رياحين

العلاقة الزوجية

عدنان بن سلمان الديويش

شبكة الألوكة
www.alukah.net

www.alukah.net
شبكة الألوكة

ⓒ عدنان سلمان عبدالرحمن الدريويش ، ١٤٤٤هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

الدريويش ، عدنان سلمان
رياحين العلاقة الزوجية. / عدنان سلمان الدريويش - ط١. -.
الاحساء ، ١٤٤٤هـ
١٩٨ ص ؛ ..سم

ردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٠٤-٥٨٣٢-٥

١- العلاقات الزوجية ٢- المشاكل الزوجية أ.العنوان
ديوي ٣٠١,٤٢٧ ١٤٤٤/١٠٨٢١

رقم الإيداع: ١٤٤٤/١٠٨٢١
ردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٠٤-٥٨٣٢-٥

شبكة الألوكة - قسم الكتب

إهداء

إلى /

رياحين
العلاقة الزوجية

عدنان بن سلمان الدريويش

مقدمة

الزواج هو عقد وثيق وترابط شرعي ينشأ بين رجل وامرأة على وجه الدوام ، لتحقيق جملة من المقاصد والغايات النبيلة من هذه العلاقة ، كتحقيق العبودية لله تعالى ، وحفظ النسل واستمراره ، قال تعالى : (يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً) سورة النساء، وفيه تلبية للغرائز الفطرية واعتدالها ، وتحقيق السكن النفسي والجسدي ، وتنمية للروابط الأسرية والاجتماعية.

إلا أن هذه العلاقة تشهد بين فينة وأخرى العديد من المشكلات والتقلبات على الرغم من اختلاف نوعها من علاقة لأخرى ، كالجدال المستمر وعدم الاستمتاع من بعضهما ، وكثرة الانتقاد والسخرية والضرب والشتم والجفاء العاطفي ، مما يولد بين الزوجين حالة من الألم والآهات والصرخات بعضها يكون مكبوتا داخل النفوس والقلوب ، وبعضها يكون ظاهرا يشهده الأولاد والجيران والآباء والأمهات .

واقتضت حكمة الله – تبارك وتعالى – أن جعل بعد هذه الخلافات والمشاحنات يُسرٌ ورخاء وسعادة وطمأنينة إذا اهتدينا بهديه وهدي رسوله صلى الله عليه وسلم في حسن التعامل معها ، قال الله تعالى (فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا * إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا) سورة الشرح ، فما من ملمَّة تلم بنا، ولا من مصيبة تنزل علينا، نتذكر معها هذه الآية ، علمنا يقينا أنه سيأتي بعدها رخاء وفرج قريب ، فواعجبًا! كم أودع الله – عز وجل – في هذه الخلافات والمحن والشدة من نفحات عجيبة ، ورياحين جميلة ، ترفع بعدها كل هم وحزن وشدة وكربة ، وتخلف مكانها سعة وسعادة وتيسير ، قال ابن مسعود – رضي الله عنه –: "لو كان العسر في جحرٍ، لدخل عليه اليسر حتى يُخرِجه"[المعجم الكبير].

www.alukah.net
شبكة الألوكة

وَقَالَ –جَلَّ وَعَلَا–: (وَهُوَ الَّذِي يُنَزِّلُ الْغَيْثَ مِن بَعْدِ مَا قَنَطُوا وَيَنشُرُ رَحْمَتَهُ ۚ وَهُوَ الْوَلِيُّ الْحَمِيدُ) سورة الشورى.

أيها الأزواج الكرام إن كل آهات وصرخات المظلومين التي تخرج من البيوت تتشابه وإن اختلفت تفاصيل الروايات ، صرخات يسمع صداها البعيد والقريب ، تسمع فيها توسلات زوجة وتألم زوج ، نهايات مأساوية يدفع ثمنها في أغلب الأحيان الأبناء والبنات ، آلام يتخللها تهديد بالضرب والشتم والمنع والحرمان أو بالطلاق أو الخلع ، واستهتار من الزوج والزوجة بقدسية العلاقة الزوجية والمسؤوليات الأسرية .

تقول إحدى الزوجات زوجي لا يهتم بي طول وقته مشغول باستراحاته وأصدقائه ، وأخرى تقول زوجي مدمن على مواقع التواصل الالكتروني ، يمضي الساعات الطوال يتنقل بين موقع إلى آخر وبين لعبة إلى أخرى ، وأخرى تقول زوجي بخيل يمنعني النفقة واللباس والخروج والتنزه ، وأخرى تقول زوجي يمنعني من زيارة أهلي ، لا يرضى لي بالتواصل معهم أو التحدث معهم ، وأخرى تقول صباحي معه ضرب وشتم وقذف ومسائي معه منع وآلام وتوتر .

ويقول أحد الأزواج زوجتي شكاكة في كل طلعة ودخلة وكل كلمة وهمسة واتصال ، وآخر يقول زوجتي لا تهتم بلباسها وزينتها وجمالها إلا لغيري ، وآخر يقول زوجتي دائما تقارنني بغيري ، فلان يشتري أفضل منك وفلان بيته وسيارته أفضل منا ، وآخر يقول زوجتي لا تحفظ أسرارنا ، تدخل أمها وأخواتها في مشاكلنا ، ولا توجد لنا خصوصية في بيتنا ، وآخر يقول زوجتي لا تصلي ولا تعرف الله ، تعبت معها وأنا أقنعها بالصلاة والصيام .

فإلى كل من يسعى إلى السعادة الزوجية، وإلى كل من يعاني من بعض المشاكل الأسرية ، وإلى كل زوجين يعيشان في بيت واحد وتحت سقف واحد ، إن كنتما تريدان السعادة

شبكة الألوكة - قسم الكتب

والعبق من رياحين العلاقة الزوجية ، عليكما أن تعرفا جيدا أن سر السعادة الزوجية هو قيام بيتكما على محبة الله وطاعته ومحبة رسوله صلى الله عليه وسلم ، الذي بيده سبحانه أن يوفق ويبارك ويجمع بين قلبيكما ، وتذكرا أن المعصية لها أثر عجيب في كثرة المشاكل والخلافات وعدم الوفاق بين الزوجين .

أيها الزوج المبارك وأيتها الزوجة المباركة ، من خلال عملي كمستشار أسري لأكثر من خمس عشرة سنة وجدت حالات ونماذج لبيوت زوجية أتعبها الألم والوجع ، أبثها بين ناظريك، لترى بأم عينيك حقيقة التألم والتأوه والتفجع الذي يصيب بعض نسائنا المتزوجات، ورجالنا المتزوجون ، ومع كل ألم زوجة وتأوه زوج ، كنت أحاول الوقوف معهم ومساعدتهم – بعد توفيق الله سبحانه – لمعرفة أسبابها وآثارها وحلولها ، حتى نتخطى – بإذن الله – هذه الآلام والأوجاع ثم العبق والاستمتاع برياحين ما بعد الخلافات الزوجية .

وبعد كل مشكلة تمر عليّ في الاستشارات الأسرية ، كنت آخذ قلمي وأحاول أن أكتب آلامهم وصرخاتهم ثم أكتب ما يفتح الله عليّ من الأسباب والعلاج لهذه المشاكل حتى تكون بلسما وشفاء وسعادة على قلوبهم، وبعدها أنشرها على موقع (الألوكة) على الانترنت من أجل أن تصل للأزواج والزوجات ، ومع مرور الزمن أحببت أن أجمع لكم شتات هذه الرياحين في كتاب واحد حتى يكون مرجعا لكل مصلح ومصلحة وزوج وزوجة ، وقد أسميته (رياحين العلاقة الزوجية) .

والله أسأل أن ينفع به كل مسلم ومسلمة ، وأن يكون في ميزان حسناتنا ، وأن يصلح شباب وفتيات المسلمين ، وصلى الله على سيدنا محمد .

عدنان بن سلمان الدريويش

المستشار الأسري بجمعية التنمية الأسرية بالأحساء

عضو مجلس الإدارة بجمعية الرياحين لرعاية الأيتام بالأحساء

www.alukah.net
شبكة الألوكة

رياحين العلاقة الزوجية

شرع الله الزواج كي ينعم الزوجان بالراحة النفسية والجسدية ، ولكي ينعما بحياة هادئة وهانئة تسودها الرحمة والمودة ، إلا أنه مع مرور الزمن تحدث بعض الخلافات والمشاكل لأسباب طارئة أو جوهرية، فتصبح الحياة الزوجية بيئة غير صالحة لبناء الأسرة، ويسودها النكد والملل والغم والقطيعة بين أفراد الأسرة.

وعلى الرغم من ظن الكثير بأن المشاكل الزوجية لا يأتي من ورائها إلا الألم والمعاناة للزوجين والأطفال والأسرة ومن في محيطها ، وأن المتضرر الأول هما الطرفان الزوج والزوجة إلا أن الواقع يشير إلى غير ذلك؛ فالواقع يقول أن هذه الخلافات والمشاكل إذا تم حلها بما يرضي الزوجين وفي مصلحتهما ، خاصة في المشاكل الروتينية تتحول حياتهما بعدها إلى رياحين جميلة وأيام سعيدة .

تقول فتاة : أنا متزوجة من ٥ سنوات ، ولا زلت أشعر أني عروس جديدة ، بداية زواجي تعذبت كثيرا ، وعشت مع زوجي مأساة حقيقية بسبب أسلوبه السيء معي سواء كان هذا الأسلوب لوحدنا أو أمام أهله ، كنت كل ليلة أنام وأنا أتمنى الطلاق والفراق ، حتى جاء ذلك اليوم الذي نصحتني أختي بأن أكون دائما مبتسمة ومبسوطة أمام زوجي ، لأن هموم الدنيا كثيرة ، وطلبت مني التواصل مع مستشار أو مستشارة متخصصة ، وقد فادتني ولله الحمد هذه النصيحة عندما طبقتها مما جعل حياتي تتحول مع زوجي إلى سعادة ، وأكثر شيء ندمت عليه أني ضيعت أياما كثيرة من حياتي في الزعل وسوء الفهم والتعامل مع زوجي ، ولم استمتع فيها ، الآن والحمد لله حياتنا عسل وأحب زوجي كثيرا .

أيها الزوجان ولأن بعد كل محنة منحة إليكم بعض الرياحين والفوائد التي نستفيدها بعد حل المشكلة :

شبكة الألوكة - قسم الكتب

– يتعرف الزوجان على مدى حاجة الفرد لشريك حياته .

– تجديد الحب والعاطفة بينهما ، خاصة بعد جفاف عاطفي عصف بقلبيهما .

– فرصة لمراجعة كل منهما لأخطائه تجاه الآخر .

– الرجوع إلى الشريك الآخر بعاطفة جياشة وبنفس مقبلة وكأنهما في ليلة زواجهما .

– اكتشاف شخصية الآخر ومدى تحمله وصبره على شريك حياته للاستمرار في معارك الحياة معا بحلوها ومرها وفهمها وزيادة الوعي بأهمية الزواج.

– فهم نفسية الطرف الآخر ، ومعرفة ما يزعجه وما يفرحه .

– علاج المشكلات القديمة والتي لاتزال موجود في قلب كل منهما ، فيتم تنظيفها .

– فرصة لتصحيح العلاقة وتبادل الهدايا ووضع شروط جديدة للعلاقة الزوجية .

– الوصول للرضا النفسي والراحة والاستقرار بعد علاج المشكلة .

– وجود حوار داخلي مع النفس عن شريك الحياة يساعد على فهم الطرف الآخر ومعرفة خفايا نفسيته .

– يحتاج الإنسان بين فترة وأخرى لتقييم علاقته بالآخر وتصحيح المسار وهذا يحدث وقت الخلاف وبعد علاج المشكلة .

– تدريب النفس على التكيف مع الآخر وأن ليس كل التوقعات والأماني نستطيع تحقيقها بالحياة.

– زيادة الخبرة والتجربة في التعامل مع المشاكل فتستثمر هذه الخبرة في إدارة الحياة الأسرية وتعليم الآخرين .

www.alukah.net
شبكة الألوكة

– الوقاية من حدوث نفس المشكلة في المستقبل ومعرفة كيفية تفاديها .

– علاج لنفسية الأولاد ، بعد صدمات الخلافات والمشاحنات ، وبناء شخصية الأولاد وان ما يحدث طبيعة بشرية .

– اكتساب مهارات أخلاقية وسلوكية مثل العفو والتسامح وضبط النفس والتغافل والتحكم بالغضب، فالحياة الزوجية بمشاكلها دورة تدريبية في تنمية المهارات والقدرات .

– تعلم المصارحة وحسن الحوار بين الطرفين، فالمصارحة تساهم في سرعة علاج المشكلة وحسن الحوار يساعد في تصغير المشكلة الكبيرة.

– تكفير الذنوب ، قال صلى الله عليه وسلم : (مَا يُصِيبُ الْمُسْلِمَ مِنْ نَصَبٍ وَلا وَصَبٍ، وَلا هَمٍّ وَلا حَزَنٍ وَلا أَذًى وَلا غَمٍّ، حَتَّى الشَّوْكَةِ يُشَاكُهَا، إِلَّا كَفَّرَ اللهُ بِهَا مِنْ خَطَايَاهُ). أخرجه البخاري .

– مضاعفة الأجر كما قال رسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم (من يرد الله به خيرا يصب منه) أي يبتليه فيعطيه الأجر .

– أن يرى صاحب المصيبة نعم الله فيشكره عليها

– معرفة حقيقة الدنيا وأنه لا توجد راحة إلا بالجنة.

أيها الزوج المبارك ... وأيتها الزوجة المباركة ، إلى من يرغب في استنشاق رياحين العلاقة الزوجية ، احرصوا على حل مشاكلكم بهدوء وبما يرضي الطرفين وبما فيه مصالح الجميع ، استشر المتخصص حتى يساعدك، وتذكر أن العبرة ليست بخلو الحياة من المشاكل وإنما بالتعاطي معها ، لا تجزع ولا تبتئس وتذكر رياحين السعادة عندما تستطيع القضاء على المشكلة في الدنيا ، ورياحين الجنة في الآخرة عندما تصبر وتحتسب .

شبكة الألوكة - قسم الكتب

طبيعة الخلافات الزوجية

العلاقة الزوجية مهما كانت ناجحة في أعين الناس ، إلا أنها لا تخلو من المشكلات الأسرية ، سواء كانت أسبابها مالية أو اجتماعية أو تربوية أو عاطفية أو غيرها من الأسباب ، فإن لم يتدارك الزوجان في السعي لحلها وإلا فإنها ستكبر وتكبر معها دائرة المشاكل ، والله سبحانه رغب بالمعاشرة بين الزوجين بالمعروف ولو مع كراهة أحدهما الآخر؛ حفظاً للأسر، ومنعاً للتفكك، قال تعالى: (وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْراً كَثِيراً) سورة النساء ، وعن أبي هريرة –رضي الله عنه– قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لا يفرك مؤمن مؤمنة؛ إن كره منها خلقاً رضي منها آخر، أو قال غيره" رواه مسلم .

والخلافات الزوجية هي تلك الأزمات الناتجة عن صعوبة أو عدم التواصل الجيد من الأساس بين طرفي العلاقة ، ولها أنواع وأشكال : مشكلات داخلية تتعلق بتربية الأولاد أو توزيع المهام في بينهم في إدارة المنزل وغيرها ، ومشكلات خارجية وهي تظهر غالبا في سوء الأحوال المادية وظروف العمل وتدخلات الأهل والأقارب في الحياة الزوجية وغيرها .

وللخلافات الزوجية أسباب متعددة منها :

– الشؤون المالية وما يترتب عليها من تأمين احتياجات الأسرة وتأمين سبل العيش الكريمة لهم .

– كثرة الأعباء والضغوطات الأسرية والمسؤوليات الاجتماعية وعدم التفرغ للبيت.

– اختلاف شخصية الزوج عن الزوجة في التفكير والاهتمامات والمشاعر والقيم والعادات والسلوكيات والالتزام الديني .

– انعدام الثقة بين الزوجين وهي ناتجة عن أخطاء وقع فيها الشريك الآخر .

– عدم القدرة على حل المشكلات بطريقة صحيحة سواء بسبب الجهل أو العناد أو التكبر أو عدم المبالاة .

– سوء التواصل بين الزوجين بسبب الغموض أو ضعف الحوار أو الرد بطريقة همجية .

– الاختلاف في طريقة تربية الأولاد من الناحية السلوكية والتربوية والعادات والدين والتعامل مع الآخرين .

– العقم وتأخر الإنجاب والمشكلات الصحية والأمراض الوراثية .

– الانغماس في العلاقات العاطفية المحرمة والخيانات الزوجية وما يترتب عليها من الغياب والسهر والجفاء العاطفي .

– كثرة التعدد بين الزوجات مما يسبب عدم العدل في النفقة والمبيت وتربية الأولاد .

– الإدمان على الأجهزة الالكترونية من قبل الزوجين وخاصة الألعاب الالكترونية وتطبيقات الدردشة والتعارف .

– التعلق بالمشاهير ومحاولة التقليد الأعمى مما يسبب كره للحياة الزوجية والمقارنة مع حياة المشاهير .

– البعد عن الله وكثرة المعاصي بترك الواجبات كالصلاة والصيام وقراءة القرآن والانغماس في المعاصي من الزنا وشرب الخمر والربا وغيرها مما يخالف شرع الله .

أيها الزوج المبارك ... وأيتها الزوجة المباركة...

إلى من يرغب في استنشاق رياحين العلاقة الزوجية ...

- احرصوا على حل مشاكلكم بهدوء وبما يرضي الطرفين وبما فيه مصالح الجميع ، استشر المتخصص حتى يساعدك، وتذكر أن العبرة ليست بخلو الحياة من المشاكل وإنما بالتعاطي معها.
- لا تجزع ولا تبتئس وتذكر رياحين السعادة عندما تستطيع القضاء على المشكلة في الدنيا ، ورياحين الجنة في الآخرة عندما تصبر وتحتسب .

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الزوج المحروم

الزواج في الإسلام آية ربانية، وسنة نبوية، وفطرة إنسانية، وضرورة اجتماعية، وسكن ومودة ورحمة؛ قال تعالى: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١].

والعلاقة بين الزوجين علاقة قلبين وروحين بينهما من التقدير والاحترام والتعامل، ما لا يمكن رسمه أو وصفه، قلبان متكاملان يكوِّنان بيتًا سعيدًا يَملؤه الحب والسعادة، وذكر الله والتعاون والتكاتف، والعلم والعمل.

إن البيت السعيد لا يقف على المحبة وحدها، بل لا بد أن تتبعها روحُ التسامح بين الزوجين مع بعضها البعض، وإلا فإننا سنسمع بين الحين والآخر كثيرًا من الأزواج من يهمل حبيبة قلبه وينسى رفيقة دربه، ويقسو على نبع حنانه، ولا ريب أن نسمع جراحًا غائرة، ونوازل عاثرة، ودموعا هامرة، ولا ريب أن نسمع عن كثير من الزيجات ممن تصيح وتئن من معاملة زوجها تحت وطأة الضغط وبين جدران البيوت، واللاتي يشكين في نفس الوقت من التصحر والجفاف في الحياة الزوجية، ويفتقدن كثيرًا من الكلمات العاطفية، ويعانين جدبًا في العبارات الغزلية، وتتمنى الواحدة منهن أن تسمع من حبيب روحها وهوى فؤادها ما يأسر فؤادها، ويهز وِجدانها، وتطرب لها أركانها، نعم.. كثير هن الزوجات اللاتي يعشن حياة سطحية بائسة ولقاءات جافة جامدة لا تتجاوز أحاديث الحياة اليومية وهمومها، والتذكير بالواجبات المنزلية ومشكلاتها.

إنها صرخات ومآسٍ تكشف لنا حقيقة التألم والتأوه والتفجع الذي يصيب بعض نسائنا المتزوجات، نعم، وما بقي ورُبِّيَ في حبيس الصدور ولم يصل إلى السطور أكثر وأعظم، تقول زوجة متألمة: زوجي لا يهتم بي إطلاقًا، يكون دائمًا عابس الوجه ضيق الصدر، فأنا

شبكة الألوكة - قسم الكتب

مع قيامي به وتقديمي له الراحة والاطمئنان، إلا أنه سيئ الطبع، ذميم الخلق سريع الغضب, كم رأيته والله المرة تلو الأخرى بشوشًا مع أصحابه وزملائه، متوددًا لأقربائه وجيرانه، أما أنا فلا أرى منه إلا التوبيخ والمعاملة السيئة، وقد راودتني نفسي عدة مرات أن أرفع السماعة فقط لأحظى بشعور الحب من غيره، لكن خوفَ الله يَمنعني.

وتقول أخرى: زوجي يتنكد مزاجه في أوقات كثيرة لأتفه الأسباب، فينهال عليَّ بالضرب، ويأمرني بعدم البكاء أو الصراخ، ولو فعلت ذلك اشتاط غضبه وازداد بطشه، فإذا توقف عن الضرب، وجب عليَّ تقبيل رأسه والاعتذار منه، مع أنني في الغالب ليس لي شأن بالسبب المثير لأعصابه، ولكنني أبقى أنا الضحية نعم، أبقى أنا الضحية.

فلماذا هذه الآهات والحسرات؟ ولماذا هذه الهموم والتصرفات من بعض الأزواج؟ أسئلة محيرة، وأساليب خاطئة، تبحث عن حلول وتحليلات، وتوجيه ومصارحات.

فإلى كل محروم من السعادة، وإلى كل محروم من الاستمتاع بحياة أسرية جميلة، وإلى كل من شغلته الدنيا باللعب والاستراحات عن بيته وأسرته وزوجته، وإلى كل محروم من لذة الجلوس مع زوجته وأولاده، وإلى كل من أصبح بيته جحيمًا لا يطاق يملؤه القلق والتوتر والانفعالات، لماذا هذا الإعراض عن بيتك وزوجتك وأولادك؟ لماذا هذا الكبر والتعالي على أهل بيتك؟ لماذا هذا القلب القاسي؟ أين استشعار السعادة في بيتك؟ أين القلب الحنون واللين الرقيق؟ فالراحمون يرحمهم الله.

إنكم حرمتم أنفسكم، فحُرِمتم السعادة والراحة والاستقرار النفسي، يقسم بعض الأزواج ممن منَّ الله عليه بالاستقرار الأسري والحب والعاطفة مع زوجته – أن سعادته تكمُن بعد الإيمان بالله وحب رسوله صلى الله عليه وسلم في جلسة أسرية سعيدة مع زوجته وأولاده،

www.alukah.net
شبكة الألوكة

وأن من أجمل لحظات الدنيا وأسعدها يوم يجلس الزوج مع زوجته وأولاده في مكان يملؤه الحب والسعادة والاطمئنان والاستقرار.

والسؤال هنا: ما أهم الأسباب والدوافع التي تجعل الزوج يمارس الظلم والاستبداد، وفرض الذات تجاه زوجته وأولاده، وهم أقرب الناس إليه، وتجعله محرومًا من السعادة في بيته ومع أسرته:

١- سوء التربية ونشأة الزوج في بيئة غير سوية.

٢- عُقد وأفكار سلبية وعنصرية تجاه الجنس الآخر.

٣- جهل الزوج بحقوق المرأة وتفكيره المحدود، وضيق مفهومه لمعنى القوامة والرجولة.

٤- تعرُّض والدته للظلم من قبل أبيه؛ مما يجعله شاهدًا على ذلك، ويرى أن ظلم المرأة واضطهادها وسلب حقوقها، أسلوب حياة، فيترسَّخ ذلك في عقله الباطن ليتعامل بقسوة وجفاء مع زوجته في المستقبل دون أن يشعر بتأنيب الضمير.

فإلى كلِّ مَن يبحث عن السعادة في بيته ومع أسرته وزوجته، وإلى كل زوج حرم نفسه سعادة الأسرة والبيت السعيد، أقول: اتَّقِ الله في نفسك وأهل بيتك، واستمتع بما رزَقك الله من نعمة عظيمه حُرِمها كثيرٌ من الناس واعلم:

١- أن السعادة قرارك أنت، وأن حرمانك منها قرار منك أيضًا، فتخيَّر لنفسك ما تريد.

٢- إذا أردت أن تكون سعيدًا، فعليك أن تراعي زوجتك وتهتم بها، حتى تعطيك السعادة، ففاقد الشيء لا يعطيه.

٣- احرص على التواصل مع عائلتك الصغيرة، وخصِّص وقتًا لهم، ولا تبخل عليهم بالحب والمودة والمشاعر الدافئة.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

٤- فكِّر في مزايا زوجتك، فمن المؤكد أنك ستجد صفات كثيرة تجعلك أسعد الناس، فقط ركِّز عليها، وامدحها لتحصل على ما هو أجمل وأروع.

٥- ابتعد عن مقارنة زوجتك بغيرها، فكل إنسان له عيوبه وله إيجابياته، وقارِن ذلك بنفسك، فهل أنت كامل الصفات وليس فيك عيوبًا.

٦- اجعل حياتكما مبنية على الاحترام، وعلى حسن التعامل والتفاهم، وأن تصبرا على بعضكما.

٧- ابتعد عن الانتقاد والانتقام خاصة أمام الأولاد وأمام الناس.

٨- غيِّر عاداتك السلبية التي تمارسها داخل البيت؛ كالصراخ والنقد والضرب والإهانة، والعادات التي تمارسها خارج البيت؛ كالسهر والتدخين ومصاحبة رفقاء السوء.

٩- اجعل علاقتك الزوجية مبنية على التسامح والتغافل وحسن الظن.

١٠- تذكَّر حالك في المستقبل وأنت ضعيف: هل تحب أن تعاملك زوجتك وأولادك بمثل هذه القسوة.

١١- تذكر أن كثيرًا من مشاكل الأولاد السلوكية والنفسية والعاطفية، سببها الرئيس سوء العلاقة الزوجية بين الآباء والأمهات.

فالله اللهَ في نفسك وفي بيتك وفي أسرتك وزوجتك، وتذكَّر أن الله سائلك عن أمانتك وعن رعيتك، فأعدَّ للسؤال جوابًا، وللجواب صوابًا.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الزوجة المحرومة

الأسرة هي الكيان المُقدس، والمكان الذي يسعى إليه الرجل للحصول على الهدوء والراحة، والاستقرار والاطمئنان مع شريكة حياته، التي يجب أن تكون له سندًا وعونًا في الحياة بابتسامتها وانشراحها، وبهجتها وطاعتها له، ليشعر بطعم الراحة والاستقرار، والهدوء والاطمئنان الذي ينسيه آلام الحياة ومتاعبها.

إن من سعادة المرء في هذه الدنيا أن يُرزَق زوجة صالحة تؤانسه وتحادثه، تكون سكنًا له ويكون سكنًا لها؛ لأن في صلاح الزوجة والزوج قرارًا للنفس، وسعادة للقلب، وانشراحًا للصدر، وفي ذلك أداء للتكاليف الشرعية والأعمال الدنيوية باستقرار وعدم تشويش للذهن.

لكن هناك من الرجال من يبتلى بزوجة تتصف بصفات ذميمة تريه بها نجوم النهار، وتنسيه سكون الليل، وتكون سببًا رئيسًا لإثارة المشاكل المتكررة، تقود أسرتها وزوجها إلى الأمراض والأسقام المستعصية والمتواصلة، التي لا تعود بالخير والراحة على الأسرة وأفرادها.

تقول إحدى الفتيات: نظرًا لظروفنا العائلية، وجدت نفسي مضطرة لأن أعيش في بيت أختي الكبيرة المتزوجة، وزوجها إنسان صالح طيب القلب، لكن أختي – للأسف – شخصية مسيطرة غاضبة، مكشرة معظم الوقت، تميل إلى الشجار مع زوجها، بسبب وبدون سبب، مع أنه إنسان طيب، دمث الخلق، وهادئ، وأنا أرى البيت أغلب الوقت كئيبًا وحزينًا، وكثيرًا ما حدثت أختي وطلبت منها أن تعدل عن سلوكها، وكانت تستمع لي وتظل صامتة، ثم تعود سيرتها الأولى.

وشاب يقول والحزن والألم يعتصر قلبه: عن طريق أسرتي تعرفت على زوجتي سعدية، وهي للأسف ليست اسمًا على مسمًّى، فقد أحالت حياتي إلى جحيم بكثرة شجارها وصوتها

شبكة الألوكة - قسم الكتب

العالي، وقد حدث ذلك حتى قبل زواجنا؛ أي: في فترة الخطوبة، وللأسف لم أنتبه إلى طباعها المدمرة، وقلت في نفسي: لعل وعسى تتغير طباعها بعد الـــزواج، ولكن حدث العكس، فبمجرد أن تم الزواج تضاعفت مأساتي مع عنـــادها، فهي تخالفني في كل شيء على طول الخط، ثم بدأ التطاول في لحظات الخـلاف، حتى وصل إلى حد السباب والتشابك بالأيدي، حتى إنها صفعتني على وجهي في إحدى جولات الشجار والنكد ، تصور يا صاحبي أن تصل الأمور بيننا إلى هذا المستوى من التفاهم والحوار بين زوج وزوجته، حتى إن زواجنا الذي دام ثمانية أشهر فقط غضبت فيه زوجـتي سعدية وذهبت لبيت أهلها أكثر من خمسين مرة، بدون أسباب حقيقية أو منطقية، لكن هكذا أرادت سعدية! .

إنها آهات وزفرات تخرج من قلوب بعض الأزواج: زوجتي لا تبادلني الشعور بالحب، زوجتي سريعة الغضب، زوجتي لا تهتم بمظهرها أمامي، زوجتي أنانية ونكدية، زوجتي كثيرة الطلبات، زوجتي لا تهتم بالفرائض الدينية، زوجتي ليست على قدر من العلم والثقافة، زوجتي تفتعل المشكلات، زوجتي كثيرة النقد والشكوك والظنون، زوجتي تتأخر في تلبية طلباتي، زوجتي لا تهتم بفراشي واحتياجاتي، زوجتي تكره عائلتي، وهكذا... سلسلة من الأسباب تجعل بعض البيوت تفقد السعادة الزوجية التي كان ينشدها الأزواج والزوجات.

فإلى كل زوجة تتصيد أخطاء زوجها وتنكد عليه، وإلى كل زوجة لا تعترف بخطئها، ولا تندم عليه مهما حصل، وإلى كل زوجة تحب أن تلعب دور الضحية باستمرار، وإلى كل زوجة تؤذي زوجها بلسانها وأفعالها وحركاتها ، اتقي الله في زوجكِ وأسرتكِ وأولادكِ، ولا تحرمي نفسكِ وأسرتكِ متعة البيت السعيد، وتذكري أن هذا التعامل سيسبب لكِ ولأسرتكِ وزوجكِ آثارًا مدمرة لكم؛ مثل:

www.alukah.net
شبكة الألوكة

١- هروب الزوج إلى أهله وأصدقائه؛ بحثًا عن الراحة والهدوء والاطمئنان الذي يفتقده في بيته.

٢- الطلاق العاطفي بينكما؛ فالزوج هنا لا يشعر بوجود الزوجة المطيعة التي يجب أن تلبي احتياجاته الجسدية والنفسية، فتكون بلا ذوق ولا حس ولا طعم، مما يُؤثر سلبًا على البيت والأولاد.

٣- كثرة المشاكل والنزاعات، خاصة أمام الأولاد، التي تسبب لهم دمارًا نفسيًّا وعاطفيًّا واجتماعيًّا ودراسيًّا.

٤- شدة كره الزوج لكِ؛ بسبب تعاملكِ الجاف معه ومع من حولكِ في الأسرة والمجتمع.

أيتها الزوجة المباركة، يا من تبحثين عن السعادة لنفسكِ وأسرتكِ وزوجكِ وأولادكِ، تذكري أنكِ ريحانة بيتكِ؛ فأشعري زوجكِ بعطر هذه الريحانة منذ لحظة دخوله البيت، وأقول لكِ:

١- سيطري على المشاعر السلبية نحو زوجكِ، خاصة في لحظات الغضب، وأمسكي لسانكِ عن استخدام أي لفظ جارح، ولا تستدعي خبراتِ الماضي أو زلاته في كل موقف خلاف.

٢- هيِّئي جوًّا من الطمأنينة والاستقرار والهدوء في البيت؛ فالسكن والمودة والرحمة هم الأركان الثلاثة للعلاقة الزوجية الناجحة، وحاولي أن تكون سعادتكِ وسعادته أحد أهم أهدافك في الحياة؛ فإنك إن حققتِ ذلك، تنالي رضا الله ثم رضاه.

٣- أكثر ما يُرضي الرجلَ هو أن تشعريه برجولته طوال الوقت، عن طريق امتداحه بين الحين والآخر، وتمكينه بالاستمتاع بكِ؛ قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إذا دعا

شبكة الألوكة - قسم الكتب

الرجل امرأته إلى فراشه، فأبت، فبات غضبان عليها، لعنتها الملائكة حتى تصبح)؛ رواه البخاري.

٤- احرصي على المسامحة والعفو ومحاولة إعادة الأمور لطبيعتها في أسرع وقت.

٥- لا تتعجلي حل المشكلة بمجرد حوار مع الزوج من أول مرة، لكن عليكِ الصبر والتدرج معه، حتى تصير الأمور كما تريدين.

٦- اهتمي بنفسكِ وجمالكِ وتعاملكِ وأسلوبكِ معه؛ كما جاء في صحيح النسائي عن أبي هريرة رضي الله عنه : قيل لرسولِ اللهِ صلَّى اللهُ عليهِ وسلَّمَ أيُّ النساءِ خيرٌ ؟ قال : (التي تسرُّه إذا نظر ، وتطيعُه إذا أمر ، ولا تخالفُه في نفسِها ومالها بما يكره) .

٧- حفظ أسراره وأسرار بيته؛ كما قال صلى الله عليه وسلم: (إِنَّ مِن أَشَرِّ النَّاسِ عِنْدَ اللهِ مَنْزِلَةً يومَ القِيَامَةِ، الرَّجُلَ يُفْضِي إلى امْرَأَتِهِ، وَتُفْضِي إِلَيْهِ، ثُمَّ يَنْشُرُ سِرَّهَا) رواه مسلم.

٨- عندما ترينه قادمًا من الخارج، فلا تبادريه بالأسئلة: من أين أتيت؟ وأين ذهبت؟ وبمن التقيت؟ ومتى وصلت؟ وماذا فعلت؟

٩- تذكري أن الحياة تدور وتتغير، اليوم أنت قوية، وغدًا ستكونين ضعيفة، فهل تحبين أن يعاملكِ زوجكِ وأولادكِ بمثل هذه المعاملة؟

أخيرًا أيتها الأخت الكريمة، تمعني جيدًا في هذا الحديث الشريف: عَنْ مُعَاذِ بْنِ جَبَلٍ رضي الله عنه، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: (لَا تُؤْذِي امْرَأَةٌ زَوْجَهَا فِي الدُّنْيَا إِلَّا قَالَتْ زَوْجَتُهُ مِنَ الْحُورِ الْعِينِ: لَا تُؤْذِيهِ قَاتَلَكِ اللهُ؛ فَإِنَّمَا هُوَ عِنْدَكِ دَخِيلٌ يُوشِكُ أَنْ يُفَارِقَكِ إِلَيْنَا)؛ صححه الألباني .

وروى ابن حبان عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم: (إذا صلَّتِ المرأةُ خَمْسَها، وصامَت شهرَها، وحصَّنَتْ فرجَها، وأطاعَت زوجَها، قيلَ لها: ادخُلي الجنَّةَ مِن أيِّ أبوابِ الجنَّةِ شِئتِ)؛ صححه الألباني .

أسأل الله العظيم أن يشرح قلوبنا بالإيمان، وأن يسخر لنا زوجاتنا، وأن يسخرنا لهن، وأن يصلح لنا ولكم الذرية.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الشك بين الزوجين

إن أهم أساس تقوم عليه العلاقة الزوجية هو الثقة والاحترام المتبادل، ومتى تزعزعت الثقة بينهما وفُقد الاحترام، وحلَّ مكانهما الشك، فإن الحياة تتحول إلى جحيم لا يطاق، حياة يسودها التوتر والقلق: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ ﴾ [الحجرات: ١٢].

رجل يأتي عند الكعبة ويطلب من زوجته أن تحلف بالله أنها لا توجد لها علاقة مع غيره، وآخر يربط باب بيته الخارجي بخيط خفيف صغير حتى يتأكد عند عودته، هل خرجت زوجته من البيت أو لا ؟.

وأخرى تفتِّش جوال زوجها يوميًّا، وتقرأ جميع رسائله الصادرة والواردة، لتعرف مع من يتحدث؟، وماذا يكتب لهم؟، وأخرى تشم ثيابه عند عودته للبيت لتتأكَّد من نوع العطر، هل تغيِّر أم لا ؟ سبحان الله يخربون بيوتهم بأيديهم.

إن الشك مجلبة للوسواس والدمار والهلاك والقلق والاضطراب... فالحذر الحذر، وما دخل بين الزوجين إلا وكانت النهاية مؤلمة وقاسية.

يبرر الكثير من الأزواج عن شكِّهم بدافع الغيرة، والفرق بينهما كبير، فالغيرة المحمودة هي إحساس يربط بين الزوجين ينتج عنه الخوف مِن فِقدان الطرف الآخر بسبب محبته له وعدم القدرة على العيش بدونه، مما يدفعه إلى اتخاذ الطرق والأسباب لجذبه، وإبعاده عن المؤثرات الخارجية.

أما الشك فهو عبارة عن إحساس سيئ يدفع الإنسان إلى عمل سلوكيات سلبية لنفسه وللآخرين، مما يفقده الثقة بالطرف الآخر، خاصة عندما لا يوجد سبب واضح ومقنع للشك.

والشك بين الزوجين لا يأتي مصادفة، بل له أسباب ومن أهمها:

– التجارب القديمة لأحد الزوجين، سواء كانت بينهما تجارب قديمة قبل الزواج، أو اكتشف مؤخرا برسائل قديمة في جوال أو بريد الطرف الآخر، عندها سيفسر أي تصرف أو قول بما يعرفه من ماضيه القديم، حتى وإن كانت هذه العلاقة قد انتهت وتغير حاله للأفضل.

– عقدة النقص عند أحدهما، عندما يشعر أحد الأزواج أن الطرف الآخر أجمل منه أو أفضل منه مكانة وثقافة وعلمًا، هنا ينتابه شعور بأن الشريك الآخر سيختطف منه أو سيتركه، ويبحث عن غيره.

– متابعة الفضائيات والمشهورين والمشهورات في التطبيقات الإلكترونية، وكذلك الأفلام والمسلسلات، وما تعرضه من قصص معظمها علاقات محرمة وسهرات ومطاعم، تولد عند أحدهما بدون وعي الشك في الطرف الآخر.

ولعلاج مرض الشك بين الزوجين على كل طرف منهما:

– التثبت وقطع الشك باليقين، وعدم التجسس وسوء الظن، خاصة إذا كانت لا توجد دلائل واضحة وثابتة على الشريك الآخر من قول أو فعل.

– البعد عن المواقف التي تشعل الغيرة والغضب والشك، فلا يفتح جواله أو البريد الإلكتروني، ولا يشم ثوبه أو غيرها من السلوكيات التي فيها تتبُّع وتجسُّس للشريك الآخر، وأن الأصل بينهما الثقة، وإن وجد خطأً أخرج له ألف عذر فهو بشر يخطئ ويصيب.

– الأصل في الحياة الزوجية التغافل والتسامح والتغافر فكل بني آدم خطاء.

– إذا زاد الشك عن حده وخرج عن السيطرة، ووصل إلى مرحلة الإيذاء النفسي والجسدي، فعليهما الابتعاد عن بعض حتى تهدأ العاصفة، وعلى من يشعر بالشك الذهاب للطبيب النفسي أو استشارة المختص حتى يساعده في الخروج من هذه المشكلة.

أسأل الله أن يبعد عنا وعنكم سوء الظن والتجسس، وأن يجعل بيوتنا عامرة بالطاعة وحسن الظن وحسن الخلق، وأن يصلح لنا ولكم الذرية، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

اختلاف الطباع بين الزوجين

الاختلاف بين الناس من سنن الله الكونية؛ قال تعالى: ﴿ وَلَوْ شَاءَ رَبُّكَ لَجَعَلَ النَّاسَ أُمَّةً وَاحِدَةً وَلَا يَزَالُونَ مُخْتَلِفِينَ ﴾ [هود: ١١٨]، فالإسلام لا يريد من الأشخاص أن يكونوا متطابقين إلى درجةِ زوال الفروقِ الفردية بينهم، ولا يريد منهم أن يكونوا نُسَخًا مكررة عن بعضهم، وكذلك لا يريد منهم أن يكونوا متنافرين بحيث يصبحون أعداء متشاحنين، لكن المطلوب أن يتقارب المسلم مع أخيه فلا يغلو ولا يقصِّر.

والحياة الزوجية تجمع بين الرجل والمرأة في بيت هو اللَّبِنةُ الأولى للمجتمع المسلم، فنرى أن الشاب يبحث عن شريكة حياته، ويحاول جاهدًا أن تكون قريبة منه في تفكيره وطباعه وتربيته، وهذا مطلوب شرعًا كما قال صلى الله عليه وسلم: (انظر إليها؛ فإنه أحرى أن يُؤْدَمَ بينكما) أخرجه الترمذي .

لكن الخطأ الأكبر أن يبحث عن فتاة مطابقة له إلى درجة المائة بالمائة، وهذا لن يحدث أبدًا، وكذلك الفتاة تبحث عن شخص مطابق لها في تفكيرها وتقديرها وطباعها تمامًا، وهذا من الصعب إيجادُه.

وهنا ينسى الشابُّ والفتاة سنةَ الله في الاختلاف بين الناس، مما يجعل ما يرمي إليه صعب المنال، فيدخله في حالة صعبة من الانتقاء والاختيار، ووضع الشروط الكثيرة والصعبة على والديه، وهذا ما يفسِّر لنا بعض أسباب عدم إقدام الشباب والفتيات على الزواج.

تقول فتاة: أذكر في بداية زواجنا كنت أنزعج كثيرًا من تأني زوجي الزائد عند الخروج من المنزل، فكان يأخذ وقتًا طويلًا في ارتداء ملابسه واهتمامه بمظهره، أما أنا فكنت سريعة في قضاء أموري وأمور المنزل، ولكن لأنني أحبه حاولت التأقلم مع هذا الطبع، والمفارقة

شبكة الألوكة - قسم الكتب

أنه مع مرور الأيام وقدوم الأولاد انعكست الآية، فصرت أستغرق زمنًا أطول لتجهيز الأولاد عند الخروج.

تقول: يجب على كل طرف احترامُ اختلاف الطرف الآخر والتأقلم معه، وذلك بتقديم التنازلات من قِبَلِ الطرفين، وبهذه المسألة يمكن تجنُّبُ المشاكل والجدال.

ويقول شاب: لأنني أحب قضاء وقت فراغي في البيت والجلوس أمام التلفاز، كان هذا الطبع يزعج زوجتي جدًّا؛ لأنها تفضِّل الخروج والتسوق.

يقول: مع مرور الأيام وجدنا حلًّا لهذا الخلاف، وهو أننا اتفقنا على أيام معينة للخروج، وأخرى للجلوس في المنزل، وهكذا أرضى كلٌّ منا الآخر.

ولكي نقلل من المشاكل التي يحدثها اختلافُ الطباع بين الزوجين علينا التالي:

- لا بد أن يقبل كلُّ طرف الطرفَ الآخر بما هو عليه من سلوكيات أو علل تزعجه.
- معرفة أن كل واحد من الزوجين جاء من بيئة مختلفة، وأنه بعد فترة وجيزة من التقبل والتنازلات يبدأ الطرفان في تكوين مجموعة من الطباع والعادات التي تناسبهما، وذلك بغرض التفاهم وتسيير الحياة الزوجية.
- إيجاد قوانين وصيغ توافقية بين الزوجين للتعامل مع الخلاف، خاصة إذا توافر الحب بينهما، وأن أي مشكلة يمكن حلُّها بالتفاهم والحوار.
- اختلاف الطباع بين الزوجين ممكن يكون مصدرًا لبلوغ السعادة بما يحدثه من تنوُّع في الحياة الزوجية، وأن كل طرف يكمل الطرفَ الآخر.
- على كل طرف ألا يسعى إلى تغيير الآخر؛ وإنما بالاتفاق وإيجاد أرضية مشتركة وحلول يتفق عليها الجميع.

• على كل طرف أن يسعى إلى إرضاء الآخر؛ وذلك بالتنازل عن الشيء الذي يحبه من أجل الطرف الآخر، دون المساس بكرامة أي أحد منهما، وعلى الطرف الآخر أن يبادل شريكه التغافر والتنازل والعفو.

• إن وجود الرغبة عند كل منهما في العيش بسلام مع شريك حياته، ووجود الحب والتضحية والتنازل، ومراعاة شعور الطرف الآخر واحترام رغباته – من أهم الأسباب لتجاوز اختلاف الطباع بين الزوجين.

أسأل الله العظيم أن يصلح لنا ولكم الذرية، هذا وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

النقد المستمر بين الزوجين

النقد السلبي هو وضعُ الإصبع على الخطأ والإشارة إليه بكل جرأة، والبحثُ في أسبابه وإلقاء اللوم على المسبب، وهنا يكون النقد هدامًا؛ لأنه غير ذي فائدة؛ لأن هدفه التشهير والبحث عمَّن نُحمِّله المسؤولية تجاه الحدث، وغالبًا ما يأتي ذلك من شخصٍ متشدِّد في آرائه وعديم الخبرة والمعرفة، وأحيانًا كثيرة يكون النقد ردَّ فعلٍ عاطفية ومنحازة.

ويكون هدفُ المنتقد الظهور أمام الآخرين بمظهر الغيور على المصلحة العامة أو العارف بكل شيء، وتراه دائمًا يغض الطرف عن كل ما هو جميل، ويحوِّل الحدث إلى موضوع سلبي مهما كان يحمل من إيجابية، وذلك بالبحث عن أي ثغرة أو جزئية بسيطة أو نقطة ضَعف في الحدث، ويبني آراؤه حولها، ويأخذ بذلك دور الناصح والمهتم أحيانًا.

وفي الحياة الزوجية قد يلجأ بعض الأزواج لنقد الآخر، من أجل ابتغاء تصحيح مسار أحدهما، أو تغييره للأفضل، لكنه قد يسلُك للطريق الخطأ عندما يلجأ إلى النقد اللاذع، وتعمُّده لجرح الآخر، وهنا تبدأ المشاعر بالتغير وتنشأ الخلافات، وتكون حياتهما في مهب الريح.

تقول فتاة: نقد زوجي الدائم لي بسبب وبدون سبب، ونعته لي بالغبية، يجعلني أفقد الثقة في نفسي، كما أني أشعر بالكره تُجاهه.

ورجل يشتكي من نقد زوجته المتكرر واللاذع له كلما رأته زوجتُه؛ مما جعله ينفر منها لإحساسه أن زوجته لا تقدِّره ولا تحترمه؛ مما يهدِّد حياتهما الزوجية.

ولعل من أهم الأسباب التي تجعل أحد الزوجين ينتقد الآخر:

• أن يكون أحدهما متسلِّطًا وصاحب شخصية قوية، فيلجأ للنقد ليلفت نظر الآخر إلى عيوبه؛ حتى يُضعف من شخصيته.

• أن يكون أحدهما أذكى من الآخر، أو أكثر تعليمًا، أو لديه القدرة على التصرف بحكمة أفضل منه.

• أن يكون أغنى منه مالًا، أو مستوى اجتماعيًّا أو ثقافيًّا، فعندما ينفق ماله على البيت، يبدأ بالمن والأذى، ودائمًا يذكره بما أنفقه واشتراه للبيت والأولاد.

• أن يكون النقد صفة سلبية متأصلة في الزوج أو الزوجة، وهو ما يحتاج إلى تهذيب وتدريب للتخلص من هذه الصفة السيئة.

والحل المقترح لهذه المشكلة:

• عدم انتقاد الشريك الآخر أمام الناس وخاصة الأولاد مهما كانت المشكلة.

• استخدام التلميح لتوصيل المعلومة، وعدم النقد الواضح؛ مثل طهي الطعام، سياقة السيارة، طريقة الكلام، لُبس الثياب وغيرها.

• عدم مقارنة الزوجة بأمه أو أخته، أو بأي امرأة أخرى، خاصة في بعض أعمال النساء، وعدم مقارنة الزوج بوالدها أو أخيها، أو أي رجل خاصة في أعمال الرجال.

• الابتعاد عن نقد عواطف المرأة وجمالها أو رجولة الرجل.

• نسيان الماضي والاهتمام بالحاضر والمستقبل، وإغلاق ملفات الماضي ومشاكلها، وعدم استرجاعها عند أي مشكلة.

- الاعتذار عند ارتكاب الخطأ من قول أو فعلٍ، مع مجاهدة النفس لعدم تَكرار النقد السلبي للطرف الآخر.

- أن يكون الحوار بينهما بأدب واحترام، وألا يكون في وقت الغضب والانفعال، وتذكر دائمًا محاسن الطرف الآخر، مع الحفاظ على العلاقة الزوجية بينهما.

- غض الطرف عن الأخطاء البسيطة وخاصة المتكررة، ومحاولة التكيف معها، خاصة إذا كانت تخرج من غير قصدٍ.

- تذكَّر دائمًا أن النقد المستمر طريق إلى هدم الحياة الزوجية، وتشتيت الأولاد، وزرع البغضاء والكره والانتقام بينهما.

أسأل الله العظيم أن يُصلح لنا ولكم الذريةَ، هذا وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الخيانة العاطفية بين الزوجين

الخيانة العاطفية تعني وجود علاقة غير شرعية خارج إطار الزواج، سواء كانت عبارة عن كلمات مباشرة، أو بواسطة مراسلات إلكترونية، أو لقاءات ذات أهداف عاطفية، وما يترتب عليها من مشاعر جنسية وعلاقات عاطفية، وهنا في هذه المقالة أتحدث عن الخيانات العاطفية التي لم تصل إلى حد الزنا والاتصال الجنسي.

مع الانفتاح العالمي وثورة الاتصالات، تعددت وسائل وأساليب وصور الخيانة العاطفية بين الأزواج، فبرامج التواصل في تطبيقات الأجهزة الهاتفية ومواقع التعارف على الإنترنت وسَّعت دائرة الخيانات من الممارسات العملية التقليدية إلى الجنس الصوتي أو المرئي.

قال صلى الله عليه وسلم: ((إن الله كتب على ابن آدم حظه من الزنا، أدرك ذلك لا محالة؛ فزنا العين النظر، وزنا اللسان المنطق، والنفس تمني وتشتهي، والفرج يصدق ذلك ويكذبه))؛ [متفق عليه].

وفي رواية لمسلم قال صلى الله عليه وسلم: ((كتب على ابن آدم نصيبه من الزنا، مدرك ذلك لا محالة، العينان زناهما النظر، والأذنان زناهما الاستماع، واللسان زناه الكلام، واليد زناها البطش، والرجل زناها الخطا، والقلب يهوى ويتمنى، ويصدق ذلك الفرج ويكذبه)).

وبناء على الحديث النبوي، فإن الخيانات العاطفية تنقسم إلى:

الخيانة البصرية: قال تعالى: ﴿ يَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ ﴾ [غافر: ١٩]؛ كالنظر إلى الأفلام والمسلسلات الإباحية، أو النظر إلى المحرمات بقصد الشهوة.

الخيانة السمعية: كالاستماع إلى المحرمات والتلذذ بشهوة إلى الكلمات والأصوات، التي تجعل الزوج أو الزوجة تفكر بالاتصال الجسدي المحرم.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

الخيانة القولية: وهي الكلمات والعبارات التي يتكلم بها أحد الزوجين لطرف ثانٍ؛ كالحب والغزل والكلمات الجنسية، سواء عبر الهاتف أو الإنترنت.

الخيانة الجسدية: وهي من أعظمها؛ كمسك اليدين والاحتضان والتقبيل.

الخيانة الكتابية: مثل: كتابة الرسائل الغرامية والجنسية لطرف ثانٍ، سواء كانت ورقية أو إلكترونية.

ومن أهم أسباب الخيانة العاطفية بين الزوجين:

- ضعف الإيمان بالله، فكلما ضعف الخوف من الله ومراقبته، زاد احتمال وقوع الزوج أو الزوجة في الخيانة العاطفية.

- غياب الزوج أو الزوجة عن المنزل، وشعور الطرف الآخر بالغربة والحاجة إلى القرب من طرف آخر؛ ليشبع الرغبة في الإشباع العاطفي.

- سوء استخدام الإنترنت والتطبيقات الإلكترونية؛ كالدخول على مواقع مخلة، ومتابعة المشاهير الفاسدين، أو رؤية المقاطع الإباحية، أو المحادثات العاطفية مع رجال ونساء بعبارات جنسية مثيرة.

- الجفاف العاطفي بين الزوجين، وتقصير أحدهما في إشباع الطرف الآخر عاطفيًّا وجسديًّا، كانشغال الزوجة بأمور البيت والأولاد، أو انشغال الزوج مع أصدقائه وأعماله؛ ما يزيد في الاضطراب والقلق النفسي؛ نظرًا للجوع العاطفي والجسدي للطرف الآخر.

- الهروب من المشاكل الزوجية، وعدم الرضا عن الطرف الآخر، والملل من العلاقة العاطفية الرتيبة، وعدم وجود الإثارة بينهما.

وهنا نقول للزوج والزوجة عند اكتشاف مثل هذه الأسباب في الطرف الآخر:

• لا تتخذ قرارات سريعة عند شدة الغضب والغيرة الشديدة، وعند الارتباك؛ فالهدوء ضروري للوضوح، ومعرفة تفاصيل المشكلة، وقد تحتاج إلى الابتعاد قليلًا، قبل أن تقرر ماذا تريد أن تفعل؟.

• اسْتَشِرْ أهل الاختصاص ليساعدوك على التخلص من المشاعر القوية والسلبية، ويعطوك الخطوات الناجحة لحل مثل هذه المشاكل.

• حاول أن تعرف أسباب الخيانة العاطفية، وما دوافعها، وكيف الحل؟.

• على الشخص الخائن التخلص بكل ما يذكره بالماضي من صور ورسائل ومقاطع فيديو، والابتعاد عن الأماكن التي كان يرى فيها الشخص الثالث.

• التوبة إلى الله، والإحساس بالذنب، ومعرفة أن هذا الطريق نهايته مؤلمة، وأن فيها هدمًا للبيوت، ومعصية للخالق، وخرابًا للمجتمع.

أسأل الله أن يبعد عنا وعنكم سوء الأخلاق، وأن يجعل بيوتنا عامرة بالطاعة والعمل الصالح وحسن الخلق، وأن يصلح لنا ولكم الذرية، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

أثر المعصية على الحياة الأسرية

المعصية هي عكس الطاعة، ومعصية العبد لربه هي مخالفة أمره وارتكاب الذنوب، وهي تنقسم إلى معاصي القلب ومعاصي الجوارح، فمعاصي الجوارح مثل النظر إلى العورات والاستماع إلى ما حرم الله، والكذب، والغيبة والنميمة، والسخرية والخوض في الباطل، وقذف المحصنات الغافلات، ومن معاصي القلب: الكبر والغرور والرياء، والبخل وحب الدنيا، والحسد والبغضاء.

يقول الإمام الشافعي رحمه الله:

شكوتُ إلى وكيع سوء حفظي فأرشدني إلى ترك المعاصي

وأعلمني بأن العلم نور ونور الله لا يُهدى لعاصي

وأعظم ما في الذنوب والمعاصي أنها سبب لسخط الله وغضبه؛ جاء في صحيح البخاري عن أبي هريرة رضي الله عنه ، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: " قال بلال بن سعيد رحمه الله: "لا تنظر في صغر الخطيئة، ولكن انظر من عصيت" (السنن الكبرى للنسائي) .

والحياة الزوجية عندما يعيش أهلها في معصية الله من نظر وسمع وكلام، فإن المعصية تحول الحب إلى بغض، والشوق إلى إعراض، والائتلاف إلى تنافر؛ قال أحد السلف: "إني لأعصي الله فأعرف ذلك في سوء خلق زوجتي وتعثر دابتي".

تقول فتاة: بعد زواجي صارحني زوجي أنه كانت له علاقات مع فتيات، وقد تاب إلى الله فصدقته، ولكن مع الأيام اكتشفت أنه لم يترك هذه العلاقات، وبعد المواجهة أخبرني أنها مجرد مكالمات فقط، ثم بدأ يسافر مع أصحابه، والمفاجأة أنه كان يذهب إليهن ويعاشرهن في الحرام.

وشاب يقول: تزوجت من فتاة جميلة وهي قريبة لي، لكني وجدت زوجتي لا تصلي، حاولت معها بالترغيب والترهيب، حاولت معها بكل طاقتي، أنا أحبها، فهل أطلقها؟ .

أيها الإخوة، وأيتها الأخوات، كلنا نعرف أن الوقوع في الخطأ والمعصية من أقدار الله تعالى على عباده؛ قال صلى الله عليه وسلم: (والذي نفسي بيده، لو لم تذنبوا، لذهب الله بكم، وَلَجَاءَ بقوم يذنبون فيستغفرون الله) رواه مسلم، وقال صلى الله عليه وسلم: (كل بني آدم خطَّاء، وخير الخطائين التوابون) أخرجه الترمذي.

وهنا على الزوجين عند وقوعهم في المعاصي عليهم التوبة إلى الله، والعودة إليه، والندم على فعلها، ثم تركها؛ قال تعالى: ﴿ قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ﴾ [الزمر: ٥٣].

إن الله قدَّر هذه الذنوب والمعاصي لتحدث أثرًا إيجابيًّا في حياة الناس عند التوبة منها، ومنها الحياة الزوجية حتى يعود الزوجان إلى الله، ويتقربا منه، ويفعل كل منهما ما أمره الله تجاه صاحبه، فيبتعد عن السخرية والضرب، والعناد والاحتقار، والبخل والغيبة، والحسد والنميمة.

أما حين تكون هذه المعاصي طغيانًا وجبروتًا من أحدهما على الآخر، فهي رجس من عمل الشيطان، ولا يفعل ذلك مع شريكه إلا من تسلط الشياطين عليه من أنس وجنٍّ، فأقول لمن وقع هو أو شريك حياته في المعاصي:

- رفقًا بنفسك وبأصحابك وبأسرتك، ولا تيأس من رحمة الله، ولا يشغلنك الشيطان بذنبك، أو ذنوب غيرك، فلا تعيروهم، وافتحوا لهم أبواب الأمل بالله والتوبة إليه، فمن الصحابة الكرام وكرام الناس من وقع في معصية السرقة والزنا وشرب الخمر، ثم تاب،

فتاب الله عليه، صحيح أن الذنب عظيم، لكن لا تعين الشيطان على صاحبك، فيبتعد عن طريق النور والهداية.

• استعظِمِ الذنب مهما صغرت الخطيئة؛ يقول ابن مسعود:عن النبي صلى الله عليه وسلم "إن المؤمن يرى ذنوبه كأنه قاعد تحت جبل يخاف أن يقع عليه" رواه البخاري؛ فلا تتساهل وتتوسع في النظر والسماع والذهاب إلى ما حرم الله، فإن ذلك يضعف النفس، ويورث احتقار الصغائر من المعاصي.

• ابتعد عن أصحاب السوء والمعاصي، ولا تجلس معهم؛ فإن المعصية لها مقدمات وأسباب؛ كالدخول على المواقع السيئة، والتساهل في النظر إلى الأفلام والصور الخليعة، والاجتماع مع أصدقاء السوء، والسفر معهم، والخلوة بهم لمعاقرة ما حرم الله.

• اشغل نفسك وأسرتك بطاعة الله، والعمل الصالح، والتطوع ومساعدة الناس؛ كصلاة السنن، وصيام التطوع، وصلة الرحم، وطلب العلم النافع، وزيارة المرضى، والدعوة إلى الله، ونشر الخير كيفما كان.

أسأل الله أن يبعد عنا وعنكم سوء المعاصي والغفلة، وأن يجعل بيوتنا عامرة بالطاعة والعمل الصالح وحسن الخلق، وأن يصلح لنا ولكم الذرية، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الخلافات الزوجية أمام الأولاد

الحياةُ الزوجية الناجحة ليستْ تلك التي تَخلو من الخلافات والشجارات؟ بل هي التي يكون فيها الزوجان على قدر عالٍ من التفاهم والصراحة، وتقبُّل الاختلافات بينهما، والتعامل معها بذكاء وحكمة.

الاختلاف طبيعة بشرية، وهناك بعضُ الخلافات الشائعة التي لا يخلو منها أيُّ منزل، خاصة في السنوات الأولى من الزواج التي يجب على الزوجين استيعابها جيدًا، والوصول فيها إلى حلول مُرضية لكل منهما، قبل أن يزدادَ الأمرُ تعقيدًا وصعوبة، وتتحول الخلافات الطبيعية إلى فجوة كبيرة بين الزوجين يصعُب حلُّها.

ومن أكبر المشاكل النفسية والتربوية على الأولاد أن يشهدوا مظاهرَ صراع الأبوين وخلافاتهما ونزاعاتهما المؤلمة.

وبعض الآباء والأمهات برغم علمهما بالأثر السيئ لهذه المشاكل، إلا أنهما لا يستطيعان أو لا يرغبان في التوقف عن إظهار كل ذلك أو بعضه أمام الأولاد؛ من ضربٍ أو شتمٍ، أو طرد أو بكاءٍ وصراخٍ، أو سبٍّ ولعنٍ وهجرٍ، واستهزاءٍ أو تعييرٍ وقدح ولَمزٍ، كل ذلك والأطفال صغار وكبار يسمعون ويتألمون ويتأثرون بما يرونه.

قد تتوقف المنازعات والمشاجرات، وتحل محلها حالةٌ من الفتور واللامبالاة، فيعيش كل زوج وكأنه غريبٌ عن الآخر وهم في بيت واحد وفي غرفة واحدة، إذا أراد شيئًا أرسل ولده يطلب من أمه ثوبه وملابسه، وهي إذا أرادت شيئًا أرسلت ابنتها لتقول لوالدها: أمي تريد خبزًا وبيضًا، وغيرها من أغراض البيت، سبحان الله بيوت تلفها سحابة باردة ينعدم فيها الرحمة والدفء والحب والطمأنينة.

هذه المواقف سواء كانت صاخبة بالمشاكل والخلافات، أو باردة فاترة، تترك آثارها العميقة على الأولاد؛ ومنها:

فقد الشهية أو الإفراط في الطعام، اضطرابات في النوم أو أحلام مفزعة، تقليد أحد الأبوين في الصراخ والشتم والضرب، التبول اللاإرادي، الهرب من البيت أو المدرسة، الاندفاع نحو الأقران بحثًا عن الحب والأمان لديهم، استغلال أصحاب السوء لشخصياتهم المهزوزة وإيقاعهم في المخدرات والمسكرات هربًا من الألم النفسي، ومن الشعور بالتعاسة والإحباط، وبحثًا عن لذة ولو كانت زائفة، وقد يتورطون في علاقات عاطفية خطرة؛ بحثًا عن الدفء الإنساني الذي افتقدوه في البيت.

وللأسف قد ينتبه الوالدان لهذه الآثار كلها أو أغلبها، وقد وقع بعض أولادهم فيها، أو على وشك الوقوع، إلا أنهم ماضون في صراعاتهم أو فتورهم غير مدركين لآثار ذلك على الناحية النفسية والعاطفية والتربوية والاجتماعية على أولادهم.

لذا على كل زوج وزوجة:

- تجنُّب إظهار الصراعات والخلافات أمام الأولاد مهما كان.
- تجنُّب استخدام الأطفال للضغط أو لَيِّ الذراع للطرف الآخر.
- اجلس مع أولادك واشرَح لهما طبيعة الخلافات الزوجية، وأنها طبيعية في كل بيت، وأنها إلى زوال، وتبقى المحبة والاحترام فوق كلِّ شيء.
- لا تنسَ واجباتكما الأبوية تجاه الأولاد من نفقة ونصحٍ وتوجيهٍ ومحبة وعاطفة وقبلة وضمٍّ، مهما كانت الخلافات مع الطرف الآخر.

• من الواجب الإبقاء على الاحترام والود بينكما بمقدار يسمح بالتواصل من أجل مصلحة الأولاد.

• إذا بالغ الطرف الآخر في التعدي وحاول استخدام الأطفال، فلا مانع من طلب المساعدة من طرف ثالث يتسم بالحكمة والقدرة على ضبط الأمور.

• عدم لجوء أحد الأبوين بتشويه شخصية الطرف الآخر أمام الأولاد، فهذا أسلوب يدل على الخسة وسوء الخلق، وضعف الثقة بالنفس، فضلًا عن آثاره المدمرة على شخصية الأولاد.

• تذكَّرا أن الأولاد هم نتاج وبركة العلاقة الزوجية وهم من سيقفون معكما في الكبر وعند الضعف والحاجة، وأن صلاحهما بركة لكما في الدنيا والآخر، فلا تضيِّعوا هذه البركة ولا تدمِّروها.

• تذكروا قصصَ العقوق وضياع الأولاد، وأن السبب الرئيس هو شتات البيوت وخرابها.

أسأل الله العظيم أن يُصلح لنا ولكم الذريةَ، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الاحتشام والحياء أمام الأولاد

يرى بعض الآباء والأمهات أن الجلوس مع الأولاد بلباس غير محتشم أمر عادي، لهم الحرية المطلقة فيه والسبب أنهم محارم لهم ، وخاصة ما يكون من الأم أو الأخوات الكبار من لباس يكشف فيه الصدور والأكتاف والأفخاذ أو لباس يكون ضيّق جدًّا أو شفاف أو قصير، وكل هذا بحجة أنهم من المحارم وأنه يجوز لهم ومالا يجوز لغيرهم.

وليست المشكلة في اللباس أمام الأطفال الصغار دون سن التمييز، لأن الطفل لا يميز ما يراه وإن كان الأولى التستر أمامه حتى يعتاد الطفل وينشأ على حب الستر ، لكن المشكلة الكبرى مع الأطفال المميزين وتكون أكبر وأكبر عندما يكون اللباس الغير محتشم أمام الكبار بنين وبنات.

يقول أحد الشباب: صرت أستحي جدًّا عندما أذهب إلى بيتي وأرى والدتي تجلس أمامي بلباسها الضيق (الاسترتش) الذي يصف جسمها وبعض الأحيان تجلس وقد بانت أفخاذها وكتفيها وصدرها، كلما رأيت مثل هذه المناظر بدأت شهوتي تتحرك فماذا أفعل؟ .

وتقول فتاة: تعودت أن أجلس أمام أبي وإخواني بلباس قصير يخرج فيه الساق وأحيانًا جزء من الفخذ، أما خروج الأكتاف والصدر فهذا طبيعي جدًّا بيننا، لكن المشكلة التي أتعبتني نظرات أخي لي، أشعر أنها تقتلني إذا جلس بقربي يحاول لمس فخذي وكتفي، بل حاول أكثر من مرة تقبيلي بدون سبب فماذا أفعل؟ .

إن الستر نعمة من رب العالمين يمنّ بها على الناس، وهتك ذلك الستر بكشف العورات وإهمال سترها يفضي إلى شر خطير ويعد وسيلة لانتشار الفواحش والأخلاق السيئة.

وهنا في هذا المقال لا أقصد أن يجلس الأب أو تجلس الأم بكامل حجابها، وأن تلبس إلا ما كان واسعًا وفضفاضًا وأن تترك زينتها، فهذا لا يقره عقل ولا نقل لأن الله سبحانه قال:

www.alukah.net
شبكة الألوكة

﴿ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ أَوْ أَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي أَخَوَاتِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ ﴾ [النور: ٣١]، لكن أقصد أن يتجمل الوالدان بالحياء والحشمة خاصة أمام الأولاد وأن لا يكون ما كشف من الجسم مثيرًا للشهوات.

إن الحياء يجعل صاحبه يجتنب كل قبيح، والحياء مفتاح لكل خير كما قال صلى الله عليه وسلم: « الحياءُ لا يأتي إلَّا بخيرٍ »رواه البخاري ، والحياء أساس الزينة والبهاء كما قال صلى الله عليه وسلم: « ما كان الفُحشُ في شيءٍ إلَّا شانه، وما كان الحياءُ في شيءٍ إلا زانه » رواه الترمذي.

لذا أيها الأب الكريم ويا أيتها الأم الكريمة انتبها لأسئلة أولادكم وهم صغار عندما يرونكم بهذا اللباس خاصة:

- عندما يكثر السؤال عن الأماكن الحساسة.
- أو الضحك وتقلب مشاعرهم عند رؤية أجزاء الجسم المكشوفة.
- أو محاولة الطفل لمس الأجزاء المكشوفة.
- أو التحديق في الأجزاء المكشوفة والعارية.
- أو طلب الخصوصية لأنفسهم عند الاستحمام أو عند ارتداء الملابس.
- أو الطلب منك عدم إظهار جسمك أمامه.
- أو خلع الملابس أمامه.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

فإن كان هذا من الصغار دون التمييز فما بالك عندما تكون من الكبار المميزين، ودائما تذكر أن ذلك طريق لاعتياد الأولاد بنين وبنات على كشف العورات والتساهل مع الآخرين في كشف عوراتهم، وخاصة ما يكون بين الإخوة والأخوات وبين الزملاء والأصدقاء.

أسأل الله أن يجملنا بخلق الحشمة والحياء وأن يجعل بيوتنا عامرة بالطاعة والعمل الصالح وحسن الخلق وأن يصلح لنا ولكم الذرية، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الزوج الأناني والزوجة الأنانية

الأناني هو ذلك الشخصُ الذي يعتقد أنه مركزُ العالم، وأن كل ما يقوله ويفعله يجب أن يكون موضعَ اهتمام كلِّ الناس، وأن كلَّ ما يحدُث له وما يُحبه ويحتاجه، سيكون دائمًا فوق احتياجات الآخرين، وعادة ما يرفُضه الناس بسبب عدم احترامه ومراعاته للآخرين.

قال صلى الله عليه وسلم: "لا يؤمن أحدُكم حتى يحبَّ لأخيه ما يحبُّ لنفسه"؛ متفق عليه.

والله سبحانه أثنى على أهل الإيثار، فقال عنهم: ﴿ وَيُؤْثِرُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴾ [الحشر: ٩]، والأثرة هي حب النفس وتفضيلها على الآخرين.

والحياة الزوجية قد تُبتلى بزوج أناني أو زوجة أنانية، فهل تستمر هذه الحياة وهي تفتقد العطاء والتضحية؟ وكيف نتصرف مع هؤلاء؟

إن الزواج علاقة مشتركة بين طرفين، ومن شروط نجاح هذه العلاقة أن تكون مبنية على الاحترام المتبادل وعلى المودة والمحبة، ومشاركة القرارات التي تخص الأسرة سويًّا.

تقول فتاة: زوجي يغضب بشدة عند عدم حصوله على ما يريد، ويتخذ قرارات بمفرده دون علمي، وإذا حدثته بما فعل لا يبادر ولا يعترف بخطئه، فهو يعتبر كل ما يفعله حقًّا مكتسبًا ولا يستحق الاعتذار.

وللتعامل مع الزوج الأناني، أقول للزوجة: قد تكون هذه الصفة متأصلة في سلوكه أو ربما منذ طفولته بسبب تربيته وبيئته التي تربى عليها لذا عليك التالي:

- لا تَصفيه بالأنانية مهما كانت ردةَ فِعله تجاهك فهذا يزيده سوءًا.

• حاوِريه في المهام التي يجب عليه المشاركة فيها، أو تحمُّلها بالكامل؛ مثل أخذ الأطفال إلى المدرسة، أو النفقة عليهم.

• ركِّزي على الإيجابيات التي تصدُر منه، فلا يخلو إنسان من محاسن في حياته الأسرية، ولا تركزي على السلوك الأناني؛ لأن هذا سيجعل نفسيتك سيئة جدًّا تجاهه.

• توزيع المسؤوليات بينكما، وعدم تحمُّل المسؤولية عنه، خاصة إذا قصر فيها أو تردَّد بالقيام بها؛ لأن هذا السلوك سيجعله يعتمد عليك في كل شيء.

• اهتمِّي بنفسك واحتياجاتك ورغباتك وسعادتك وطموحاتك، مع الوفاء بمسؤولياتك تجاه زوجك وأسرتك؛ لأن إهمالك لنفسك يعطيه المبرر بأنك لا تستحقين التضحية.

• انتبهي من العدوانية والانتقام وإهمال مسؤولياتك؛ حتى لا تدخلي في مشاكل أكبر من السلوك الأناني عند الزوج.

ويقول شاب: منذ اليوم الأول من زواجي تفاجأت من سلوكيات زوجتي، فهي لا تحب إلا نفسها ومصلحتها الشخصية، فهي ترى نفسها أهمَّ من الجميع، وكلمة الأنا هي أكثر كلمة تستخدمها عند الحديث، ولا تتنازل عن رغباتها مهما حدث، ولا تشكرني مهما فعلت لها.

وهنا أقول لمن كانت زوجته أنانية ولا تحب إلا نفسها:

• الفِت انتباهها لهذا السلوك وصارِحها بالأمر، واسألها إن كان هناك شيء يضايقها أو يزعجها؛ لأن بعض النساء قد تفعل ذلك للفت الانتباه أو التلميح لشيء يزعجها.

• إذا فشل الحوار بينكما لا تسمح بأن تتعدى على حقوقك وحقوق الأسرة، واجعلها تعرف أنك مهتم بها، لكن هذا لا يعني أن تتعامل معك بهذا السلوك الأناني.

• قسم المسؤوليات في البيت ولا تقبل أي نوع من الاعتذار، فإذا لم تقم بمسؤولياتها تناقش معها عن عواقب هذا السلوك على حياتكما الزوجية، خاصة إذا أهمل كل شخص مسؤولياته.

• إذا زاد الأمر سوءًا أنذرها وأخبرها أنك ستتخذ بعض العقوبات تجاهها إذا بقيت على هذا السلوك.

• استشِر أهل الخبرة والاختصاص ليساعدوك في تخطي هذه المشكلة، واطلب منها كذلك استشارة المختصين التربويين لعلاج هذا السلوك عندها.

أسأل الله أن يبعد عنا وعنكم سوء الأخلاق، وأن يجعل بيوتنا عامرةً بالطاعة والعمل الصالح وحسن الخلق، وأن يُصلح لنا ولكم الذرية، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الزوج العنيد والزوجة العنيدة

من أهم مقومات الحياة الزوجية الناجحة: التواصل البناء والحوار الهادف، والاحترام المتبادل بين الزوجين، والتفاهم والتسامح والتجاوز عن الهفوات، والبعد عن الأنانية والعناد وتصيد الأخطاء.

والعناد صفة موجودة في الرجل والمرأة، والشخص العنيد من الشخصيات التي يصعُب التعامل معها، لتمسُّكه بآرائه دون السماح لنفسه بالاستماع لوجهات النظر المختلفة.

تقول فتاة: زوجي سريع الغضب وغريب الأطوار، ومزاجي لدرجة كبيرة، أحتج كثيرًا على معاملته لي، لكن احتجاجي لا يُغير شيئًا من عناده، بل يزيد أكثر وأكثر.

ويقول شاب: زوجتي جميلة جدًّا، لكنها عنيدة ومغرورة ولسانها طويل، وتعاملني بقسوة، وتتكلم عليَّ وعلى أسرتي بكلام جارح، وترفض العلاقة الشرعية لأكثر من أسبوع، أنا صابر على تصرفاتها لكن إلى متى ؟ .

العناد بين الزوجين قد يؤدي إلى الطلاق، لذا على الزوجين معرفة أسباب العناد قبل تفاقم المشكلة، ومن هذه الأسباب:

- طريقة تربية الوالدين لأولادهم، فمن اعتاد من الأطفال على التمسك برأيه، وتنفيذ ما يريد، فإنه سينشأ العناد فيه، خاصة مع استسلام الوالدين لرغباتهم دومًا.
- الخوف من التنازلات، أو الخوف من تعوُّده على التنازلات عند الخلافات الزوجية، لذا تجده يعاند حتى يكون الطرف الآخر هو الذي يتنازل مهما كان الحق معه أو مع غيره.
- الرغبة في السيطرة على شريك الحياة، لذا يلجأ الزوج أو الزوجة إلى العناد من أجل السيطرة، وحتى يبقى هو القوي دائمًا في كل خلاف بينهما.

www.alukah.net
شبكة الألوكة

• عدم التكيف بين الزوجين والشعور باختلاف الطباع، فيكون العناد صورة من صور التعبير عن رفض سلوك الآخر وعدم الانسجام معه.

• عدم الشعور بالأمان، خاصة من الزوجة عندما ترى تغيُّرًا في سلوك زوجها العاطفي أو تأخره عن البيت، أو تكرار عبارة الزواج بالثانية، أو من الزوج عندما تحرمه من العلاقة الشرعية، أو الإهمال في خدمته أو اللباس والتزين له.

والعناد بين الزوجين يأخذ أشكالًا مختلفة، فهناك عناد يفتقد للوعي والإدراك والنضج؛ مثل إصرار الزوجة على شراء أشياء كمالية لا حاجة لها، أو تكون ظروف زوجها المالية لا تسمح؛ مما يدخله في مشكلات مالية.

وهناك عناد مردُّه إلى الغيرة الشديدة التي لا تقوم على أسباب منطقية ومقنعة، سواء من الزوجة أو الزوج، خاصة إذا كانت الزوجة أفضل منه علميًّا أو ماليًّا، أو مكانةً، وهو باق على نفس حالته ودرجته.

وهناك عناد يعتقد منه صاحبه أن إصراره على موقفه دليل على قوة شخصيته، وتزيد من مكانته وقيمته بين الناس والمجتمع.

ولتفادي مشكلة العناد بين الزوجين أنصح بالتالي:

• الحوار الهادئ مع تفهُّم الطرف الآخر والاستماع إلى رأيه قبل الحكم عليه.

• تقبُّل الطرف الآخر مهما كان مع التعبير عن حبك له بلمسات عملية.

• التشجيع والتعاون ومشاركة شريك الحياة في أعمال مفيدة، ومساعدته على اتخاذ القرارات الجماعية.

• تجنبًا المواقف المثيرة للانفعال، وتذكرًا أن كسب العلاقة الزوجية أهم من كسب المواقف.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

- أعطِ الطرف الآخر فرصة للتعبير عن رأيه ومساحة للحرية في حواراته وانفعالاته.

- عدم الضغط على الطرف الآخر بكثرة الطلبات، وخاصة الصعبة والمستحيلة، مع مراعاة حالته النفسية والاجتماعية.

- إن الحب الصادق بين الزوجين والعطف الدائم والاحترام المتبادل، وعدم الإهانة – هي أفضل الوسائل التي تساعد في التخلص من صفة العناد.

- عدم اللجوء إلى المقارنة السلبية بين الطرف الآخر مع غيره، فكل إنسان له شخصيته وطبيعته وبيئته وعالمه المنفصل.

- إفشاء الكلمات الجميلة والطيبة والعاطفية بين الزوجين، تعتبر حاجة أساسية تعمِّق العلاقة بينهما، وتقرِّب القلوب، وتقف سدًّا أمام الخلافات المستقبلية.

- تغيير السلوكيات السلبية الموجودة عند كل طرف، مع تعزيز السلوكيات الإيجابية وذكرها ومدحها أمام الأولاد والناس أجمعين.

أسأل الله أن يبعد عنا وعنكم سوءَ الأخلاق، وأن يجعل بيوتنا عامرة بالطاعة والعمل الصالح، وحُسن الخلق، وأن يُصلح لنا ولكم الذرية وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الأسرة والابتلاء بالنكد الزوجي

بعض البيوت عندما تدخلها تجد صَمْتًا دائمًا، وابتسامة مفقودة، وكآبة تُلقي بظلالها على الوجوه والقلوب، لتنزع منها روح التواصل والسعادة بين أفراد الأسرة، إنه النكد الزوجي؛ فهو من أعداء الحياة الزوجية السعيدة.

يعرف النكد الزوجي بأنه التعكير الدائم لصفو الآخر، وهو تمامًا كالحرب النفسية، ويرجِع سببُه إلى الفراغ أو سطحية التفكير عند من يختلقه، أو إلى تربية خاطئة خضع لها منذ الصغر، أو محاولة لجذب انتباه الآخر كانتقام منه على تجاهله لشريكه في الحياة مثلًا.

وللنكد الزوجي صفات قد تكون في الزوجة، وقد تكون في الزوج، وقد تجتمع عند الزوجين، ومنها:

- النقد المستمر، فالشخص النكدي يتلفظ دائمًا بعبارات ناقدة وبألفاظ مؤلمة تتسبب في انزعاج الطرف الآخر.

- الاستهزاء والتحقير، ويكون ذلك لأسباب مختلفة؛ كالفقر، أو الشهادات العلمية، أو المكانة الاجتماعية، أو البيئة، أو الثقافة.

- الشك المستمر، فالشخص النكدي لا يلتمس أي أعذار للطرف الآخر في أخطائه أو عند غيابه، وعادةً ما يلجأ للشك فيه وفي مصداقيته عند حدوث أي مشكلة.

- عدم الرضا، وهي الصفة التي تجعل من الحياة نكدًا وضنكًا؛ حيث إن الشخص النكدي لا يرضى مهما قدمت إليه من مشاعر وهدايا ومتطلبات، فهو ينتظر دائمًا الأكثر.

• عدم القدرة على التواصل والحوار، فالشخص النكدي لا يستطيع بناء حوار بينه وبين الطرف الآخر ليتوصل فيه إلى نقطة مشتركة أو حل لمشكلة ما، فيكون الحوار معه ضوضائيًا، قائمًا على البكاء والشتم والكذب وفَرْض الرأي.

• ينسى الشخص النكدي الحقوق التي عليه وواجباته؛ كالاعتناء بنفسه وبيته وبالطرف الآخر، ويتذكر غالبًا الواجبات المفروضة على الطرف الآخر.

• المزاج المتقلب، والعصبية الزائدة؛ حيث يغضب الشخص النكدي من أي مشكلة صغيرة، ويعطيها أكبر من حجمها، كما أنه سريع التقلب في أفكاره ومزاجه، حتى وإن غابت الأسباب التي تستدعي ذلك.

• البكاء من الزوجة أو الهروب من البيت من الزوج أو الصراخ والسب منهما، ويكون ذلك بعد موقف عصبي أو عند الشجار أو حتى النقاش في أمرٍ ما، ظنًّا منهما أنهما يكسبان الحوار والنتيجة لصالحهما بهذه الطريقة.

تقول فتاة: نظرًا لظروفنا العائلية، وجدت نفسي مضطرة لأن أعيش في بيت أختي الكبيرة المتزوجة، وزوجها إنسان صالح طيب القلب؛ لكن أختي مع الأسف شخصية مسيطرة غاضبة وعابسة معظم الوقت، وتميل إلى الشجار مع زوجها بسبب ودون سبب رغم أنه إنسان طيب دمث الخلق وهادئ، وأنا أرى البيت أغلب الوقت كئيبًا. وكثيرًا ما حدثت أختي وطلبت منها أن تعدل عن سلوكها وكانت تستمع لي وتظل صامتة، ثم تعود إلى سيرتها الأولى! .

وحتى تتحقق السعادة الزوجية في الأسرة على الزوجين الاحترام المتبادل بينهما ومراعاة مشاعر الطرف الآخر، ويجب على كل زوجين في بداية حياتهما الزوجية الاتفاق على مجموعة من القواعد تكتب في شكل وثيقة أو اتفاق؛ وذلك ليحترم كل شريك شريكه

ويشعر بقيمته، ويجب على كل من الزوجين في حالة احتدام الخلاف وتصاعده أن يتوصَّلا إلى حل وسط؛ وذلك بالمناقشة الهادئة والتعرف على أسباب الخلاف ومحاولة تجنبها من كلا الطرفين، فإن تراكم مشاعر الغضب بين الزوجين وغياب البوح يؤدي إلى تآكل الأحاسيس الطيبة، ويقلل من رصيد الذكريات الزوجية الحلوة.

أسأل الله أن يرزق كل زوجين السعادة والحب والهدوء، وأن يجعل بيوتنا عامرة بالطاعة والعمل الصالح وحسن الخلق، وأن يصلح لنا ولكم الذرية وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الروتين الزوجي

الروتين هو تكرار نفس العمل يوميًّا، سواء في أكل الوجبات أو لبس نفس الملابس أو مشاهدة نفس البرامج أو الذَّهاب إلى نفس الأماكن؛ مما يجعل الحياة الزوجية في حالة ملل وكدر، ويُسمَّى الروتين عند بعض المتخصصين القاتل الصامت للعلاقة الزوجية، فحين يحلُّ كالضيف الثقيل على الحياة الزوجية يُحوِّلها إلى علاقة آلية، لتصبح بمرور الوقت عبارة عن رواية مأساويَّة بطلها رجلٌ باردُ المشاعر أو امرأةٌ منطويةٌ على أعمالها المنزلية.

تقول فتاة: زوجي قتل الأنوثة والسعادة بداخلي، فأصبحت أيامي شبيهةً بعضها ببعض، لا شيء جديد مع الروتين المُميت، ويقول آخر: زوجتي قضَتْ على كلِّ شيء مُتجدِّد في حياتي، فهي مشغولة بالمنزل وتربية الأولاد، لا جديد في حياتنا.

إن تجربة الإحساس بالفتور الزوجي والروتين اليومي، التي تُعَدُّ من الأحاسيس النفسية الصعبة التي تشوب العلاقة بين الزوجين، قد تؤثر بشكل أعمق على نفسية الزوجين خاصة إن كانا في بداية حياتهما الزوجية، فالمرأة– من وجهة نظرها– ترى أن زوجها قد تغيَّر عليها، ولم يَعُدْ يُحبُّها مثل فترة الخطوبة، لتبدأ تطاردها الهواجس والوساوس، وينتابها الإحساس بالإحباط والفشل المرتقب؛ بسبب اختفاء كلمات الحب والغرام والعبارات العاطفية والمجاملة.

ويعود السبب في فتور العلاقة الزوجية إلى عدة أسباب منها:

- كثرة استعمال مواقع التواصُل الاجتماعي بما تحويه من لقطات كاذبة ومزيَّفة تُصوِّر لنا علاقات عاطفية مثالية وهميَّة، ليبدأ أحد الطرفين بمقارنة حياته وعلاقته مع شريك حياته، بحياة هؤلاء المشهورين فتنتابه الحسرة والألم.

www.alukah.net
شبكة الألوكة

• وجود فارق كبير في السِّنِ بين الزوج والزوجة، بحيث يشعر الزوج أنه كبر على عدة أمور لا تزال مُفضَّلة عند المرأة؛ مما يجعلها تَملُّ من زوجها.

• اختلاف المستوى الثقافي والفكري بين الزوجين؛ مما يؤدي إلى تأزُّم الحوار بينهما، ثم نفور كُلٍّ منهما من الآخر، والتزام الصمت في أغلب الأحيان.

• انشغال كل طرف بمسؤولياته المتكررة؛ فالرجل مُنْهمكٌ في عمله بغرض تأمين الحاجات المادية للأسرة، والمرأة منغمسةٌ في رعاية شؤون الأسرة التي تزداد بازدياد عدد الأطفال، معتقدة أنهم أوْلَى بذلك من الزوج الذي قد يدخل في طيِّ النسيان؛ مما يجعلهما يعيشان وكأنَّ كُلًّا منهما غريبٌ عن الآخر، ويجعل كل واحد منهما يعيش في حالة من البرود والنفور تجاه الطرف الآخر.

• النكد الزوجي من أحد الطرفين، واختلاقه المتكرر للمشاكل داخل الأسرة؛ مما يجعل الطرف الآخر يبتعد عن الأسرة نفسيًّا وجسديًّا.

وليست المشكلة في الإحساس بالفتور والمَلَل الزوجي؛ وإنما تبقى الإشكالية في عدم قدرة البعض على التغلُّب على هذا المَلَل الذي يضرب الحياة الزوجية فيَصِل بها إلى هاوية الطلاق أحيانًا، وللتغلُّب على الفتور الزوجي وكسر الروتين بينهما أقترح لكم هذه الطرق:

الهواية المشتركة: إن مشاركة الزوجين في تجربة هواية مشتركة، طريقة رائعة للترابُط وخلق ذكريات فريدة من نوعها، ومِنْ ثَمَّ قضاء أطول فترة ممكنة سويًّا وكسر الروتين الطاغي بينهما.

التنزُّه أو السفر: يُعتبَر الخروج من المنزل أو السفر خارج المدينة وتغيير الجوِّ من أهم الأعمال التي تكسر الروتين المعتاد والمنغِّصات اليومية؛ لذا من الجيد اختيار المكان والوقت

شبكة الألوكة - قسم الكتب

المناسب الذي يخلق لهما ذكريات مشتركة، مع مراعاة التخطيط الجيد خاصة في الأمور المادية.

التواصُل الجسدي: يمكن للَمْسة حانية بسيطة أن تُغيّر مزاج شريك الحياة، فالاتصال الجسدي لديه تأثير عاطفي كبير؛ لذا من المُهِمّ الحفاظ على العلاقة الحميمة والعاطفية من أجل استقرار الزواج.

إبعاد الأجهزة الإلكترونية: فالأجهزة الذكية جعلَتْ لكُلِّ طرفٍ عالَمَه الخاصَّ؛ مما فرضت الرتابة والمَلَل والفتور في الحياة الزوجية.

المبادرة المفاجئة: من الجميل أن يُبادر أحد الزوجين بأخذ زمام المبادرة لدعوة الشريك إلى جلسة ليست ككُلِّ الجلسات؛ كقضاء ليلة في فندق أو الذَّهاب إلى أحد المطاعم أو شراء هدية رمزية أو جلسة شواء أو مشاهدة برنامج يُحِبُّه الجميع.

الثناء على الشريك الآخر ومدحه بالكلام اللطيف على ما يقوم به من أعماله اليومية.

أسأل الله أن يُصلِح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصُل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يَعبُد اللهَ على الحقِّ، وأن يجعل أولادهم لَبِناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيِّدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الحوار السلبي بين الزوجين ومؤشراته

الاختلافُ في وجهات النظر وتقدير الأشياء والحكم عليها، أمرٌ فطري طبيعي، قدَّره الله بين البشر، ولأنه توجد فروق فردية بين الزوجين، تحدُث الخلافات بينهما؛ مما يضطرهما للتفاهم والحوار لحل وتدارُك مثل هذه الخلافات قبلَ تطوُّرِها.

والحوار عبارة عن محادثة بين شخصين أو أكثر لمناقشة موضوع أو اتخاذ قرار أو حل مشكلة، وينقسم إلى حوار سلبي وإيجابي، فالحوار الناجح والإيجابي يتميَّز بأنه يختصر الكثير من المسافات بين الزوجين، ويسيطر على أغلب المشكلات المحتملة بينهما، وبسببه يتخلَّص الزوجانِ من المعاناة النفسية التي يكون سببها كبت المشاعر، ويُعتبَر غيابُه مرضًا بحَدِّ ذاته قد يؤدي إلى فتور العلاقة الزوجية أو فقدانها.

لكن المشكلة الكبرى عندما يفتقد هذا الحوار خصائصه ووسائله الناجحة والإيجابية ليتحوَّل إلى حوارٍ سلبيٍّ، كأنه قنبلةٌ موقوتةٌ ستُفجِّر كيانَ هذه الأسرةِ وتُدمِّرها، فبدَل أن يكون الحوار معالجًا الخلافات أصبح مُدمِّرًا للعلاقة الزوجية.

وهناك ألوان من الحوارات السلبية التي يستخدمها الزوجانِ بقصدٍ أو بغير قصدٍ، منها:

- الحوار التعجيزي، وفيه لا يرى أحد طرفي الحوار أو كلاهما إلا السلبيات والأخطاء والعقبات.

- حوار المناورة، وفيه ينشغل الطرفانِ أو أحدُهما بالتفوُّق اللفظي في المناقشة بصرف النظر عن الثمرة الحقيقية والنهائية لتلك المناقشة.

- الحوار السُّلْطوي، وفيه يلغي أحد الأطراف كيان الطرف الآخر، ويعتبره أدنى من أن يتحاور معه؛ بل عليه فقط السماع للأوامر الفوقيَّة والاستجابة دون مناقشة أو تضجُّر.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

• الحوار الموافق دائمًا، وفيه يلغي أحد الأطراف حقَّه في التحاور لحساب الطرف الآخر؛ إما استخفافًا، أو خوفًا، أو تبعيَّةً حقيقيةً؛ طلبًا للراحة وإلقاء المسؤولية كاملة على الطرف الآخر.

إن الحوار عندما يكون فيه أدب واحترام للطرف الآخر، تكون نتائجُه إيجابيةً، ويكون فيه التفاهمُ والوصولُ للتوافق سَهْلًا جدًّا، أما إذا كان فيه استفزاز أو هجوم، خاصة عندما يكون الهجوم من قِبَل المرأة للرجل، فقد يتبادر إلى ذهن الرجل أنها تريد السيطرة عليه؛ فيبدأ بالتوتُّر والزعل، ولا يتحمَّل النقاش والحوار معها.

إن أكبرَ سببٍ للعنف والهجر والقسوة ضد المرأة كان سببه الحوار السلبي بينهما، وهناك مؤشِّرات تدلُّ على أن الحوار بين الزوجين حوار سلبي ونتائجه ستكون سلبيةً إن لم يتدارك الطرفانِ بالتراجُع وعلاج الموقف بأسرع وقتٍ، ومنها:

• الصوت العالي، وهو طبيعة ذكورية؛ لكنه إن صدر من الزوجة ينقلب عليها الرجل وإن كان مخطئًا.

• النغمة المستفِزَّة، فإذا خرجت من أحدهما فدلالتُها ستكون سلبيةً على نفسية الطرف الآخر.

• لغة الجسد المستفزة؛ كخروج اللسان أو حركة اليد، أو الوقوف أثناء الحوار.

• النظرة السلبية والتحديق في الوجه.

• البكاء أثناء الحوار، وهذه مستفزة جدًّا للرجل.

• استحضار المواقف القديمة؛ مثل: قبل شهر أنت عملت كذا وكذا.

• التشعُّب في الحوار، والابتعاد عن الموضوع الرئيسي.

- عدم الإنصات بالانشغال عن الشريك بالجوَّال أو طلب السكوت منه.
- طلب الطلاق من الزوجة، أو التهديد به من قِبَل الرجل.

وحتى نتيقَّن بأهمية الحوار الإيجابي والحرص على الابتعاد عن الحوار السلبي، اسألوا أنفسكم، خاصة الزوجات، كم مرة دخل الرجل للبيت ثم مباشرة ذهب لزوجته وضربها؟ كم مرة قام الرجل من نومه ثم فجأة قام وضرب زوجته؟ معظم هذه السلوكيَّات السلبية لا تكون إلا بعد حوار سلبي بينهما.

أسأل اللهَ أن يُصلِح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصُل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم مَن يعبُد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيِّدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الزوج البخيل والزوجة البخيلة

البخل خلق يكرهه الله ورسوله وهو من أسوأ القيم والعادات؛ قال تعالى: ﴿ وَلَا يَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَبْخَلُونَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ هُوَ خَيْرًا لَهُمْ بَلْ هُوَ شَرٌّ لَهُمْ سَيُطَوَّقُونَ مَا بَخِلُوا بِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَلِلَّهِ مِيرَاثُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴾ [آل عمران: ١٨٠]، جاء في صحيح البخاري عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال : "كانَ رَسولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ يَتَعَوَّذُ يقولُ: اللَّهُمَّ إنِّي أعُوذُ بكَ مِنَ الكَسَلِ، وأَعُوذُ بكَ مِنَ الجُبْنِ، وأَعُوذُ بكَ مِنَ الهَرَمِ، وأَعُوذُ بكَ مِنَ البُخْلِ. " ، وقال صلى الله عليه وسلم: " خَصلتان لا يجتمعان في مؤمن: البخل وسوء الخلق " ؛ [صحيح الترغيب].

قال الماوردي: "قد يحدث عن البخل من الأخلاق المذمومة، وإن كان ذريعةً إلى كل مذمة، أربعة أخلاق، ناهيك بها ذمًّا؛ وهي: الحرص، والشره، وسوء الظن، ومنع الحقوق... وإذا آل البخيل إلى ما وصفنا من هذه الأخلاق المذمومة، والشيم اللئيمة، لم يبقَ معه خير مرجو، ولا صلاح مأمول" (أدب الدنيا والدين).

تقول أم سعاد: زوجي يعمل في شركة وأنا لا أزال ربة بيت أبحث عن وظيفة، وهو عصبي شديد العصبية، ومشكلتي أن زوجي بخيل جدًّا في ماله وعاطفته، بخيل في مصروفاته وفي كلامه، لا يهتم بي ولا بأولاده، لا يأتي لي بهدايا أو ما أشتهيه من أغراض، بل يشتري ما يشتهيه هو، أساسيات البيت موجودة من أكل وشرب، ويكره أن يزيد من كماليات، راتبه ٨ آلاف وليس لديه ديون، وجدت وظيفة بـ٣ آلاف، لكنه يشترط عليَّ أن أدفع فواتير جوالي والكهرباء وتلفون البيت والشغالة.

ويقول أبو إبراهيم: أنا رجل متزوج من عشر سنوات وعندي أولاد، مشكلتي أن زوجتي بخيلة جدًّا، تحرجني كثيرًا بلباسها وكلامها عندما تذهب إلى بيت أهلي، أو إلى المناسبات

www.alukah.net
شبكة الألوكة

العائلية، كم مرة أعطيها مالًا من أجل أن تشتري ملابس لها، لكنها تأخذ المال وتحتفظ فيه وتقول: لا يوجد داعي للمصاريف الزائدة، ومرة طلبت منها أن تذهب للصالون وتعمل لنفسها تسريحة، وتغير من شعرها، وتضع المكياج على وجهها، لكنها تأخذ المال وتضع بعض المكياج وتسرح شعرها بسشوار، وتقول لي: لا داعي أن نصرف المال، وعندما أذهب إلى أهلي معها، تقول لي أمي: لماذا زوجتك ملابسها هكذا؟ إذا رآها الناس يظن أنك بخيل، وأنك لا تعطيها مالًا، أقول لها: أقسم بالله العظيم أني أعطيها مالًا، وترفض شراء الملابس الجديدة.

البخل عند الناس له أنواع: بخل بالمال، وبخل بالعلم، وبخل بالطعام، وبخل بالسلام، وبخل بالكلام، وبخل بالعاطفة، وبخل بالجاه، وكلها نقائص ورذائل مذمومة عقلًا وشرعًا، وأسوؤها من كان يدعو غيره إلى البخل، ويأمر الناس به؛ قال تعالى: ﴿ الَّذِينَ يَبْخَلُونَ وَيَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبُخْلِ وَيَكْتُمُونَ مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَأَعْتَدْنَا لِلْكَافِرِينَ عَذَابًا مُهِينًا ﴾ [النساء: ٣٧].

أيها الأزواج، ستكون المرأة محظوظة إذا تمكَّنت من اكتشاف الرجل البخيل قبل الاقتران به، وكذلك سيكون الرجل محظوظًا إذا تعرف على شخصية زوجته البخيلة قبل الاقتران بها، أما من وقع في فخ الرجل البخيل والمرأة البخيلة، ووجد نفسه أو وجدت نفسها في معاناة اليد القابضة على المال، فلا بد أن يتعاملا مع هذه الصفة المكروهة عند الشريك الآخر بحكمة؛ ومنها:

- الحرص على حماية الأطفال من عدوى البخل الحاصلة من أحدهما، من خلال زرع قيمة الكرم والعطاء منذ الصغر.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

- محاولة إيجاد دخل آخر حتى وإن لم يكن كبيرًا؛ لتعويض النقص الذي يخلفه الزوج البخيل عند الأطفال، مع محاولة إفهامهم أن البخل صفة سيئة يمكن التعامل معها وعلاجها.

- معرفة أسباب ودوافع البخل عند الشريك الآخر قد تساعدك على فهمه والتعامل معه، فقد يكون هذا البخل نتيجة المعاناة من الحرمان في الطفولة، أو ربما يكون بخلًا موروثًا عن الأهل، وقد يكون شعورًا متأصلًا بعدم الأمان والخوف من الإفلاس؛ بناءً على السبب يمكن إيجاد المدخل المناسب للتعامل مع الموقف.

- إذا كان شريك الحياة من النوع الذي يتقبل النقاش قد تكون مصارحته بمشاعرك تجاه بخله خطوة جيدة، مع الحرص على عدم استخدام عبارة البخل معه.

- اشرح له كيف يؤثر حرصه وتوفيره للمال على حياتكما وحياة الأولاد، اشرح له طموحاتك وخططك المستقبلية والتي تحتاج أن يكون شريك الحياة أكثر مرونة.

- حاول إقناعه أن التنازلات التي يقدمها ليست كبيرة جدًّا، ولن تؤثر عليه كثيرًا، لكنها مهمة جدًّا له وللأولاد، خاصة المالية والعاطفية؛ فهي سبب للسعادة.

- لا بد من التعامل مع البخل بوصفه مشكلة نفسية تحتاج لعلاج حقيقي، وتحتاج إلى كثير من الصبر من قِبل الزوج والزوجة والأولاد ليصلوا إلى وضع أفضل، وستكون العائلة محظوظة إذا كان البخيل يرغب في التخلص من بخله، ويعلم تأثير البخل على عائلته.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، ، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الهجر بين الزوجين

الهَجْرُ هو إهمالُ الشخصِ للطرفِ الآخر، أو تجاهُلُه، أو الامتناع عنه بالكلمة أو النظرة، وفي العلاقات الزوجية يتمُّ الهَجْر نتيجةَ تفاقُم مشكلات عديدة بين الزوجين؛ ممَّا يُسبِّب لهما وللأولاد مشكلات نفسية وسلوكية وعاطفية، تجعلهما يشعران بالقَلَق والاكتئاب والتوتُّر والخوف الدائم من نهاية هذا الهجر.

والله سبحانه أباحَ للزَّوْج هَجْرَ زوجته في المَضْجَع إن كانت ناشِزًا؛ أي: مُتمَرِّدةً عليه ومُستعليةً على طاعته وقوامته، ولَم تَستَجِب للموعظة، قال تعالى في سورة النساء: ﴿ وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيًّا كَبِيرًا ﴾ [النساء: ٣٤].

والهَجْر بين الزوجين له أشكال ثلاثة: هجر المضاجعة؛ أي: ترك النوم مع الشريك الآخر في فراش واحد، وهجر الجِماع؛ أي: النوم في نفس الفراش؛ ولكن دون جِماع عمدًا من أحدهما، وهجر الكلام؛ وهو إضافة عدم الكلام إلى عدم الجِماع والمضاجعة.

والهَجْر يقع من الزوج تجاه الزوجة، ويقع من الزوجة تجاه الزوج؛ حيث يَنقَطِع المُتخاصِمان عن أن يُكَلِّمَ أحدهما الآخر، فإن التقيا أعرَضَ هذا وأعرَضَ هذا، فهذا الهجر يُعبِّرُ عن الغَيْظ والعداء؛ حيث يَجِد المغتاظ في نفسه صعوبةً في التَّواصُل والتَّكَلُّم مع مَن أَغاظَه وأَساء إليه، سواء كانت الإساءة حقيقيَّةً أو مُتوهَّمةً، هذه المشاعِر تَقِف حائلًا بين الزوجين؛ مما تُفقِدُ صاحبَها الرَّغْبة في التَّحدُّث مع الشريك الآخر.

تقول أُمُّ صلاح: إذا حصلت أدنى مشكلة مِنِّي يبدأ زوجي بعدها مباشرةً في السكوت، ولا يردُّ بكلمةٍ، ويهجرني حتى في إلقاء السلام، ويستمرُّ ليومين أو ثلاثة، وأنا أحاول محادثته، وترضيته، ورجاءه أن يسامحني؛ لأنه عندما يهجرني أكاد أموت، في نظره أنه يُؤدِّبني

شبكة الألوكة - قسم الكتب

بهذا الهجر والسكوت؛ ولكن في الحقيقة أنا أمتثل له حتى لا أموت من الهجر؛ لأن هذا جدًّا يُتعِبني.

إنَّ اللُّجوء إلى الهَجْر أمْرٌ من طبيعة الإنسان، وقد عُوقِبَ ثلاثةٌ من الصَّحابة الكِرام الَّذين تَخَلَّفُوا عن غزوة تَبوك بِلا عُذرٍ، عُوقِبُوا بالهَجْر من قِبَل المُسلمين في المدينة المُنوَّرة خمسين يومًا ضاقَتْ عليهم فيها الأرض بما رَحُبَتْ، والإسلام لَمْ يُحَرِّم الهَجْر تحريمًا مُطلقًا؛ إنَّما حَرَّمَ أن يَهْجُر مسلمٌ مسلمًا فوق ثلاثةِ أيَّامٍ، جاء في صحيح البخاري، عن أبي أيوب الأنصاري: أنَّ رَسولَ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ قالَ: ((لا يَحِلُّ لِرَجُلٍ أنْ يَهْجُرَ أخاهُ فَوْقَ ثَلاثِ لَيالٍ، يَلْتَقِيانِ: فيُعْرِضُ هذا ويُعْرِضُ هذا، وخَيْرُهُما الذي يَبْدَأُ بالسَّلامِ)).

وللهجر آثاره السلبية على نفسيَّة الزوجين والأولاد؛ منها:

– الشعور بالقَلَق والإحباط والتوتُّر والخوف من المستقبل.

– حصول نوبات عنيفة من الغضب والعصبية والصراخ، وقد يصل إلى الضرب تجاه الأولاد أو بين الزوجين بسبب الهَجْر، ويكون ذلك لأدنى سببٍ يحدث في الأُسْرة.

– الانطواء والميل إلى الوحدة عن المجتمع الخارجي؛ خوفًا من السؤال أو التعيير، فتجد الزوجة تترك مناسباتها الاجتماعية، والأولاد يمتنعون عن اللعب والضحك مع زملائهم.

– الهروب من البيت، يبدأ الزوج بكثرة السهر، والانشغال بأعماله وعلاقاته حتى يبتعد عن الأسرة، والزوجة تذهب إلى بيت أهلها وتترك أسرتها، والأولاد كُلٌّ مشغولٌ بنفسه وأصدقائه وهواياته حتى تصبح الأسرة مُفَكَّكة عاطفيًّا وجسديًّا.

ولعلاج مثل هذه المشكلة:

– على الزوجين الشعور بالمسؤولية، والحفاظ على كيان الأسرة والأولاد، قبل تشتُّتها وضياعها.

– عند حدوث المشكلة يجب الابتعاد عن الطرف الآخر حتى تهدأ النفوس، ثم علاج المشكلة بهدوء مع تقديم التنازُل والعَفْو والتسامُح.

– الهَجْر ليس علاجًا في حد ذاته؛ وإنما وسيلة للعلاج، فإذا وجدت أن في استمراره وبالًا ومصيبةً على الأسرة، فإنه من الحكمة التراجُع والتسامُح.

– استشارة المتخصصين والمُصْلِحين الصالحين من داخل الأسرة وخارجها للمساعدة في حل المشكلة قبل تفاقُمها.

– الابتعاد عن مُسبِّبات التوتُّر؛ كالانتقاد والاستهزاء أو رفع الصوت أو الحرمان أو الضرب أو غيرها.

– تذكُّر أنكما بَشَر، والخطأ وارد من الجميع؛ لذا من الحكمة الصبر وعدم الاستعجال في اتخاذ القرار المُدمِّر للحياة الزوجية.

أخيرًا: لنا في رسول الله أسوة حسنة، فهو قد غضب من زوجاته غير مرة، وقد فَعَلْنَ ما أثار غضبه مرات؛ ولكنه صلى الله عليه وسلم لم يهجر إحداهن أبدًا على فعلٍ أغضبه، إلا بأمر من الله في موقف التوسِعة في النفقة.

أسأل الله أن يصلح كل زوج وزوجة ، وصلى الله على سيدنا محمد .

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

النكد الزوجي

النكد يعني التعكير الدائم لصفو الآخر؛ مما يجعل الزوج والزوجة في حالة حرب نفسية، يفقدهما الحِوارَ الإيجابي والاحترام والثقة والعاطفة، ويرجِعُ سببُه إلى أمورٍ كثيرةٍ؛ منها: الفراغ أو سطحية التفكير عند مَن يختلقه، أو لتربية خاطئة خضع لها منذ الصغر، أو محاولة لجذب انتباه الآخر كانتقامٍ منه على تجاهُلِه لشريكه في الحياة مثلًا.

ومن أشكال النكد التي يعاني منها الزوجان، إصرار الزوج على عدم ذَهاب زوجتِه لصديقة تحبُّها، أو التوتُّر عند زيارة أُمِّها وأسرتها، أو التضييق عليها عند زيارتهم.

ومنها محاولات الزوجة إبعاده عن أُمِّه، واختلاق المشاكل عند زيارة أصحابه له أو السهر معهم، وإذا كان مُحِبًّا لهواية نغَّصَتْ عليه؛ لأنها تتصوَّر أن هذه الأشياء تأخُذُه منها، وأنه مِلْكٌ خاصٌّ لها يجب أن يجلس أمامَها وتحت عينيها.

الرجل بطبعه يحبُّ الاستقلال في خصوصياته، خاصة عندما يكون خارج المنزل، فهو يكره عند عودته للبيت أن تستجوبه الزوجة: أينَ كُنْتَ؟ ومع مَنْ كُنْتَ؟ وإلى أين أنت ذاهب؟ ولماذا لم ترُدَّ على الجوَّال؟

والسؤال هنا: ما الصفات التي يتَّصِف بها الشخصُ النكديُّ سواء كان زوجًا أو زوجةً؟ وهل هذه الصفات خارجة عن إرادتهما أو ممكن تغييرها؟ وللجواب على هذا السؤال، نذكر أهمَّ الصفات النكدية؛ ومنها:

- النقد الدائم: يتفنَّن كثيرٌ من الأزواج بتوجيه سهام النقد للطرف الآخر، والانتقاص من قيمته سواء بالكلمة أو بالإشارة، حتى وإن كان المبرِّر غير حقيقي، فقط النقد من أجل النقد.

www.alukah.net
شبكة الألوكة

• الألفاظ المؤلمة: تقول إحدى الزوجات: "شريك حياتي لسانه طويل وجارح، يثور في أي وقت، يصرخ ويعلو صوته، ويتشاجر معي لأتفه الأسباب، وينعتني بأسوأ الألفاظ".

• التحقير والاستهزاء، يقول أحد الأزواج: "دائمًا تُعيِّرني زوجتي بفقري، وبوظيفتي وبشهاداتي وبأسرتي، هذا دَأْبُها في الجد والهزل".

• التفسير السيئ: دائمًا يساورهما الشكُّ وسوءُ الظن، ويعجز عن التماس العذر، لماذا تأخَّر؟ وصوته منخفض، حتى تُفتَقَد الثقة بينهما.

• الشعور بالتعاسة: مع وجود النِّعَم، وفضل الله عليهما؛ إلا أن الشخص التعيس يرى نفسه أقل من غيره، وأنه محروم، ويالیته عمل كذا وكذا.

كانت تُماضرُ بنت الأصبغ زوجة عبدالرحمن بن عوف رضي الله عنه فيها سُوءُ خُلُقٍ، وقد طلَّقَها مرتين، فلما مرض عبدالرحمن جرى بينه وبينها شيء، فقال لها: والله لئن سألتِني لأطلقنَّك! فقالت: والله لأسألنَّكَ، فقال: إمَّا لا، فأعْلِمِيني إذا حضْتِ وطَهُرْتِ، فلما حاضَتْ وطهُرَتْ أرسلت إليه تُعلِمُه، قال: فمَرَّ رسولُها ببعض أهله, فقال: أين تذهب؟ قال: أرسلتني تُماضِر إلى عبدالرحمن أعلمه أنها قد حاضَتْ ثم طَهُرَتْ, قال: ارجع إليها، فقل لها: لا تفعلي، فوالله ما كان ليرُدَّ قَسَمَه! فقالت: أنا والله لا أرُدُّ قَسَمي! قال: فأعلمه، فطلَّقَها؛ (الإصابة: ١٠٩٥١).

وهنا بعض النصائح للزوج النكدي وللزوجة النكدية:

• أقول للزوجة: توقَّفي عن المحاسبة والمواجهة والمعاتبة والمساءلة والمحاكمة، فالرجل لن يتغيَّر من أجلك؛ وإنما بحسن تعاملك ولطفك.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

• مراعاة حال الطرف الآخر، خاصة عند قيامه بعمل متعب وشاق، وتأخير المناقشة والحوار حتى تهدأ النفوس، حتى لا يصل الحال إلى التوتُّر والغضب والانفعال.

• عدم إهمال الطرف الآخر بحُجَّة البيت والعمل والتربية، مع مراعاة مطالب الحياة، والإشباع العاطفي؛ لأن حرمان الطرف الآخر من حقِّه الشرعي يدفعه للبحث عن العاطفة من غيره، أو الوقوع في علاقة عاطفية أخرى.

• النكد الزوجي يُسبِّب أمراضًا خطيرة على الزوجين؛ كالقولون والضغط وارتفاع السكر أو انخفاضه والسرطان وغيرها من الأمراض النفسية؛ مما يقلب حال الأسرة والأولاد إلى تعاسة لا تنتهي.

• الابتعاد عن المقارنة بغيره: فكل شخص له حالته الخاصة، والبعد عن إحراجه أو التشاجُر معه خاصة أمام الأولاد.

أقول لكل زوج وزوجة: جَرِّب وجَرِّبِي عند الدخول للبيت باستقبال الطرف الآخر بالابتسامة والضَّمِّ والقُبْلة ثم المدح والثناء على البيت والأولاد، ثم انظرا إلى نفسيَّة المقابل بعد ذلك.

أسأل الله أن يُصلِح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوِّجين والمتزوِّجات على طاعة الله والحُبِّ والتواصُل السليم، وأن يخرج مِنْ تحت أيديهم من يعْبُد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلَّى الله على سيِّدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

ضغوط الحياة الزوجية

الزواج هو علاقة بين امرأة ورجل، لكل منهما حقوق وواجبات، ولهما حاجات متعددة، من أهمها الحاجة إلى الاحترام، والحاجة إلى العاطفة والحب والإشباع الجسدي، وهذه العلاقة تعتمد على المشاركة والتعاون في بناء الأسرة، وتربية الأولاد، ومواجهة الحياة والمجتمع، ولا تخلو الحياة الزوجية من مشاكل وضغوطات قد يكون سببها من داخل الأسرة أو من خارجها.

قال الله تعالى: ﴿ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا ﴾ [النساء: ١٩].

وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((إذا دعا الرجلُ امرأتَه إلى فِراشِه فلم تأتِهِ فَباتَ غضبان عليها؛ لَعَنَتْها الملائكةُ حتى تُصبِحَ))؛ متفق عليه.

تقول أم خالد: معاناتي بسبب أسرتي: أبي، وأُمِّي، وإخوتي، بيتنا مليء بالشحن والضغوطات، أخي دائم التعارك وصاحب مشاكل داخل الأسرة وخارجها، وأُمِّي نكدية وعصبية، على أتفه الأسباب تجعلنا نشعر بالتوتُّر والقَلَق والنكد، وأبي غائب عن البيت مشغول بأعماله ومشاريعه وتجارته.

ويقول أبو محمد: كثرة الديون التي عليَّ جعلتني دائم التفكير في عائلتي ومستقبل أولادي، أصبحتُ متوتِّرًا جِدًّا، لا أشعر بالسعادة والمتعة مع زوجتي وأولادي، ذهني مشغول وشارد عن الحياة، الحياةُ أصبحَتْ ثقيلةً على نفسي.

تُعَدُّ ضغوطات الحياة من أكثر المشاكل التي تُواجه الزوجين؛ بل وتكاد تكون موجودةً في كل بيت، حتى تحوِّل الحياة الزوجية من سيئ إلى أسوأ، والسؤال هنا: كيف نشأت هذه الضغوطات؟ وما مصادرها وأنواعها؟

شبكة الألوكة - قسم الكتب

إن مصادر وأنواع الضغوطات كثيرة؛ كالجهل بتربية الأولاد وطريقة التعامل معهم خاصة في مرحلة المراهقة، الروتين اليومي الذي يصل إلى حالة المَلَل في الحياة الزوجية، صعوبة المعيشة وكثرة الديون المتراكمة على الأسرة، سوء خُلُق أحد الزوجين وقِلَّة الاحترام وتجاهُل الشريك الآخر، الانشغال بالعلاقات الاجتماعية ومحاولة التقليد الأعمى على حساب الطرف الآخر، إدمان المواقع الإلكترونية ومتابعة المشاهير والأخبار الدولية التي لا نهاية لها.

وللتعامل مع هذه الضغوطات نحتاج إلى الحكمة والصبر والتعاوُن بين الطرفين؛ لأن السير بالاتجاه الصحيح سيُحدِث نقلةً نوعيةً في الحياة الزوجية، ويُحقِّق نتائجَ إيجابيةً في تجاوُز ضغوطات الحياة، ومن طُرُق التعامل مع الضغوطات ما يلي:

• العلاقة الإيجابية مع شريك الحياة ومع الآخرين، الإنسان بطبيعته عندما يتعرَّض للضغوط يحتاج إلى الفضفضة واستشارة من يثق بهم؛ لذا كلما كانت العلاقة مع شريك الحياة ومع الأصدقاء والأقارب إيجابية ومصدر أمان لهم خفَّتْ ضغوطات الحياة.

• التعامل بحكمة مع مصدر القَلَق والتوتُّر؛ مثل العمل أو شريك الحياة أو المسائل المالية، وهنا يجب حل المشكلة من بدايتها قبل أن تتفاقم وتكبر وتفسد حياتك الزوجية والنفسية.

• استعن بالله وابتعد عن المعاصي، فإن بعض هذه الضغوطات والمشاكل ناشئة من البُعْد عن الله، قال تعالى في سورة طه: ﴿ وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى ﴾ [طه: ١٢٤].

• ابتعد عن متابعة الأخبار التي تشعرك بالتشاؤم والقَلَق، وتُفسِد عليك حياتك الأسريَّة والمالية؛ مثل: متابعة الأسهم الاقتصادية أو الأخبار السياسية أو متابعة المشاهير.

• تعاون مع زوجتك لمواجهة الضغوطات معًا؛ الأسرية والمالية، واستشِر من المتخصصين الصالحين حتى يساعدوك على مواجهة ضغوطات الحياة.

• عوِّد نفسك على العادات والعبادات اليوميَّة الإيجابية والصحيَّة؛ مثل: قراءة حِزْب من كتاب الله، والصلاة مع الجماعة، وممارسة الرياضة، والتنزُّه مع الأسرة، ومجالسة ومتابعة المتفائلين أصحاب الطاقات الإيجابية، وصلة الرَّحِم، وغيرها.

• القناعة بما قدره الله وما كتب لكما، مع فعل الأسباب على التطوير والتجديد، فإنها تبعث الطُّمَأْنينة والراحة النفسية، وتُعطِي شعورًا أنه لن يصيبَكما إلَّا ما كتَبَه الله لكما.

• البُعْد عن اليأس والاستسلام، ومحاولة حل المشكلة ووضع الحلول العملية التي تكون باستطاعتكم تطبيقها، فإن التأفُّف وتأخير الحلول يزيد من الضغوطات.

• أخيرًا استفِدْ من تجارب الناجحين في تخطيهم لمثل هذه الضغوطات، وتَوكَّل على الله، وكُنْ متفائلًا، وتذكَّرْ أنَّ هذه ابتلاءات تُؤجَر عليها عند الله.

أسأل الله أن يُصلِح الشباب والفتيات، وأنْ يجمعَ بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحُبِّ والتواصُل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم مَنْ يعبد الله على الحَقِّ، وأن يجعل أولادَهم لَبِنات خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلَّى الله على سيِّدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

العقم الزوجي

خلق الله سبحانه الرجل والمرأة، وقدَّر بينهما الزواج، وهو ترابُط شرعي بين رجل وامرأة على وجه الدوام، غايته الإحصان والعفاف وإنشاء أسرة مستقرَّة برعايتهما، قال تعالى: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١]، ففي هذه الآية بيَّن سبحانه أن الهدف الأكبر من الزواج هو السكن النفسي لكل من الرجل والمرأة، ثم يأتي بعد ذلك أن يثمر زواجهما الذُّريَّة الصَّالحة.

لكن من حكمة الله سبحانه أن جعل الذرية من عنده، سواء كان ذكرًا أو أنثى، ولودًا أو عقيمًا، فهو المعطي والمانع، قال تعالى : ﴿ لِلَّهِ مُلْكُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ يَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ إِنَاثًا وَيَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ الذُّكُورَ * أَوْ يُزَوِّجُهُمْ ذُكْرَانًا وَإِنَاثًا وَيَجْعَلُ مَنْ يَشَاءُ عَقِيمًا إِنَّهُ عَلِيمٌ قَدِيرٌ ﴾ [الشورى: ٤٩، ٥٠].

إن الأسرة إذا مَرَّ على زواجها سنة كاملة، ولم يحدث فيها حمل أو إجهاض، بدأت معاناتها في البحث عن الأطفال، من طبيب إلى آخر، ومن دواء إلى آخر، ومن بلد إلى آخر، تمرُّ أيام وشهور وسنوات والأسرة بين الأمل وبين الألم، حتى أصبح العقم مصدرًا قويًّا للتَّوتُّر والمعاناة لدى الزَّوجين، وأن يُشكِّل ضغطًا شديدًا على العلاقة بينهما؛ بل صار العقم شيئًا يخجلون به ويشعرون بالخزي بسببه؛ لأنَّهم يعتبرونه نقصًا وعيبًا فيهم.

يقول أبو خالد: بعد أربع سنوات من الزواج، بدأ الناس يتكلَّمون في زواجنا، لماذا لم ينجبوا؟ هل العيب في الرجل أو المرأة؟ ذهبت مع زوجتي إلى المستشفى، وبعد التحاليل قال الطبيب: زوجتك عقيم، ولا أمل بالشفاء إلا برحمة من الله، فاسترجعت وحمدت الله، وخوفًا على زوجتي ونفسيَّتها ومن كلام الناس، قلت للطبيب: لا تُخبِرها بالحقيقة، وقل لها:

إن العيب من الزوج، انتشر الخبر بين الناس، وبدأ الضغط النفسي على زوجتي من أسرتها وأقاربها، حتى قرَّرت أن تطلب الطلاق بعد تسع سنوات من الزواج.

العقم هو أحد أبرز المشاكل التي تعترض المشوار الزوجي؛ لما يُسبِّبه من آثار نفسية وعائلية واجتماعية، تصيبهما بالاكتئاب والقَلَق والمشاكل الزوجية، ويجعل مشكلاتهم ومحور حياتهم مركزًا على هذا الموضوع، والسؤال هنا: هل العقم يُؤدِّي إلى توتُّر العلاقة الزَّوجيَّة؟

إن العقم يؤدِّي أحيانًا إلى توتُّر العلاقة الزَّوجيَّة عندما يتجنَّب الزَّوجان أو أحدهما الحديث عن مشاعره وأفكاره المتعلِّقة بالعقم مع الطَّرَف الثاني؛ حرصًا على مشاعره وحتَّى لا يُشعِره بالذَّنْب؛ لكن ذلك لا يعني أنَّ مشاعر الانزعاج والاستياء غير موجودة لديهما، والخوف هنا أنَّ المشاعر قد تتراكم في نفسيهما، ثم تزداد وتزداد حتى تؤثر في سلوك أحدهما تجاه الآخر، فيبدأ النُّفور والبرود العاطفي لدى أحدهما، ولعلاج هذه المشكلة نفسيًّا وتربويًّا أنصح الزوجين بالتالي:

- الحرص في التعامل فيما بينهما على الاحترام المتبادل، وعدم انتقاد الطرف المصاب بالعقم أمام الناس؛ بل يحتويه ولا يقسوا عليه.

- الشكر والحمد لله على ما كتبه لهما، وأن هذا ابتلاء من ربِّ العالمين، عليهم فعل الأسباب، ثم الصبر والاحتساب.

- الابتعاد عن التمركز حول هذه المشكلة فقط، وكأنَّ الحياة لا تسير ولا تتقدَّم إلا بالأولاد؛ بل النظر إلى جوانب أخرى كتطوير الذات والعمل والوظيفة والدعوة إلى الله والتطوُّع وخدمة الوطن.

• الوضوح أمام الناس والمجتمع بخصوص العقم، يجعل الآخرين مصدرًا للتَّعاطف والتَّفهُّم والمساندة النَّفسيَّة بدلًا من أن يكونوا مصدرًا للإزعاج بأسئلتهم المتكرِّرة التي تبدو وكأنَّها تَدَخُّلٌ في شؤون الأسرة واعتداءٌ على خصوصيتهما.

• عدم اليأس من رحمة الله، وفعل الأسباب الصحية والطبية، فكم من القصص التي سمعناها عن أسر أنجبت بعد عشرات السنوات.

• تبنِّي طفل من دور الرعاية؛ ومِن ثمَّ رعايته وتربيته، فإن فيه من الأجر العظيم، عن أبي الدرداء رضي الله عنه قال: "أتى النبي صلى الله عليه وسلم رجلٌ يشكو قسوة قلبه؟ قال: ((أتُحِبُّ أن يلينَ قلبُكَ وتدرك حاجتك؟ ارحم اليتيم، وامسح رأسه، وأطعمه من طعامك، يَلِنْ قلبُك وتدرك حاجتك))؛ رواه الطبراني، وقال الألباني: حسن لغيره.

• للزوج السليم أو الزوجة السليمة الحق في الطلاق إن لم يستطع الصبر على فقدان الطفل، والبحث عن زواج ثانٍ يُحقِّق له ما يتمنَّاه.

• وللزوج العقيم وللزوجة العقيمة الاقتران بشخص مُطلَّق أو أرْمَل عنده أطفال ما يكفيه، بحيث يكون اهتمامهما بالصحبة والمعاشرة وتربية الأولاد.

أخيرًا علينا أن نتذكَّر أنَّ هنالك أُسَرًا عقيمة كثيرة سعيدة في حياتها، راضية بما قسم الله لها، قد فضَّل فيها السَّليم منهما زوجه على الذُّريَّة لما رأى في الطرف الآخر من مودَّة وصفات وإحسان.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الشخصية السلبية عند الرجل

تُعَدُّ الشخصية السلبية من أصعب الشخصيات التي من الممكن التعامل معها في الحياة الزوجية؛ فهو شخص دائم التهرُّب من مسؤولياته الزوجية، يتعمَّد تجاهل الشريك الآخر، ودائمًا ما ينشغل عن أسرته وبيته؛ بسبب انشغاله الدائم بأمور تافهة وهواياته الخاصة.

والرجل السلبي تجده يتعامل مع بيته وكأنه فندق أو استراحة لتناول الطعام، والنوم والراحة من العمل، وإذا حاولتْ زوجتُه لَفْتَ انتباهه والقيام بعمل تغييرات في حياتها أو بيتها لا تجد منه أي ردة فعل إيجابية؛ لأنه– مع الأسف الشديد– شخصٌ سلبيٌّ للغاية.

والرجل السلبي لا يُولَد سلبيًّا؛ بل هناك أسباب قد تكون أوصلَتْه إلى ذلك، ومنها:

- تجربة سلبية مرَّت عليه في طفولته، عانى من أي نوع من الإساءة العقلية أو البدنية، أو العقوبات، أو سوء المعاملة، أو لم يُسمَح له بالتعبير عن عواطفه بحريَّة، فيعمد إلى السلبية معتقدًا أنه من الخطأ التعبير عن عواطفه ومشاعره.

- أعباء وضغوط العمل، فمِن الرجال مَن يعمل في أكثر من وظيفة لتحسين المعيشة والارتقاء بمستواه الاقتصادي، وحتى الأغنياء منهم، فتجد الرجل الغني المُرَفَّه يتملَّص من أعباء الأسرة ويتركها على زوجته بسبب سلبيته.

- تربية الوالدين التي تجعل الأولاد مُتلقِّينَ فقط، غير مشاركين في الحياة الأسريَّة والمهام المنزلية.

وهناك عدد من العلامات التي تدلُّ على سلبية الزوج؛ منها:

- يلعب دور الضحية، وأن الخطأ مصدره الزوجة، حتى يتملَّص من المسؤولية.

- عنيد ودائم الشكوى وقابل للجِدال، ويشعُر بعدم التقدير من الآخرين.

• المماطلة في المواعيد؛ حيث يتجنَّب الوفاء بالوعود أو الاتفاقات أو المسؤوليات.

• يستاء كثيرًا من احتياجات الأسرة ومطالبها، وقد يعتذر عنها بسبب عدم القدرة على تحمُّلها رغم بساطتها.

وللتعامل مع هذه الشخصية، تقوم بعض الزوجات بالابتعاد عنه وتركه، أو المواجهة مع التضجُّر والتوتُّر، ثم الوقوع في مشاكل كثيرة، والسبب أن الزوجة تشعر بالمرارة والإحباط لما تُعانيه؛ لذا على الزوجة اتباع عدة أمور وخطوات لتجنُّب تدهور العلاقة بين المرأة وزوجها، ولكي تجعل من زوجها ربًّا لأسرته وأبًا مثاليًّا، وتشجيعه على الاستمرار، عليها بالتالي:

• معاملة الزوج معاملة حسنة، والحرص الدائم على التقرُّب منه، والصبر عليه قدر المستطاع، والسعي من أجل إرضائه.

• تجنُّب العناد مع الزوج كليًّا، وفي حالة الاختلاف في وجهات النظر، فمن الممكن تجنُّب الحديث في نفس الوقت أو تغيير موضوع الخلاف تمامًا.

• ليكن زوجك دائمًا على علم بكل ما يخص أولاده، وما يجري في المنزل.

• كوني صبورةً مع زوجك، فمسئولية الأولاد والأسرة ليست بالأمْرِ الهيّن، فلا تسخري منه إذا أخطأ؛ بل اجعلي الأمر يبدو كمزحةٍ عابرةٍ.

• تقبَّلي طريقته الخاصة في إدارة الأسرة، فرُبَّما يُمارس الأبُ دوره بشكل مختلفٍ حسبما يراه هو، فتقبَّليه دون تذمُّر، ولا تنتقديه.

• احرصي أيضًا على تنمية علاقة الأولاد بوالدهم، وذلك عن طريق:

١- استخدام الكلمات والتعبيرات التي تُرِيّ فيهم الاعتزاز والحب له، وتشعره هو بذلك؛ مثل: تقبيل يديه عند قدومه، وعند ذَهابهم للنوم.

٢- ممارسة بعض الألعاب مع زوجك وأولادك، فالمرح سويًّا يُضفي جوًّا من الأُلْفة والمتعة المتبادلة.

٣- الخروج من المنزل لفترة بسيطة، وترك الطفل مع الأب وحدهما، من شأنه أن يُكسِب الأب الثقةَ في قدرته على تحمُّل مسؤولية تربية ولده.

٤- حاولي إشعاره دائمًا بأن ولدك هو (ولدكما معًا)، وذلك بإشراكه معك في بعض المسئوليات المتعلقة به؛ مثل: اختيار المدرسة المناسبة، أو مراجعة مدرسة الطفل، أو المشاركة في مراجعة بعض المواد الدراسية، أو الذَّهاب للطبيب، وإن لم تستطيعي لظروفه أو لرفضه الذَّهاب، فعلى الأقل تخبريه بكل ما حدث، وتسأليه عن رأيه.

٥- عند دخوله المنزل لا تُبادريه بمشاكل الطفل، حتى يكون على استعداد لمشاركتك في الحديث والمناقشة.

• أظهري لزوجك دائمًا تقديرك لدوره العظيم، وامتنانك وشكرك له على كل ما يبذله لك ولأسرتك، وأعلني ذلك، وكرِّريه على أولادك ليفعلوا هم أيضًا ذلك.

• اتركي لزوجك فرصةً ليقضي وقتًا (خاصًّا به) خارج المنزل مع أصدقائه، أو في ممارسة بعض هواياته، حتى يستطيع الاستمرار في أداء دوره الزوجي بكفاءة وحُبٍّ.

• لا تتحدَّثي أمام أولادك وأمام الأهل بسلبية زوجك، تحدَّثي دائمًا عنه بأنه مشارك ولا يُلقي عليكِ عبئًا حتى لا يصيبه التعنُّتُ والعصبيةُ ولا يصيب أولادك بالقَلَق؛ ومِن ثَمَّ النفور من الأب.

• اسأليه عما إذا كان بحاجة إلى شيء، غالبًا ما يُواجه الأشخاص الأكثر تشاؤمًا وسلبية صعوبةً في الطلب من الآخرين؛ ومِن ثَمَّ فإن ما يفعلونه بدلًا من ذلك هو الشكوى؛ لذا اسأليه عما إذا كان لديه طلبات، فإن ذلك سيجعله أكثرَ راحةً وانفتاحًا معكِ في الحديث.

أسأل الله أن يُصلِحَ الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصُل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبُد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيِّدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الزوج العاطل

الزوج هو عماد البيت، والركيزة الأساسية التي يستند عليها الكيان الأسري، وقد درجت العادة على خروج الزوج للعمل في الصباح الباكر، وأن تظل الزوجة في البيت ترعى شؤون بيتها وأولادها، قال الله تعالى: ﴿ الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ ﴾ [النساء: ٣٤]، وهنا اتفق الفقهاء على أنَّ نفقة الزوجة واجبةٌ على زوجها، وهي حقٌّ من حقوق الزوجة المترتبة على الزوج.

لكن مع اختلاف إيقاع الحياة، وخروج المرأة للعمل لتكون سندًا لزوجها في التغلب على بعض الأزمات المادية، وجب على الزوجين العاملين أن تكون لهما آلية واتفاق في تسيير شؤون الأسرة بكل جوانبها بما في ذلك الناحية المادية؛ كأن تسهم الزوجة بجزء من راتبها في أداء النفقات التي قد تستعصي على قدرات زوجها.

تقول أم لمياء: زوجي عاطل عن العمل منذ سنة، وهو إنسان طيب وله مواقف معي لا أنساها، وأنا موظفة؛ لكني تعبت من تحمُّل المسؤولية وحدي، خاصةً بعد أن رُزِقت بطفلة، تكفَّلتُ بكامل مصاريف المنزل مدة عامين ولم أغضب أو أحزن لحظةً، أردتُ تهوين الواقع عليه؛ لكنه أصبح إنسانًا عصبيًّا جافًّا جارحًا بالكلام، لا يُقدِّر تعبي ومراعاتي له وللطفلة، يهرب دومًا من البيت ومن خلافاتنا، مرَّ شهران وأنا في بيت أهلي، لم يسأل عني أو حتى عن طفلته، يتَّهِمُني أني أتعمَّد الهروب منه حتى يتورَّط في متطلبات البيت والإيجار والفواتير، أنا لا أنكر أنني أهمل زوجي أحيانًا بسبب التعب والإرهاق وضغط العمل ومتطلبات المنزل ورعاية الطفلة، ماذا أفعل؟ .

إن خروج الزوج للعمل يمثل ركيزة وقيمة معنوية لا يُستهان بها للزوجة والأولاد، فهم ينتظرون منه تأمين احتياجاتهم من مأكل ومسكن وملابس وألعاب وترفيه، فإذا أصبح

شبكة الألوكة - قسم الكتب

الزوج عاطلًا أو فُصِل عن عمله لأي سبب كان، ثم رضي أن يتخلَّى عن دوره ويأخذ مصروفه من زوجته أو من والديه، فإن العواقب والنتائج ستكون سلبية عليه وعلى أسرته.

يقول أبو عادل: بعد أن خسرت عملي انتابني شعورٌ بالنقص، وكثيرًا ما أتحسَّر على حالي، خاصةً عندما أرى أصدقائي يتأهَّبُون للتوجُّه إلى أعمالهم وأنا جالس في البيت لا شغل لي سوى الجلوس أمام شاشة التلفاز، تدهورت حالتي النفسية؛ لكثرة متطلبات أولادي، وكثرة معاتبتهم لي؛ لتقصيري في إخراجهم للتنزُّه أو تأمين احتياجاتهم؛ بل فقدت احترامي منهم بسبب استغلالي لوالدتهم واتِّكالي عليها، أصبحتُ قدوةً سيئةً لبعضهم، فقلَّ حماسُهم للدراسة والتعليم والاعتماد على أنفسهم، دائمًا يقارنوني بآباء زملائهم، هذا ضابطٌ وهذا مُعلِّم وهذا طبيب، أشعر أنهم يكرهونني بسبب أني عاطل عن العمل.

ولعلاج مثل هذه المشكلة أقول لكل رجل وامرأة التالي:

- بداية عدم الاستعجال بتزويج الرجل حتى يتم تأمين وظيفة مقبولة أو تجارة تُدخِل عليه ما يكفيه ويكفي أسرته المستقبلية.

- السؤال عن الشاب قبل تزويجه، فلا يكفي أن يكون والده غنيًّا، أو أنه أحد أقاربها؛ بل علينا بالسؤال عنه وعن دينه وأخلاقه وعمله وشخصيته.

- اسألوا أنفسكم: هل تزوَّجها؛ لأنها موظفة حتى تنفق عليه؟ وإلى متى ووالده ينفق عليه؟ متى يكون رجلًا يُعتمَد عليه ويتحمَّل المسؤولية؟

- البحث عن وظيفة مناسبة أو فتح محل تجاري يكون له باب رزق.

- تطوير ذاته ومهاراته وذلك بحضور برامج تدريبية متخصصة.

- الاستعانة ببعض المستشارين والمتخصصين لمساعدة الزوج على تخطي المشكلة.

• جلوس الزوجين كل منهما مع الآخر والاتفاق على طرق يمكن من خلالها تجنُّب أو على الأقل تقليل الصراعات التي تأتي مع ضغوط البطالة.

• مساعدة الزوج على التعامل مع البطالة على أنها حالة مؤقتة، وأنه سيجد – بإذن الله – وظيفةً جديدةً في النهاية؛ ولكن عليه أن يُركِّز ويحافظ على صحَّتِه.

• اطِّلاع الأولاد على الوضع الجديد مُهِمٌّ جدًّا، مع التخطيط معهم حول الأولويات والأمور المالية الضرورية، إلى أن يجدوا حلًّا للنفقات، وكيف يمكن للجميع المشاركة في تخفيف التوتر.

• تجنب التفكير السلبي مع الزوج للتخفيف من آثار الاكتئاب، مع تعزيز الثقة بالنفس، والخروج مع الأسرة لقضاء أوقات ممتعة.

أسأل الله أن يُصلِحَ الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحُبِّ والتواصُل السليم، وأن يُخرِج من تحت أيديهم مَنْ يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلَّى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

التخبيب بين الزوجين

التخبيب من أشد الفيروسات التي تهدد الحياة الزوجية، وله آثار سلبية، وعواقب وخيمة على الأسرة والمجتمع، قد يفعلها بعض الناس جهلًا في حكمها وعواقبها، والبعض يفعلها وهو متعمد وعالم بخطورتها، ونهايتها على الزوج والزوجة.

والتخبيب هو إفساد المرأة على زوجها، أو إفساد الرجل على زوجته، فكم من صديق أو قريب أفسد الزوج على زوجته! وكم من صديقة أو قريبة أفسدت الزوجة على زوجها، سواء أكان هذا الصديق ذكرًا أو أنثى، عالمًا أو جاهلًا! والتخبيب قد يكون باللقاءات، أو عن طريق الفضائيات، أو عن طريق التواصل الإلكتروني.

جاء في صحيح الترغيب عن أبي هريرة رضي الله عنه، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((ليس منا من خَبَّبَ امرأةً على زوجِها، أو عبدًا على سيِّدِه)) ، وفي رواية أخرى في صحيح الترغيب، قال صلى الله عليه وسلم: ((من خبَّب عبدًا على أهلِه فليس منا، ومن أفسد امرأةً على زوجِها فليس منَّا)).

تقول أم خالد: "كانت صديقتي تتردد عليَّ باستمرار، وفي كل مرة تحاول إقناعي بالحذر من زوجي، وأن عليَّ القيام بتفتيش جواله وثيابه؛ لأن معظم الرجال خونة، ولهم علاقات خارجية مع نساء، ولم تكتفِ بذلك، بل كانت تحرضني على معاملته بشكل سيئ؛ مما تسبب في حدوث مشاكل زوجية بيننا وصلت للانفصال، وبعد مرور عدة أشهر، اكتشفت أن صديقتي كانت تقوم بتحريضي على زوجي؛ لأنها تعيش حياة زوجية غير مستقرة".

www.alukah.net
شبكة الألوكة

وللتخبيب أشكال وألوان، يمارسها من يقصد إفساد العلاقة؛ ومنها:

• أن يتعمد أحدهما أن يذكر فلانًا أو فلانة من الناس بأحسن العبارات وأجملها، ويتعمد ذكر الصفات الحسنة، التي تعاني الزوجة أو الزوج من فقدها في الطرف الآخر، حتى يتعلق قلب الزوج أو الزوجة بهذا الشخص، ويكره شريك حياته.

• أن يتعمد أحدهما بتخبيب الزوجة رغبة في الزواج منها، وكذلك من النساء من تخبب الرجل على زوجته رغبة في الزواج منه.

• السعي بين المتزوجين بالغيبة والنميمة وبالكلام البذيء؛ رغبة في التفريق بينهما، إما بسبب الحقد، أو الحسد، أو موقف قديم بين الأسرتين، أو حتى بين الأولاد.

• مدح الأجنبيات أمام الرجل، وأن له تجارِبَ جميلة وسعيدة مع هذا البلد وتلك الدولة، ويكون التخبيب بقصد أو غير قصد، لكن نهايته فساد الأسرة.

• أن يكون المستشار سواء بالاتصال أو عن طريق الإنترنت جاهلًا بالعلاقات الزوجية وعلاجها، فيذكر للزوجة أو الزوج علاجًا يكون فيه هدم الأسرة وتشتيتها.

• الاستماع ومشاهدة بعض الفاشلات في الحياة الزوجية، والناقمات على الرجال، والمدَّعِيات للحرية والانفتاح، والمتأثرات بالحياة الغربية، وجعلهن كقدوات للنساء العفيفات، فتبدأ المشاكل من الزوجة مع زوجها حتى تصل للانفصال.

جاء في صحيح مسلم عن جابر بن عبدالله، عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: ((إنَّ إبليسَ يضعُ عرشَه على الماءِ، ثم يبعثُ سراياه، فأدناهم منه منزلةً أعظمُهم فتنةً، يجيءُ أحدُهم فيقولُ: فعلتُ كذا وكذا، فيقولُ: ما صنعتَ شيئًا، ويجيءُ أحدُهم فيقولُ: ما تركتُه حتى فرَّقتُ بينَه وبين أهلِه، فيُدْنِيه منه، ويقولُ: نعم أنتَ)).

شبكة الألوكة - قسم الكتب

إن الحياة الزوجية أساسها يقوم على المودة والمحبة، والألفة والرحمة، مع القيام بالواجبات والحقوق، فإذا قصر أحدهما وجب على الآخر التجاوز والتغافل، ولا ينبغي كثرة التدقيق والمحاسبة في كل صغيرة وكبيرة، إلا في حال الضرر المستمر لأحدهما.

وأنصح كلا من الزوجين بالآتي:

- الحذر من صاحب السوء مهما كان قربه أو بعده منك، سواء كانت نصيحته عن طريق الإنترنت أو بالاتصال أو باللقاءات.

- الحذر من التعلق بما ترونه في المسلسلات من أن الزواج كافيهات وسفريات، ونزهات وعلاقات رومانسية فقط، وخاصة من المشاهير، ومحاولة التشبه بهم.

- عدم التسرع باتخاذ قرار الطلاق من الزوج، أو طلب الخلع من الزوجة، بخاصة حديثو العهد بالزواج؛ لأنهم لم يتعودوا على المسؤولية وقيود ومشاكل الحياة.

- استشعار المسؤولية ومعرفة الحقوق والواجبات على الطرفين.

- شكر الله على نِعَمِهِ، فكم محروم من الزواج ومن الأطفال، ومن الأسرة، والحرص على طاعة الله والبعد عن المعاصي والذنوب!

قال صلى الله عليه وسلم: " لا يفرَك مؤمنٌ مؤمنةً؛ إن كرِه منْها خُلقًا، رضِيَ منْها آخرَ"؛ رواه مسلم.

أسأل الله أن يوفق كل زوج وزوجة ، وصلى الله على سيدنا محمد .

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

عقدة التفوق عند الرجل

يعيش الرجل منذ القدم وحتى عصرنا الحاضر عقدةً كبيرةً مخيمةً في رأسه؛ وهي عقدة التفوق على جنس الأنثى، وأنه البطل الأوحد في هذا الكون.

ففي الحضارة الإغريقية كانت المرأة عند الإغريق محتقرة ومهانة حتى إنهم أسموها رجسًا من عمل الشيطان، وكانتْ عندهم كالمتاع تُباع وتُشْترَى في الأسواق، مسلوبة الحقوق، محرومة من حقِّ الميراث وحقِّ التصرُّف في المال، وكانتْ في غايةِ الانحطاط، قال عنها أشهر فلاسفة الإغريق أرسطو: "إن المرأة رجل غير كامل، وقد تركتها الطبيعة في الدرك الأسفل من سلم الخليقة"، وقال أيضًا: "إن المرأة للرجل كالعبد للسيِّد، والعامل للعالم، والبربري لليوناني، وأن الرجل أعلى منزلة من المرأة" (المرأة والإسلام، غادة الخرسا).

أما اليهود فقد صبوا جام غضبهم على المرأة، فكانت عندهم سلعةً خسيسةً رخيصةً، تتنقل بين أحضان الرجال بطريقة غاية في الشذوذ، كما جعلوها هي الخائنة والمتمردة والكاذبة والذليلة، فقد جاء عندهم في التوراة: "المرأة أمرُّ من الموت، وإنَّ الصالح أمام الله ينجو منها" (المرجع السابق) .

وفي الحضارة الرومانية قد اعتُبِرت المرأة متاعًا مملوكًا للرجل وسلعة من السلع الرخيصة، يتصرف الرجال فيها كيف يشاءون، وكان بيد أبيها وزوجها حقُّ حياتها وحق موتها، فإذا تزوَّجت ملكها زوجُها، وفي ذلك يقول جايوس: "توجب عادتنا على النساء الرشيدات أن يبقين تحت الوصاية لخفَّة عقولهن" (المرجع السابق) .

كما بقيت المرأة في إنجلترا إلى سنة ١٨٨٢م محرومةً من حقِّها الكامل في ملك العقارات وحرية المقايضة، ويؤكد ذلك الفيلسوف الإنجليزي هربرت سبنسر بقوله: "إن الزوجة كانت تُباع في إنجلترا خلال القرن الحادي عشر" (المرجع السابق) .

شبكة الألوكة - قسم الكتب

وفرنسا أيضًا لم تكن هي الأخرى أفضلَ في تعاملها مع المرأة من جاراتها، فقد قرر فيها مجمع ماكون الذي عقد سنة ٥٨٦م: "أنَّ المرأة إنسان؛ ولكنها مخلوقة لخدمة الرجل، وتخلو روحها من الروح الناجية من عذاب جهنَّم ما عدا أم المسيح" (المرجع السابق) .

أما العرب في الجاهلية كانوا ينظرون إلى المرأة على أنها متاع من الأمتعة التي يمتلكونها مثل الأموال والبهائم، ويتصرفون فيها كيف شاءوا، وقد حرَمُوها من الميراث، وكان العرب يقولون: "لا يرثنا إلا من يحمل السيف" (المرجع السابق) .

وكانت المرأة عند العرب قبل الإسلام مصدرَ عارٍ؛ فقد كان أحدهم إذا ولدَتْ زوجتُه بنتًا ضاق ذرعًا واستشاط غضبًا، وكان وأْدُ البنات منتشرًا بشكل كبير بينهم، والوأْدُ هو دفنُ المولودات الإناث وهن على قيد الحياة، قال تعالى: ﴿ وَإِذَا الْمَوْءُودَةُ سُئِلَتْ * بِأَيِّ ذَنْبٍ قُتِلَتْ ﴾ [التكوير: ٨، ٩].

أما في وقتنا الحاضر لا زالت المرأة عند بعض الشعوب الشرقية والغربية مجرد سلعة وأداة ناجحة للترويج والإعلان، فالمرأة عندهم متاحة للجميع وفي أي وقت، ولا يوجد أي ضابط شرعي أو أخلاقي أو قانوني يحد من ازدرائها، والحط من قدرها، والاعتداء على كرامتها، وربما أن حالات الاغتصاب الهائلة وتعدُّد العشيقات وأطفال الملاجئ خيرُ دليلٍ على وضع المرأة الغربية والشرقية البائس.

ولم يقف أمر هذه العقدة مع مجتمع الكبار؛ بل توجَّه كِبارُ المنتجين لأفلام الكارتون لعمل أفلام موجهة للأطفال لترسيخ هذه الفكرة وهذه العقدة، فهل سمعتم أو نظرتم لمثل هذه الشخصيات الكارتونية؟ (سوبرمان، سبايدر مان، بات مان، الرجل الأخضر، سلاحف النينجا....)، كلها شخصيات ترسخ عند الأطفال فكرة (الرجل الخارق، البطل الجبار، الرجل الفولاذي) حتى أصبحت هذه الشخصيات مشاهير البطولة في العالم، ففي عام

١٩٣٨ م أصبحت مجلة "الرجل الخارق" أشهر مجلة مصورة في العالم وتمت ترجمتها لأغلب لغات العالم.

وما يبعث على الأسف أن البعض من الرجال تجاوز الحد إلى فرض هذه الرؤية وهذه العقدة على زوجته وبناته وأخواته، وكل من تكون تحت ولايته، لإثبات تفوُّقهم المستمر بطريقة أو بأخرى، ومن خلال هذه التصوُّر، تكوَّنت النزاعات الأسرية؛ بل وصل الحد بهم إلى أن يذيقوا أزواجهم وبناتهم المرارة والعذاب.

وأقول للمرأة عامة وللزوجة خاصة حتى تنجحي في التعامل مع هذه العقدة أنصحك بالتالي:

- إياك أن تَمسِّي هذه المنطقة بالسخرية أو الاحتقار أو بالنقد السلبي أو بإثبات تفوُّقك عليه وظيفيًّا، أو ماليًّا، أو علميًّا، أو مكانةً.
- الرجل في بيته سواء كان (أبًا أو أخًا أو زوجًا) لا يؤمن بالشراكة؛ وإنما يرى نفسه هو المسؤول عن رعاياه ومن تحت يديه.
- استخدمي لغة السمع والطاعة المنضبطة التي لا تُهينك وتُقلِّل من قيمتك معه.
- حتى تُحقِّقي أهدافك معه، أعطيه وأشبعيه من لغة التفوُّق التي عنده.
- ابتعدي عن لغة التحدي، ولا تجعليه سوطًا مسلطًا عليك.

أسأل الله أن يوفق كل زوج وزوجة ، وصلى الله على سيدنا محمد .

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الأسرة وإدمان مواقع التواصل

تُعدُّ وسائل التواصل الاجتماعي في الوقت الحاضر ذات أهميَّة كبيرة في حياة الكثير من الأشخاص، وعلى الرغم ممَّا تتمتع به من مزايا وإيجابيَّات، كتوسيع لدائرة المعارف والعلاقات، وصقل الفكر والشخصية، والاطلاع على الثقافات العامة للبلدان، وتبادل الخبرات والمهارات، فإنها جعلت العديد من مستخدميها في حالة إدمان دائم، وأدت إلى استخدام الهواتف الذكيَّة والأجهزة الإلكترونية لوقت طويل جدًّا دون الشعور بذلك، الأمر الذي أثَّر سلبًا في الحياة الزوجية.

تقول هند وهي مطلقة منذ سنتين وأم لثلاثة أطفال: "مواقع التواصل الاجتماعي دمرت بيتي، أثناء انشغالي بتربية أولادي وأعمال المنزل، كان زوجي منهمكًا بمواقع التواصل الاجتماعي التي سهَّلت له إقامة علاقات عاطفية مجهولة، وإهماله لي ولأولاده، وكانت النتيجة شرخًا كبيرًا في العلاقة الأسرية".

ويقول باسم: "إن مواقع التواصل أدت إلى تعاستي وخراب بيتي؛ حيث إن زوجتي كانت مدمنة على هذه المواقع مما جعلها تهمل زوجها وتربية أولادها وشؤون المنزل، وقد حذرتها أكثر من مرة، ولكنها تمادت في الانخراط والانشغال بمواقع التواصل، وأخيرًا حينما وجدت نفسي محاصرًا بالمشاكل ألقيتُ عليها ورقة الطلاق".

إن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي من قِبل الزوجين أو أحدهما له أسباب عدة؛ منها:

- أن كلًّا من الزوجين لديه مخزون هائل من التعبيرات والعواطف التي يرغب أن يبوح بها لشريك حياته، إلا أن الانفصال النفسي بينهما جعل تلك التعبيرات تذهب للغير في مواقع التواصل، أو يكون حبيسًا في النفس.

• الخيال الزائف في نفس أحدهما تجاه الآخر، مما يجعله يتوقع أن يكون الطرف الآخر رومانسيًّا مثلما يشاهده في المسلسلات أو القصص الخيالية؛ لذا تجعله يهرب من شريك حياته إلى مواقع التواصل، ليفرغ عواطفه مع مجتمع آخر.

• انعدام الوئام والأُلفة بين الزوجين؛ وذلك لعدم محبة أحد الزوجين للآخر، أو لوجود البغض من كليهما بسبب سوء الخلق عند أحدهما، أو ظلم أحدهما للآخر وعدم الإنصاف له، أو عدم السمع والطاعة للزوج بالمعروف.

• وقوع أحد الزوجين في المعاصي والمنكرات؛ كتعاطي المسكرات أو غير ذلك من أنواع المحرمات؛ مما يؤدي إلى سوء الحال بين الزوجين.

• عدم اعتناء المرأة بالنظافة والتزيين للزوج باللباس الجميل، والرائحة العطرة، والكلام الطيب عند اللقاء والاجتماع بينهما؛ ما يسبب نفور الزوج من زوجته.

ولعلاج مثل هذه المشكلة أنصح بالآتي:

• تعلم المهارات الأساسية في تنمية الحب بين الزوجين؛ كالتحدث بلطف، واحترام شخصية الآخر، والتعاون معًا في تربية الأولاد، واتخاذ القرارات معًا.

• التوقف عن العدائية في الحوار، ففي حال اختلاف وجهات النظر، يسعى كل طرف إلى إثبات وجهة نظره، وأنه على حق وغيره على باطل.

• تحديد وقت مناسب للخروج والتنزه مع الأسرة، مع الحرص على التخطيط المسبق والجيد لمثل هذه الطلعات.

• الابتعاد عن متابعة المشاهير والحلم بأن يكون مثلهم، مع علمهما المسبق وقناعتهما ما يعيشه المشهور من مشكلات أسرية وأخلاقية واجتماعية.

• الابتعاد عن التظاهر أمام الناس بأنه يعيش علاقة زوجية مثالية مليئة بالحب، وخالية من التحديات اليومية، مما يجعله في صراع نفسي ومع الشريك الآخر.

• الحرص على علاج المشكلات الأسرية، والجلوس مع الطرف الآخر، أو الاستعانة بصديق يصلح بينهما.

• أغلق جميع الإشعارات التي تأتي من التطبيقات، وامسح التطبيقات التي تجعلك تدمن عليها، ثم حدد الوقت المناسب لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

• تذكر دائمًا أن الله يراك ويراقبك، فلا تجعله أهون الناظرين إليك، واستعن به على أن يعينك على ترك الإدمان والنظر للمحرمات.

أخيرًا انظر إلى حالك وحال أسرتك، هل أنت راضٍ بما وصلت إليه علاقتك مع شريك حياتك، ومع أولادك؟ ابدأ الآن، واترك أسباب الإدمان، وعُدْ إلى بيتك وأسرتك.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لِبناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الاحتقار بين الزوجين

الاحتقار هو ازدراء شريك الحياة بالقول أو بالفعل أو بالحركات، وإشعاره بالدونية سواء في شكله أو لفظه أو فعله، وأنك تعرف وتفهم أفضل منه، مما يجعل كلا الطرفين يبتعدان، ويشعران بالجفاء العاطفي، ومما يفتح باب الصراع النفسي واللفظي بينهما، وكلما زاد الاحتقار، قلَّ اهتمام الطرفين بعضهما ببعض.

قال تعالى في سورة الحجرات: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴾ [الحجرات: ١١].

تقول هدى: زوجي يحتقرني ولا يعطيني أي قيمة، حاولت أن أرضيه بكل الطرق، ولكن بدون جدوى؛ إنه أناني، ولا يعترف بخطئه، لا يحترمني وينعتني بكلمات سيئة تجرحني في أعماقي، وجرحها لن يشفى أبدًا، يشك بي وبتصرفاتي، ولا يعامل عائلتي معاملة جيدة.

ويقول حاتم: أنا شاب أعمل في قطاع حكومي، تزوجت قبل ٦ أشهر من فتاة ذات جمال وعائلة مرموقة، ومنفتحة فكريًّا، وحاصلة على شهادة عليا، بعد الزواج بدأت مشاكلي معها؛ حيث إنها تنتقدني في كل تصرفاتي؛ في طريقة أكلي وشربي وكلامي، أشعر أنها لا تحترمني، وتتلفظ لي بكلمات سيئة، وتكلمني بأسلوب غير لائق؛ مما يجعلني أشعر بالاحتقار الذاتي، وتُشعِرني أنها أفضل مني، وأنها على علم ومعرفة أكثر مني، وتتعالى عليَّ في الجدال، رغم أني لطيف معها، وأقوم بطلباتها على أكمل وجه، ولا أقصر معها في شيء.

جاء عن ابن مسعود رضي الله عنه، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: ((لا يَدْخُلُ الجَنَّةَ مَن كانَ في قَلْبِهِ مِثْقالُ ذَرَّةٍ مِن كِبْرٍ، قالَ رَجُلٌ: إنَّ الرَّجُلَ يُحِبُّ أنْ يَكونَ ثَوْبُهُ حَسَنًا،

شبكة الألوكة - قسم الكتب

ونَعْلُهُ حَسَنَةً، قالَ: إنَّ اللَّهَ جَمِيلٌ يُحِبُّ الجَمالَ، الكِبْرُ بَطَرُ الحَقِّ، وغَمْطُ النَّاسِ))؛ [رواه مسلم].

وللسخرية والاحتقار أثره السلبي على الحياة الزوجية؛ ومن هذه التأثيرات:

• قلة الاحترام من الطرفين، فالمحتقر يشعر أن الطرف الآخر لا يحترمه ولا يقدره، وأنه أقل من غيره، وخاصة عندما يكون الاحتقار أمام الآخرين.

• الابتعاد عن الطرف الآخر نفسيًّا وسلوكيًّا وعاطفيًّا، والشعور بالجفاء معه، والهروب منه إلى غيره، بل يجد السعادة في البعد عنه والجلوس مع غيره.

• كثرة المشاجرات، وزيادة التوتر في العلاقات؛ بسبب الكلمات الجارحة والعبارات المستفزة.

وللتخلص من الاحتقار والانتقاد والسخرية؛ على الزوجين الآتي:

• إدراك مخاطر الاحتقار والسخرية على الطرف الآخر؛ فالسخرية ليست شيئًا مضحكًا، إنه أسلوب مدمر للعلاقة الزوجية، فالكلمة السيئة تعطي طاقة سلبية للطرف الآخر تؤثر على سلوكه وشكله، ودقات قلبه وضغطه وتنفسه.

• ضع نفسك مكان الطرف الآخر، هل ترضى أن يحتقرك أحد أو يسخر منك؟ فإن الناس لا يرضَون لأنفسهم ذلك.

• انتقاء الكلمات والعبارات الجميلة والهادئة، وبحكمة بالغة أثناء الحوار.

• ابتعد عن الحوار أثناء الغضب والتوتر، وعالج الموقف في وقت آخر، حتى تهدأ نفسيتك، وتستطيع امتلاك عباراتك وألفاظك.

• عند حدوث الخلاف ابتعد عن التفكير السلبي، ولا تستدعِ المواقف والأحداث القديمة السيئة، وإنما تذكر حسنات ومواقف الطرف الآخر الإيجابية، فكل منا له حسناته وسلبياته.

• عبِّرْ عن غضبك بانتقاد السلوك والتصرف، وليس انتقاد الشخص ذاته، فلا تقلل من قيمته أو تحتقر شكله وفكره وعائلته، وإنما السلوك فقط؛ كأن تقول: (أنا لا يعجبني هذا التصرف، أنا لا أحب هذا الفعل).

• تذكر عقوبة الاحتقار والاستهزاء بالآخرين، وأن الله نهى عن ذلك؛ جاء في صحيح مسلم، قال النبي صلى الله عليه وسلم: ((بحَسْب امرئٍ من الشرِّ أن يحقِرَ أخاه المسلم)).

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِنات خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الصورة الذهنية للعلاقة الزوجية عند الرجل

الزواج رابطة شرعية محكمة بين رجل وامرأة على وجه الدوام والاستمرار، وهو الأساس الذي تقوم عليه الأسرة والمجتمع، قال تعالى: ﴿ وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ بَنِينَ وَحَفَدَةً ﴾ [النحل: ٧٢].

وهو علاقة تتسامى بها كل معاني العطف، والحنان، والمودة، والرحمة والتضحية؛ لقوله تعالى في سورة الروم: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ﴾ [الروم: ٢١]، فالزواج سكن للقلب والروح، وراحة للجسد بعد العناء والتعب.

والسؤال هنا: كيف ينظر الرجل للعلاقة الزوجية؟ وما الصورة الذهنية المرتبطة في عقله عن الحياة الزوجية؟ والجواب عن ذلك بالتالي:

- ينظر الرجل للزواج على أنه مرحلة انتقالية؛ حيث العديد من المتغيِّرات التي تحدث بعد اتخاذ قرار الزواج، فالمسؤوليات تتغيَّر، وتختلف الاهتمامات وتزداد الضغوط؛ مما يجعل نمط الحياة بأكمله يتغيَّر.

- يرى بعض الرجال أن الزواج تلبية للاحتياجات المتعدِّدة من تدبير الشؤون المنزلية؛ كتحضير الطعام، وغسيل الملابس، والاهتمام بكافة الأمور التي تتعلق بالنظافة والترتيب في البيت.

- كما أن الاستقرار النفسي والعاطفي هو العامل الرئيس الذي يجعل قسمًا كبيرًا من الرجال يعقدون العزم على الزواج، حيث يشعر الرجل بالأمان النفسي عندما يعود إلى البيت وهو يعلم أن هناك مَن ينتظره ويستقبله بابتسامة وكلمات الثناء، وما إلى ذلك من أمور تمنح الرجل الراحة بعد يوم عمل طويل وشاق.

www.alukah.net
شبكة الألوكة

• والرجل يرغب في الاقتران بامرأة تكون أُمًّا لأطفاله، يحملون اسمه واسم عائلته؛ لذا يحرص على أن تكون زوجتُه امرأةً طاهرةً ومربيةً ناجحةً لا تُسيء إليه، ولا تلوِّث اسمَه، وتُربي أولاده على الدين والخُلُق الحسن.

• معظم الرجال لا يحبون الجِدال الكثير، ويكونون مكتفين منه طوال يومهم خارج المنزل؛ لذلك فهم يفضلون الارتباط بفتاة مطيعة وهادئة وغير نكدية.

• عادة ما يكون معظم الرجال غير قادرين على إدارة حياتهم الاجتماعية نتيجة لانشغالهم في العمل؛ لذلك فهم يبحثون عن امرأة ذكية تستطيع أن تدير حياتهم الاجتماعية وتُربي أطفالهم بطريقة صحيحة.

• الرجل يبحث عن المرأة التي لديها قدرٌ عالٍ من الأنوثة ليرتبط بها، حتى يستطيع أن يشعر معها بالاكتمال والسعادة وبأنه قد حقَّق رجولته.

• ممارسة العلاقة السريرية معها وهو احتياج نفسي وفسيولوجي لن يتحقق بسوى الزواج، وممارسة العلاقة تكون بحرية مطلقة في الزواج، من حيث العلاقة الحميمية.

• يحتاج الرجل للعطف والحنان والذي كان في بدايته نابعًا من والدته، ثم يحتاج إليه من زوجته التي يرغب منها أن تقدم له الحنان، والعطف، والاهتمام، والشراكة، وتقدر على استيعاب نفسيته ومشاركة مشاعره، بمشاعر فيَّاضة، ومحبة صادقة.

• يطمح الرجل للنزعة القيادية التي تُشعره بالقوة وبالرجولة، وأن هناك مَن يحتاج إلى وجوده؛ لذلك يحتاج الرجل للزواج ليصبح بطلَ الأسرة القوي، الذي بدون وجوده الجميع سيحزن.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

• البحث عن حياة أفضل، فوجود زوجة تحبُّه وتقبله لشخصه، ولا تبرز أخطاءه، وتسعى لاكتشاف جميع مميزاته وصفاته الحسنة، وتبقى معه في السرَّاء والضرَّاء، يجعله يشعر بقيمته وبمزيد من الثقة.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

أهل الزوج والزوجة

مِن نِعَمِ الله على عباده الزواج، وهو سببٌ في تكوين أسرة متماسكة وصالحة، تحرص على تربية الأبناء والبنات، والعناية بهم وتعليمهم، وبناء الأخلاق فيهم، والإسلامُ حَثَّ الأولادَ على بِرِّ الوالدين وقَرَنَ طاعتهما بطاعة الله؛ بل وجعل إحسان المرء لوالديه من أعلى درجات الإحسان التي بها الأجر والسَّداد والتوفيق في الدنيا والآخرة؛ قال تعالى: ﴿ وَقَضَى رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ﴾ [الإسراء: ٢٣].

إن الزواج ليس علاقةً بين رجلٍ وامرأةٍ فقط؛ وإنما هو علاقة بين أُسَر متصاهرة؛ بين أسرتي الزوج والزوجة، فلا يجوز لهما أن ينفصلا عن أسرتيهما بعد الزواج، أو يكون أحدهما سببًا في انفصال الآخر عن أسرته، وإنَّ من أبسط حقوق الأولاد أن يعرفوا أقاربَهم ويبرُّوهم وينعموا بحنان الأجداد والجدَّات، والأعمام والعمَّات، والأخوال والخالات، وأولادهم.

من الطبيعي أن الإنسان إذا أحَبَّ شخصًا، حرص على عدم مضايقته أو مضايقة أهل وأصدقاء هذا الشخص، فكيف إذا كان هذا الشخص هو زوجك أو زوجتك؟! لذا كان واجبًا على الزوجين التنبُّهُ لبعض الاعتبارات الخاصة بأهلهما، ومنها:

- أن الإحسان إلى أسرة شريك الحياة من أقصر الطُّرُق إلى قلبه، وأن فيه إعانة له على بِرِّ والديه، ومِنْ ثَمَّ رِضا الله سبحانه.
- الاحترام والتقدير لهم بالقول والفعل، والحرص على زيارتهم وصِلة أرحامِهم.
- عدم التدخُّل في مشاكل أسرة الشريك الآخر، والوقوف على الحياد دائمًا، وإذا حدثت مشكلة بين أسرة الزوج والزوجة، عليهما الابتعاد وعدم خسارة شريك الحياة، أو شحنه سلبيًّا ضد أسرته، أو التلفُّظ بما لا يليق تجاه أسرته.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

• عدم انتقاد أفعال أسرة الشريك الآخر، سواء في طريقة التعامل أو في مواقف أخرى في الحياة اليومية بينهم؛ ولكن إذا كان لديه بعض الملاحظات، فمن الممكن التحدُّث فيها بصراحة شديدة دون انتقاد.

• الحذر من التطفُّل والفضول، وعدم التدخُّل في خصوصياتهم وأسرارهم، أو نشرها بين الأصدقاء والأهل.

• تربية الأولاد على حُبِّ أقاربهم، والتواصُل معهم، والفخر بانتسابهم لهم.

• تجنُّب الصِّدام معهم، خاصة مع الوالدين؛ لأنه سيُسبِّب احتقانًا كبيرًا للزوج والزوجة.

• وضع حدود للتعامل معهم، ومقدار تدخُّلهم في حياتكم الخاصة، مثل: الزيارات واللقاءات والأعمال المنزلية وتربية الأولاد.

• تقبُّل اختلاف الطباع والتصرُّفات بين الأُسَر، ما دام لا يوجد ضرر ولا تقليل منكما، فالبشر جميعهم مختلفون، وعدم أخذ الأمور بشكل شخصي.

• إعانة الشريك الآخر على بِرِّ والديه وأنها طاعة لله، وعدم منع الطرف الآخر من زيارتهما، فقطيعة الرَّحِم من كبائر الذنوب وأقبح المنكرات.

• تحسين صورة الشريك الآخر في عيون أسرتهما، وإذابة الخلافات بينهما.

• تفقُّد أحوالهم والإحسان إليهم، والوقوف إلى جانبهم في الأزمات التي قد يمرُّون بها ومحاولة مساعدتهم والسؤال عنهم في أغلب الأوقات.

يا إخواني ويا أخوتي، بعض الرجال والنساء يعتقدون أن الإحسان إلى أهل الشريك الآخر يُعَدُّ إهانةً لهما واستعبادًا مرفوضًا، وأنَّ ودَّهما لهم سيُفسَّر على أنه ضعف شخصية وخضوع لهم، ونسَوا أن الإحسان إليهم طاعة لله، فيه أجر وبركة من الله عليهما وعلى أولادهما.

أسأل الله أن يُصلِح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحُبِّ والتواصُل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبُد الله على الحقِّ، وأن يجعل أولادَهم لَبِناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيِّدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الزوج الخائن

الخيانة الزوجية تعني وجودَ علاقةٍ غير شرعية، خارج إطار الزواج؛ سواء كانت العلاقة عبارة عن لقاءات أو جلسات أو كلمات مباشرة، أو مراسلات ورقية أو إلكترونية، وما يترتَّب عليها من مشاعر جنسية وعلاقات عاطفية، وإن لم تصل العلاقة لدرجة الاتصال الجنسي.

وبهذا تكون المحادثات العاطفية واللقاءات الرومانسية والخلوة والمراسلات الغرامية عبر وسائل الاتصال وبرامج التواصُل خارج نطاق الشرعية الزوجية كلها داخل في الخيانة الزوجية.

تقول نورة: "قصتي بعد شهر من الزواج، استيقظتُ يومها فجرًا ولم أجد زوجي بجواري، ذهبتُ أبحثُ عنه في المنزل، حتى وجدْتُه في غرفة الجلوس وهو يتحدَّث بالجوَّال، كان زوجي جالسًا في الظلام، ويتحدَّث بصوتٍ منخفضٍ جدًّا ويضحك، وعندما أضأتُ النورَ، قام زوجي مفزوعًا، وتغيَّرتْ ملامحُه كثيرًا، سألتُه: مع من تتحدَّث؟ لم يردَّ على سؤالي؛ بل قال بتوتُّرٍ: لا أحد، الرقم خاطئ، لم أصدِّق في الحقيقة ما قاله، ولم أستطِع الحوار معه؛ ولكن دبَّ الشكُّ في قلبي، وأخذتُ أراقبه وأتابع تحرُّكاته، كان يستيقظ كل يوم في نفس الموعد ليتحدَّث في الجوَّال مع أحد الأشخاص فجرًا، تسللتُ يومَها، وأخذتُ أستمع له حتى أعرفَ مع مَن يتحدَّث، وقتها سمعتُ اسم أختي وزوجي يُردِّده، فعرفتُ وقتَها أنه على علاقة بأحد؛ ولكن لم أتخيَّل أن تكون تلك هي أختي.

بعد أيام كنتُ عند أمِّي، وشعرتُ بتغيُّر أختي من ناحيتي، جاء لها اتِّصال وذهبت وأغلقت باب الغرفة حتى تتحدَّث معه، لا أدري، شعرتُ بشيءٍ في قلبي، تسلَّلْتُ خلفها وسمعتها تُردِّد اسمَ زوجي، وقتها دبَّ الشكَّ أكثر وأكثر في قلبي، وبعد فترة من البحث اكتشفت

علاقة زوجي بأختي الوحيدة، لم أكن أعرف أن شعور الخيانة صعبٌ جدًّا، انفصلتُ عنه ولم أعُدْ للعيش مع أهلي ورؤية أختي من جديد، واستمررتُ بالعيش في شقتي التي تركها لي زوجي منعًا للفضيحة، وبعدها تزوَّج طليقي بأختي، وانقطعَتْ صلتي بهم".

ما أصعبها من لحظات! عندما تكتشف الزوجةُ خيانةَ زوجِها مع امرأة أخرى، والأصعب عندما تكون الخيانة من أقرب الناس وأعز الناس وأغلى الأحباب، عندها تكون آلام الفِراق صعبة جدًّا، وتصبح الحياةُ تعيسةً، وممزوجةً بمرارة الفِراق والخيانة.

إن الزوجة التي تعرَّضت للخيانة، تحتاج إلى وقت طويل للتعافي، ودعم كبير من المحيطين بها، ولتخطِّي هذه التجربة أنصحك بالتالي:

- عدم المواجهة ما أمكن، والحرص على كتم الغيظ، والتفكير في كيفية التصرُّف مع الزوج الخائن.

- اذهبي إلى مكان هادئ، وتحدَّثي معه حول مشاعرك تجاه ما حدث، واسأليه عن كل ما تحتاجين إلى معرفته عن هذه العلاقة، فالسكوتُ وتجاهلُ الأسئلة التي تدور داخلك لن يجعلكِ تتخطين هذه المرحلة أبدًا.

- إذا خرج الأمر عن السيطرة أو زادت حِدَّةُ النقاش بينكما، حينها يجب أن تتمَّ المحادثة في وجود مختصٍّ كاستشاري علاقات زوجية، أو أحد الأقرباء الفاهمين والمحب لكما، والبدء في حضور جلسات زوجية لتخطِّي هذه المرحلة الحَرِجة.

- إذا هدأت العلاقة وتمَّ الصُّلْح، لا تذكري الخيانة في الخلافات المقبلة، بالطبع أنتِ تتألمين، ورغم عَفْوِكِ، فإن النسيان أمرٌ أقرب للمستحيل؛ ولكن لا تجعلي الأمر كالعلكة في فمِكَ، وتذكريه في كل خلاف مُقْبِل بينكما، فهذه الطريقة سيكون الطلاق هو النهاية الحتمية لها.

• حاولي التخلُّص من المشاعر العالقة، والبدء من جديد، وعدم الربط بين ما حدث وبين أي خلافات مستقبلية.

• لا تنتقمي من زوجك بنفس طريقته، يُعتبر الانتقام دليلًا على عدم النضج، فتجنَّبي أن تفعلي ما فَعَله حتى تؤذيه، وتذكري أن هذا الفعل يغضب الله ورسوله.

• فكِّري جيدًا قبل العفو عنه والمسامحة أو اتخاذ قرار الانفصال، لا تتسرَّعي، وأخبريه أنك بحاجة إلى فترة من الوقت للتفكير واتخاذ القرار المناسب، فهذا الوقت من حقِّك، فكري ماذا سيكون بعد المسامحة؟ وماذا سيكون بعد الطلاق؟ ثم اتخذي القرار الصالح والمناسب لك، وليس ردة فعل غاضبة.

• لا تُخبِري العالم بأسرِه بهذه الجريمة، فهو والد أولادك، فالستر مطالب بينكما، أخبري فقط مَنْ يستطيع مساعدتك على تخطِّي المشكلة.

• مارسي أنشطتك وهواياتك، سيساعدك القليل من المرح على تخطِّي الكثير من مشاعر الحزن، اخرجي مع أخواتك وصديقاتك ومارسي ما تُحبِّين.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِنات خير على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الزوجة الخائنة

الخائن إنما يخون ربَّه ومبادئه وأخلاقه، ويُؤذي نفسَه قبل أن يُؤذي شريك حياته، والحديث عن الخيانة لا يهدف إلى تبريرها، فالخيانةُ لا مُبرِّر لها؛ ولكن معرفة أسبابها ومخاطرها ثم التحذير منها يساعد الفرد والمجتمع على تخطِّي مثل هذه المشكلات.

وفي ظل ثورة الاتصالات التي سهَّلت العلاقات السريعة والعابرة، وأتاحت فرص التخفِّي والتستُّر، أصبحت الاعتبارات الاجتماعية غير مؤثرة في الحدِّ من الخيانات الزوجية؛ بل أصبحت هذه الاتصالات تُبعِد الناس عن الأخلاق الحسنة والرقابة الداخلية والخوف من الله، والاستثمار في السعادة الزوجية والإشباع بالحلال.

تقول سلمى: "تزوَّجت رجلًا أكبر مني بعشرين سنةً، تزوجتُه على أمل أنه سيُغدِق عليَّ المال والعطف والحنان؛ لأني أصغر منه؛ لكن كل هذا الحلم تبخَّر مباشرة بعد الزواج؛ إذ اكتشفتُ أنه إنسان بلا مشاعر، لا يحب أو يحنُّ، كان يتركني ليالي طويلة دون الالتفات إلى احتياجاتي إليه كزوجة، ونكاية به صرتُ أتواصل مع بعض الرجال عبر الجوَّال، واستمر ذلك إلى أن وقعتُ بحبِّ شخص، ثم أصبحنا نلتقي بين الحين والآخر، وكلما مرَّ الوقتُ أشعر بالحزن، وأحتقر نفسي، وأعاهدها بعدم العودة لمثل هذا التصرُّف؛ لكن سرعان ما أنسى، وأعود لخيانتي بمجرد أن يتصل بي عشيقي.

هي خيانات وقعت من زوجات فهدَّت قلوبَ أزواجهن، ودمَّرت مشاعرهم، وقَضَّتْ مضاجعهم، فتسمع هنا وهناك صرخات وآهات تخرج من بعض رجال تعرضوا لخيانات من زوجاتهم، آلام وأفكار، توتُّر وقلق من مستقبل مجهول، ماذا يفعل؟ وكيف سيعالج هذه المشكلة؟

شبكة الألوكة - قسم الكتب

ولعلاج مثل هذه المشاكل أنصح الرجال بالتالي:

• لا تنتقم، ولا تعالج المشكلة بقسوة، ولا تجعل مشاعر الغضب لديك سببًا في أن يصدر عنك سلوك أقوى؛ فتخسر نفسك وحياتك ومستقبلك، قد تشعر بأنك ترغب في عقاب الزوجة؛ ولكن لا تعاقبها عن طريق الانتقام، فالانتقامُ قد يشعرك بالرِّضا المؤقت؛ لكن سرعان ما يتلاشى هذا الرِّضا ويعود شعورك بالألم، وقد يدفعك الانتقام للقتل أو التكسير ممَّا يعرضك للوقوع في الإثم أولًا، ثم للمساءلات القانونية.

• حافظ على الخصوصية، وابتعد عن إخبار الأهل أو الأصدقاء، وحاول أن تتحدَّث مع الزوجة بهدوء عن حقيقة الخيانة، وعن الأسباب التي أدَّتْ بها لأن تصل لسلوك الخيانة، وما طبيعة الخيانة؟ وإلى أين وصلت؟

• إن كنت غير قادر على حلِّ المشكلة أو أن تتمالك أعصابك، فيمكن أن تأخذ فترةً من الراحة، وتبتعد عن الزوجة خارج المنزل لتفكِّر في الأمر جيدًا، وتراجع أولويَّاتك وأولويات الزوجة وتقارنها بما لديكما من مبادئ وأهداف، هذه الخطوة تساعدك وبشكل كبير على تحديد طريقة تتناسب معك شخصيًّا ومع الزوجة.

• إياك أن تشرك الأطفال بذنبٍ لم يرتكبوه، ومن الأفضل أن يكون أمر الخيانة محصورًا بينك وبين الزوجة فقط حتى تتخذ قرارك سواء بالبقاء مع الزوجة والعمل على إعادة الثقة أو الطلاق.

• يمكنك مراجعة أحد مراكز الإرشاد الأسري لطلب المشورة من مستشارين متخصِّصين؛ ليساعدوك في علاج المشكلة.

• راجع حساباتك مع نفسك، وفي تعاملك مع زوجتك، وفي طريقتك في بناء القيم والأخلاق في أسرتك، واسأل نفسك: كم من الأوقات قضيتَها في تعليمهم حبَّ الله

ومراقبته وأحكامه؟ وهل كنتَ قدوةً صالحةً لهم؟ وهل كنت تُشبِع زوجتك من احتياجاتها العاطفية والجسدية؟ فقد تكون سببًا وأنت لا تعلم.

- لا تتسرَّع باتخاذ قرار الطلاق، خاصة إذا أظهرت الزوجة الندم والاعتراف بالذنب والالتزام بالحدود والقواعد التي تفرضها أنت عليها، والتي قد تتضمَّن الصدق والوضوح والصراحة وجعل جميع التحرُّكات بينك وبينها واضحةً لا غموض فيها وعدم السماح لها بالكذب بأي شكل من الأشكال، مع قطع العلاقات مع من كان سببًا في الخيانة.

- أما في حال كان القرار إنهاء العلاقة فيمكن أن تُنهي العلاقة بعد التعبير عمَّا لديك من مشاعر ألم وخيبة، مع الحفاظ على الخصوصية خاصة في حال وجود أطفال، والاتفاق على الإجراءات التي يمكن اتخاذها حتى لا يتأذَّى المزيد من الأشخاص.

أسأل الله أن يُصلِح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصُل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم مَن يعبد الله على الحقِّ، وأن يجعل أولادهم لَبِنات خير على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

أسباب الخيانات الزوجية

الخيانة ظاهرةٌ اجتماعيه سلبية موجودة في مختلف المجتمعات الإنسانية، وهي تختلف من مجتمع لآخر حسب الدين والنُّظم والسُّنن الأخلاقية المفروضة، وهي من أسوأ ما يتعرض له الزوج أو الزوجة.

والخيانة لا تقتصر على الممارسة الجسدية، وممارسة الشريك علاقة حميميَّة مع شخص آخر لا يَحل له، مثلما يعتقد معظم الناس؛ إذ إنَّ الخيانة بين الزوجين لها عدة أنواع، منها:

- الخيانة الجسدية: وهذا النوع من أكثر أنواع الخيانة شهرةً، وهو عندما يكون أحد الزوجين على علاقة بشخص آخر بهدف إقامة علاقة حميمية.
- الخيانة الذهنية: وهذو أن يتمنَّى فيها أحد الزوجين إقامة علاقة حميمية مع شخص آخر.
- الخيانة العاطفية: وهي عندما يكون أحدُ الزوجين على علاقة عاطفية مع شخص آخر، ويتقرَّب منه كثيرًا، لدرجة أنه يبدأ بتكوين مشاعر حبٍّ وإعجاب وانجذاب بينهما.
- الخيانة الإلكترونية: وفيها يكون التواصل مع شريك آخر عاطفيًّا عن طريق الأجهزة الإلكترونية.

والخيانة تنشأ لوجود خللٍ ما في العلاقة الزوجية التي تربط بين الأزواج، وهذا الخلل له عدة أسباب عامة تحصل من الزوج أو الزوجة، منها:

- ضعف الوازع الديني، فكثيرٌ من الأزواج قلَّتْ مراقبتُهم لله عز وجل، وخشيتُهم منه، حتى استهانوا بالوقوع في الخيانة، وأخذوا يبحثون لها عن مُبرِّرات للوقوع فيها.
- المقارنات السلبية بين الأزواج في الشكل والجمال والخدمة والعلاقة الزوجية.

www.alukah.net
شبكة الألوكة

• عندما يضع الشاب أو الفتاة صفات يصعُب وجودها في الشريك الآخر، تجده يتعرض لحالة انصدام عاطفي بعد الزواج من شريك حياته.

• التقليد والمحاكاة لدى البعض، ومحاولة إثبات الشخصية لدى الزوج أو الزوجة، ومغامراتهم مع طرف آخر.

• الصحبة السيئة والخوف من السخرية، وحتى لا يُتَّهم بالتخلف، يقوم بمسايرتهم والعمل بمثل أعمالهم.

• سوء التربية من قبل الوالدين أو ولي الأمر في المنزل، وعدم الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر والتنشئة الاجتماعية السيئة للأبناء والبنات على حد سواء.

• الإدمان على مشاهدة وسائل الأعلام المختلفة، ووسائل الاتصال الإلكتروني، وخصوصًا المرئية، وما فيها من أفلام الحب والغرام والهيام.

• الفراغ النفسي العاطفي القاسي الذي يحدِّق بالمرأة والرجل من كل جانب؛ مما يجعل الاثنين معًا يبحثان عن السعادة المزيفة في أحضان أناس آخرين وهميين.

• الاختلاط المستمر والدائم في بعض الأماكن بين الرجل والمرأة، وقضائهما وقتًا ليس بالقصير مع بعضهما البعض.

• تبرُّج النساء أمام الرجال، فبعض النساء لا يلتزمْنَ بضوابط الشريعة في الزينة والملبس، فتجد الواحدة منهن تلبس لباسًا شفَّافًا، أو مُحدِّدًا لمفاتنها، وتضع أصباغًا ومساحيقَ على وجهها، وتتمايل في مشيتها، كل ذلك يجعل أنظار الرجال تلتفت إليها.

• الشعور بالانفصال العاطفي عن شريك الحياة، والشعور بعدم التقدير، وعدم والحب والتجاهل، يؤدي إلى مشاكل أسرية، ومنها إلى الخيانة الزوجية.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

• الإدمان، وهو أحد أهم أسباب الخيانة الزوجية، حيث يرتبط الإدمان سواء كان إدمانًا للكحول أو المخدرات، أو أي شيء آخر بالخيانة الزوجية، فمن خلال الإدمان لا يستطع المدمن التفرقة بين ما هو خطأ أو صواب.

أسأل الله أن يُصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يُخرج من تحت أيديهم مَن يعبُد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لبنات خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الآثار النفسية بعد اكتشاف الخيانة الزوجية

الخيانةُ جرحٌ غائرٌ ومؤلمٌ على فاعلها وعلى الشريك الآخر، تجعله لا يهنأ بنومٍ ولا صحبةٍ ولا سفرٍ، دائم التفكير، ماذا لو عرف الطرف الآخر؟ ماذا لو علم الناس؟ كيف أعود؟ كيف أرجع ثقة شريكي في الحياة؟ هل يكفي الاعتذار؟ ما ذنب أولادي؟ كيف أتعامل مع الحياة الجديدة؟ هل أستمر أو أطلب الطلاق؟

إن اكتشاف خيانة الزوج أو الزوجة من التجارب الأكثر قسوة التي قد يمرُّ بها الشريك الآخر، فخيانة الزوج أو الزوجة لا تُهدِّد ثقة الشخص بنفسه وحسب؛ وإنما تجعله يعيش بالرعب والخوف من الفضيحة والعار الاجتماعي، فكيف تكون نفسيَّتُه عند اكتشاف خيانة الشريك الآخر؟ وما آثارها؟ ، تكون:

- الصدمة والغضب، الصدمة هي أول ما يشعر به الشريك عند اكتشاف خيانة شريكه الآخر، ثم تتحوَّل مشاعر الصدمة إلى شعور عارم بالغضب بسرعة كبيرة، حيث ينتقل من الصدمة إلى التفكير باتِّخاذ إجراء انتقامي من شريكه الخائن.

- يصاب بأعراض صحية ونفسية، أبرزها الصداع والغثيان وفقدان التوازن، وقد تصل هذه الأعراض إلى الإغماء، كما قد تستمر بعض هذه الأعراض فترةً طويلةً نسبيًّا؛ مثل: اضطرابات الشهيَّة، واضطرابات النوم، والشعور بالتعب المزمن.

- الرغبة بالانتقام، وهذه من المشاعر التي يصعب السيطرة عليها، رغبة الشريك القوية في الانتقام من الشريك الآخر، وعلى الرغم من تشابُه رغبة الانتقام بين الرجال والنساء عند التعرُّض للخيانة؛ إلَّا أن الزوج الذي يتعرَّض للخيانة يمتلك دوافعَ أكبر لتنفيذ انتقامه بسبب التعاطُف الاجتماعي مع الرجل المخدوع.

• الخوف من الفضيحة والعار، إن القلق بشأن الفضيحة وانكشاف خيانة الشريك من أقوى الأفكار التي تسيطر على الزوج أو الزوجة عند اكتشاف الخيانة؛ لذلك يحاول بعض الرجال أو النساء معالجة الخيانة بهدوء شديد إن ضمنوا كتمان الأمر وعدم معرفة أحد بالخيانة، والبعض الآخر يعالج الخيانة بطريقة عنيفة، قد تصل إلى التصفية الجسدية، خاصة إذا أصبحت سيرة على ألْسُن الناس.

• التفكير بالخائن الآخر أو الخائنة، لا يستطيع الزوج تجاهُل الرجل المنافس الذي شارك في الخيانة؛ بل يعتبره مجرمًا ومعتديًا، وكذلك الزوجة لا تستطيع تجاهُل المرأة المنافسة لها التي شاركت في الخيانة، ما يجعلهما في بحثٍ دائمٍ عنهما ومعرفة هويتهما، وربما محاولة إيذائهما بطريقة أو بأخرى.

• انخفاض الأداء في الوظيفة وداخل الأسرة، قد يحتاج الزوج المخدوع أو الزوجة المخدوعة إلى فترة طويلة نسبيًّا ليستعيد ذاته، ويقدر على متابعة عمله وحياته الاجتماعية والأسرية بشكل طبيعي، وفي حالات أخرى يهرب الزوج أو الزوجة إلى الوظيفة، ويحاول أن يمنع نفسه من التفكير من خلال ساعات العمل الإضافية أو الانغماس في العلاقات الاجتماعية مع الآخرين.

• فقدان الثقة، خيانة الشريك تقضي على ثقة الشريك الآخر بها تمامًا، ليس فقط ثقته به من ناحية الإخلاص له؛ بل حتى ثقته بتربيته لأولاده، وثقته بحفظه لماله أو أسراره، وفي حال اتَّخذ الشريك قرار التسامح مع الزوج أو الزوجة الخائنة سيحتاج إلى الكثير من الجهد لاستعادة الثقة المهدورة.

• انخفاض احترام الذات، يشعر الشريك المخدوع الذي تعرَّض للخيانة بالدونيَّة والنقص والهزيمة أمام المجتمع، وتخلق لديه شعورًا بعدم الاستحقاق وعدم الكفاية والخزي والعار.

www.alukah.net
شبكة الألوكة

• لوم الذات، وهي حالة الشعور بالذنب أو تحمُّل المسؤولية على خيانة الشريك، وهي حالة مشتركة بين الرجال والنساء الذين يتعرضون للخيانة؛ لكن الرجال أقل ميلًا للغرق في لوم الذات وأكثر ميلًا للشعور بالنقص والدونيَّة بسبب تعرُّضهم للخيانة، قد يشعر الشريك أنه مسؤول عن خيانة الشريك الآخر بسبب إهماله أو تقصيره عاطفيًّا أو جنسيًّا أو حتى من الناحية المادية، أو يعتبر أن خيانة الشريك الآخر له عقوبة إلهية على خيانته له، هذا الشعور قد يكون دافعًا قويًّا لبعض الأزواج لمسامحة الشريك الآخر وإعطائه فرصة ثانية.

• اللجوء للخيانة، وهو سلوك شائن سواء من الزوج أو الزوجة المخدوعة، لا يأتي فقط من باب الانتقام من الشريك الآخر؛ بل أيضًا بدافع إثبات الذات مُجدَّدًا، وربما ندمًا على الإخلاص إن كان مخلصًا.

• تعميم الخيانة على كل الرجال وعلى كل النساء، قد يُعاني الشخص الذي تعرَّض للخيانة من التعميم على جميع الناس سواء كانوا رجالًا أو نساءً، وقد يكون هذا التعميم عائقًا كبيرًا أمامه في بِناء علاقة جديدة مستقبلية مع شريك آخر.

• سلوك إيذاء الذات، بعض الأزواج والزوجات الذين تعرضوا للخيانة من الشريك الآخر، يلجؤون لسلوكيات إيذاء الذات؛ مثل: الانغماس في الحياة الليلية، وتعاطي الكحول أو المُخدِّرات، أو إيذاء الذات النفسي باجترار الأحزان والتفكير المفرط، وقد يحاول بعضهم الانتحار بعد تعرُّضهم للخيانة للتخلُّص من الألم النفسي أو لخلق شعور دائم بالذنب لدى الشريك الخائن.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحبِّ والتواصُل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِنات خير على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الزوج المعاق والزوجة المعاقة

الزواج وتكوين الأسرة حلمُ كُلِّ شابٍّ وفتاةٍ، فما أن يصل الشابُّ إلى سِنِّ الزواج إلا ويبدأ بالضغط على والديه من أجل البحث له عن زوجةٍ تُشاركُه حياته ومستقبله، أفراحَه وأحزانَه، تكون له عونًا في تربية أولاده وبناء مستقبلهم، إلَّا أنَّ هناك فئةً من المجتمع تجد صعوبةً في إيجاد شريك حياته، وممارسة دوره كزوجٍ أو زوجةٍ في الحياة الأسريَّة، فما أن يصل إلى سِنِّ الزواج إلا والحيرة والقلق تتملَّكانِ قلبَه ونفسه، مَنْ سيقبل بي زوجًا؟ هل أستطيع تكوين أسرة؟ إنهم ذوو الاحتياجات الخاصة، أصحاب الإعاقات العقليَّة والجسدية، وبخاصة من دخل في عالم الإعاقة الجسديَّة حديثًا.

يقول بو طلال: أنا شابٌّ أبلغ من العمر ٢٣ سنة معاقٌ حركيًّا ١٠٠ بالمائة، أجريتُ العديد من العمليات الجراحية؛ لكن من دون فائدة، الحمدُ للهِ درستُ في الجامعة، ثم وفَّقني الله أن أشتري سيارةً كي أكون حُرًّا ومستقلًّا بعد أن عملت وجمعت المال لمدة ٥ سنوات، تقدَّمْتُ لكثيرٍ من البيوت من أجل الزواج؛ لكن المجتمع يرفضني، والفتيات تنقص مني ومن قُدْراتي، أنا راضٍ بقضاء الله وقدره، ولم أحِسَّ يومًا أنني ناقص من أي ناحية؛ لكني مللْتُ من الوحدة، أريد زوجة تحبُّني وتعشقني وتكمل معي حياتها، لا يهمني إن كانت عزباء أو مُطلَّقةً أو عقيمًا.

وتقول أم محمد: أنا فتاة أبلغ من العمر ٣٠ سنة، مشكلتي أني كلما تقدَّم بي العمر ازددتُ خوفًا من المستقبل بحكم أني معاقة جسديًّا، مع أن إعاقتي تُعتبَر إعاقةً خفيفةً لا تمنعني من أداء واجباتي، أشعر بالحزن والخجل خاصة عند مواجهة المجتمع، أنا راضيةٌ بقدر الله وحكمته، ولله الحمد؛ لكن المجتمع الذي أعيش فيه يُشعِرني بالنقص، فكم من الأشخاص الذين رغبوا بالارتباط بي لجمالي وحُسْن خلقي؛ لكن عند سماعهم بإعاقتي يرفضون هذا الزواج، مع العلم أني أقوم بجميع الأعمال المنزلية؛ لكن أبقى في نظرهم معاقة.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

والسؤال هنا: هل صحيح أن كل المعاقين لا يستطيعون إقامة حياة زوجية سعيدة؟ ما متطلبات الحياة الزوجية؟ وما الشروط الواجب توفُّرها في الزوجين لإقامة أسرة؟ هل يبحث الطرف الأول عن شريك يتكامل به ويتعاون معه لتحقيق أهداف الزواج؟ أم أن هناك شروطًا أخرى تتداخل أثناء البحث عن الشريك؟ وهنا يجب أن يسأل الشابُّ والفتاة أنفسهما عند الزواج: ماذا أريد؟ وهل إعاقة الشريك الآخر تمنعه من التكامُل والتعاون في إدارة الحياة الزوجية كل منهما مع الآخر؟

إنَّ من حقِّ كل شابٍّ وفتاةٍ أن يبحث عن الكمال في كل شيء، وخاصةً في شريك حياته، وأن يُحقِّق أحلامَه وما يتمنَّاه في شريك حياته، وليس من حقِّنا إجبار الطرف الآخر بقبول شريك حياة لا يتناسب ولا يرتاح معه؛ بل ولا يجد السعادة معه؛ لكن في المقابل هناك شباب وفتيات عقلاء يرون الآخرين بعين البصيرة وليس بعين البصر، فهو يعلم ماذا يريد؟ وما أهدافه في الحياة؟ لأن الحياة فُرَص، فقد تأتي فرصة له مع طرف آخر تقدم له، فرآه مناسبًا جدًّا وإن كان معاقًا، فقد يكون هذا المعاق متميزًا في الذكاء أو الجمال أو المال أو غيرها، وأن هذه الإعاقة لا تمنعه من بِناء حياة أُسريَّة كريمة معه، فلماذا التردُّد والرفض؟

إنَّ على المجتمع أن يُهيِّئ الظروف البيئية الخاصة للمعاق، حتى يستطيع أن يؤدي دورَه في نهضة وطنه وأداء أمانته، وأن يكون فاعلًا في أسرته ومجتمعه، فالمُعاقُ هو فرد طبيعي يحتاج لظروف بيئية خاصة تختلف عن غيره ليؤدِّي ما يُؤدِّيه غيره دون أيِّ خَلَلٍ، وعلى الإعلام أن يساعد هذه الفئة في إبراز قدراتهم وقصص النجاح لديهم حتى يكونوا قدوات لغيرهم، وحتى يعالج بعض المعتقدات والتقاليد والمفاهيم الشائعة في المجتمع، والتي بها ظُلم المعاق دون إدراك منهم.

أيُّها الإخوة وأيتها الأخوات، إن الحب هو أساس بناء الحياة الأُسريَّة، فإذا بُنِي البيت على الحُبِّ استمرَّت الحياة الزوجية، فليس شرطًا لنجاح الأسرة أن يكون الطرفان سليمين أو

متعلمين أو أصحاب مراكز متقدمة أو يتميز أحدهما بالجمال أو المال أو غيرها مما يعتقده بعض الشباب والفتيات، فكم من شابٍّ تزوَّج من فتاة جميلة ثم حصل الطلاق، وكم من فتاة تزوَّجت من شابٍّ غنيٍّ ثم حصل الفِراق، وكم من شابٍّ تزوَّج من فتاة معاقة كان الحب يملأ قلبيهما، عاشا طويلًا في حياة سعيدة برفقة أولادهما، وكم من فتاةٍ تزوَّجت من شابٍّ معاق أحبَّتْه وأحبَّها، أثمرا أولادًا صالحين بارِّين بوالديهما.

وأقول لكل من كان متزوِّجًا من معاق أو معاقة: إن المعاق يحتاج إلى استراتيجيات وطرق خاصة حتى لا يحسَّ بأيِّ إحراج أو إحباط، فالتعامل مع المعاق بحاجة إلى نوع من الشفافية حتى نبعد عنه الخطر الذي قد يُصيبه، ومن أهم النقاط الواجب اتِّباعها مع الزوج المعاق:

- لا تُقدِّم المساعدة للمعاق حركيًّا إلا إذا طلب منك ذلك.
- خفِّف عنه ألمَه ولا تشتكي أمامه بما تُعانيه من تعبٍ أو ألمٍ، وذكِّرْه دائمًا بأجْرِ الصابرين.
- لا تشعره أنك متضايق منه، واعتمد عليه خاصة في الأشياء التي يتقنها.
- أثمن ما لدى المعاق أجهزته الخاصة؛ مثل: الكرسي وغيره، فاحرص عليها.
- لا بُدَّ من تعديل البيئة المحيطة بالمعاق حركيًّا، وتسهيل الأماكن للتنقُّل بحرية سواء في المنزل أو غيره.
- امدح إنجازاته خاصة أمام أولاده والمجتمع من حوله.

أسأل الله أن يشفي كل مريض ، وصلى الله على سيدنا محمد .

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

اختلاف القيم بين الزوجين

القيم تمثِّل أخلاقيات الشخص وسلوكياته، وطريقة تفكيره، وتربيته، وشخصيته، وخبراته، وتجارِبه، والبيئة الاجتماعية والدينية والثقافية التي نشأ فيها، وعند تكوين الحياة الزوجية، فإنها تبدأ من طرفين كلٌّ منهما تربَّى ونشأ على قيم وعادات وتقاليد، قد تتوافق مع الشريك الآخر وقد تختلف، والاختلاف هنا لا يمثل مشكلة كبيرة، إلا عندما يكون اختلافًا فيه تناقض تام في نفس القيم؛ لأنه سيكون لكلٍّ منهما أولوياته في الحياة، التي قد تختلف عن أولويات وطموحات ورغبات واحتياجات الطرف الآخر؛ قال تعالى: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ﴾ [الروم: ٢١].

تقول هديل: "أثناء فترة الخطوبة والأسابيع الأولى من زواجنا كان جلُّ اهتمامنا منصبًّا على الكلمات الرومانسية، والأحلام الوردية، والمتعة الجسدية، لكن مع مرور الأيام بدأت تتكشف لي قيم وأخلاق وعادات زوجي؛ فهو لا يشعر بالمسؤولية ومنعدم الإحساس خاصة نحو أسرته وأسرتي، فهو يبخل في تقديم أي نوع من المساعدات إليهم، ويرى أن مثل هذه المواقف مضيعة للوقت والجهد والمال، بينما أنا أؤمن بأهمية العطاء للأسرة والبذل من أجل إسعاد الآخرين، خاصة إسعاد أسرتي ووالدي وأقاربي".

والسؤال هنا: ما أسباب اختلاف القيم بين الزوجين؟ مع أنهما قد يكونا من بلد واحد ومن بيئة واحدة ومن أسرة واحدة، والجواب على هذا السؤال فيما يلي:

- التفاوت في العادات الاجتماعية، بعض الأسر تتقبل مناداة المرأة باسمها أمام الغرباء، وأخرى ترى ذلك عيبًا وأمرًا شائنًا.

www.alukah.net
شبكة الألوكة

• التفاوت في التدين، هناك من يرى العلاقات الاجتماعية بين الجنسين منفتحة، ولا مانع من اللقاءات والسهرات والضحكات، بينما يجد الآخر أن هذا السلوك منضبط بتعاليم الدين والشرع.

• التفاوت في طريقة التربية والتوجيه والإرشاد، قد يكون أحدهما نشأ بين أبوين مهملين ومنشغلين عن التربية، بينما الآخر نشأ بين أبوين حريصين على أولادهما، ومتميزين في التوجيه والإرشاد.

• التفاوت في الاستقرار الأسري، فهناك من تربى في أسرة مفككة، والده في بيت مع زوجة أخرى، وأمه في بيت آخر، وهذه التربية أثرت في نفسيته وعلاقاته ونظرته للمجتمع.

وحتى يستطيع الزوجان التغلب على اختلافات القيم بينهما، وما يصاحبه من خلافات زوجية ومشاكل أسرية وتربوية قد تصل إلى الفتور العاطفي أو إلى الطلاق؛ عليهما بالآتي:

• الاتفاق بينهما أثناء الخطوبة وفي الأسابيع الأولى من الزواج على القيم والمبادئ، خاصة ما يتعلق بالدين والحياة الأسرية والاجتماعية وتربية الأولاد من خلال تبادل الآراء والحوار والنقاش عن مستقبلهما؛ حتى لا يحدث صراع بينهما بعد الزواج، فما يمثل قيمة أساسية لطرف قد يمثل قيمة ثانوية للطرف الآخر.

• تقبل الطرف الآخر والصبر عليه، وعدم الاستعجال في تغييره ومساعدته في تبنِّي قيم وأخلاق مغايِرَة على ما نشأ وتربى عليها، ومحاولة صناعة قيم جديدة مشتركة خاصة بهما وبأسرتهما، مع عدم إنكار حق الآخر في الاحتفاظ بقيمه، ما دامت قيمًا نبيلة، ولا تؤدي إلى ضرر للطرف الآخر.

• الاحترام المتبادل بينهما، مع التركيز على النقاط الإيجابية في الطرف الآخر، تجعله يتقبل عاداته وسلوكياته، ويقتنع بالقيم الجديدة.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

• تنمية الحب بين الزوجين، كلما كانت العاطفة صادقة بين الزوجين، وكان كلاهما حريصًا على إشباع رغبات الآخر جسديًّا وعاطفيًّا، كان هناك قبول في تغيير القيم والعادات إلى ما هو أفضل.

• الإقبال على الله وتعلم أحكام الدين وآدابه، والتأثر بسيرة الرسول صلى الله عليه وسلم والسلف الصالح، وتكوين صحبة صالحة للأسرة، هذا كفيل بأن تغير الأسرة قيمَها وأخلاقَها وعاداتها للأفضل.

أخيرًا على الزوج والزوجة الحرص على اختيار شريك الحياة بما يتوافق مع قيمه وعاداته؛ حتى لا يقع مستقبلًا في خلافات أسرية، ومشاكل تربوية وسلوكية؛ يقول صلى الله عليه وسلم: ((تُنكح المرأة لأربع: لمالها، ولحسبها، ولجمالها، ولدينها، فاظفر بذات الدين تربت يداك))؛ [رواه البخاري].

وقال صلى الله عليه وسلم: ((إذا خُطب إليكم من ترضَون دينه وخُلُقَه، فزوِّجوه؛ إلا تفعلوا تكن فتنة في الأرض، وفساد عريض))؛ [رواه الترمذي].

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لبنات خير على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الاحتقان العاطفي ومؤشراته

يُعَدُّ الاحتقان العاطفي بين الزوجين أحدَ أهمِّ المشكلات التي تؤدي إلى تفكُّك الأسرة، فما أن تنتهي الأشهر الأولى من الزواج والتي تحوي الأيام والليالي الجميلة، ويدخل كلٌّ من الزوجين في معترك الحياة العملية، حتى يشعرا بالكآبة والمَلَل والفتور، وثقل تكاليف الحياة، وبرود العلاقة بينهما، والانصراف إلى الحياة الجادة، والوقوع في الخلافات الزوجية التي هي طبيعة بشرية بين كل شخصين يجمعهما مكانٌ مشتركٌ، حتى تبدأ الخلافات في تزايد بينهما، وبسبب الجهل أو العناد أو المجتمع أو غيرها من الأسباب، يُصاب الزوجان أو أحدُهما بالاحتقان العاطفي.

والاحتقان العاطفي عبارة عن ممارسات يقوم بها أحد الزوجين ضد الآخر بقصد أو دون قصد تُسبِّب حالةً من الضيق والتوتُّر لدى الشريك الآخر.

أيها الأزواج، يشتكي كثيرٌ من الرجال والنساء من حدِّيَّة الشريك الآخر وعصبيَّتِه وعِناده خاصة أثناء الحوار الزوجي، ومن بعض السلوكيات السلبية التي تُسبِّب لهم فجوةً عاطفيةً كبيرةً تُسمَّى الاحتقان العاطفي.

الرجل إذا أُصيبَ بالاحتقان العاطفي توقَّفَ عن العطاء والتفاعل العاطفي وجدانيًّا وسلوكيًّا، على عكس المرأة التي تملك القدرة على العطاء العاطفي، حتى وهي محتقنةٌ من الزوج، وهنا على الزوج والزوجة الانتباه من ذَهاب الشريك الآخر للنوم وهو محتقن؛ لأنه سيظل طوال الليل في حالة تفكير وتخزين للمشاعر السلبية؛ ومِن ثَمَّ وضع الخطط من أجل الانتقام من الطرف الآخر، عدا ذلك فإن النوم والشخص محتقن يُسبِّب له كثيرًا من الأمراض النفسية والعضوية؛ كالقولون، والضغط، وارتفاع السكر أو انخفاضه.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

ولمعرفة احتقان الرجل أو المرأة عاطفيًّا علينا الانتباه لهذه المؤشرات:

- الحوار السلبي بالكلمات والحركات وبالإيماءات والإيحاءات والرموز السلبية.
- الصمت، وهنا يعمد أحدُهما إلى الدخول في حالة الصمت وتجنُّب الحوار.
- التنبيه والتركيز على أخطاء الطرف الآخر، كأن يقول: لماذا لا تسمعين الكلام؟ ويكون التنبيه فيه حِدَّة.
- المقارنة السلبية مع شخص آخر؛ مثل قول: فلان أحسن منك، فلانة تطبخ وتُنظِّف أحسن منكِ.
- الإهمال، فهو يهمل طلباتها وحاجاتها ومناسباتها وعلاجها وتربية الأولاد.
- تقليل دوره في البيت؛ مثل: أنتِ ما تعرفين تعملين شيئًا، أنت ما فيك خير.
- الشكوى والانتقاد؛ مثل: أنا لا يعجبني أسلوبك في الحوار، عباراتك طفولية.
- السخرية من الشكل واللباس والأهل والتربية والوظيفة وشراء الاحتياجات.
- التهديد بالطلاق أو الزواج من غيرها أو خَلْع الرجل.
- السريَّة في زياراته ومواعيده وما يحصل في أسرتها وأسرته.
- لا يعتمد على الشريك الآخر ويقوم باحتياجاته بنفسه أو يُوكِل الغير بعملها، فالرجل يطلب من الخادمة أو أولاده الطبخ له مثلًا.
- التجاهل، فهو يتجاهل أهلها ومناسباتها، مثلًا عند زيارة أهلها يتعمَّد الخروج من البيت وعدم استقبالهم، أو تكون في المستشفى ويتجاهل زيارتها أو السؤال عنها.
- لا يمدح ولا يشكر، ما يقدمه الطرف الآخر من سلوكيات وأفعال إيجابية له وللأسرة.

- الحرمان، فهو يتعمَّد حرمان الزوجة من المصروف والنفقة ومن السفر والخروج من البيت والتنزُّه وشراء الاحتياجات.

- السهر خارج البيت، أو تطويل زيارة الزوجة عند بيت أهلها إلى آخر الليل.

- الإسقاط، فجميع أخطاء الأسرة وأخطاؤه حصلت بسبب الشريك الآخر.

- الخيانة الزوجية، يبدأ الرجل بالكلام والتواصُل والمشاعر العاطفية لامرأة أخرى غير زوجته.

- يمنعها من التواصُل الخارجي، ويجعلها في البيت أسابيعَ وشهورًا، لا يرضى لها بالخروج أو استقبال مَن تريد.

- يهجر الفراش، ثم يتطوَّر الأمر للنوم خارج غرفة النوم.

- استخدام العنف بالضرب.

إن السعادة الزوجية والعلاقة الناجحة ترتبط مفاتيحها بعددٍ من الأمور والصفات، من أهمها: الابتسامة الصادقة، فهي تُعَدُّ مِفتاحَ جَذْبٍ للزوجين وخاصة للرجل الذي يعشق الوجه المشرق والنظرة المباشرة والابتسامة الهادئة أثناء الحوار، والاحترام المتبادل، والتعامل بالأخلاق والقيم، وأداء حقوق الآخر ، وقراءة السيرة النبوية والاستفادة من تجارب الآخرين كفيلةٌ بإذن الله بتجاوُز المشكلات الزوجية.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات ، وصلى الله على سيدنا محمد .

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

المساحة الشخصية للرجل والمرأة

المساحة الشخصية هي عبارة عن المنطقة التي تحيط بالفرد ويعتبرها ملكًا له من الناحية النفسية، وتمثل هذه المساحة قيمة خاصة لأغلب الأشخاص؛ بل ينتابهم الشعور بعدم الارتياح أو الغضب أو التوتُّر حال التعدي على هذه المساحة.

والمساحة الشخصية تتعدد نوعياتها حسب نفسية الشخص، وحسب الأشخاص الذين يتعامل معهم الفرد ومنها:

- المنطقة الخاصة، وهي مخصصة للشخص نفسه، ويرفض دخول أي شخص فيها.
- المنطقة الحميمية، وتكون لمن يحبهم الشخص؛ كالزوجة والأولاد والأقارب.
- منطقة الأصدقاء، وتستخدم في التحاور مع الأصدقاء والدردشة مع الزملاء والحوارات الجماعية.
- المنطقة العامة، وتكون مخصصة للجمهور والغرباء.

إن الرجل يحتاج إلى مساحته الخاصة من أجل الراحة والتفكير والتركيز، مثل النوم أحيانًا في غرف منفصلة أو القيام برحلة منفردة إلى الخارج أو الخروج تمامًا، وهذا لا يعني بالضرورة أنه يخون المرأة أو مبتعد عنها عاطفيًّا؛ وإنما من أجل إعادة الشوق بينهما، أو للتفكير قبل اتخاذ أي قرار، أو يكون تحت ضغط كبير من العمل أو العائلة.

بينما المرأة تحتاج إلى مساحتها الشخصية في ممارسة اهتماماتها وهواياتها بمنتهى الأريحية دون ضغط من الزوج أو الأولاد، وهذا لا يعني عدم القيام بالواجبات تجاه الطرف الآخر، أو إهماله.

www.alukah.net
شبكة الألوكة

إن الرجل إذا شعر أن المرأة تلاحقه، وتريد الدخول إلى مساحته الخاصة يهرب منها، عكس المرأة التي ترغب بدخول الرجل إلى مساحتها فإنها تعطي بذلك عاطفيًّا أكثر، وهنا نُحذِّر الزوجة من إلصاق مساحتها بمساحة الرجل؛ بل يجب أن تكون بينهما مسافة وقوانين تحكمهما.

إن من أكبر أخطاء الزوجة، هو التخلي عن مساحتها الخاصة، وإدخال الرجل في مساحتها والتحكُّم فيها، فإن الرجل إذا اعتاد على التحكُّم في مساحتها ألغى شخصيتها وتحكَّم فيها؛ لذا هناك أمور ممنوع أن تتنازل عنها الزوجة، وتجعل الزوج يتحكَّم فيها ومنها:

- المال، مالها الخاص يجب أن يكون تحت تصرُّفها هي، ممكن أن تساعده وتقف معه في النفقة والسفر وحاجات الأولاد؛ لكن برضاها وليست مجبرة على ذلك.

- الأهل، لا ترضى أن يمنعها من زيارة أهلها أو يمنعها من استقبالهم في بيتها، خاصة الوالدين.

- الدين، فلا ترضى أن يمنعها من الصلاة أو الصيام أو ترك الحجاب أو فعل شيء حرَّمه الله.

- المناسبات والعلاقات، فلا تمنع نفسها من حضور مناسباتها العائلية أو مشاركة صديقاتها، إذا لم يؤثر على علاقتها الأسرية.

- التعليم، فلا تترك مواصلة تعليمها أو حضور البرامج التطويرية من أجل الأسرة، خاصة إذا كانت لا تسبب لها أي مشاكل.

على الرجل والمرأة ألَّا يتردَّدا في إعطاء كل شخص حريَّته في التمتُّع في مساحته الخاصة ، ولكي ننجح في مساعدة الطرف الآخر في استثمار مساحته فيما ينفعه أنصح بالتالي:

- منح الطرف الآخر وقتًا للراحة خاصة بعد عمل شاقٍّ.
- لا تحاول تغيير الشريك الآخر؛ بل عليك تقبُّله كما هو، فإن كان سلوكه مزعجًا لك، فعليك بالحوار الناجح من أجل مساعدته للتغيير للأفضل.
- لا تتذمر عندما يريد الطرف الآخر الخروج مع أصدقائه أو أسرته، فقد يكون الشخص يحتاج للتجديد والتنفيس، وهذا ليس مقياسًا لعدم الحب؛ بل للثقة بينهما.
- عندما تكون بعيدًا عن الطرف الآخر، استفِدْ من وقتك واستمتع بمهاراتك وهواياتك، وأعْطِ الطرف الآخر الراحة ليرجع بحماس أكبر.
- الثقة ضرورية جدًّا بين الزوجين، خاصة عند دخوله لمساحته.
- لا تراقب جميع تحركات الطرف الآخر، ولا تزعجه بكثرة الرسائل، حتى يشتاق لك.

أسأل الله أن يُصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيِّدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الأسرة والابتلاء بالخيانات الزوجية

الخيانةُ الزوجة هي علاقة غير شرعية يُقيمها أحدُ الزوجين مع طرفٍ ثالث، وهي لا تقتصر فقط على الزنا، بل إن إقامة أي علاقة تتجاوز حدودَ الشرع يُمكن أن تعتبر نوعًا من الخيانة وإن كان أشدها العلاقات الجسدية المحرمة.

والخيانة الزوجية إذا حصلت، ففي الغالب تكون نتيجة تراكُم عدة أسباب وليس لسببٍ واحد منفرد، ويبقى أن أهم أسباب وقوعها ضَعف التدين ومراقبة الله لدى المرء، فالأسباب الأخرى كلها يمكن السيطرة عليها تقريبًا إذا تَم التعامل معها بشكل إيجابي، ويبقى أنه مهما كان الإنسان يعاني من مشكلات ومن نقائص، فمما لا شك فيه أن الدافع الديني له دورٌ كبير جدًّا في الوقاية من الوقوع فيما يغضب الله، فالإحساس برقابة الله والخوف من عقابه والرغبة في ثوابه، لها الأثر الأكبر في السلوك الإنساني إذا كانت متمكنة في نفس صاحبها.

والخيانة لها آثار كبيرة على الأسرة؛ منها:

- تؤدي إلى دمار الأسرة، فيحدث الطلاق إذا اكتشف الطرف الآخر الخيانة.
- تؤدي إلى القتل وبالذات إذا كانت الزوجة هي الخائنة، فمسائل الشرف والعفة حساسة جدًّا في مجتمعاتنا وشرعنا، فقد يقتل الرجل زوجته إذا اكتشف أنها تخونه.
- فِقدان التوازن العاطفي والنفسي بين الزوجين، وفقدان الثقة التي هي من أهم أسس النجاح في العلاقات الزوجية.
- التقليد والمحاكاة، وما يتبع ذلك من انتشار للفاحشة، فقد تقلِّد البنت أمَّها وتقيم علاقات إذا علمت أن أمها لديها علاقات جنسية مثلًا، وقد يفعل الشاب نفس الأمر إذا وجد والده يخون أمه وهكذا.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

ويمكن علاج هذه الآفة بالنقاط التالية:

- تنمية الوازع الديني والرجوع إلى الله والتوبة من هذه القبائح.
- تقليل التعرض للفتن المثيرة للغرائز بوسائلها المختلفة.
- التعرف على المشكلات الزوجية في وقت مبكر والاهتمام بها، ومحاولة حلها بطرق إيجابية وليس بالسكوت أو التغاضي عنها.
- اعتراف صاحب المشكلة بمشكلته والبحث لها عن حلٍّ بدل الإنكار أو التمادي؛ مما يجعل الطرف الآخر يلجأ لغيره لإشباع رغباته.
- الاهتمام باختيار الزوجة الصالحة والزوج الصالح، وعدم تغليب الجوانب المادية في مقومات الاختيار.

أسألُ الله أن يجعلَ بيوتنا عامرةً بالطاعة والعمل الصالح، وحُسن الخلق، وأن يصلح لنا ولكم الذرية، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الأسرة والابتلاء بالحرمان العاطفي

الحرمان العاطفي هو الفجوة التي يشعُر بها الفرد ذكرًا أو أنثى عندما لا يجد من يفيض عليه حنانًا وعطفًا وحبًّا من الآخرين، خاصة ما يكون بين الزوجين وبين الأولاد ووالديهما.

والرسول الكريم صلى الله عليه وسلم ضرَب لنا أروع الأمثلة في تحقيق الإشباع العاطفي لزوجاته، فقد كان يقدِّر المرأة بوصفها زوجةً مسؤولة ويوليها عناية فائقة، فتجده يواسيها ويُكفكف دموعها، ويقدِّر مشاعرها، ويسمع كلامها وشكواها، ويُخفف أحزانها؛ تقول عائشة رضي الله عنها: (كنت أشرب وأنا حائض، ثم أُناوله النبي صلى الله عليه وسلم، فيضع فاه على موضع فِي، فيشرب وأتعرَّق العرق، وأنا حائض، ثم أناوله النبي صلى الله عليه وسلم فيضع فاه على موضع فِي)؛ رواه مسلم .

وكان يخرج معهنَّ ليلًا للحديث، كما كان يساعدهن في أعباء المنزل وأعظم من ذلك كلِّه حين يشهر ويعلن حبَّه لزوجاته، قال يومًا عن خديجة: إني رُزقت حبها، وكان يقبِّل وهو صائم ويتطيب في جميع أحواله، كما أنه لم يضرب امرأة قط ولا أكثر من كونه يواسيها عند بكائها.

كانت صفية رضي الله عنها في سفر وكان ذلك يومها، فأبطأت في المسير، فاستقبلها رسول الله صلى الله عليه وسلم وهي تبكي وتقول: "حملتني على بعير بطيء، فجعل الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم يمسح بيديه عينيها ويُسكتها." رواه النسائي .

وتتلخص مظاهر الحرمان العاطفي في انخفاض درجة التواصل الفكري والوجداني والعاطفي والجنسي بين الزوجين، والإهمال بصوره المتعددة، وكذلك عدم تعامل أحد الزوجين مع الآخر بأسلوب المودة والرحمة أو الالتزام بأداء الحقوق والواجبات، وعدم الاهتمام بمطالبه

وحاجاته ومشكلاته؛ مما يسبب مثل هذه السلوكيات عن البحث عن الحب والحنان خارج نطاق الزوجية بسلوكيات محرَّمة.

أما عند الأطفال، فالحرمان العاطفي يسبِّب لهم خللًا نفسيًّا نتيجة لما يُخلِّفه من الخوف والقلق والتوتر والنظرة الدونية للذات، كما يسبب خللًا في السلوك يتمثل في الكذب والسرقة والعنف والشذوذ، وأيضًا خللًا شخصيًّا يتمثل في الصراع الحاد بين العزلة والانطواء والعدوانية والعنف التي قد يلجأ إليها الأطفال بوصفها حيلًا دفاعية لإثبات وجودهم، فالحرمان يجعل من الأطفال كتلًا من جحيم متوتر متهور قابل للانفجار عند أول احتكاك، كما أن الأطفال الذين يعانون الحرمان لا يسلمون من العاهات الجسدية المتمثلة في الحركات اللاإرادية، سواء الخاصة بهز الرأس أو الجسم أو الأرجل والأيدي، ورعشة الجفون وقضم الأظافر، ومص الإصبع وصولًا للتلعثم في الكلام والتبول اللاإرادي.

ولكي لا يحدث الحرمان العاطفي، لا بد من أن يراعي كلا الطرفين الكثير من احتياجات الطرف الآخر، وخاصة العاطفية منها، وهذه خمس نصائح:

الحوار الودود: لا بد من توجيه الحوار بشكل ودود إلى الطرف الآخر، ومدح إيجابياته، والإصغاء الجيد لمشاكله والتعاطف معه ومساندته.

الابتعاد عن الملهيات: عندما يكون الزوجان برُفقة بعضٍ، سواء في المنزل أو خارجه، كما يجب الابتعاد عن جميع الملهيات كالهاتف مثلًا، وأن يصب جلَّ اهتمامهما على ما يقال، مع مشاركة الآخر وجدانيًّا وعاطفيًّا بكل ما يفعل.

الاهتمام بمشاكله: بعد يوم طويل من العمل، يحتاج كل طرف لمن يريحه ويصغي لشكواه، إذ يمكن للزوجين الإصغاء لمشاكل الآخر وشكواه ومواساته وتوفير جوٍّ من الراحة ينسيه متاعبه.

المشاركة في اهتماماته: ليس من الضروري أن تقوم المرأة أو الرجل بنفس النشاطات التي يقوم بها الطرف الآخر، ولكن مجرد إظهار الاهتمام بهذه النشاطات والمشاركة الرمزية بينهما، سيحدث فرقًا واضحًا لديهما وينشر جوًّا من الود والسلام بينهما.

ترك هامش من الحرية للطرف الآخر: من الضرورة بمكان أن يترك كل طرف هامشًا من الحرية لبعضهما، ليتمكن من القيام بنشاطاته الخاصة، وممارسة بعض الهوايات التي يحبها من دون تدخل الآخر، فهذه المساحة من الحرية الشخصية تعيد التوازن للعلاقة بين الزوجين، وتضمن عدم الشعور بالضجر والملل، وتضخ الدماء الجديدة في علاقتهما بين الفينة والأخرى.

أسأل الله أن يُصلح بين كل زوجين، وأن يرزُقهما كلَّ خير، وأن يجعل بيوتنا عامرة بالطاعة والعمل الصالح وحسن الخلق، وأن يصلح لنا ولكم الذرية، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الصمت الزوجي

يُعَدُّ التواصل الزوجي الإيجابي بين الزوجين من أهم الأمور التي تؤثر وتساهم في استمرار واستقرار العلاقة الزوجية وتماسكها، والوصول إلى حالة توافق زوجي قوي، وقد امتَنَّ الله تعالى على عباده بهذه العلاقة، وجعلها آيةً من آياته، فقال في كتابه الكريم: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ﴾ [الروم: ٢١]، فالإشارة هنا بقوله تعالى: ﴿ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ ﴾ تعني أن آدم وحواء خُلِقا من كيان واحد، ومن أصل واحد؛ ليظل الفرع يحنُّ إلى أصله، والجزء يشتاق إلى الكل.

وكما أن الحوار الإيجابي الفَعَّال يُحدِث التفاهم والانسجام بين الزوجين، فإن الحوار السلبي يقتل المشاعر والأفكار الإيجابية، ويزيد من الإحباطات؛ لذا يلجأ أحد الزوجين إلى الصمت أو السكوت السلبي أو انعدام الحوار بينهما، حتى يصبح الزوج غامضًا غير مفهوم، لا يعلم الطرف الآخر ما يرضيه وما يغضبه وكيف يسعده، لا يعلم ما يجول في عقله وكيف يتفاهم معه، لا يعلم طموحاته وأهدافه وكيف يشاركه، لا يعلم إحباطاته ومشاكله حتى يُضمِّد جراحه.

تقول أم مريم: أنا سيدة متزوجة منذ ١٤ سنة، ومشكلتي تكمن في الصمت القاتل الذي يسود حياتي مع زوجي، أنا من النوع الذي إذا أخطأ في حقِّي شخصٌ ولم يعتذر أتجاهله ولا أُكلِّمه، تصرُّفي مع زوجي يكون رسميًّا جدًّا، نتكلَّم باختصار شديد، ونظلُّ أيامًا وأسابيعَ على هذه الحال، لا أستطيع التواصُل معه ومناقشته في الأمر، وأفضِّل الصمْتَ، وكل يوم أنتظر منه أن يُصالحني ولا يفعل ذلك، تعبتُ مؤخرًا من هذه العيشة، تعبت من هذا الصمت القاتل.

إن الصمت مرض يصيب الرجال أكثر من النساء؛ لأن النساء بطبيعتهن لا يستطعن الصمت، وللصمت أسباب منها ما يتعلق بأحد الزوجين، ومنها ما يتعلق بطبيعة العلاقة بينهما، ومن هذه الأسباب:

- اعتقادات ومفاهيم وخبرات يحملها الفرد نتيجة عادات وثقافات المجتمع الذي تربَّى فيه، أو خبرات اكتسبها من أصحابه وأصدقائه.
- العمل بحكمة (إنْ كان الكلامُ من فِضَّةٍ فإنَّ السكوتَ من ذَهَبٍ).
- الخوف من الانتقاد أو السخرية أو كشف نقاط الضعف لديه، أو العجز عن أداء الواجبات المنوطة به، أو إخفاء حقيقة عن الشريك الآخر.
- الاعتقاد أن الحل الأمثل لتغيير سلوك الشريك الآخر أو الضغط عليه أو إقناعه أو حصول ما ينبغي يكون بالصمت والسكوت السلبي.
- قد يصمت أحد الزوجين بسبب مرض الاكتئاب الذي من أهم أعراضه الصمت.
- إدمان وسائل الإعلام والأجهزة الإلكترونية التي تُشجِّع على الصمت الزوجي.
- قد يكون سبب الصمت إيجابيًّا؛ كالتفكير في حل مشكلة، أو للاسترخاء والراحة، أو الرغبة في إخفاء حقيقة مؤذية لمشاعر الطرف الآخر؛ كالعلاقات قبل الزواج مثلًا.

وللتغلب على مشكلة الصمت أنصح الزوجين بالتالي:

- فهم الاختلافات النفسية والعاطفية والجسدية بين الرجل والمرأة، تساعدك على اختيار الكلمات والعبارات اللطيفة، وتجعلك أكثر تسامحًا وتحملًا عندما لا يستجيب شريك حياتك لرغباتك.

• لا تبدأ حوارك وأنت محتقن أو محبط؛ بل ابدأ وأنت هادئ، والأفضل أن تُؤجِّل بدلًا من أن تتشاجر.

• اختيار الوقت المناسب والمكان المناسب للحوار، مع الحرص على البداية الموفقة والمشجِّعة والمفعمة بالحب والاحترام.

• الحرص على التأكد من فهم الشريك الآخر، بطرح المزيد من الأسئلة حتى يتم التغلب على عيوب الكلام من حذف أو تشويه أو تعميم أو تكرار ما يقوله الطرف الآخر.

• الابتعاد عن أسلوب السخرية أو النقد أو اللوم أو الاتهام أو تصيُّد الأخطاء.

• المحافظ على إشراك الطرف الآخر، ولا يكون الكلام لك وحدك فقط.

• بقدر تقبُّلك للطرف الآخر والرِّضا به والتوقف عن محاولة إصلاحه، بقدر ما سيحمله في قلبه من مشاعر الحب والرِّضا، وبقدر ما يسعى هو إلى التغيير رغبة في إسعادك وإرضائك.

إن كثيرًا من الأزواج لا يعرف كيف يفكر الشريك الآخر وبماذا يشعر؟ ما هي رغباته؟ وكيف يُشبِعها؟ وكم من الأزواج الذي يتلمِس حاجة الشريك الآخر النفسية والعاطفية ومطالبه، ويسعى جاهدًا لتحقيقها مؤكدًا بذلك على اهتمامه بخصوصياته وحرصه على تحقيق طلباته، وكم من الأزواج الذين لا يرون في الحياة الزوجية إلا الأكل والشرب أو الجنس وتقديم طلباته غضَّةً طريَّةً سريعةً، وكم هم الذين يعتقدون أن الرحمة والحنان والاحترام لكيان الطرف الآخر، وتقدير مشاعره، هو الذي يكسبه احترامه له، وهيبته منه وتوقيره لكلامه، وقبوله لآرائه وأفكاره.

إن كل زوج على وجه الأرض يحب أن يسمع من شريك حياته كلمات التشجيع والإعجاب والتقدير والاحترام، وأن أكبر خطأ يرتكبه الأزواج اليوم هو التعامل مع شريك الحياة كما يتعامل مع أولاده.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصُل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادَهم لَبِنات خير على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الفرق بين الرجل والمرأة

جاء في سياق قصة امرأة عمران، وهي والدة مريم عليها السلام قول الله تعالى: ﴿ إِذْ قَالَتِ امْرَأَتُ عِمْرَانَ رَبِّ إِنِّي نَذَرْتُ لَكَ مَا فِي بَطْنِي مُحَرَّرًا فَتَقَبَّلْ مِنِّي إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ * فَلَمَّا وَضَعَتْهَا قَالَتْ رَبِّ إِنِّي وَضَعْتُهَا أُنْثَى وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِمَا وَضَعَتْ وَلَيْسَ الذَّكَرُ كَالْأُنْثَى وَإِنِّي سَمَّيْتُهَا مَرْيَمَ وَإِنِّي أُعِيذُهَا بِكَ وَذُرِّيَّتَهَا مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴾ [آل عمران: ٣٥، ٣٦].

وخلاصة القصة:أن امرأة عمران– وهي أم مريم– قد نذرت أن يكون مولودها القادم خادمًا لبيت المقدس، فلما وضعت مولودها وكانت أنثى، قالت معتذرة: ﴿ وَلَيْسَ الذَّكَرُ كَالْأُنْثَى ﴾؛ لأن قدرة الذكر على خدمة بيت المقدس، والقيام بأعباء ذلك أكثر من الأنثى التي جَبَلها الله تعالى على الضعف البدني، وما يلحقها من العوارض الطبيعية التي تزيدها ضعفًا؛ كالحيض والنفاس.

يقول الشيخ السعدي رحمه الله: «كان في هذا الكلام نوع تضرُّع منها وانكسار نفس، حيث كان نذرها بناءً على أنه يكون ذكرًا يحصل منه من القوة والخدمة والقيام بذلك ما يحصل من أهل القوة والخدمة، والأنثى بخلاف ذلك، فجبر الله قلبها وتقبَّل الله نذرها، وصارت هذه الأنثى أكمل وأتم من كثير من الذكور، وحصل بها من المقاصد أعظم مما يحصل بالذكر»؛ (تفسير السعدي).

والإسلام ضبط تلك الفروق والخصائص ورتَّبها على الأحكام والتكاليف، كما قال محمد الغزالي رحمه الله: "وكل ما صنع الدين أنه وزَّع الاختصاصات العلمية، توزيعًا يوافق طبائع الذكورة والأنوثة"؛ (حقوق الإسلام للغزالي).

وقال أيضًا في نفس الكتاب: "الإسلام إذ يعترف بهذه الفوارق، يتمشَّى مع طبائع الأشياء، ولا يستطيع تجاهل فطرة الله فيها".

إن شريعةَ الله شريعةٌ وسط، راعت واقع الناس وفطرتهم، وتعاملت مع الحقائق الثابتة بالعلم والعقل، فليس الهدف من التفريق بينهما أن يبتغي أحدهم ما عند الآخر من خصائص ومميزات؛ بل الهدف أن يعيش الإنسان في انسجام تام مع طبيعته التي جُبِل وفُطِر عليها، وأن يؤدي ما عليه من واجبات، ويتحمَّل ما عليه من مسؤوليات، فالعلاقة بين الرجل والمرأة مبنية على التكامُل والتوافق لا على التقابل والتنافُر.

لكننا نشهد الشكوى من كثير من الرجال والنساء بأن شريك حياتهما لا يتفهَّم بعض الأمور الخاصة بهما، مثل شكوى بعض الزوجات أن زوجها لم يُلاحظ تغيير وزنها أو لون الشعر الجديد، أو أنه شخص واقعي زيادة عن اللزوم بينما هي رومانسية وتميل إلى الخيال.

وشكوى بعض الرجال، بأن الزوجة كثيرة الكلام، تريد الحب والعاطفة في كل وقت، غير مراعية لنفسية الرجل وما يعتريه من تعب وإرهاق في تحصيل لقمة العيش.

إن اختلاف الرجل والمرأة في كثير من الأمور؛ كالتفكير والحب والتواصُل والجسد وما يعتريه خاصة للأنثى من حيض ونفاس قدر من أقدار الله، علينا التعايش معها وفهم طبيعة الآخر وتقبُّله، حتى نستطيع التعامل مع المشكلات، وتطوير المهارات وتربية الأولاد على القيم والأخلاق.

أسأل الله أن يُصلِح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبُد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لبنات خير على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

اختيار الشريك المناسب

إن الزواج الناجح يؤمّن الحب والاستقرار للمرأة والرجل؛ ولذلك يعتبر قرار الموافقة على الزواج أمرًا هامًّا، ويتطلب الكثير من الحذر؛ لأن اختيار الشريك غير المناسب يجلب التعاسة والحزن، أما اختيار الشريك المناسب، فيجلب السعادة والهناء للحياة الزوجية.

قال تعالى: ﴿ وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ ﴾ [النور: ٣٢]، والصلاح هنا يشمل صلاح الظاهر والباطن، صلاح الدين والأخلاق، صلاح السلوك والمعاملات ، لذا كان على الزوجين قبل الموافقة التحري والدقة في السؤال عن الطرف الآخر، وعن أسرته وأخلاقه، ولا يكتفى بظاهر شكله أو وظيفته.

تقول إحدى الفتيات: "منذ اليوم الأول من الزواج أعاني من تأخره وسهره خارج المنزل، ومع مرور الأيام بدأت سجلات زوجي تُفتَح في وجهي؛ فاكتشفت أنه لا يصلي إلا قليلًا، ويكره الدين وأهله، ويحمل فكرًا شاذًّا، سهرات وحفلات مع أصحاب سوء مع دخان وشيشة، حتى وصلت حالي إلى الضرب والشتائم".

ويقول آخر: "لقد أتعبتني زوجتي بطلباتها وأرهقتني بالديون، كل هذا حتى تكون مثل المشهورات، وتكون أفضل من زميلاتها، ملاحقة للموضة ومتابعة للسنابات، تمنعني حقي الشرعي بالأسابيع؛ خوفًا على شعرها وجمالها، أو إحراجًا من صديقاتها وأهلها، أو طمعًا في زيادة النفقة عليها، ولو كان ذلك بالديون وسؤال الناس، أصبحت حياتنا لا تُطاق، من صراخ وشتائم وعناد ونكران للجميل".

جاء عن الحسن رضي الله عنه أن رجلًا أتاه، فقال: إن لي بنتًا أحبها وقد خطبها غير واحد، فمن تشير عليَّ أن أزوّجها؟ قال: " زوّجها رجلًا يتقي الله، فإنه إن أحبها أكرمها، وإن أبغضها لم يظلمها." (النفقة على العيال – ابن أبي الدنيا) .

قال صلى الله عليه وسلم: (إذا أتاكم من ترضَون دينه وخُلُقه فزوجوه) رواه الترمذي ، وفي الحديث جمع بين الدين؛ وهي العبادات، وبين الخلق؛ وهي المعاملات.

فيا بني ويا بنتي، لَأن يتأخر الزواج خير من دماره وخرابه وفساده، ولأن يتأخر الزواج خير من عجلة أورثت ندمًا، ولأن تكون البنت في بيت والدها معززة مكرمة خير من أن تعيش مع رجل تكون معه مظلومة ومقهورة ومهانة.

لكن بالمقابل ترى كثيرًا من الشباب والفتيات يبالغون في الصفات المرغوبة لديهم، وكأنهم يريدون ثوبًا مفصلًا مناسبًا لأذواقهم، دون خلل أو نقص، حتى يتقدم بهم العمر، فيبدؤوا بتقديم تنازلاتهم ليوافقوا بعد ذلك على أي شخص يتقدم، سواء كان صالحًا أو فاسدًا، وهنا تبدأ رحلة من المعاناة والقصص الأليمة ، فلا إفراط ولا تفريط في الصفات والشروط المطلوبة، وليعلم كلٌّ من الزوجين أنه يستطيع إكمال الآخر والتعاون فيما بينهما في التربية والحياة السعيدة.

رجل كان شرطه الأول الجمال، مهما كانت أخلاقها، ونسِيَ جمال الأخلاق مع جمال الشكل، فالجمال الظاهر قد يذهب لأي سبب من أسباب الدنيا، وهو أمر نسبي تختلف عليها الأذواق، يقول: حياتي معها بين صراخ وهمٍّ وتوتر، نصبح على مشكلة ونمسي على بلاء.

وأخرى كان شرطها الثراء مهما كانت أخلاقه، حتى جاءها الغني الثري، تقول: وفي أول ليلة من زواجها، دخل عليها وهو سكران، لا يعرف بما يهذي ويقول، فعرفت من هذيانه سوء سريرته وخلقه، ومع مرور الأيام تطلقت، ثم تزوجت برجل في عمر والدها.

فيا ابني ويا ابنتي... تعرف على شريك حياتك وعن شخصيته ودينه وخُلُقه، واطلب بمن تثق فيه أن يساعدك، فلعلك تجد من الصفات ما يرغبك فيه أكثر وأكثر.

الحرص على السؤال عن أسرة الشريك الآخر؛ لأنه يتأثر بعاداتهم وأخلاقهم ومعاملاتهم مع الناس، وتذكر أن هذه الأسرة ستكون بيتك الثاني وبيت أولادك؛ فاحرص على انتقائه.

احرص على موافقة والديك عن الشريك الآخر؛ لأن الرفض سيُولد لكما مشاكل كبيرة معهما، فقد تخسر والديك أو إخوانك بسبب ارتباطك بهذا الشريك، عوضًا عن المشاكل اليومية بين العائلتين، وقد تصل إلى الانفصال الجسدي أو العاطفي بينهما.

كن واضحًا في الأمور المادية والنفقة، سواء كان من الزوج في وظيفته ودخله الشهري، ولا تدعي ما لا تملكه، أو من جانب الزوجة عندما تكون موظفة ومدى مساعدتها لزوجها.

أسأل الله أن يديم الفرح والسعادة على أبنائنا وبناتنا، وأن يؤلف بين كل متزوجين، وأن يصلح بين كل متخاصمين.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

صفات الزوج الصالح

أباح الله جل شأنه الزواج لعباده وذكره في كتابه الكريم، حيث قال الله تعالى: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ﴾ [الروم: ٢١]؛ حيث يتجلى مفهوم الزواج في الإسلام الذي شرعه ليكون رحمة ومودة.

والنبي صلى الله عليه وسلم تزوَّج من النساء، البكر والثيب، ولم يحرِم نفسه من هذه الطبيعة التي فطرها الله في البشر، وحينما أتاه رجال قد زهدوا في الدنيا وكان أحدهم قد تخلى عن الزواج ليتفرغ للعبادة، قال النبي صلى الله عليه وسلم له: (أَمَا واللَّهِ إِنِّي لَأَخْشَاكُمْ لِلَّهِ وأَتْقَاكُمْ له، لَكِنِّي أصُومُ وأُفْطِرُ، وأُصَلِّي وأَرْقُدُ، وأَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ، فمَن رَغِبَ عن سُنَّتِي فليسَ مِنِّي)؛ رواه البخاري.

ولَمَّا سألت ابنة سعيدٍ بن المُسيب أبيها عن حسنةٍ الدُنيا، فأجابها: المرأة الصّالحة للرّجل الصالح، وسُئل وكيع عن أُسس اختيار الزّوج، فقال: "زوّجها التقي النقي – أي صاحب الدين والصلاح والخُلق – فإن أحبَّها أكرمها، وإن أبغضها لم يُهنها".(مخالفات تقع فيها النساء).

ومن أجل أن يكون زواجاً مباركًا، يجب على المرأة أن تختار بناءً على صفات الزوج الصالح من الكتاب والسنة، ومن هذه الصفات:

- اختيار الرجل الصالح في دينه وأخلاقه من بين المتقدمين لها، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إذا أتاكُم من تَرضونَ خُلقهُ ودينهُ فزوِّجوهُ، إلا تفعلوا تكنْ فتنةٌ في الأرضِ وفسادٌ عريضٌ)؛ حسنه الألباني، وليست أخلاقه الطيبة في شدة تديُّنه فقط، فقد يكون متدينًا، لكنه شديد على أهله أو شديد الغضب، ولا يعرف الكلام باللين، لذلك على المرأة أن تدقق في أخلاق من تريد الزواج منه.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

• القدرة المادية والمالية للزواج، فهي من الأساسيات المهمة لانتقاء الزوج، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (يا مَعْشَرَ الشَّبَابِ، مَنِ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ البَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، ومَن لَمْ يَسْتَطِعْ فَعليه بالصَّوْمِ؛ فإنَّه له وِجَاءٌ)؛ صحيح البخاري.

• أن يقدم لأهله وزوجته أفضل ما لديه، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (خيرُكم خَيرُكم لأَهْلِهِ، وأَنا خيرُكم لأَهْلي)؛ صحيح الترمذي.

• الاهتمام بحسن المظهر في البيت وخارجه، قال تعالى: ﴿ وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ ﴾ [البقرة: ٢٢٨].

• النفقة على الزوجة حتى وإن كان عندها مال؛ قال تعالى: ﴿ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ﴾ [البقرة: ٢٣٣].

• الاهتمام بأمر أسرته ومتابعتهم على الصّلاة، لِقولهِ تعالى: ﴿ وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لَا نَسْأَلُكَ رِزْقًا نَحْنُ نَرْزُقُكَ وَالْعَاقِبَةُ لِلتَّقْوَى ﴾ [طه: ١٣٢].

• الصبر على أذى الزوجة والأولاد، والتجاوز عن زلّاتهم، لِقول النبي – عليه الصلاةُ والسلام –: (لاَ يَفْرَك مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَة، إِنْ كَرِه مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَر)؛ صحيح مسلم.

• حُسن المُعاشرة بالمعروف، فيتعامل معها بلطفٍ ولين، ويُعلّمها ما ينفعها، ويرحمها، ويكفُّ الأذى عنها، ويكرمها، وغير ذلك مما يؤلف قلبها ويَجلب لها المودة والمحبة؛ لِقولهِ تعالى: ﴿ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا ﴾ [النساء: ١٩].

• الابتعاد عن الإضرار بها بقولٍ أو فعلٍ، أو خُلُق، لِقولهِ تعالى: ﴿ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ سَرِّحُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ وَلَا تُمْسِكُوهُنَّ ضِرَارًا لِتَعْتَدُوا وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ ﴾ [البقرة: ٢٣١].

أسأل الله أن يُصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لبنات خير على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

صفات الزوجة الصالحة

إن الأسرة والبيت الذي أكرَمه الله تعالى بزوجة وأم صالحة، تعرف حدود الله وحقوق زوجها، لا شك أنه سيكون أسعد البيوت وأنجحها، فقد جاء في الحديث عن عبد الله بن عمرو رضي الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (الدنيا متاعٌ، وخيرُ متاعِ الدنيا المرأةُ الصالحةُ)؛ رواه مسلم.

ومن توفيق الله للرجل أن يوفِّقه لزوجة صالحة، تعينه على أمر دينه ودنياه، تكون رفيقة دربه، ذات خُلق كريم، تسُرُه إذا نظر إليها، وتحفَظه في نفسها وماله وذريته، محسنةٌ في تربية أولادها، فالمرأة في هذا الزمن هي الحِصن الحصين للأسرة المسلمة إذا وفقها ربُها لحماية بيتها؛ قال صلى الله عليه وسلم: "أربع من السعادة: المرأة الصالحة، والمسكن الواسع، والجار الصالح، والمركب الهنيء"؛ صحيح الجامع.

وللزوجة الصالحة التي يرغب فيها الرجال صفات ومنها:

• الحرص على الدين وطاعة الزوج في غير معصية الله؛ قال صلى الله عليه وسلم: (إذا صلَّت المرأةُ خمسَها وصامت شهرَها، وحفِظت فرجَها وأطاعت زوجَها، قيل لها: ادخُلي الجنَّةَ من أيِّ أبوابِ الجنَّةِ شئتِ)؛ حسنه أحمد.

• إدخال السرور على الزوج وأهل البيت؛ قال تعالى: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١].

• التجمل والتزين له، سُئل رسول الله صلى الله عليه وسلم: أي النساء خيرٌ؟ قال: (التي تسرُّه إذا نظر، وتطيعُه إذا أمر، ولا تخالفُه في نفسِها ومالها بما يكره)؛ صحيح النسائي.

www.alukah.net
شبكة الألوكة

• صاحبة القلب الطيب المألوفة، وكثيرة الأولاد، قال النبي صلى الله عليه وسلم: (تَزَوَّجُوا الوَدُودَ الوَلودَ، فإني مُكَاثِرٌ بكم الأنبياءَ يومَ القيامةِ)؛ حسنه أحمد.

• الحافظة لأسرار بيتها وزوجها عنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم: (إِنَّ شَرَّ النَّاسِ عِنْدَ اللَّهِ مَنْزِلَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ: الرَّجُلُ يُفْضِي إِلَى امْرَأَتِهِ، وتُفْضِي إِلَيْهِ، ثم يَنْشُرُ سِرَّهَا)؛ أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ، والحديث ينطبق على الرجل والنساء.

• القيام بمسؤولية البيت والزوج والأولاد، قال الرسول صلى الله عليه وسلم: (والمرأةُ راعيةٌ على بيتِ بَعْلِها وولدِه وهي مسؤولةٌ عنهم)؛ رواه البخاري.

• إذا غاب الزوج عنها حفظته وحفظت ماله وعرضه وأولاده، قال رسول الله صلَّى الله عليه وسلم لعمر: (أَلَا أُخْبِرُكَ بخيرِ ما يكنزُ المرءُ، المرأةُ الصالحةُ إذا نظر إليها سَرَّتْهُ، وإذا أمرها أطاعتْه وإذا غاب عنها حفِظَتْه)؛ صحيح سنن أبي داود.

• المسارعة إلى طلب مرضاة زوجها إذا أغضبه شيء منها، فعن أنس بن مالك – رضي الله عنه – عن النبي – صلى الله عليه وسلم قال: « ألا أخبركم بنسائكم في الجنة؟ قلنا: بلى يا رسول الله، قال: ودود ولود إذا غضبت أو أُسيء إليها، أو غضب زوجها، قالت: هذه يدي في يدك لا أكتحل بغمض حتى ترضى»؛ رواه الطبراني.

• إعانته على فعل الخير من برٍّ وصدقة وإحسان ودعوة ومشورة، ونحو ذلك، وخيرُ مثالٍ على ذلك أزواج النبي – صلى الله عليه وسلم – وفي مقدمتهنَّ خديجة بنت خويلد – رضي الله عنها – حيث وقفتْ معه بنفسها ومالها وآزرتْه، ونصرته وآمنَت به.

• محبتها لزوجها، وهذا الحبُّ أحدُ الأسباب القوية في بقاء العلاقة الزوجية وديمومتها، وهو أمرٌ فطري يجعله الله في قلبي الزوجين لجعل الحياة الزوجية سعيدة هانئة مستقرة؛ قال تعالى: ﴿ وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ﴾ [الروم: ٢١].

شبكة الألوكة - قسم الكتب

• خدمة زوجها وخدمة ضيوفه في حدود المعروف، هذه أحب الخلق إلى النبي – صلى الله عليه وسلم – بنته فاطمة طحنت بالرحى واستقت الماء، حتى تقطعت يداها واخشوشنت؛ مما جعلها تطلب من أبيها – صلى الله عليه وسلم – خادماً، فيدلها على أفضل من ذلك وهو الذكر عند النوم.

أسأل الله أن يُصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله، والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبُد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لبنات خير على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

زوجة من أهل الجنة

إن دخول الجنة هو الغاية التي يطمح إليها كل مسلم ومسلمة، فإذا رضيَ الله تعالى عن عباده وأدخلهم جنته، فقد فازوا بالرضوان والنعيم المقيم الذي لم تَرَهُ عين، ولم تسمع به أذن، ولم يخطر على قلب بشر، فكل ما يُطلب في الجنة مجاب؛ يقول تعالى: ﴿ نَحْنُ أَوْلِيَاؤُكُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَشْتَهِي أَنْفُسُكُمْ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَدَّعُونَ * نُزُلًا مِنْ غَفُورٍ رَحِيمٍ ﴾ [فصلت: ٣١، ٣٢]، والزوجة الصالحة تبحث عن الأعمال التي تكون سببًا في دخولها الجنة.

فأقول لكل زوجة تحب أن تكون من أهل الجنة، أذكِّرها بهذه الأحاديث:

عن عبدالله بن عباس رضي الله عنهما أنه قال لعطاء بن أبي رباح: ((ألا أريك امرأةً من أهل الجنة؟ قال عطاء: فقلت: بلى، قال: هذه المرأة السوداء أتت النبي صلى الله عليه وسلم فقالت: إني أُصرع، وإني أتكشَّف، فادْعُ الله تعالى لي، قال: إن شئتِ صبرتِ ولك الجنة، وإن شئتِ دعوتِ الله تعالى أن يعافيك، فقالت: أصبر، فقالت: إني أتكشَّف، فادْعُ الله ألَّا أتكشف، فدعا لها))؛ [متفق عليه].

هي امرأة مؤمنة ابتلاها الله جل وعلا بمرضٍ شديد، فرضيت بقضاء الله وأيقنت بما عند الله من ثواب الصابرين، وآثرت البقاء على حالها لترقى بهذه العلة إلى الدرجات العلا، لكنها تعطي درسًا عظيمًا لكل امرأة أن تحمد الله تعالى على نعمة العافية، وتستمسك بالحجاب الشرعي؛ فهو سبيل عزتها، وعنوان مجدها، وتاج كرامتها.

ومن صفات نساء أهل الجنة ما قاله رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((إذا صلَّتِ المرأة خَمْسَها، وصامت شهرها، وحفِظت فَرْجَها، وأطاعت زوجها، قيل لها: ادخلي من أي أبواب الجنة شئتِ))؛ [أخرجه الإمام أحمد في مسنده].

شبكة الألوكة - قسم الكتب

الرجال عليهم أمور وأعمال كثيرة جدًّا خارج المنزل، أما المرأة فإن ما تطالب به خارج المنزل شيء يسير، فعلى الزوجة الصالحة أن تعتني بهذه الأعمال إن كانت ترغب في الجنة، وأن تجعل ذلك محطَّ نظرها واهتمامها، فتُربَّى قبل الزواج على القيام بشؤون الزوج، وتربية الأولاد، وتُربَّى على طاعة الله وطاعة رسوله صلى الله عليه وسلم، والمحافظة على عفتها وطهارتها.

قال المناوي في فيض القدير وهو يشرح هذا الحديث: "((إذا صلت المرأة خمسها)): المكتوبات الخمس، ((وصامت شهرها)): رمضان غير أيام الحيض إن كان، ((وحفظت))، وفي رواية: ((أحصنت فرجها))، عن الجماع المحرم، ((وأطاعت زوجها)) في غير معصية، ((دخلت)) لم يقل تدخل إشارة إلى تحقق الدخول ((الجنة))، إن اجتنبت مع ذلك بقية الكبائر، أو تابت توبة نصوحًا أو عُفِيَ عنها".

وعن أم سلمة رضي الله عنها قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((أيما امرأة ماتت، وزوجها عنها راضٍ، دخلت الجنة))؛ [أخرجه الترمذي في سننه].

إن الزوجة التي تسعى لإرضاء زوجها وإن كانت مظلومة، لها عند الله مكانة كبيرة جدًّا؛ رأبًا للصدع، ولَمًّا للشمل، وتحقيقًا للسعادة الزوجية.

وعن أنس بن مالك رضي الله عنه، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: ((ألا أخبركم بنسائكم في الجنة؟ قلنا: بلى يا رسول الله، قال: ودودٌ ولودٌ إذا غضِبت أو أُسيء إليها أو غضب زوجها، قالت: هذه يدي في يدك، لا أكتحل بغمض حتى ترضى))؛ [رواه الطبراني] ، إنه خُلُقُ المسارعة إلى طلب مرضاة الزوج عند الغضب، وخاصة إذا كان سبب الغضب ناشئًا منها.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِناتِ خير على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

التوافق الزوجي

التوافق الزوجي هو شعور الزوجين بالانسجام والانتماء العاطفي والمودَّة والمحبة والرحمة المتبادلة لكليهما، والشعور بالرِّضا والسعادة والاتفاق في حياتهما الزوجية، والقدرة على التعامل الناجح مع مشكلات الحياة الزوجية.

وللتوافق الزوجي أنواع، من أبرزها:

- التوافق النفسي، ويعني التوافق في الصفات النفسية والسمات الشخصية.

- التوافق الديني، وهو التوافق من حيث الاحتكام لشرع الله، والرِّضا به.

- التوافق العمري؛ أي: أن يكون الزوجان متقاربين من حيث السِّنِّ.

- التوافق المالي، وهو التفاهم حول القضايا المالية والقناعة والرِّضا بما يتوفر لديهما.

- التوافق الاجتماعي والثقافي، من احترام العادات والتقاليد والأعراف والتسامح في القضايا التي يختلفان فيهما.

قال تعالى: ﴿ هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا ﴾ [الأعراف: ١٨٩]، وعن عائشة رضي الله عنها، قالت: سمِعتُ النبي صلى الله عليه وسلم، يقول: ((الأرواحُ جنودٌ مجنَّدةٌ فما تعارَفَ منها ائتلفَ، وما تناكَرَ منها اختَلَفَ))؛ رواه البخاري.

قال ابن القيم رحمه الله في الطب النبوي: "فجعل سبحانه علة سكون الرجل إلى امرأته كونها من جنسه وجوهره؛ مما يدل على أن العلَّة ليست بحسن الصورة، ولا الموافقة في القصد والإرادة، ولا في الخلق والهدي، وإن كانت هذه أيضًا من أسباب السكون والمحبة".

www.alukah.net
شبكة الألوكة

وللتوافق الزوجي عوامل تؤثر عليه، منها عوامل متعلقة بالزوجين؛ مثل:

- التنشئة الأسرية لهما، فاستقرار الأسرة التي انحدر منها الزوجان له ارتباط وثيق يؤثر غالبًا على التوافق بينهما.

- مدى النضج والرشد في شخصيتهما، وإدراكهما وقدرتهما على تحمُّل المسؤوليات.

وعوامل غير متعلقة بالزوجين؛ مثل:

- علاقتهما بأهل الزوجة وأهل الزوج، ومدى استقلاليتهما في إدارة شؤونهما الأسرية.

- الإعلام وأثره على علاقتهما.

- ظروف العمل وطبيعته لكلا الزوجين وأثره على علاقتهما.

والسؤال هنا: لماذا لا يشعر الزوج أو الزوجة بالاستمتاع في الحوار أو الجلوس أو السفر كل منهما مع الآخر؟ وللجواب على مثل هذا السؤال علينا الحرص على التوافق بين الزوجين والسعي في نجاح العلاقة بينهما، ويكون ذلك:

- الاهتمام بنفس الهوايات والمهارات والمواضيع التي يتبنَّاها الطرف الآخر.

- من الضروري جدًّا محبة الطرف الآخر لذاته، فإذا تم العثور على أي عيوب أو نقاط ضعف في الشريك الآخر، فإن التوافُقَ يكون بخلق بيئة ممكنة للتعايش معه، وليس التأثير والإجبار على التغيير ضد إرادته.

- وجود ثقة ملموسة بينهما، بينما انعدام الثقة هو نتاج الشك وسوء الظن في الحب بينهما.

- التوافق في تحقيق أهداف مشتركة في التعليم والتربية وبناء البيت.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

- السعي في حل الخلافات وعدم تراكمها، دون تصعيد في النزاعات، أو تسفيه للطرف الآخر، وإن احتاجا لمصلح أمين فلا مانع من ذلك.

- احترام أهل وأسرة كل طرف، والتواصُل معهم بحبٍّ ومودَّة، حتى وإن كان بعضهم سيِّئ الطِّباع.

- التضحية هي قمة كل علاقة ناجحة، من حيث تلبية احتياجات الطرف الآخر، وإشباع رغباته.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِنات خير على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

سنة أولى زواج

تعتبر السنة الأولى من الزواج بالنسبة للزوجين من أصعب مراحل حياتهما الأسرية؛ فهي كالاختبار الصعب إذا تمَّ تجاوزُه بنجاح، سارت الحياة الزوجية بأقل المشاكل والخلافات، وهي مرحلة انتقالية من العزوبية إلى حياة مشتركة مع شريك آخر يشاركه اختياراته وقراراته وهمومه.

وتتميَّز السنة الأولى بظهور خلافات ومشاكل مفاجئة بشكلٍ غير متوقع وغير محسوب، حتى إن الأزواج أنفسهم يتفاجئون بحجم المشاكل وتداخُلها، والبعض الآخر يقف حيرانًا لا يعرف كيف يتعامل معها، مشاكل متنوِّعة في الدراسة والسهر والنفقة والطعام واللباس وأغراض البيت والسرير والأهل واختلاف القِيَم والعادات وغيرها.

تقول أمُّ لما: أول سنة زواج كانت أسوأ سنة في حياتي رغم أن زواجنا كان عن حُبٍّ، وزوجي رجل خلوق ومحترم؛ لكن اختلاف الطبع وتدخُّل الأهل بحياتنا وصغر سِنِّي، كُلُّها أمور أدَّتْ إلى مشاكل كثيرة؛ ثم إلى الطلاق، ثم رجعنا لبعض، والآن تجاوزنا كل تلك الخلافات ونعيش حياةً سعيدةً، ولا نسمح لأحد أن يتدخَّل في حياتنا.

ويقول أبو سليم: الاختيار يلعب الدور الأكبر في حياة الأزواج، عشت مع زوجتي سنة وأربعة أشهر كانت فترة سيئة جدًّا من حياتنا، كُلُّها مشاكل وخلافات، استنفدنا جميع المحاولات إلى أن وصلنا للطلاق؛ لأن اختياري كان غير مناسب، أنا لا أتَّهم طليقتي أنها سيئة؛ لكني اكتشفت أننا لا نصلح لبعض، فهناك أشخاص جيِّدون جدًّا في المجتمع؛ لكن لا يستطيعون العيش معًا كأزواج.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

أيها الأزواج الكِرام، عليكما في السنة الأولى أن تتصرَّفا بحكمة ورويَّة مع الانتباه للنقاط التالية:

• اكتشاف الحياة الجديدة بهدوء، وعدم التصرُّف بشكل مُتسرِّع ومنفرد، مع الابتعاد عن ردَّات الفعل الغاضبة.

• غالبًا ما تتراجع قوة المشاعر العاطفية والرومانسية بين الزوجين بعد أشهر قليلة من بداية الزواج، وهذا لا يعتبر موتًا للحب بعد الزواج، وإنما انتقال إلى مرحلة جديدة من الترابط العاطفي، وهذا تطوُّر طبيعي للعلاقة الزوجية.

• عدم الاعتماد على التوقُّعات والتصوُّرات المسبقة عن الزواج وعن شريك الحياة؛ لأنها تقود إلى المزيد من التوتُّر؛ بل عليه التأقلم مع الواقع الحقيقي للعلاقة الزوجية ومحاولة التعارُف، ثم التآلُف مع الشريك الجديد.

• في الشهور الأولى قد يهمل الزوجان أو أحدهما مسؤولياته والتزاماته، وهذا طبيعي بسبب المرحلة الجديدة؛ لذا فإن الحوار المفتوح بين الزوجين من أقصر الطرق وأفضلها لفَضِّ الخلافات والمشاكل المتعلِّقة بالالتزام.

• قد يشعر أحدهما بالندم وخيبة الأمل على الزواج بسبب المشاكل وعدم القدرة على التعامُل مع شريك الحياة، وهذا أمر طبيعي بسبب عدم التكيُّف الجيد من الطرفين؛ لذا عليهما تقبُّل هذه المشاعر وفهمها وعدم وضع المسؤولية على الشريك الآخر مع عدم التصريح بهذه المشاعر.

• معظم العادات اليوميَّة المزعجة عند الزوجين لا تظهر قبل الزواج، مثل: الفوضى وعدم التنظيم وعادات الطعام والاستحمام، وهنا عليك بالتكيُّف مع عادات شريك الحياة ومساعدته على تغيير السلوكيَّات السلبية.

• الشجار بين الزوجين في السنة الأولى ليس مشكلة؛ إنما المشكلة دائمًا كيف ينتهي هذا الشجار؟ وهل النهاية ممتدة لمشاكل جديدة أو تنتهي في وقتها؟ إن اكتساب الزوجين لمهارات حل المشكلات وغيرها من خلال حضور الدورات التدريبية والاستماع للمتخصصين تُقلِّل من هذه المشاكل.

• غالبًا ما يكون الاندماج مع أسرة الشريك الآخر مرحلةً صعبةً تحتاج إلى الكثير من الصبر والحكمة؛ لتجنُّب خلافات عميقة ومزمنة، وهنا يجب عليهما الاتفاق المسبق في آلية التعامُل مع الأسرة، مع الحرص على كسب أسرة الشريك الآخر؛ لأنها تُقلِّل التصرُّفات المزعجة من قبل الجميع.

• يستقبل العروسان في السنة الأولى من النصائح أكثر ممَّا يستقبلان من التهاني، وعادةً ما تقود هذه النصائح إلى مزيد من التوتُّر والخلافات، وهنا على الزوجين عدم تعميم التجارب السلبية على الشريك الآخر، وعند الحاجة لعلاج المشكلة طلب الاستشارة من مستشار مختص بالعلاقات الأسريَّة والزوجية.

• قرار الإنجاب من أكثر القضايا تعقيدًا في السنة الأولى من الزواج، والأفضل أن يكون الإنجاب قرارًا مشتركًا مخططًا له، وليس فجأة أو حيلة.

أسأل الله أن يُصلِح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوِّجين والمتزوِّجات على طاعة الله والحب والتواصُل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم مَنْ يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لبنات خير على المجتمع والوطن، وصلَّى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

متى يكون الرجل مباركًا في بيته؟

البركة هي الزيادة والنماء وكثرة الخير، والبركة كلها من الله، وكل ما نُسب إليه مبارك، فكلامه مبارك، ورسوله مبارك، وعبده المؤمن النافع لخلقه مبارك، وبيته الحرام مبارك، وقد يجعل الله بعض خلقه مباركًا، فيكثر خيره، ويعظم أثره، وتتصل أسباب الخير فيه، وينتفع الناس منه؛ كما قال تعالى على لسان عيسى عليه السلام: ﴿ وَجَعَلَنِي مُبَارَكًا أَيْنَ مَا كُنْتُ ﴾ [مريم: ٣١].

إن البركة هبة من الله فوق الأسباب المادية التي يتعاطاها البشر، وإذا بارك الله في العمر، أطاله على طاعته، أو جمع فيه الخير الكثير، وإذا بارك الله في الصحة، حفظها لصاحبها، وإذا بارك في المال، نماه وكثَّره، وأصلحه وثمره، ووفق صاحبه لصرفه في أمور الخير وأبواب الطاعة، وإذا بارك الله في الأولاد، رزق برهم وهداهم وأصلحهم، وإذا بارك الله في الزوجة، أقر بها عين زوجها؛ إن نظر إليها سرته، وإن غاب عنها حفظته.

قال ابن القيم رحمه الله: "وكل شيء لا يكون لله فبركته منزوعة؛ فإن الله تعالى هو الذي تبارك وحده، والبركة كلها منه" (الجواب الكافي) .

والسؤال هنا: متى يكون الرجل مباركًا في نفسه وماله وأهله وأسرته وزوجته وفي أعماله؟

سؤال يبحث عن جوابه كثير من الرجال والنساء والأولاد؟

إن القارئ لسير الصالحين يرى البركة في حياتهم وأعمالهم وأسرهم، فكم رأى الناس من بركة الله في الأوقات والأقوال، والأعمال والأشخاص، فيكثر القليل، ويعم النفع، ويتصل الخير، وتتم الكفاية، ويعلو الرضا، وتطيب النفوس.

كانت خلافة أبي بكر رضي الله عنه سنتين وأشهرًا، ومع ذلك حقق فيها ما يحتاج إلى عقود، وهذا الإمام النووي رحمه الله ترك لنا إرثًا من العلم والكتب ما تنقضي دونه الأعمار،

www.alukah.net
شبكة الألوكة

ويعجز عنه كثير من الرجال، وليس ذلك إلا إعانةً من الله، وبركةً جعلها في أوقاته وفي آثاره.

وحتى يكون الرجل مباركًا في بيته وأسرته عليه بإكرام أهله وحسن معاشرتهم ومعاملتهم بالمعروف، والرفق والإحسان بهم؛ قال عليه الصلاة والسلام: (خيركم خيركم لأهله، وأنا خيركم لأهلي) رواه الترمذي .

ومن بركة الرجل في بيته حثهم على طاعة الله وتعليمهم شرعه وسنة نبيه صلى الله عليه وسلم؛ قال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴾ [التحريم: ٦].

وتزداد بركته عندما يغض الطرف عن بعض أخطاء بيته، ما لم يكن فيه إخلال بشرع الله، وهذا يكون من خلال الموازنة بين حسناتهم وسيئاتهم، فإن رأى منهم ما يكره؛ فليتذكر ما يرى منهم ما يعجبه ويحبه، وإلى هذا يشير النبي صلى الله عليه وسلم بقوله: (لا يفرك مؤمن مؤمنة، إن كره منها خلقًا، رضي منها خلقًا آخر) رواه مسلم.

ومن البركة أن يجلس مع أهل بيته يحدثهم ويحدثونه ويستمع إليهم بحب وشوق، فهذا النبي صلى الله عليه وسلم كان يجلس مستمعًا إلى أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها عندما كانت تقص عليه حديث النسوة اللاتي جلسن وتعاقدن على ألَّا يكتمن من خبر أزواجهن شيئًا – وهو حديث أم زرع المعروف – وهو حديث طويل، ومع ذلك لم يمل رسول الله صلى الله عليه وسلم من عائشة وهي تحدثه؛ والحديث عند البخاري ومسلم.

ومن البركة اللعب واللهو، والسفر والتلطف معهم، وليكن لنا في رسول الله صلى الله عليه وسلم الأسوة الحسنة في ذلك؛ فقد حدثت السيدة عائشة أم المؤمنين، قالت: (كنت

شبكة الألوكة - قسم الكتب

ألعب بالبنات عند النبي صلى الله عليه وسلم، وكان لي صواحب يلعبن معي، فكان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا دخل ينقمعن منه فيسربهن إليَّ فيلعبن معي) رواه البخاري.

ومن البركة حسن الظن والثقة بهم مالم يرَ سوءًا واضحًا يتطلب فيه التدخل والعلاج، فإن سوء الظن يبعث على الحقد والضغينة والهجر بين أفراد الأسرة، والعاقل لا يسلم نفسه وسمعه لأقوال السوء في أسرته؛ تطبيقًا لقوله تعالى: ﴿ لَوْلَا إِذْ سَمِعْتُمُوهُ ظَنَّ الْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بِأَنْفُسِهِمْ خَيْرًا ﴾ [النور: ١٢] ، وقال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا ﴾ [الحجرات: ١٢].

ومن البركة النفقة والكسوة والسكن بالمعروف، وهذه النفقة واجبة على الزوج بالكتاب والسنة والإجماع؛ قال تعالى: ﴿ لِيُنْفِقْ ذُو سَعَةٍ مِنْ سَعَتِهِ وَمَنْ قُدِرَ عَلَيْهِ رِزْقُهُ فَلْيُنْفِقْ مِمَّا آتَاهُ اللَّهُ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا مَا آتَاهَا سَيَجْعَلُ اللَّهُ بَعْدَ عُسْرٍ يُسْرًا ﴾ [الطلاق: ٧].

ومن البركة أن يكون كريمًا بعواطفه وأخلاقه ونبله، وليس فقط في ماله، فالزوجة تحب الرجل الذي يحترمها أمام أهله وأهلها، يحترمها في البيت أمام أولادها، يحترم آراءها، وأفكارها، لا يسخر من طموحاتها أو حماستها.

والرجل المبارك من يتطلع دومًا إلى تحسين وضعه المادي والتعليمي على ألَّا ينسيه طموحه زوجته وأولاده، فلا يعلو وحيدًا ويتركهم بعيدًا عنه، بل يأخذهم معه في علوه، ليتقدموا معًا نحو الأفضل، يدفعهم هدف مشترك يودون الوصول إليه معًا.

ومن البركة الابتعاد عن سرعة الغضب، فالرجل المبارك يستوعب زوجته وأولاده ويتفهم طبيعتهم، ينقب عن مواطن الدفء والعاطفة داخلهم، يتأنى في التعامل مع المشكلات التي تواجهه معهم، فكم من البيوت تهدمت ووصلت إلى طريق مسدود بسبب عصبية الرجل!

وفي الختام... لنتذكر معيار خيرية الرجال التي وضعها صلى الله عليه وسلم في حسن عشرة الزوجات: (خيركم خيركم لأهله، وأنا خيركم لأهلي) رواه الترمذي.

أسأل الله العظيم أن يديم علينا وعلى زوجاتنا وأولادنا وأهلنا الخير والبركة، ويصرف عنا جميعًا الحقد والبغضاء وسوء الأخلاق.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

أهمية البركة على الأسرة

قال الله تعالى: ﴿ وَجَعَلَنِي مُبَارَكًا أَيْنَ مَا كُنْتُ وَأَوْصَانِي بِالصَّلَاةِ وَالزَّكَاةِ مَا دُمْتُ حَيًّا ﴾ [مريم: ٣١] ، جاءت هذه المقولة على لسان نبي الله عيسى عليه السلام وهو في المهد؛ أي في بداية مسيرة حياته، وهي في الواقع ليست مجرد تبيان لحقيقةٍ مرتبطة بالنبي عيسى عليه السلام؛ إنما هي شعار رائع ومبدأ عظيم للتمثل به والعمل بموجبه، (وجعلني مباركًا أينما كنت)! فقد كانت بركة عيسى ومحمد وجميع الرسل صلوات الله وسلامه عليهم متنزلة على أقوامهم ومتنامية، دون أن يكون خيرهم منتهيًا أو منقطعًا برحيلهم عن عالمنا، إنما ممتد باقٍ إلى يومنا هذا!.

والبركة تُعرف بالنماء والزيادة والسعادة والكثرة في كلِّ خير، والله سبحانه ألقى البركةَ على إبراهيمَ وعلى آله؛ قال تعالى: ﴿ وَبَشَّرْنَاهُ بِإِسْحَاقَ نَبِيًّا مِنَ الصَّالِحِينَ * وَبَارَكْنَا عَلَيْهِ وَعَلَى إِسْحَاقَ ﴾ [الصافات: ١١٢، ١١٣].

جاء في تفسير الوسيط لمحمد سيد طنطاوي: ﴿ وَقُل رَّبِّ أَنزِلْنِي مُنزَلًا مُّبَارَكًا وَأَنتَ خَيْرُ الْمُنزِلِينَ ﴾ [المؤمنون: ٢٩]، ﴿ وَقُل ﴾ أيضًا يا نوح: ﴿ رَبِّ أَنزِلْنِي مُنزَلًا مُّبَارَكًا ﴾؛ أي: أنزلني إنزالًا، أو مكان إنزال مباركًا، أي مليئًا بالخيرات والبركات، خاليًا مما حل بالظالمين من إغراق وإهلاك، ﴿ وَأَنتَ ﴾ يا إلهى ﴿ خَيْرُ المنزلين ﴾ بفضلك وكرمك في المكان الطيب المبارك.

وفي زماننا كم من الأُسر تشكو قلة البركة، وتظن أنه أُحيط بها، فلا بركة في المال، ولا بركة في الرزق، ولا بركة في الولد، ولا بركة في الزوجة، ولا بركة في الدار، ولا بركة في العمر، ولا بركة في الوقت وهكذا، ومن الأسر من تكون على النقيض من ذلك، فالبركة في كل

www.alukah.net
شبكة الألوكة

شؤون حياتها، بركة في العمر وبركة في الوقت، وراحة البال، وزيادة في المال والعلم، تنام في رغد وخير وبر من الأولاد.

لذا صار لزامًا على كل أسرة أن تفتِّش عن مواطن الخير في نفسها، وفيمن حولها، حتى تستخرجها وتدلَّ أفرادها إليها، وأن يفكر كلُّ فرد في الأسرة: كيف أكون مباركًا في نفسي وأوقاتي، وكيف ينبغي أن أترجم البركة في بيتي وبين أهلي وصحبي؟ كيف أستخرج خيرهم وجميلَهم دائمًا؟ كيف يكون كلامي مباركًا كشجرةٍ طيبة تؤتي أُكلها كل حين! وكيف أكون كذلك في حركاتي وسكناتي وبداياتي ونياتي وأعمالي، كيف بوسعي أن أُنَمِّي الخير وأدعو للمعروف وسط معارفي وفي محل عملي؟ وكيف أطرح التنمية والتطوير في مجتمعي؟

عندما يترجم كل فرد البركة في أسرته، فمن الممكن أن يكون فردًا مباركًا ناميًا أينما حلَّ لا منقطعًا أو مبتورًا، يظل كلامه وفعله وتأثيره حاضرًا، وتبقى ذكراه طيبة عالية، فالله يبارك كل ما هو موصول بالخير ومنعقد بالإخلاص، فيزيده نماءً ويشعُّه نورًا ويحيطه بركة.

وللبركة أهمية على الفرد وعلى الأسرة منها:

- إذا حلت البركة في شيء ثبت الخير الإلهي فيها، وثبت نفعها وكثرتها ودوامها.

- إن الله تعالى امتنَّ بها على خلقه، وهذا دليلٌ على عظيم فضلها، وكثرة فوائدها، وتعدُّد منافعها؛ قال تعالى: ﴿ قَالَتْ يَا وَيْلَتَى أَأَلِدُ وَأَنَا عَجُوزٌ وَهَذَا بَعْلِي شَيْخًا إِنَّ هَذَا لَشَيْءٌ عَجِيبٌ * قَالُوا أَتَعْجَبِينَ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ رَحْمَتُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ عَلَيْكُمْ أَهْلَ الْبَيْتِ إِنَّهُ حَمِيدٌ مَجِيدٌ ﴾ [هود: ٧٢، ٧٣].

- إن الأنبياء والصالحين كانوا يسألون الله تعالى البركة، ولا يسألون إلا ما كان نفعه عظيمًا.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

عندما زار إبراهيم عليه السلام ابنه إسماعيل لم يجده، ووجد امرأته، فقال لها إبراهيم عليه السلام: ما طعامكم، وما شرابكم؟ قالت: طعامنا اللحم، وشرابنا الماء، فقال – عليه السلام –: اللهم بارك لهم في طعامهم، وشرابهم، فقال أبو القاسم – صلى الله عليه وسلم –: بركة بدعوة إبراهيم"؛ رواه البخاري.

أسأل الله أن يُبارك لنا في أزواجنا وأولادنا وذرياتنا وفي أعمالنا، وفي أموالنا وفي بلادنا، وأن ينشر السعادة في كل بيت، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

مفاتيح البركة قبل الزواج

الزواج من سنن الأنبياء – عليهم الصلاة والسلام – فلا ينبغي أن يرغب المسلم عن هذه السنة إلا من عذر شرعي مقبول عند الله، قال صلى الله عليه وسلم للشباب الثلاثة: "أَمَا وَاللَّهِ إِنِّي لأَخْشَاكُمْ لِلَّهِ وَأَتْقَاكُمْ لَهُ، لَكِنِّي أَصُومُ وَأُفْطِرُ، وَأُصَلِّي وَأَرْقُدُ، وَأَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ، فَمَنْ رَغِبَ عَنْ سُنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي"؛ رواه البخاري.

قال تعالى: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ (الروم: ٢١)، وتنشأ المودة والرحمة بإذن الله إذا استطاع الزوجان تحقيق مفاتيح البركة.

ولتحصل أيها الموفق على البركة قبل الزواج، انتبه للتالي:

١–حدِّد الهدف من الزواج: هناك بعض الأشخاص من يرون أنَّ الهدف من الزواج هو الشهوة الجنسيَّة، ومنهم من يرون أنَّه لبسط السيطرة والنفوذ، ومنهم من يرون أنَّه عادة، ومنهم يرونه وسيلةً للعفاف، ووسيلة للإنجاب؛ قال تعالى: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١].

٢– معرفة حقوق الشريك الآخر: من حقوق الزوج على زوجته: القوامة، الطاعة بالمعروف، الخدمة، المحافظة على نفسها وماله وأولاده، حسن الاستقبال.

ومن حقوق الزوجة على زوجها: المهر، النفقة والسكن، المعاشرة بالمعروف، التعليم، كف الأذى، حق المبيت.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

٣- كيفية اختيار شريك حياتك: قال صلى الله عليه وسلم: "إذا جاءكم من ترضون دينه وخلقه فزوّجوه، إلا تفعلوه تكن فتنة في الأرض وفساد كبير"؛ رواه الترمذي.

وعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: (تُنْكَحُ الْمَرْأَةُ لِأَرْبَعٍ: لِمَالِهَا، وَلِحَسَبِهَا، وَلِجَمَالِهَا، وَلِدِينِهَا، فَاظْفَرْ بِذَاتِ الدِّينِ تَرِبَتْ يَدَاكَ)؛ رواه البخاري.

وأهم هذه المعايير معيار الدين والتقوى، قِيلَ للحسنِ بنِ عليٍّ رضي الله عنهما: «إنَّ لي بِنتًا، فمَن ترى أن أُزوِّجَها له؟»، فقال: «زَوِّجْها لِمَن يَتَّقي اللهَ؛ فإن أَحَبَّها أَكْرَمَها، وإن أَبْغَضَها لَمْ يَظْلِمْها»؛ (ابن أبي الدنيا).

٤- القراءة والتعلم عن تربية الأولاد: على الزوجين التعلم والقراءة عن تربية الأولاد قبل الزواج؛ لأن الأولاد زينة الحياة الدنيا، قال تعالى: ﴿ الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ﴾ سورة الكهف، وبهم تسعد النفس وينشرح الصدر، وهم أجركما الذي لا ينقطع بعد مماتكما، كما قال عليه الصلاة والسلام: (إذا مات ابن آدم انقطع عمله إلا من ثلاث: صدقة جارية، أو علم يُنتفع به، أو ولد صالح يدعو له)؛ رواه مسلم.

٥- توقع الخلافات الزوجية: الحياة الزوجية شراكة بين اثنين تعتريها بعض الاختلافات في الرأي وفي العادات الأسرية مما ينتج عنها خلافات أسرية، وهنا يجب على الزوجين توقُّع مثل هذه الخلافات، وعدم النظر إلى الحياة الزوجية نظرة مثالية جدًّا خالية من الخلافات.

جاء رجل يومًا إلى عمر بن الخطاب رضي الله عنه ليشتكي إليه من زوجته، فلما وصل وجد عمر في بيته وصوت زوجته مرتفع عليه؟ فلما خرج قال له: أنا يا أمير المؤمنين، جئت أشتكي لك من زوجتي، لقيت زوجتك أعظم، قال له: تغسل ثوبي، تكنس بيتي، تربي أطفالي، أفلا نصبر على بعض أذاها.

٦- السعي إلى تطوير النفس ورفع ثقافتها ومعرفتها في الحياة بشكل عام، والعلاقة الزوجية بشكل خاص، وفهم الطرف الآخر وطبيعته الشخصية، وذلك من خلال: دورات تدريبية، استشارات، كتب، مواقع الإنترنت، برامج تلفزيونية وغيرها.

٧- تجنُّب الاستعدادات المكلفة التي تفوق طاقة الزوجين وقدرتهما المالية، وقد تتسبب في تراكم الديون عليكما، وتغير الحالة المعيشية؛ مما يؤدي إلى ظهور استياء في الحياة الزوجية.

واعلَمَا أن البركة في الزواج لها أسباب، ومنها: خفة المهور وقلتها، ففي الحديث الذي رواه أحمد عن عائشة رضي الله عنها عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: "أعظم النساء بركة أيسرهنَّ مؤنة".

٨- الحذر كل الحذر من المعاصي والمخالفات الشرعية التي تحصل قبل الدخول على الزوجة؛ إذ إنها تذهب ببركة الزواج؛ مثل: (الخلوة المحرمة، والمكالمات الهاتفية بعد الخطبة وقبل عقد النكاح من غير سبب شرعي، التجمل للزواج بالحرام مثل: النمص والوصل).

أسأل الله أن يبارك لنا في أزواجنا وأولادنا وذريَّاتنا، وفي أعمالنا وفي أموالنا وفي بلادنا، وأن ينشر السعادة في كل بيت، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

مفاتيح البركة بعد الزواج

الزواجُ مرحلةٌ مهمة في حياة كل زوجين، فهما يَسعيان إلى تحقيق المحبة والألفة بينهما، لكن مع مرور الزمن وكثرة المسؤوليات الزوجية، تمر الحياة الزوجية بنوعٍ من الفتور، بل تتحول بعض حياة الأزواج إلى كآبة وحزنٍ، بدل من أن تكون حياتهم مليئة بالسعادة والاستقرار.

ثَبَتَ عَنْهُ – صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ – أَنَّهُ إِذَا رَأَى أَحَدًا مِنْ أَصْحَابِهِ حَدِيثَ عَهْدٍ بِزَوَاجٍ، دَعَا لَهُ بِقَوْلِهِ: "بَارَكَ اللَّهُ لَكَ، وَبَارَكَ عَلَيْكَ، وَجَمَعَ بَيْنَكُمَا فِي خَيْرٍ" رواه الترمذي؛ فَالْبَرَكَةُ فِي الزَّوَاجِ نِعْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَعَالَى، يُنْعِمُ بِهَا عَلَى مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ، وحتى نحصل على البركة بعد الزواج بإذن الله علينا الانتباه للتالي:

١– **الرضا بما قسم الله لك:** إذا تَمَّ الزواج فيجب عليك أن ترضى بشريك حياتك؛ إذ لا مفر لك من ذلك، ولن تجني من وراء غضبك له وكرهك إياه إلا الحسرة والتعاسة والفشل في الحياة.

٢– **اعلم أن أهم ما ينبغي لك إدراكه** هو أن سعادتك في الزواج تتوقف على ما تفعله بعد زواجك، فإذا كنت شخصًا متزنًا عاقلًا خاليًا من العقد النفسية، مستقيمًا على شرع الله، ففي استطاعتك أن تحقق لنفسك السعادة في الزواج، فالزواج برغم مشكلاته ومصاعبه هو أفضل طرق السعادة.

٣– **جدِّد حبَّك لزوجك،** لا يمكن أن تستمر سعادتك الزوجية إلا بتجديد حبك لشريك حياتك، فالحب هو الذي يصنع الزواج السعيد، بل هو الباعث على كل التصرفات الحميدة.

٤– **اعلم أن شريك حياتك ليس أنت:** فعلى الرغم من نقاط الاتفاق التي تجمع بينكما إلا أن بينكما اختلافًا، فينبغي عليك أن تقدر ما تنفرد به عن غيرك من نقاط اختلاف،

فلا يمكن لاثنين يجتمعان في بيت واحد أن يكونا متطابقين تمامًا، ولا بد أن يكون كل منهما متفردًا بشخصية منفردة وذاتية محددة، تجعله بعيدًا عن التماثل مع صاحبه.

٥- لا تظن أن الكارثة قد وقعت عند أي خلاف: فقد تنشأ الخلافات والمنغصات والمشكلات في أي لحظة، ولأي سبب، وذلك لاختلاف رغبات كل من الزوجين، وعند ذلك عليك أن تتقبل هذه الاختلافات على أنها أمر طبيعي لابد منه، وتحاول علاجها بالنقاش الهادئ والحوار البنَّاء فلكل داء دواء، ولكل مشكلة علاج، فلا تيئس من علاج أي مشكلة إذا كنت تتطلع إلى تأسيس حياة زوجية سعيدة.

٦- حاول تحاشي إثارة الموضوعات التي تثير حساسية شريك حياتك، وتستدعي غضبه، واجتنب القيام أمامه بعمل شيء تعرف سلفًا أنه لا يرضى عنه.

٧- لا تكن معارضًا لكل اقتراح أو رأي يصدر عن شريك حياتك، فإن ذلك يؤلمه ويفقده الإحساس بقيمته عندك؛ مما يؤثر على سعادتكما الزوجية، وعليك - بدلًا من ذلك - أن تشجعه على إبداء رأيه، وتحمد الصواب من آرائه، ولا تظهر المعارضة لأمور تعرف أنها محبوبة ومرغوبة لديه، إلا ما كان فيه محذور شرعي، وفي هذه الحالة عليك التوجيه بلطف ولين ورفق.

٨- أشعر نفسك بالرضا والسعادة: لا تكن كهؤلاء الذين لا يرون ما عند شريك حياتهم من الإيجابيات والفضائل ولا ينظرون إليها إلا بعين التقصير والانتقاص.

٩- أسعِد شريك حياتك تسعَد، أعط لتأخذ، هذا هو أحد قوانين الحياة، فإذا أعطيت لشريك حياتك السعادة حصلت عليها، واعلم أن المستفيد الأول من سعادته هو أنت؛ لأنك إذا نجحت في إسعاده، فسوف لا يدخر وسعًا لإسعادك ورد الجميل إليك، فإحساس

شريك حياتك يأبى أن يأخذ ولا يعطي؛ لأنه بطبيعته يحب العطاء والبذل والتضحية من أجل من يحب.

أسأل الله أن يبارك لنا في أزواجنا وأولادنا وذريَّاتنا وفي أعمالنا وفي أموالنا وفي بلادنا، وأن ينشر السعادة في كل بيت، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

بركة المال الصالح على الزوجين

قال تعالى: ﴿ زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ ﴾ [آل عمران: ١٤].

المال من الشهوات التي ترغب فيها النفوس، وتحرص عليها، وهو عصب الحياة ولا تقوم مصالح الدنيا إلا به؛ قال صلى الله عليه وسلم: "إن هذا المال حلوة خضرة، من أخذه بحقه ووضعه في حقه، فنعم المعونة هو، ومن أخذه بغير حقه، كان كالذي يأكل ولا يشبَع" صحيح الجامع ، وهنا شبه الرسول صلى الله عليه وسلم أن من أخذ المال بطريق الحلال واستعان به على أمر نفسه وأهله، وصرفه في وجوه الخير بنية حفظ نفسه، وعلى زوجته وأولاده ووالديه، وعلى أقربائه والفقراء، فهو نعمة عظيمة من الله على عبده المسلم، قال صلى الله عليه وسلم: "نعم المال الصالح للرجل الصالح" صححه الألباني.

أيها الأزواج الكرام، مَن رزَقه الله مالًا، سواء كان بوظيفة أو ورِثه من والديه – أن يتقي الله فيه وينفقه على نفسه بالمعروف، وعلى من تجب عليه النفقة، وأن يكون كريم النفس مع غيره مع استحضار الأجر من الله في ذلك، قال صلى الله عليه وسلم: "وإنك لن تنفق نفقة تبتغي بها وجه الله، إلا أُجرت بها حتى ما تجعل في فِيّ امرأتك" صححه الألباني، وقال صلى الله عليه وسلم: "إذا أنفق الرجل على أهله نفقة يحتسبها فهي له صدقة"رواه مسلم.

والسؤال هنا للرجال هل كل واحد منا استحضر النية الصالحة حينما يعطي أسرته نفقتهم، أو حين يدفع قيمة مشتريات الأسرة أو أجرة المنزل، أو فاتورة الكهرباء والجوال وغيرها، هل استحضرنا النية الصالحة عند الخروج للنزهة وشراء حاجات المدرسة والبيت.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

وهل استحضرت الزوجة النية الصالحة عندما ساعدت زوجها، وأعطت أولادها واشترت للبيت وللعيد ولنفسها دون منٍ ولا أذًى.

امرأة تقول: زوجي يملك أموالًا طائلة يحسدنا عليها الناس، إلا أن حالنا مليء بالأسى، فأولادنا يعانون من الجوع والبخل الفظيع، فهو يحسب علينا كل شيء من طعام ولباس وكهرباء، حتى أنه أزال معظم الأنوار من البيت حفاظًا على فاتورة الكهرباء.

وآخر يقول: أعمل ليل نهار من أجل زوجتي وأولادي، وتحملت ديون كثيرة من أجلهم، وزوجتي تملك من المال الكثير، لكنها تبخل عليَّ وعلى أولادي، دائمًا تكرِّر: أجمعها من أجل المستقبل ولا أدري متى يأتي المستقبل؟ .

فإلى كل رجل من أب وأخ وزوج، لتعلم أن رأي العلماء في النفقة أنها واجبة على الزوج على زوجته وأولاده وبالمعروف، وليس ذلك مقدرًا، لكنه معتبر بحال الزوجين، قال صلى الله عليه وسلم: "اتقوا الله في النساء فإنهنَّ عوان عندكم، أخذتموهنَّ بأمانة الله واستحللتم فروجهنَّ بكلمة الله، ولهنَّ عليكم رزقهنَّ وكسوتهنَّ بالمعروف" تفسير الطبري.

فعلى كل زوج يَملِك المال:

- احتساب الأجر عند الله عند نفقته على زوجته وأولاده، فهو مأجورٌ على كل ريال ينفقه عليهم.
- النفقة واجبة عليه فإذا ترك أو فرط فيها، فإنه يأثم وقد ضيَّع الأمانة.
- النفقة على الزوجة والأولاد من أفضل النفقات وأحسنها وهي مقدمة على الصدقات؛ قال تعالى: ﴿ يَسْأَلُونَكَ مَاذَا يُنْفِقُونَ قُلْ مَا أَنْفَقْتُمْ مِنْ خَيْرٍ فَلِلْوَالِدَيْنِ وَالْأَقْرَبِينَ وَالْيَتَامَى

وَالْمَسَاكِينِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ فَإِنَّ اللَّهَ بِهِ عَلِيمٌ ﴾ [البقرة: ٢١٥]، وهنا قدَّم الأقرباء على الفقراء والمساكين.

• ليعلم أن هذا المال إن لم ينفقه في طاعة الله ومرضاته على نفسه وعلى أهله، وعلى وجوه الخير والصدقات، وإلا سيكون عليه حسرة في الدنيا والآخرة، وبعدها سينتقل إلى الورثة بعد أن حرم نفسه وأهله من نعيم الدنيا فيما أحله الله.

وعلى الزوجة الموظفة أو من تملك مالًا:

• أن تعلم أنها ليست مجبورة على الإنفاق سواء على نفسها أو أولادها، لكن عليها ألا تخلق لنفسها مشاكل مع زوجها هي في غنى عن ذلك من حرمان وقهر وحبس وضرب، أو هجر أو منع؛ من نزهة أو سفر أو زيارة لوالد أو صديق.

• عليها أن تتفاهم مع زوجها في إدارة شؤون المنزل والأولاد حتى تنجح في حياتها الزوجية.

• ولتعلم أنها مطالبة بخدمة زوجها وأولادها وبيتها، فإذا سمح لها بالوظيفة وتنازل عن حقه في الخدمة أن تراعي ذلك، وأن ما تقوم به من مساعدة بمالها، سواء كان بخادمة لتقوم مقامها في المنزل، أو بشراء ما تحتاجه من أدوات وملابس لعملها هو نظير لسماحه، وتنازله عن خدمتها له.

• اجعلي المال طريق لسعادتك ولتحقيق طموحاتك ورغباتك، وليس عذاب وقهر ومذلة، وحرمان من نعيم الدنيا، فيما أحلَّه الله، ثم يذهب للورثة بعد أن حرمت نفسها منه.

أسأل الله العظيم أن يصلح لنا ولكم الذرية هذا، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

متى تكوني شخصية غامضة؟

لكل إنسان شخصيته التي تميزه عن غيره، وتجعله منفردًا عن سواه، والشخصية تتأثر عن طريق الوراثة وما يكتسبه من والديه وأسرته، وتتأثر كذلك بالبيئة والدين والعادات والتقاليد، وتتضح شخصية الإنسان من خلال تعامله مع الآخرين؛ فبعض الشخصيات تكون سهلة التعامل، وبعضها يصعب التعامل معها، والآخر تكون شخصيته غامضة.

والغموض شيء جميل؛ فهو يولِّد رغبة لدى الآخر، تدفعه لاستكشاف أفكار الآخرين وسلوكهم، وتثير الرغبة في إيجاد إجابات لأسئلة تحوم حول الشخصية الغامضة، ولكن شخصياتنا لا تُولَد غامضة، بل يجب علينا العمل على جَعْلِ شخصياتنا غامضة، وكتابًا مغلقًا لا يستطيع أيًّا كان قراءته وفهمه.

وللشخصية الغامضة عدة صفات، عن طريقها نتعرف عليها؛ ومنها:

- يسعى للتستر عن الحقيقة وعدم الكشف عنها.
- يحرص على إخفاء مشاعره، سواء كانت سلبية أو إيجابية.
- أفكاره حبيسة في نفسه، ولا يشارك الناس بها.
- قليل الكلام، ولا يحب المناسبات الاجتماعية أو التجمعات العائلية.
- شرس جدًّا عندما تهاجمه، مهما كان الخطأ.
- لا يعترف بالذنب أو الخطأ الذي ارتكبه.

والسؤال: متى يكون الغموض إيجابيًّا في حياة الزوجين؟

مروة متزوجة من خمس سنوات، وزوجها رجل صامت، وفي يوم من الأيام، كانت النفوس هادئة وطيبة ولطيفة، بدأت مروة تروي قصصها القديمة عن أسرتها وأسرارهم، وبعض المشاكل التي مرت عليهم قبل عشرين سنة، وعند أول شِجارٍ بينهم، بدأ يذكرها بكلام السوء عن أهلها، هنا أحست مروى بأشد الندم عندما تحدثت عن أسرارها، ولكن ما فائدة الندم؟

فهل الغموض هنا مطلوب أو لا؟ وهل صحيح على الزوج أو الزوجة أن تكون كتابًا مفتوحًا؟

مريم تشتكي من ضرب زوجها المتكرر، فلما استشارت أحد المتخصصين، سألها عن السبب، فقالت: لا أعلم، لكن عند ضربه لي كان يكرر كلمة: "عامل الجسد على ما تعود عليه"، يقول المستشار بعد الحوار مع مريم، اكتشف أن والدتها كانت تضربها بشدة وهي صغيرة، وكانت تقول لزوجها أن جسمها تعود على الضرب بسبب والدتها.

والسؤال مرة أخرى: متى يكون الغموض مفيدًا للزوجين؟ والجواب على هذا السؤال، حتى يكون الغموض مفيدًا أنصح كل زوجة بالآتي:

- لا تتحدثي عن المشاكل العائلية سواء كانت قديمة أو حديثة.
- لا تذكري حبكِ لصديقتكِ وإعجابكِ بها لزوجكِ، ولا تخبريه بصفاتها؛ لأن الأذن تعشق قبل العين.
- لا تتحدثي عن المشاكل الصحية، وخاصة المتعلقة بالعظام؛ لأن أول كلمة ستسمعينها منه: "عجزتِ وكبرتِ".

• لأنكِ ترغبين بجذب زوجكِ تجاهكِ وتجاه جسمكِ، ليس ضروريًّا معرفة الزوج بالتمارين التي تعملينها، أو أدوات العناية بالجسم التي تستخدمينها.

• لا تتحدثي كثيرًا عن نفسكِ، ولا تعطي تفصيلًا عن حياتكِ وعن أسراركِ، دائمًا اتركي قليلًا من الغموض يجول حولكِ، ولا تخبري عن نفسكِ كثيرًا، تحدثي بذكاء.

• لا تتكلمي قبل أن تفكري، ادرسي في دماغكِ ماذا ستقولينه، وفكري جيدًا؛ لأنه ربما ما ستقولينه سيأثر فيكِ، وعلى نظرة زوجكِ لكِ.

• أبرزي ثقتكِ في نفسكِ، لكن لا تكوني متعالية بعظمتكِ أمام الآخرين؛ حتى لا تسقطي من أعينهم، أو تكوني مغرورة، فلا أحد يحب المغرورين.

• استمتعي بشخصيتكِ التي تميزكِ، ولا تكوني نسخة من شخصية أخرى، لكن احذري أن تكوني من الأشخاص الذين ينطبق عليهم مثال: "خالف لتُعرف"، فسبب الاختلاف لا يجب أن يكون لكي تحصلي على التميز.

• النجاح في الحياة الزوجية هو تقبل الآخر وليس تغييره، فالرجل يحب المرأة الغامضة المتجددة، وعلى المرأة احترام وجود الرجل كرجل.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم من يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لبنات خير على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

غرفة النوم طريق للسعادة

غرفة النوم هي أهم غرفة في كل بيت؛ فهي تجمع مصالح ومنافع كثيرة للزوجين؛ كغرفة للاجتماعات، ومكان لراحة النفس والجسد بعد عناء يوميٍّ طويل، وفيها يتبادل الزوجانِ مشاعرَ الحُبِّ والشوق، وفيها تكون العلاقة الخاصة التي تُعتبَر من أهم حقوق الزوجين، وبها تتحقَّق السعادةُ الأُسريَّةُ.

كثيرٌ من الأزواج مَن يُخطئ عندما يُحوِّل هذه الغرفة إلى مكانٍ لبثِّ الشكوى وتبادُل العتاب، ومناقشة مشاكل الأطفال والأهل، وبثِّ الأحزان، واقتراح الحلول للمشاكل التي تُواجه التعثُّر في الحياة الزوجية، أو تكون مكانًا لطلبات المرأة واحتياجات الأولاد، ومناقشة إيجار البيت أو فاتورة الكهرباء أو الغاز أو المياه، أو الثلاجة التي تحتاج إلى تصليح أو الموقد الذي يحتاج إلى تغيير، حتى يتحوَّل هذا المكان الجميل الذي يأنَسُ فيه الزوجانِ إلى مكانٍ باردٍ لا إحساس فيه ولا مشاعر.

أيُّها الأزواج، كُلُّنا يعلم أن البيوت لا تخلو من المشاكل الزوجية التي يجب على الزوجينِ احتواؤها وعلاجها بأسرع وقت؛ حتى لا تتفاقم وتتحوَّل مع الوقت إلى مشاكل أكبر قد تؤدِّي إلى تدمير العلاقة الزوجية، ثم إلى الانفصال، وهنا نحن نُنبِّه إلى أن غرفة النوم من أفضل الطُّرُق التي تُؤدِّي إلى علاج المشكلات الأسريَّة إذا استُخدِمت بطريقة صحيحة، ولكي نستفيد من غرفة النوم بشكل أفضل يجب علينا:

- وجود هوية شخصية للزوجين، تتمثل في وجود بعض الإضافات التي تُشعِر الزوجين بالرغبة الشديدة بقضاء وقت أكبر وجميل وممتع فيها.
- الاهتمام بمكان السرير ووضعيَّته واتجاهه، وحجمه وارتفاعه، ومفارشه ولوازمه ونعومته ومدى مناسبته صحيًّا للزوجين.

• أن تكون الغرفة مكانًا لتبادُل كلمات الحُبِّ والتقدير من الزوجين، ولتبادل الزهور والرياحين والهدايا وبثِّ الأشواق والعواطف الجيَّاشة.

• أن تكون مكانًا للاحتفالات الخاصة، وتقديرًا للإنجازات التي حقَّقوها في أولادِهم وأعمالهم.

• أن تكون مكانًا للتعاوُن على طاعة الله، وعلى التلاقي على محبَّة الله، وفي التخطيط والتفكير لبناء الأخلاق والقِيَم في أولادهم.

• البُعْد عن الفوضى في غرفة النوم، كأن تكون مليئةً بالملابس غير النظيفة والأوراق المتناثرة، والأشياء الموضوعة في غير أماكنها، فإنها تمنع الطرفين من الاسترخاء والشعور بالراحة.

• إبعاد – قدر الإمكان – وسائل التقنية عن غرفة النوم؛ كالتلفاز والحاسب الآلي، وجيد أن تترك أجهزة الجوَّال خارجها؛ وذلك حتى لا يشعر الزوجان بالتجاهل والإهمال من الطرف الآخر، ومن أجل حياة أكثر هدوءًا وتوازنًا.

• الاهتمام بنظافة وترتيب حمام غرفة النوم بالدرجة الكافية، لا إهماله على اعتبار أنه شخصي جدًّا ولا يراه أو يستخدمه أحد سوى الزوجين؛ بل على الزوجة أن تحرص على أن تكون أجواء الحمام باعثةً على الاسترخاء والراحة، وتهتم بتعطيره، وتحرص على أن يكون خاليًا من الملابس المتَّسِخة المتناثرة وغيرها من الفوضى.

• الحرص على الذَّهاب إلى غرفة النوم في أوقات متقاربة جدًّا بين الزوجين، حتى يكونا مستعدَّينِ كل منهما للآخر، ولأن التباعُد في الوقت يجعل السابق يشعُر بالمَلَل وهو ينتظر صاحبه، ويجعل المتأخِّر يشعُرُ بالإحباط عندما يدخل على شريكه وهو نائم.

• العِناق والقُبْلة حتى ولو كان أحدهما متعبًا أو كلاهما مُتعبينِ؛ لأن ذلك يزيد من هرمونات السعادة، ويجعل كلًّا منهما أكثر رِضًا عن الآخر.

• الابتعاد عن الأكل والشرب داخل الغرفة، حتى لا تتحوَّل إلى مطبخ وقاعة للطعام بعد تكدُّس الملاعق والصحون والكاسات؛ مما يُضفي على النفس الكآبة والمَلَل من المكان؛ لكن ممكن عمل مفاجأة بشِراء حلوى أو فطور للشريك الآخر، بشرط ألَّا تكون ممارسة مستمرة.

• منع الأطفال من ممارسة ألعابهم فيها؛ بل لا يكون دخولهم إلَّا باستئذان، وتعليمهم أن هذه الغرفة لها خصوصيتها واحترامها.

أيها الأزواج، إن غرفة النوم بالنسبة للزوجين، مكان يرمز للحب والأُلْفة، وهو مكان للراحة والسكينة، وهي تمتاز عن سائر الغرف في المنزل؛ لذا كان واجبًا على الأزواج المحافظة عليها وعلى أهميتها في نفوسهم.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصُل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم مَن يعبد الله على الحقِّ، وأن يجعل أولادَهم لَبِنات خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلَّى الله على سيِّدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الطريق إلى السعادة الأسرية

الزواج هو الخطوة الأولى لتكوين الأسرة، وهو سنة الله في خلقه، والأسرة السعيدة هي اللبنة الأساسية لبناء مجتمع متماسك وسليم يخلو من العقد النفسية والجرائم ، يقول أحد السلف واصفًا حاله وهو في غمرة السعادة الحقيقية: إنه لتمر عليَّ ساعات أقول فيها: " إن كان أهل الجنة في مثل ما أنا فيه إنهم لفي عيش طيب " الجواب الكافي.

وتختلف موارد الناس ومشاربهم في تحصيل السعادة، فمن الناس من يرى أن السعادة هي في جمع المال، ومنهم من يرى أن السعادة في كثرة العيال، ومنهم من يرى السعادة في غير ذلك، يقول الْحُطَيْئَةُ:

وَلَسْت أَرَى السَّعَادَةَ جَمْعَ مَالٍ وَلَكِنَّ التَّقِيَّ هُوَ السَّعِيد

إن السعادة الأسرية أن يكون الإنسان في بيته سعيدا مع زوجته وأولاده، فعن سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (أربع من السعادة: المرأة الصالحة، والمسكن الواسع، والجار الصالح، والمركب الهنيء)؛ رواه ابن حبان في صحيحه.

وينظر بعض الرجال والنساء للسعادة الأسرية باعتبارها مجرد وهم، فهي في نظرهم من المستحيلات التي لا يمكن تحقيقها، لكن خبراء وعلماء النفس والأسرة يؤكدون – من خلال التجارب والأبحاث – أن تحقيق السعادة أمر ممكن، من خلال توافر شروط عدة؛ أهمها:

١ – اختيار الزوجة الصالحة والزوج الصالح، كما في حديث أبي هريرة – رضي الله عنه – عن النبي – صلى الله عليه وسلم – قال: (تُنكح المرأة لأربع لمالها ولحسبها وجمالها ولدينها، فاظفر بذات الدين تربَت يداك)؛ رواه البخاري، وقال صلى الله عليه وسلم للأسرة عندما

www.alukah.net
شبكة الألوكة

يتقدم الخاطب لابنتهم: (إذا خطب إليكم من ترضون دينه وخلقه فزوِّجوه، إلا تفعلوا تكن فتنة في الأرض وفساد عريض)؛ رواه الترمذي.

٢- الدعاء الصالح، وهو سلاح المسلم، فنحن ندعو الله ونحن موقنون بالإجابة بأن يحقِّقَ لنا السعادة، وأن يجلبها لنا، وأن يعيننا على تحقيقها، وعلى إسعاد أنفسنا ومن حولنا، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: (ادْعُوا اللَّهَ وَأَنْتُمْ مُوقِنُونَ بِالْإِجَابَةِ)؛ رواه الترمذي.

٣- المعاشرة بالمعروف بالكلمة الطيبة والصحبة الجميلة، وكف الأذى وحسن المعاملة؛ قال تعالى: ﴿ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ﴾ [النساء: ١٩]، ويقول سبحانه: ﴿ وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ ﴾ [البقرة: ٢٢٨].

٤- الاحترام المتبادل بين الزوجين، فيجب على الزوجة احترام زوجها، حتى لا تهتز صورته أمام أولاده، وكذلك الزوج يجب عليه احترام زوجته، ومعاملتها معاملة حسنة أمام الجميع، قال تعالى: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١]، فالمودةُ والرحمةُ هما المعنى الحقيقي للاحترام المتبادل بين الزوجين.

٥- الاهتمام بالعلاقة الحميمية بين الزوجين؛ لأن إهمالها يؤدي إلى الكدر والتعاسة والاضطراب النفسي، عن جابر بن عبدالله قال: (تزوجت امرأة فأتيت النبي - صلى الله عليه وسلم - فقال: أتزوجت يا جابر؟ فقلت: نعم فقال: بكرًا أم ثيبًا؟ قلت: لا بل ثيبًا، فقال: هلا جارية تلاعبها وتلاعبك؟!) رواه البخاري.

٦- الحرص على تعليم الأسرة حبَّ الخير وأحكام الشرع؛ من الصلاة والصدقة وصلة الرحم والعمل الصالح، قال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا

شبكة الألوكة - قسم الكتب

النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴾ [التحريم: ٦].

٧- التغافل عن الأخطاء والمقابلة بالحلم والتسامح والعفو، يقول الحسن البصري رحمه الله: (ما زال التغافل من فعل الكرام) (كتاب تفسير التحرير)، ويقول الإمام أحمد رحمه الله: (تسعة أعشار حسن الخلق في التغافل) (كتاب تهذيب الكمال).

٨- مساعدة الزوج زوجته ومساعدة الزوجة زوجها في الواجبات المنزلية والعملية، وفي تربية الأولاد، سُئلت عَائِشَة رضي الله عنها: (ما كان رسولُ اللهِ صلى اللهُ عليه وسلمَ يَعمَلُ في بيتِه؟ قالت: كان يَخيطُ ثوبَه، ويَخصِفُ نَعلَه، ويَعمَلُ ما يَعمَلُ الرجالُ في بُيوتِهم) رواه ابن حبان.

٩- عدم نقل المشكلات الأسرية إلى الخارج والحفاظ على أسرار الحياة الزوجية، وخاصة العلاقة الحميمية، قال تعالى: ﴿ فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ ﴾ [النساء: ٣٤]، وقال صلى الله عليه وسلم: (إن من أشر الناس عند الله منزلة يوم القيامة، الرجل يفضي إلى امرأته وتفضي إليه، ثم ينشر سرها)؛ رواه مسلم.

١٠- اللعب والترفيه والخروج إلى المنتزهات والسفر في أوقات اليوم، أو كل أسبوع أو كل شهر، فإنها تجعل للحياة الزوجية نكهة قوية وسعادة قلبية، تبقى محفورة في ذاكرة الزوجين والأولاد.

١١- تبادل المشاعر العاطفية والتصريح بها، كمدح الشكل والفعل والكلام والتعبير عن الشوق والمحبة، قال رسول الله – صلى الله عليه وسلم –: (إني قدْ رُزِقْتُ حُبَّهَا) رواه مسلم، وقَصَد في هذا الحديث أمَّ المؤمنين خديجة – رضي الله عنها – وتروي عائشة – رضي الله

عنها – فتقول: (ما غِرْتُ علَى أحَدٍ مِن نِسَاءِ النبي صَلى اللهُ عليه وسلمَ، ما غِرْتُ علَى خَدِيجَةَ، وما رَأَيْتُهَا، ولَكِنْ كانَ النبي صَلى اللهُ عليه وسلمَ يُكْثِرُ ذِكْرَهَا)؛ رواه البخاري.

١٢- ولا تنسوا الفضل بينكم، فعلى الزوج والزوجة الاعتراف بالفضل والجميل لكل منهما، فقد كانا شريكين في تربية الأولاد والخدمة والتضحية، قال صلى الله عليه وسلم: ((لا يَفرَك مؤمن مؤمنة إن كره منها خلقًا رضي منها آخر))؛ رواه مسلم.

أسأل الله أن يُصلح بين الزوجين، وأن يجمع بينهما على خير، وأن ينشر السعادة بينهما، وأن يصلح لهما الذرية، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الغيرة عند الرجل والمرأة

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: بيْنَا نَحْنُ جُلُوسٌ عِنْدَ رَسولِ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ قالَ: بيْنَا أنَا نَائِمٌ، رَأَيْتُنِي في الجَنَّةِ، فَإِذَا امْرَأَةٌ تَتَوَضَّأُ إلى جَانِبِ قَصْرٍ، قُلْتُ: لِمَن هذا القَصْرُ؟ قالوا: لِعُمَرَ بنِ الخَطَّابِ، فَذَكَرْتُ غَيْرَتَهُ فَوَلَّيْتُ مُدْبِرًا قالَ أبو هُرَيْرَةَ: فَبَكَى عُمَرُ بنُ الخَطَّابِ ثُمَّ قالَ: أعَلَيْكَ بأَبِي أنْتَ وأُمِّي يا رَسولَ اللَّهِ، أغَارُ؟ (رواه البخاري).

الغَيْرَةُ هي أفكار وأحاسيس وتصرُّفات تحدث عندما يظن الشخص أن علاقته القوية بشخص ما تهدِّد من قبل طرف آخر منافس، وهذا الطرف الآخر قد يكون مدركًا أو غير مدرك أنه يشكل تهديدًا، وقيل الغَيْرة: كراهة الرجل اشتراك غيره فيما هو حقه.

تقول سعاد: "أنا متأكدة من خيانته لي، فإحساسي لا يخيب، فنار الغيرة تأكلني كلَّما تأخَّر عن المنزل، وعندما أسأله عن سبب غيابه يخترع لي أسبابًا غير منطقية، أعلم أنَّني لست جميلة بالقدر الكافي؛ لذلك أبقى في حالة خوف وغيرة شديدة على زوجي".

ويقول سالم: "لقد مللتُ حالة الاستجواب التي تتعامل زوجتي بها معي، أشعر أنَّني أجلس مع محقِّق وليس مع زوجتي، أين كنت؟ ومع من جلست؟ وما الرائحة التي عليك؟ إنها تقتلني بغيرتها عليَّ".

إن الشعور بالغيرة أمرٌ طبيعي في العلاقة الزوجية، فالغيرة المنضبطة قد تكون مطلوبةً للمحافظة على استمرارية العلاقة، وزيادة مشاعر الحب، ولكن تحدث المشكلة عندما تتحوَّل لغيرة مفرطة لا يُمكن التحكُّم بها، مما يُشعر الأزواج بالقلق والخوف وعدم الأمان، ويُهدِّد العلاقة بينهما، وقد يدمِّرها أيضًا، لذا من الضروري التمييز بين الغيرة المنضبطة وغير المنضبطة لضمان استمرار العلاقة بنجاح.

والسؤال هنا ما مظاهر وأسباب الغيرة عند الرجل والمرأة؟ وكيف التغلب عليها؟

• المرأة تغار على زوجها من امرأة أخرى حين تشعر بأنها أجمل منها، أما الرجل فيغار على زوجته من سائر الرجال خاصة إذا خرجت بكامل زينتها.

• المرأة تفتعل أي مشكلة أو خلاف من أجل التعبير عن غيرتها، وتنتهز أي فرصة لذلك، أما الرجل فيواجه المرأة ثائرًا وغاضبًا؛ لأنَّ الغيرة تستفزه.

• الاهتمام الزائد والمفاجئ دليلًا على الغيرة، خاصةً إذا لم يكن يُظهر أيَّ اهتمام من قبلُ، ويبدأ الرجل بالسؤال والاتصال دون توقُّف عن المرأة بسبب صور شاهدها، أو وظيفة جديدة فيها اختلاط؛ مما يجعله يخاف من فِقدان شريكه.

• قد تكون الغيرة بسبب تجارب مؤلِمة مرَّ بها أحدُ الزوجين في الماضي، فهما يخشيان من تكرارها وفِقدان من يحب.

• متابعة ومراقبة الشريك في وسائل التواصل الاجتماعي، فتجدهم يتابعون التعليقات والإعجابات والمشاركات، وقد يغضبون ويعاتبون لأجلها، وربما يصل بهم الأمر إلى طلب كلمات المرور لحسابات التواصل الاجتماعي.

• إظهار عيوب الآخرين، وأنهم غير جديرين بالثقة، وينتهز أي فرصة خطأ تحدث من قبلهم ليثبت كلامه، سواء كانوا من العائلة أو الأصدقاء.

ولعلاج نار الغيرة عند الزوجين عليهما بالتالي:

• الثقة بين الزوجين، ثقته بنفسه مقابل ثقته بالشريك الآخر، فكلما وَثَقَ كلُّ شريك بشريكه انتفت دواعي الغيرة بينهما.

• الصراحة والابتعاد عن الغموض في تصرفاتهما، فالصراحة تجعل العلاقة تسودها الشفافية دون الوصول إلى الشك بينهما بسبب الغيرة.

• الابتعاد عن الهوس والشك غير المنطقي الذي تسبِّبه الغيرة؛ مما يؤثِّر سلبًا على العلاقة، فتهدم الاستقرار والسعادة الزوجية.

• التعامل مع هذه المشاعر بتفهُّم ودون غضبٍ، ومحاولة إشعار الشريك الغيور بالأمان، وتجنُّب التصرفات المثيرة للغيرة.

• إظهار الحب باستمرار، وإخبار الشريك الآخر بالحب، وأنه جزء مهم في حياته.

• البحث عن مصدر الشعور بعدم الأمان، وتجاهل جراح الماضي، فإذا كان سبب عدم الشعور بالأمان التعرُّض لصدمة في الطفولة مثلًا، يُمكن التغلُّب على ذلك من خلال الحصول على الدعم المناسب لتحويل المعاناة لمصدر قوَّة.

• التركيز على الأمور الإيجابية في حياة الزوجين بدلًا من التركيز على ما يمتلكه الآخرون، وحسدهم على ذلك، مع تجنُّب الاختلاط بالأشخاص دائمي البحث عن الكماليَّة، والأزياء، والموضة، والإجازات، والسيارات الباهظة، والتي تشعر البعض بالعجز والغيرة.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمَع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج مِن تحت أيديهم مَن يعبُد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لبنات خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

تعاملي بذكاء مع زوجك

يحرص كثيرٌ من الرجال على الارتباط بالمرأة الذكية، والدخول معها في علاقات ناجحة ومُميَّزة؛ لأن استقرار ونجاح العلاقة بشكلٍ عام يعتمد بشكلٍ كبير على نُضْج أطرافها ووعيهم، ولا يقتصر ذكاء المرأة على مستواها العقلي والثقافي، أو طريقة تفكيرها الإبداعيَّة، وتمتُّعِها بالحُنْكة والذكاء وسرعة البديهة؛ وإنما قدرتها على فَهْم مشاعر شريكها وطريقة تفكيره وتفنُّنها بالوصول إلى قلبه وأسْر عقله بطُرُقٍ إيجابيَّة صحيحة.

والسؤال: كيف تتعامل المرأةُ بذكاءٍ مع زوجها؟ والإجابة عن هذا السؤال تكون من خلال اتِّباع الطُّرُق الآتية:

- الاحترام المتبادل بينهما؛ لأن الاحترام يجعل العلاقات أكثرَ مرونةً وسلاسةً بينهما.
- تُقدر دورَ زوجِها ومكانته، ولا تُحاول التقليل من شأنه أو أهميته.
- تمنحه فرصته للتعبير عن آرائه ووجهات نظره في مُختلف القضايا.
- تُحافظ على مسافة أمان تضمن حماية حقوقها، وتدفعه بالمقابل لاحترامها وتعظيمها والاعتراف بمكانتها.
- التعبير عن المودَّة له، بتقديم عبارات الشكر والامتنان له بانتظامٍ على أبسط الأفعال التي يقوم بها من أجْلِها.
- منحه الاهتمام الكافي، وجعله أحد الأولويَّات المُهِمَّة لديها.
- إعداد وجباته المُفضَّلة ومُفاجئته بها.
- إرسال الرسائل والبطاقات ذات الكلمات الرقيقة له بين الحين والآخر.

شبكة الألوكة - قسم الكتب

• إشراكه في القرارات المُهِمَّة في حياتها وحياة الأسرة، وطلب رأيه ومشورته دائمًا؛ لإظهار مكانته الكبيرة والمميَّزة لديها.

• تلبية حاجات الرجل ورغباته قدر الإمكان، العاطفية والجسدية.

• احترام الاستقلاليَّة والخصوصيَّة للطرفين، فمن الطبيعي أن يكون لكل منهما أهدافه وطموحاته الخاصة التي لا يحقُّ للطرف الآخر الوقوف أمام نجاحها ما لم تكن غير منطقيَّة أو تضرُّ بعلاقتهما وتُهدِّد استقرارَها.

• المبادرة على دعمه ومُساندته وتشجيعه على تحقيق أهدافه وطموحاته.

• الابتعاد عن الإصرار على التدخُّل في شؤونه الخاصة بشكل مبالغ؛ بل تمنحه الثقة والحب، مع المحافظة على خصوصيَّاتها واستقلاليتها وطموحاتها ومساحتها الخاصة مثله أيضًا.

• إتقان فنون الحوار الذي يشمل العبارات الهادفة والتعابير اللفظيَّة وغير اللفظيَّة التي تُحقِّق هدف النقاش وتجعله سلسًا ومَرِنًا ومُمتِعًا.

• استخدام جاذبيَّة المرأة الخاصة، فأنوثتُها وسحرُها وشخصيَّتُها المميَّزة يُشكِّلان أسلحةً فعَّالة تُساعدها على التأثير على الرجل، من خلال جذبه لها واستمالة مشاعره والوصول إلى ما تريده منه، وإقناعه برغباتها برقَّةٍ ولُطْفٍ وسهولةٍ.

• ثقة الزوجة بنفسها واحترامها لذاتها والعناية بها وتقبُّلها بشكلٍ واضح، والذي يُحفِّزها على التعامل الجريء أمام شريكها؛ فيُساعدها على الحصول على احترامه وكسب إعجابه وثقته أيضًا.

• إشعار الرجل بقوَّته ورجولته من خلال التعامل الرقيق معه والتصرُّف بأنوثةٍ ولُطْفٍ.

• الحفاظ على جانبٍ شخصيّ غامضٍ بالفتاة يجذب الرجل ويجعله يرغب في التقرُّب منها أكثر، فلا تكون كالكتاب المفتوح أمامه؛ حيث إنَّ الغموض سببًا لإثارة الفضول والشغف وكسر المَلَل في العلاقات.

• التغيير للأفضل، وذلك بوضع يدها على القصور لديها والعيوب التي تعتريها؛ لتتمكَّن من تقويمها وعلاجها، وهي خطوة مهمة جدًّا وضرورية لتكون البداية سليمة.

• كسر المَلَل والروتين في الحياة الزوجية، باقتراح السفر إلى مكان ما، أو تحضير عشاء مختلف معًا في المنزل، أو مفاجأة الزوج بهدية، أو استعادة الذكريات من خلال مشاهدة ألبوم الصور أو فيديوهات اللحظات الجميلة.

• اختيار الأوقات المناسبة لتجذب انتباهه وتُعبِّر له عن مشاعرها وتَطلُّعاتها وأفكارها ومخاوفها أيضًا.

• الاهتمام بذاتها وبشكلها وصحَّتِها وجمالها وإطلالتها وثقافتها وأفكارها لتجذب زوجَها من جديد بعد سنوات طويلة من الزواج.

• التخلي عن السيطرة؛ فالرجل بطبيعته يكره المرأة المُتسلِّطة والمتحكِّمة في معظم الأمور الحياتية، وخاصة التي تتعلق به.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوِّجين والمتزوِّجات على طاعة الله والحب والتواصُل السليم، وأن يخرج مِنْ تحت أيديهم من يعْبُد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلَّى الله على سيِّدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الزوجة المشاكسة والمثيرة للرجل

المشاكس هو الشخص الذي يبني علاقات اجتماعية بطُرُق أكثر حيوية وممتعة عن طريق الدعابة والفكاهة، أو بفعل المقالب مع الأصدقاء، والكثير من الأساليب الأخرى.

وإثارة المرأة وجاذبيتها للرجل لا تقتصر على مواصفاتها الجسدية فقط؛ بل أيضًا هناك العديد من المواصفات الشخصية التي تُعتبر هامَّة جدًّا لغالبية الرجال، والتي ستجعلها أكثر جاذبية وإثارة بالنسبة إليهم، ومن هذه المواصفات ما يأتي:

- **حس الدعابة:** الرجال يحبُّون الزوجة التي تتمتع بحسِّ الدعابة والفكاهة؛ لأنها ستكون جذَّابةً أكثر من غيرها.

- **حب المغامرة:** يميل كثيرٌ من الرجال إلى للزوجات اللاتي يتمتَّعْنَ بروح المغامرة وينجذبون لهُنَّ، والمقصود بحب المغامرة هنا هو تجربة الأشياء الجديدة والغريبة، والتهوُّر في بعض الأوقات.

- **التعامل بلطف:** عادة يكون الشخص الأكثر لطفًا أكثرَ جاذبية في الوقت نفسه؛ لذلك فإنَّ مُعظم الرجال يُفضِّلون الزوجة اللطيفة والودودة والطيبة.

- **الثقة العالية بالنفس:** يميل مُعظم الرجال إلى اختيار الشريكة الواثقة بنفسها وبزوجها.

- **النضج العاطفي:** إنَّ الزوجة التي تستطيع التحكُّم في عواطفها وردود أفعالها ومشاعرها ستكون أكثرَ نضجًا وأكثر جاذبية في نظر الرجل.

- **معرفة الذات والأهداف المستقبلية:** من الأشياء الجاذبة للرجل أن تكون زوجتُه قادرةً على حَسْم أهدافها، ورسم خططها المستقبلية.

- **تجنُّب التصنُّع والتصرُّف بعفوية،** وحُسْن التصرُّف مع الآخرين مع تجنُّب الغرور.

• **الزوجة الذكية في أقوالها وأعمالها:** هذا الأمر سيجعل التواصُل معها بشكلٍ ممتع ومثير للاهتمام.

عن جابر بن عبدالله رضي الله عنهما، قال: هلك أبي وترك سبع بنات أو تسع بنات، فتزوَّجْتُ امرأةً ثيِّبًا، فقال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((تزوَّجْتَ يا جابرُ؟)) فقلت: نعم، فقال: ((بِكْرًا أم ثيِّبًا؟))، قلت: بل ثيِّبًا، قال: ((فَهَلَّا جارية تلاعِبُها وتُلاعِبُك، وتُضاحِكُها وتُضاحِكُك))، قال: فقلت له: إنَّ عبدالله هلَك وتَرَك بنات، وإني كرِهْتُ أن أُجيئَهُنَّ بمثلهن، فتزوَّجْتُ امرأةً تقوم عليهن وتُصْلِحُهُنَّ، فقال: ((باركَ اللهُ لكَ أو قال خيرًا))؛ رواه البخاري.

ذكر بعض العلماء أسبابًا لتفضيل الزواج من البِكْر على الثيِّب، منها أنَّ المرأة البِكْر تكون أشدَّ حياءً ودلالًا من المرأة الثيِّب؛ ذلك أنَّ البِكْر لم يسبق لها الزواجُ.

ولم تخلُ حياة النبي صلى الله عليه وسلم من مشاهد رومانسية مع زوجاته حتى وقت الشدة والحروب رغم المسئوليات التي على عاتقه، فحياتُه معهن لم تكن حياةً قاتمةً بلا ابتسامة، أو جامدة بلا مشاعر، أو حادَّة بلا تلذُّذ بجمال الحياة وبهجتها، والتي تمثل النساء جزءًا كبيرًا في هذا الجانب، وتأتي زوجته عائشة رضي الله عنها المُحبَّبة إليه في الصدارة، والتي كان يسابقها لتغلبه، ويغازلها بلقب يا "عائش" و"عويش"، ويشرب الماء من مكان شفتيها؛ تعبيرًا عن الحب، وخاصة في وقت حَيْضِها ليُؤكِّد لها حُبَّه.

عن عائشة رضي الله عنها أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال لي: ((تعالي أسابِقكِ))، فسابَقْتُه، فسبقتُه على رجلي، وسابقني بعد أن حملت اللحم، وبدنت فسبقني وجعل يضحك وقال: ((هذه بتلك!))؛ رواه أبو داود.

أسأل الله أن يُصلِح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصُل السليم، وأن يخرج مِنْ تحت أيديهم مَنْ يَعْبُد الله على الحقِّ، وأن يجعل أولادهم لَبِناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلَّى الله على سيِّدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

www.alukah.net
شبكة الألوكة

حاجات الرجل وحاجات المرأة

فطر اللهُ الإنسانَ على حاجات وغرائز معينة يسعى إلى إشباعها، والحاجة هي حالة من النقص والافتقار يصاحبها نوع من التوتُّر والضيق لا يلبث أن يزول عندما تُلبَّى هذه الحالة، سواء أكان هذا النقص ماديًّا أو معنويًّا، داخليًّا أو خارجيًّا.

والحياة الزوجية يسودها النزاع المتبادل بين الزوجين عندما يفتقد كل منهما حاجاته الضرورية، ومعظم الأزواج يُهدِرون أوقاتهم في تلبية احتياجات خاطئة؛ لأنهم ينظرون من وجهة نظرهم هم، وليس من طبيعة الشريك الآخر وحاجاته.

فإذا فقدت الحاجة عند أحدهما أكمل حياته مكبوتًا، محبطًا، تعيسًا، متوترًا، أو أن يبحث عن بدائل شرعية أو غير شرعية لإشباعها، وحاجات الرجل والمرأة كثيرة؛ لكن لكلٍّ منهما حاجاته الأساسية لا يستطيع التوازن دون إشباعها، وهذه الحاجات تتمثَّل في: الإعجاب والحب والمحادثة والاستقرار والتقبُّل والالتزام العائلي والدعم المالي والأمانة والصدق والانجذاب الجسدي والصحبة الممتعة والإشباع الجنسي.

عندما سُئل بعض الرجال عن أهم احتياجات الزوجات، ذكر معظمهم (المال، السفر، الخادمة، الهدية، المطعم) فهل هذا صحيح؟ وعندما سُئلت بعض النساء عن احتياجات الأزواج، ذكرت معظمهن (الجنس، الخدمة، السمع والطاعة، التسلط) فهل هذا صحيح؟ وهنا تكمن المشكلة أن الرجل لا يعرف احتياجات زوجته، والمرأة لا تعرف احتياجات زوجها.

وحتى نفرق بين الحاجة والرغبة لنجرب هذا التمرين مع الرجل مثلًا، توقفي أسبوعًا كاملًا عن حضن الزوج، وإرسال الكلمات الرومانسية، وتقبيله، وترقبي نفسيَّته بعد أسبوع كامل،

شبكة الألوكة - قسم الكتب

هل سيدخل في حالة توتُّر شديدة؟ هل سيزور الطبيب النفسي؟ هل سيُصاب بحالة اكتئاب؟ إن كان الجواب نعم، فهذه حاجة، وإن كان الجواب لا، فإنها رغبة وليست حاجة.

وحتى نصل إلى حياة سعيدة وهانئة، أقول لكل زوجة: إن أهم احتياجات الرجل:

- الثقة، في تعاملاته، وفي حبه لها، وفي قدراته، وإمكاناته، وفي أفكاره.
- القبول، تقبله بضعفه وقوته، بدون محاولة تغييره، وعدم انتقاده، والتجسس عليه، وعدم إرهاقه بالتعليمات المستمرة، وعدم التعالي عليه.
- الإعجاب، برجولته وشهامته، بأعماله وإنجازاته، بنفقته وتربيته، مع الشكر له، والامتنان على ما يقدمه لها ولأسرته وللمجتمع، وتشجيعه على المزيد.

وأقول لكل زوج: إن أهم احتياجات المرأة:

- الاهتمام والعناية، بالتعاطف معها وتفهُّم مشاعرها، والإنصات لها، بغض النظر عن قناعة الرجل بما تقول.
- الحب والتقبُّل، أن تكون أهم شخص في حياته، مع التكرار والتأكيد بالأفعال والكلمات ولغة الإشارة.
- الاحترام، احترام حقوقها كزوجة، واحترام مشاعرها، وأسرتها، وهواياتها، وأفكارها، ووظيفتها.

قد يذكر البعض أن هناك احتياجات لم تذكر، أو أن بعض الاحتياجات مشتركة بين الرجل والمرأة، فهذا صحيح، مع التأكيد على التالي:

- تتشابه احتياجات الرجل والمرأة مثل: التقبُّل والاحترام والحب؛ لكنها تختلف في مدى الأهمية، فقد تكون عند الرجل أساسية وعند المرأة ثانوية.

- توقَّفا في بذل الجهد في الرغبات والاهتمامات، وركِّزا على الاحتياجات الأساسية.

- أكبر خطأ عندما تقدم وتقدم وفي ظنك أنه احتياج، وهو في الأصل أن الشريك الآخر لا ينظر إليه ولا يهتم به.

- كل رجل تختلف احتياجاته عن غيره، وكذلك المرأة، بسبب الدين والمعتقدات والبيئة والتربية والعادات.

- أخيرًا إذا أراد الرجل النجاح في حياته الزوجية، وكذلك المرأة، فليتعرفا على احتياجات الشريك الآخر، وليبذُلا الجهد في تحقيقها.

أسأل الله أن يصلح الشباب والفتيات، وأن يجمع بين قلوب المتزوجين والمتزوجات على طاعة الله والحب والتواصل السليم، وأن يخرج من تحت أيديهم مَن يعبد الله على الحق، وأن يجعل أولادهم لَبِناتِ خيرٍ على المجتمع والوطن، وصلى الله على سيدنا محمد.

وللاطلاع على المقالة من موقع الألوكة الدخول على الباركود التالي :	

الختام

رياحين العلاقة الزوجية هي النهاية السعيدة للمشكلات الزوجية ، فكلما تم حل المشكلة بسلام وبنهاية سعيدة هنا استنشق الزوجان رياحين العلاقة الزوجية ، وحتى يتم ذلك على الزوجين أن يتعلما كيف يعتذر أحدهما للآخر ، قال صلى الله عليه وسلم : "كلُّ ابنِ آدمَ خطَّاءٌ ، وخيرُ الخطَّائينَ التَّوَّابونَ " رواه الترمذي.

الاعتذار عن الخطأ أدب إسلامي وصفة إيجابية تعزز العلاقة بين الزوجين ، وتمنع فقدان الحب ، وهو بلسم يشفي كثير من الجروح التي تخلفها المشاكل الزوجية ، بل وتمنع من تحول العلاقة إلى عدواة وحقد وجفاء وانتقام ، جاء في صحيح مسلم ، عن رسول الله صلى الله عليه وسلم " لا يفرَك مؤمنٌ مؤمنةً إن سخِطَ منْها خُلقًا رضِيَ منْها آخرَ " ، والفرك هو البغض والكره .

وعلى المعتذر إليه أن يعفو ويصفح عن المخطئ ويتقبل اعتذاره بطيب نفس، فذلك مما يشجع الطرف الآخر دائماً على الاعتذار والإقرار بالخطأ، فسوء مقابلة المعتذر، وتشديد العتاب عليه، قد تجعل النفوس تصر على الخطأ، وتأبى الاعتراف بالزلل ، جاء في صحيح البخاري " عن أبي الدرداء –رضي الله عنه– قال: (كَانَتْ بيْنَ أبِي بَكْرٍ وعُمَرَ مُحَاوَرَةٌ، فأغْضَبَ أبو بَكْرٍ عُمَرَ فَانْصَرَفَ عنْه عُمَرُ مُغْضَبًا، فَاتَّبَعَهُ أبو بَكْرٍ يَسْأَلُهُ أنْ يَسْتَغْفِرَ له، فَلَمْ يَفْعَلْ حتَّى أغْلَقَ بَابَهُ في وجْهِهِ، فأقْبَلَ أبو بَكْرٍ إلى رَسولِ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ، فَقالَ أبو الدَّرْدَاءِ ونَحْنُ عِنْدَهُ: فَقالَ رَسولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ: أمَّا صَاحِبُكُمْ هذا فَقَدْ غَامَرَ قالَ: ونَدِمَ عُمَرُ علَى ما كانَ منه، فأقْبَلَ حتَّى سَلَّمَ وجَلَسَ إلى النبيِّ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ، وقَصَّ علَى رَسولِ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ الخَبَرَ، قالَ أبو الدَّرْدَاءِ: وغَضِبَ رَسولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ، وجَعَلَ أبو بَكْرٍ يقولُ: واللَّهِ يا رَسولَ اللَّهِ لَأَنَا كُنْتُ أظْلَمَ، فَقالَ رَسولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ: هلْ أنتُمْ تَارِكُونَ لي صَاحِبِي، هلْ أنتُمْ تَارِكُونَ لي

www.alukah.net
شبكة الألوكة

صَاحِبِي، إِنِّي قُلتُ: يا أيُّها النَّاسُ، إِنِّي رَسولُ اللَّهِ إِلَيْكُمْ جَمِيعًا، فَقُلتُمْ: كَذَبْتَ، وقالَ أبو بَكْرٍ: صَدَقْتَ قالَ أبو عبدِ اللَّهِ: غَامَرَ: سَبَقَ بالخَيْرِ.) .

وقد اتخذت في منهجي عند تأليف الكتاب أن أذكر بعض المواضيع المهمة التي تحدث بين الزوجين وتسبب خلافا ومشكلة قد تؤدي إلى الكره والبغض والعداوة ومن ثم إلى الطلاق ثم أقوم بعلاجها وكتابة الحلول التي أرى أنها مناسبة لمثل هذه الموضوعات ، كل هذا حتى يشعر الزوجان بحلاوة اللقاء ورياحين العلاقة بعد نهايتها بسلام وحب واحترام .

والله أسأل أن ينفع به ... ويصلح لنا ولكم الذرية .... ويجعلهم قرة عين لنا ولكم .

وصلى الله على سيدنا محمد

شبكة الألوكة - قسم الكتب

المراجع

– القرآن الكريم .

–التفسير الوسيط للقرآن الكريم ، محمد سيد طنطاوي ، دار نهضة مصر للطباعة ، القاهرة ، ١٩٩٨ .

– صحيح البخاري، دار ابن كثير، اليمامة، بيروت، ١٤٠٧ هـ/١٩٨٧م، ط٣، تحقيق د.مصطفى ديب البغا.

– سنن أبي داود ، أبو داود السِّجِسْتاني ، المحقق: محمد محيي الدين ، المكتبة العصرية، صيدا – بيروت .

–سنن النسائي ، أبوعبدالرحمن النسائي ، مكتب المطبوعات الإسلامية ، حلب ، ١٩٨٦م .

– سنن الترمذي ، أبو عيسى الترمذي ، بشار معروف ، دار الغرب الإسلامي ١٩٩٦.

– صحيح مسلم ، مسلم بن الحجاج النيسابوري ، محمد فؤاد عبدالباقي ، دار إحياء ١٩٨٥ م .

– سلسلة الأحاديث الصحيحة ، محمد ناصر الدين الألباني ، مكتبة المعارف ، ١٤١٥-١٩٩٥ .

– مسند الإمام أحمد بن حنبل ، شعيب الأرنؤوط – عادل مرشد، وآخرون ، إشراف: د عبد الله بن عبد المحسن التركي ، مؤسسة الرسالة ، ط ١ ، ١٤٢١ هـ – ٢٠٠١ م.

www.alukah.net
شبكة الألوكة

- صحيح الجامع الصغير وزياداته ، محمد ناصر الدين الألباني ، المكتب الإسلامي.
- العيال (ابن أبي الدنيا) ، نجم عبد الرحمن خلف ، دار ابن القيم – الدمام ١٤١٠ .
- السنن الكبرى ، أبوعبدالرحمن النسائي ، مؤسسة الرسالة ، بيروت ، ٢٠٠١ .
- صحيح ابن حبان ، تحقيق أحمد شاكر ، دار المعارف ، ١٩٥٢ .
- الإصابة في تمييز الصحابة ، ابن حجر العسقلاني ، دار الكتب العلمية ، بيروت ، ١٤١٥ هـ .
- المعجم الكبير ، سليمان أحمد الطبراني ، ، مكتبة ابن تيمية ، القاهرة ، ط ٢ .
- صحيح الترغيب والترهيب ، الألباني ، مكتبة المعارف ، الرياض ، ١٤٢١ .
- أدب الدنيا والدين ، أبو الحسن البغدادي ، دار مكتبة الحياة ، ١٩٨٦ .
- موسوعة المرأة والإسلام ، غادة الخرسا .
- تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان ، السعدي ، مؤسسة الرسالة ، ط ١ ، ١٤٢٠ .
- حقوق الإنسان بين تعاليم الإسلام ، الغزالي ، دار الدعوة ، مصر ، ١٤١٣ .
- فيض القدير شرح الجامع الصغير ، المناوي ، مكتبة التجارية الكبرى ، مصر ، ط١ ، ١٣٥٦ .
- الطب النبوي ، ابن القيم ، دار الهلال ، بيروت .
- مخالفات تقع فيها النساء ، محمد حسن عبدالغفار ، صفحة ٣ ، جزء ٦ .

شبكة الألوكة - قسم الكتب

- الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي ، ابن قيم الجوزية ، دار المعرفة ، المغرب ، ط١ ، ١٤١٨ .

- صحيح الأدب المفرد ، البخاري ، دار الصديق ، ١٤١٨ .

- تفسير الطبري جامع البيان عن تأويل آي القرآن ، الطبري ، دار هجر ، ١٤٢٢ .

- التحرير والتنوير ، ابن عاشور ، الدار التونسية ، تونس ، ١٩٨٤ .

- تهذيب الكمال في أسماء الرجال ، أبو الحجاج المزي ، الرسالة ، بيروت ، ١٤٠٠.

www.alukah.net
شبكة الألوكة

الفهارس

الموضوع	الصفحة
إهداء	٣
مقدمة	٥
رياحين العلاقة الزوجية	٨
طبيعة الخلافات الزوجية	١١
استنشق رياحين العلاقة الزوجية	١٣
الزوج المحروم	١٤
الزوجة المحرومة	١٨
الشك بين الزوجين	٢٣
اختلاف الطباع بين الزوجين	٢٦
النقد المستمر بين الزوجين	٢٩
الخيانة العاطفية بين الزوجين	٣٢
أثر المعصية على الحياة الأسرية	٣٥
الخلافات الزوجية أمام الأولاد	٣٨
الاحتشام والحياء أمام الأولاد	٤١
الزوج الأناني والزوجة الأنانية	٤٤
الزوج العنيد والزوجة العنيدة	٤٧
الأسرة والابتلاء بالنكد الزوجي	٥٠
الروتين الزوجي	٥٣
الحوار السلبي بين الزوجين ومؤشراته	٥٦
الزوج البخيل والزوجة البخيلة	٥٩
الهجر بين الزوجين	٦٢
النكد الزوجي	٦٥

شبكة الألوكة - قسم الكتب

ضغوط الحياة الزوجية	٦٨
العقم الزوجي	٧١
الشخصية السلبية عند الرجل	٧٤
الزوج العاطل	٧٨
التخبيب بين الزوجين	٨١
عقدة التفوق عند الرجل	٨٤
الأسرة وإدمان مواقع التواصل	٨٧
الاحتقار بين الزوجين	٩٠
الصورة الذهنية للعلاقة الزوجية عند الرجل	٩٣
أهل الزوج والزوجة	٩٦
الزوج الخائن	٩٩
الزوجة الخائنة	١٠٢
أسباب الخيانات الزوجية	١٠٥
الآثار النفسية بعد اكتشاف الخيانة الزوجية	١٠٨
الزوج المعاق والزوجة المعاقة	١١٢
اختلاف القيم بين الزوجين	١١٥
الاحتقان العاطفي ومؤشراته	١١٨
المساحة الشخصية للرجل والمرأة	١٢١
الأسرة والابتلاء بالخيانات الزوجية	١٢٤
الأسرة والابتلاء بالحرمان العاطفي	١٢٦
الصمت الزوجي	١٢٩
الفرق بين الرجل والمرأة	١٣٣
اختيار الشريك المناسب	١٣٥
صفات الزوج الصالح	١٣٨

www.alukah.net
شبكة الألوكة

صفات الزوجة الصالحة	١٤١
زوجة من أهل الجنة	١٤٤
التوافق الزوجي	١٤٧
سنة أولى زواج	١٥٠
متى يكون الرجل مباركا ؟	١٥٣
أهمية البركة على الأسرة	١٥٧
مفاتيح البركة قبل الزواج	١٦٠
مفاتيح البركة بعد الزواج	١٦٣
بركة المال الصالح على الزوجين	١٦٦
متى تكوني شخصية غامضة ؟	١٦٩
غرفة النوم طريق للسعادة	١٧٢
الطريق إلى السعادة الأسرية	١٧٥
الغيرة عند الرجل والمرأة	١٧٩
تعاملي بذكاء مع زوجك	١٨٢
الزوجة المشاكسة والمثيرة للرجل	١٨٥
حاجات الرجل وحاجات المرأة	١٨٨
الختام	١٩١
المراجع	١٩٣
الفهرس	١٩٦

شبكة الألوكة - قسم الكتب

www.alukah.net
شبكة الألوكة

رياحين العلاقة الزوجية

عدنان بن سلمان الديويش

صدر للمؤلف

أيها الزوج المبارك ... وأيتها الزوجة المباركة...

إلى من يرغب في استنشاق رياحين العلاقة الزوجية ...

احرصوا على حل مشاكلكم بهدوء وبما يرضي الطرفين وبما فيه مصالح الجميع ، استشر المتخصص حتى يساعدك، وتذكر أن العبرة ليست بخلو الحياة من المشاكل وإنما بالتعاطي معها.

لا تجزع ولا تبتئس وتذكر رياحين السعادة عندما تستطيع القضاء على المشكلة في الدنيا ، ورياحين الجنة في الآخرة عندما تصبر وتحتسب .

رقم الإيداع: ١٤٢٦/٠٨٢١
ردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٠٤-٥٨٣٢-٥

شبكة الألوكة - قسم الكتب