

أختي الكريمة أن الزوجة الذكية هي التي تستطيع أن تتعامل مع زوجها بمهارة وفن وحكمة، فلا يوجد زوج يتصف بالكمال، وعلى الزوجة أن تكون على معرفة ودراية بأنماط الشخصيات المختلفة حتى تعرف من أي نمط تتكون شخصية زوجها فتدرك أسلوب التعامل معه، وإحدى الشخصيات هي شخصية الزوج العنيد؛ فالعناد يقابلنا في حياتنا، سواء أكان على مستوى الحياة العامة: الأصدقاء، العمل، الخدمات أو على مستوى الأسرة: الزوج، الزوجة، الأطفال، الأخوات، الإخوة، الحموات، ومن الممكن أن تكون صفة العناد بداخلنا ولكن لا نعرف كيف نعالجها ونتعامل معها حتى تقينا وتحميننا من السلبية والتأخر والتخلف عن مواطن التقدم فتمنع عنا الخيرات والبركات.

أما أسبابه فهي عدم النضج وانعدام القدرة على التمييز بين الصواب والخطأ والتمركز حول الذات والأنانية الشديدة والإصرار على الرأي وتجاهل وجهة نظرك وعدم الرغبة في الاستماع إليها؛ لأنه لا يجب أن يرضخ لأوامر أحد أو آرائه، فضلاً عن أنه متسرع وغير ناضج من الناحية العاطفية والانفعالات، حساس ومتمركز حول ذاته، قاسٍ

في تعامله مع الآخرين ويملك الحجة أحياناً أو الصوت العالي، وإليك
سيدتي بعض الإرشادات التي تعينك في التعامل مع زوجك العنيد
منها الحوار الهادئ الذي يتميز بالتفهم والاستماع والتشجيع والتعاون
ومشاركته في أعمال مفيدة، ومساعدته على اتخاذ القرارات الجماعية
بما يقلل من درجة العناد ولا تتحدثي معه بقسوة واهم شيء سيدتي
الكريمة هو أن تجنبي المواقف المثيرة للانفعال وأن لا تضغطي عليه
بكثرة طلباتك وتحديثي معه من خلال سلوكياتك اجعليها رسائل له
مفعمة بالحب والحنان إذ لا بد أن تعرفي أن طاقة الحب طاقة شفائية ولها
ذبذبة عالية تجلب الخير وتقوم النفس وتجعل الصعب سهلاً فلتنشري
بالحب والسلام ما تريدينه وتوجهيه إلى الخير حتى يتم إصلاح حياتك
وتستطيعين بذلك تحويل الطاقة السلبية إلى طاقة إيجابية مع تمنياتنا
للجميع بحياه ملؤها السعادة والحب.

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

عزيزتي تختلف الجاذبية من امرأة لأخرى فهناك جاذبية ظاهرية
وأخرى معنوية أي هناك ما يأخذ العين وهو كل ما يتعلق بجمال
الشكل الخارجي كجمال الملامح وجمال الملابس والابتسامة والأناقة
وهناك أيضاً الجاذبية المعنوية وهي لا تدرك إلا بالمعرفة والمخالطة

فهناك جمال الروح، خفة الظل حسن الخلق والتفاهم والمرونة.. إن الجاذبية الحسية هي الجاذبية الحقيقية التي تجعلك مركز الأنظار في كل الأوقات فأول ما يلفت نظر الزوج لزوجته الملبس قبل تعبيرات وجهها وكلماتها فهو يعتبره رسالة غير منطوقة أي صامتة تعبر بوضوح عن حالتها الوجدانية، فالملبس من الأشياء ذات الأهمية وله تأثير واضح وسريع في النفس فهو من عوامل الانجذاب الحسي وتنمية الحس الجمالي والذوق الرفيع إذ أنها تعكس مدى التوافق والانسجام الزوجي والتناغم المزاجي والوجداني بينهما وتثير كوامن العاطفة، أي ارتدي ما يسر عين زوجك وان إهمال الملبس يعطي الزوج إحساساً بأن زوجته لا تهتم به ولا تحرص على سعادته والعكس أيضاً أي أنه ليس واجباً على الزوجة فقط، لكن دائماً الزوجة عليها عاتق أكبر في جمال الشكل والمظهر بل الزوج أيضاً مدعو أن يتزين لزوجته، أما الجاذبية المعنوية فتتمثل في سحر الكلمة إذ أن الخلافات بين الزوجين مهما كانت صعبة يمكن تجاوزها بالكلمة الحلوة، فهي نوع من أنواع السحر الحلال، وتعمل على امتصاص الغضب، وأيضاً عدم مناقشة أحد الطرفين للآخر أثناء الغضب، فلكل رجل مفتاح وعلى الزوجة أن تبحث داخل زوجها عن مفتاحه، فأحياناً يسعد الزوج بالكلمة الطيبة أو الوثام مع

أهله، أو التزين له أو إعداد طبق مفضل له أو استقباله بشكل معين
بابتسامة وكلمة حلوة لتزيح عنه عبء اليوم الشاق في العمل، فالحياة
الزوجية عبارة عن مشقة وتعب والصبر هو الحل، كما أن الابتسامة
الصادقة أيتها الزوجة الكريمة تأسر القلوب وتسحر النفوس ولها
رونق وجمال وتعابير وتضفي على وجه صاحبها ما لا يضيفه العبوس
فالابتسامة هي كنز لكن من السهل الوصول إليه فهي لا تكلفك شيئاً
فهي مفتاح كل خير ومغلاق كل شر، فالابتسامة وروح الدعابة والمرح
من السحر الحلال على المرأة والرجل والابتسامة الحقيقية التي تأتي من
أعماق النفس هي أحياناً تتحدث لكن من دون صوت تقول كلمات
وعبارات مثل أنا أحبك، إنك تمنحني السعادة، إني أشتاق إليك، كنت
أفتقدك أثناء غيابك، إني سعيدة برؤيتك.

الحلقة الثانية عشرة



الفقرة الأولى: أنتِ وهو

أيتها الزوجة الكريمة كما تعلمين لا يوجد زواج يخلو من المشاكل الزوجية، وبالتأكيد خلال هذه المشاكل والخلافات يغضب أحد الزوجين أو كلاهما ولكن الغضب العنيف الذي يلزمه التفوه بكلمات قاسية وجارحة وأحياناً يصل إلى الضرب والإساءة الجسدية أو كسر الأشياء، وهذا أمر غاية في الخطورة ولا يتواءم مع المودة والرحمة التي تعتبر جوهر الزواج، ولأنه عادة ما يعقب هذا الغضب العنيف فترات خصام طويلة بين الزوجين فهنا تكون الحياة الزوجية في خطر حقيقي، حيث أن هذا الخصام يتسبب في جفاء وبرود بين الزوجين.

لذلك من المهم تجنب الغضب العنيف عند حدوث المشاكل

الزوجية وكذلك المبادرة بالاعتذار وإنهاء الخلاف وتجنب فترات الخصام الطويلة حتى لا تنطفئ شعلة الحب في الزواج.

الفقرة الثانية: أزواج وطباع

تحدث هذه الفقرة عن تسلط بعض الأزواج على زوجاتهم والتي تعد من أبرز المشكلات في العلاقات الزوجية والتي من شأنها أن تؤدي إلى انهيار الأسر وتدمير الأجيال لأنها تؤدي إلى اتخاذ القرارات بصورة فردية بعيداً عن روح المشاركة التي تقوم عليها العلاقات الزوجية مما يؤثر سلباً على تفاصيل الحياة، ويؤدي إلى إنتاج أجيال تسير على ذات نهج التسلط، فإن وقع نصيبك عزيزي المرأة بين يدي رجل متسلط، يريد أن يثبت أنه على حق وأن كل ما يقوله ويفعله، وكل تصورات وأفكاره وخيالاته هي الصواب بعينه وما دونها خطأ، فاعلمي أنك أمام رجل متسلط، عليك ترويضه لتستطيعي استكمال مسيرة الحياة معه ولكن عليك أن تعلمي أن عليك جزءاً من المسؤولية، وأول خطوات العلاج التمكن من الاختيار الصحيح للزوج فيجب على الفتاة أن لا تستهين في تحليل السمات الشخصية لزوج المستقبل، فأحياناً قد يكون الزوج طيب القلب، لكنه لا يقبل المشاركة، منفرد بالرأي متعصب في أمور اجتماعية معينة، والتطرق إلى تعامله مع أسرته وعائلته خاصة النساء فيها الأم

والشقيقات؛ لأن ذلك التعامل سينعكس بالتأكيد عليك فإن أحسن تعامله مع أمه أو شقيقته سيفهم احتياجات زوجته أيضاً، بالإضافة إلى التأكيد من أخلاقه والتزامه والتحقق من مبادئه الدينية، فمن يتق الله ويخافه يمكنك ائتمانه على نفسك، وعلى الزوجة المبتلاة بالزوج المتسلط أن تتعامل معه بحسب الموقف وأن تستشعر ميوله واهتماماته وتحاول مشاركته بها مما يجعل مجال للحوار بينهما، وأن تتحرى المواقف التي تعكر مزاجه وتعتمد إلى تفاديه وعدم زيادة عصبية؛ وأن تفهمه ولكن مع وضع حدود لأن التنازلات تؤدي إلى الامتهان وكذلك عليها أن تمنحه فرصة للتغيير لكي تسير بهم عجلة الحياة الأسرية على نحو الهدوء والسكينة والطمأنينة، وتعزز لديه التعامل الإيجابي، فعلى الزوجين اخواتي أن يعلمنا تماماً أنهما أسرة وأنهما مراقبان من الأبناء وأن تأثيرهما على أبنائهما في السنوات الخمس الأولى كبير جداً، إذ يحدد سمات شخصية الطفل، فإذا كانت الحياة بينهما تسودها المشكلات وعدم الاحترام فإن الأطفال سيتأثرون وستنعكس المشكلات على سلوكياتهم وعلاقاتهم بالآخرين وأن تكون الخلافات بين الأزواج بعيداً عن أعين الأطفال وأن يكونا قدوة حسنة حتى نزرع جيلاً صالحاً عالماً لحقوقه وواجباته وأن يتوخيا الاختيار الصحيح، وأن يحترم كل منهما حقوق الآخر فلا

ينقصه إياه ولا يمنعه عنه وفقاً لتعاليم ديننا الكريم.

الفقرة الثالثة: لمسة حانية

أيتها الزوجة الكريمة إن الرجل يشعر عادة بالهجوم والاعتداء عليه عندما تبدأ زوجته بالتشكي والحديث عن مشكلاتها ومشاعرها فهو يستنتج أنها تلومه على هذه المشكلات، حيث يغيب عن معظم الرجال أن المرأة تحتاج للحديث عن مشكلاتها ومشاعرها ومن دون أن تقصد لوم الزوج أو عتابه، إلا أنه يمكن للمرأة من خلال الممارسة والتدريب أن تتعلم كيف تحقق حاجتها بالحديث تتحدث عما تكنه ولكن من غير أن تُشعر الرجل باللوم أو العتاب، فيمكنها مثلاً أن تطمئن الرجل بأنها لا تقصد لومه بل يسعدها الكلام معه، كان تقول: «إنني أشعر الآن بالارتياح بعد أن تحدثت لك عن ذلك، فشكراً لك لأنك استمعت إلي... أعرف أنك لست أنت السبب إلا أنني أودّ الحديث في الأمر...»، وتحدث مثل هذه العبارات البسيطة تأثيراً كبيراً في تغيير جو الحديث، ليصبح أكثر إيجابية وقبولاً من قبل الزوجين معاً، ويمكن للزوجة كذلك أن تحاول خلال حديثها إدخال بعض العبارات التي تنم عن تقديرها للجهود التي يبذلها زوجها من أجلها، فإذا كانت مثلاً تشتكي من الأعمال المنزلية التي تقوم بها، فيمكنها أن تعبر له عن

تقديرها للمساعدة التي يقدمها إليها في أعمال المنزل، وتشكره مثلاً عن عمل قام به منذ مدة قريبة، وكيف سرّها هذا العمل، ولا تحتاج المرأة لتغيير طبيعتها فتمتنع عن الحديث عن مشكلاتها ومشاعرها، أو تمتنع عن التشكي لمجرد أن توافق ما يريده الرجل، فليس هذا بالأمر السليم لها. وإنما عليها أن تحاول أن تعدّل بعض الشيء طبيعة الحديث لكي لا تُشعر الرجل بالتهجم أو اللوم على هذه المشكلات، وذلك من خلال إدخال التغييرات البسيطة التي سبق ذكرها هنا.

وعلى المرأة كذلك أن لا تفترض أن الرجل يدرك دوماً كي هي تقدّر ما يبذله ويقدمه من جهد من أجلها. فقد يوجد عند كثير من النساء مثل هذا الافتراض، ولذلك فهن لا يخبرن الرجل بتقدير جهوده وخدماته. والحقيقة أن الرجل يحتاج دوماً لأن يشعر بأن زوجته تدرك وتقدر مساعيه وخدماته، وإذا شعرت المرأة بأنها منزعجة من أمر ما صدر من زوجها وأنها تريد عتابه أو انتقاده، إلا أنها لسبب ما لا تجد أن الوقت مناسب لمثل هذا الحديث معه، فيمكنها عندها أن تتحدث لصديقة أو قريبة، لتحاول الحصول على التأييد والتشجيع الذي تحتاج وعندما تشعر ببعض الهدوء والإيجابية والمحبة يمكنها أن تتحدث مع زوجها لمشاركته مشاعرها.

المحتويات

٥	الحلقة الأولى
١٠	الحلقة الثانية
١٦	الحلقة الثالثة
٢٢	الحلقة الرابعة
٢٧	الحلقة الخامسة
٣٢	الحلقة السادسة
٣٧	الحلقة السابعة
٤٢	الحلقة الثامنة
٤٦	الحلقة التاسعة
٥٠	الحلقة العاشرة
٥٤	الحلقة الحادية عشرة
٥٩	الحلقة الثانية عشرة