

**في البدء
كان الحب**



القيم والاتجاهات والأولويات



**قداسة البابا المعظم
الأنبا شنودة الثالث**

حين تتفتح الزهور تنفوح رائحة الطيب

بالحب نبدأ الزواج

- إذا لاحظت يوماً. أن عالماً جديداً ينشأ في اعماقك، عالماً من العواطف الغامضة والإغراء الغريب، وقد كان إلى هذا الحين مجهولاً. إذا شعرت بنوع من الخجل إزاء الفتيات فلا تخف، فالفلاح لا يخاف الربيع .
- صدقني إن هذه النار الكامنة فيك، هي لأمر هام هذا القلب الذي يفيض شوقاً لبيئته ذاته لآخر. كن صابراً، فحبك لا يزال حصرماً، وأنت تعلم أن القمح لا يحصد أخضر .
- هذه الحاجة الملحة لتحب وتحب، متى أدركتها جيداً، واستثمرتها حسناً، بإمكانها أن تنجح حياتك نهائياً .
- الحب شيء جيد، سمر هذه الحقيقة في أعماق روحك، وناد بها دونما حياء ولا خجل على مسمع الدنيا، وعلى دورب العالم كلها .
- أسوأ ما يمكن أن يحدث في حياتك، أن لا تؤمن بالحب ولا تحبه .
- استنزل الويلات على كل الذين يسخرون من الحب ويدنسوه، على كل الذين جعلوا منه شيئاً مخجلاً. أنى أوكد لك أن لا شيء، في السماء وعلى الأرض أجمل من الحب .
- الحب لا يغش أبداً، إنما نحن ندس فيه سم الأفاعى أحياناً .
- إنهم سيكلمونك عن الحب كلاماً سيئاً. سيقولون لك عنه: لا يؤمن به أحد، لا يعيشه أحد، الحب مستحيل. لا تضيع وقتك في سماع هذه الأقاويل، فالعميان لن يبصروا النور أبداً .

- العالم أصبح في خطر الموت لأنه أهمل الحب. الحب وحده يجعل العالم صالحاً للسكن .
- ماذا كنا سنصنع في الحياة من غير حب عظيم؟.. الإنسان، شيء زهيد، كمية مهملة، من اللحظة التي يحيد فيها عن الحب. إن عالماً لا حب فيه، هو عالم لا معنى فيه للحياة، بل عالم همجي خارج نطاق الإنسانية .
- إن كنت لا تريد الألم، فلا تحب، ولكن ما فائدة الحياة إن كنت لا تحب؟
- أحبي الحب لأنه يوازى الحياة .
- الحب وحده قادر على إيقاظ قوانا كلها، الحب يجعل غصن امكاناتنا وثرواتنا الباطنية مثمراً، لهذا السبب يصعب، بل يستحيل، أن أكون صالحاً، إن كان لا يحبني أحد .
- صدقني، إن فقر الإنسان المدقع قائم بهذا: أن لا يحب شيئاً، ولا يحبه أحد .

غاندو دونير

تاج الزوج

"المرأة الفاضلة تاج لبعليها" (أم ١٢:٤)

في الثلاثينات من القرن السابق. ولد أمير ويلز في القصر الملكي ونشأ ليكون ملك إنجلترا، ولكنه ظل أعزب حتى بلغ ٤١ سنة من العمر، قال منتقدوه إنه كان ضعيف الإرادة غير قادر على اتخاذ قرار. ولكن

عندما حان وقت تتويج إدوارد الثامن توصل إلى قرار، وكان هذا القرار مفاجئة ضخمة .

في ١١ ديسمبر سنة ١٩٣٦ في إذاعة بالراديو سمعها الملايين، أعلن الملك الجديد ما لا يخطر على بال أحد: "لقد وجدت أنه من المستحيل أن أتحمل عبء المسؤولية الثقيلة وأباشر عملي كملك كما ينبغي أن أفعل دون مساعدة وتأييد المرأة التي أحبها" . وكانت تلك المرأة أمريكية وتدعى واليس سمبسون .

ومع أن هذا الإعلان الفائق الرومانسية كلف إدوارد عرشه وبلده لأنه لا يجوز له التزوج بأجنبية، إلا أن الأمر بالنسبة للملك كان يبدو صفقة رابحة .

فقد ذكر الملك في سيرته الذاتية موضحاً ذلك بالقول : " لقد وعدت أن تدخل في حياتي شيئاً لم يكن موجوداً من قبل، وقد كنت مقتنعاً أنني سوف أكون معها شخصاً أكثر إبداعاً وأكثر فائدة " .



.. والحياة بلا زواج بلا طعم.. يشعر الإنسان غير المتزوج بأنه منقوص..
 وبأن حياته خاوية حتى إن كانت مليئة بالأصدقاء أو الصديقات .
 .. ولذا أقول أن الحب غريزة فطرية يدفع لها الإنسان دفعا.. وأن الزواج
 غريزة فطرية يدفع لها الإنسان دفعا ..
 .. ولهذا فالإنسان لا يتعلم كيف يحب .
 .. والإنسان لا يتعلم كيف يتزوج .
 .. فجأة يجد الإنسان نفسه يحب.. وعند سن معينة يجد الإنسان
 نفسه يبحث عن شريك لحياته .

.. وليس الزواج شكلاً اجتماعياً فحسب.. ولكن على ما يبدو أنه
 ضرورة حياة.. بمعنى أن الحياة لا تستقيم أو لا تأخذ الشكل الطبيعي لها
 إلا عن طريق الزواج.. أي أن النسق الطبيعي للحياة أن رجلاً وامرأة
 يعيشان معاً.. وأن حال كل منهما يكون أفضل مما لو عاش أيهما بمفرده..
 إنه نداء داخلي .. لا أريد أن أكون وحيداً.. لا أستطيع أن أكون وحيداً..
 لا بد أن أقتسم الحياة مع شخص آخر.. الحياة غير محتملة بدون شخص
 آخر .. لا أستطيع مواصلة الحياة بدون وجود هذا الشخص الآخر معي .
 .. وهذا الشخص الآخر سيعيش معك حياة كاملة تحت سقف واحد
 ومن خلف باب يغلق دونكما.. تنامان معاً.. تأكلان معاً.. تشربان معاً..
 تتحدثان.. تتشاجران.. تحلمان معاً.. تتفقان وتختلفان.. تواجهان مشاكل
 وصعوبات الحياة معاً.. يعين كل منكما الآخر إذا تعرض لمحنة..

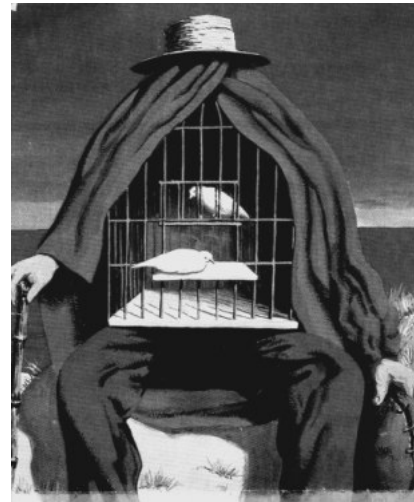
بناء العش

اللقاء الأول

للدكتور عادل صادق / رئيس قسم القلب عين شمس
 .. الزواج اثنان يعيشان معاً .

.. أما الحب، فإثنان يرغبان أن يعيشا معاً.. إن كلاً من الحب والزواج هما
 من ضمن الاحتياجات النفسية الأساسية أو الأولية للإنسان.. فالإنسان
 يجوع للحب .

.. والإنسان يجوع للزواج ..
 .. الحياة بلا حب صعبة جداً..
 جافة جداً.. مملة جداً.. خالية من
 السعادة والبهجة والإثارة والتوقع
 والترقب ..



وتمارسان الجنس معاً بناءً على رغبة.. ميل.. غريزة.. وتنجبان أو لا تنجبان.. ثم إذا غاب عنك تفتقده.. ثم إذا فقدته تحزن من أجله .

.. ومجرد الحياة معاً تخلق حباً.. وما الحب إلا رغبة في الاستمرار أن نكون معاً.. الحب إرادى.. اختيارى.. تلقائى.. الحب تجسيد لأقصى درجات حرية العقل والقلب.. لا يحب الإنسان بناءً على تخطيط معين أو تدبير معين أو خطة معينة.. حينما يحب الإنسان فإنه يجد نفسه يحب.. لا توجيه ذاتى أو غير ذاتى..ولذا، فالمفهوم الحقيقى للحياة الزوجية يعنى حباً.. فهناك تعود.. ومن شدة التعود واستمراريته يصبح الطرف الآخر فى داخلك.. أى أنك تحتويه.. الرجل يحتوى زوجته والزوجة تحتوى زوجها.. يصبحان حقاً شيئاً واحداً.. وقد تعجب أحياناً أنهما تدريجياً تصبح المفاهيم والأفكار واحدة.. والإنسان حينما يحب شريك حياته، فإنه فى الحقيقة يحب نفسه.. يحب حياته.. يحب صورته فى إطار أوسع يضم الطرف الآخر.. صورته بمفرده دون الطرف الآخر تكون ناقصة.. إن كل هذه التغيرات تحدث فى الإنسان دون أن يدري أنه أمر تدريجى ولكن حتمى.. وهنا تنخفض الأتانية عدة درجات وتنخفض النرجسية عدة درجات.. فالإنسان مكشوف تماماً أمام شريك حياته.. ولذا، فهو لا يستطيع أن يكذب ولا يستطيع أن يتجمل وهذه متعة أخرى من متع الزواج أن تكون أنت على حقيقتها.. أى لا تبذل جهداً فى أن تبدو فى صورة أخرى.. أى أن تكون على طبيعتك.. وهذا شىء مريح جداً.. فأنت تبدو بأشكال مختلفة فى كل مناسبة وفى كل مكان وحسب كل موقف إلا فى بيتك ومع شريك حياتك.. وذلك لأن تكون على يقين بأن الطرف الآخر يراك أكثر مما ترى أنت

نفسك.. إنه يعرفك على حقيقتك.. يعرف داخلك.. يعرف نقاط ضعفك قبل نقاط قوتك.. مطلع على أحلامك وآمالك وتطلعاتك.. ولذا فكل الأفتعة تسقط فى الزواج .

إذاً الزواج يتضمنه حب.. طالما أنهما يرغبان فى الاستمرار معاً وطالما أن هناك اعتمادية نفسية متبادلة فهناك حب.. وفى هذه الحالة يكون أقرب الناس إلى قلبك شريك حياتك.. الحب الحقيقى يكون لشريك الحياة.. الحب الخالص المنزه عن المصلحة والمنزه عن الإثارة.. إنه حب معنوى أو نفسى إذا جاز التعبير.. ولهذا فأنت لا تتخلى أبداً عن شريك حياتك ..

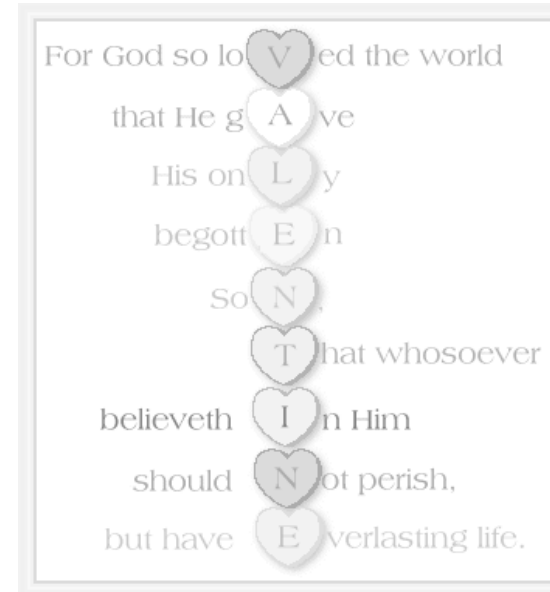
.. وكل هذا يحدث نتيجة الحياة المستمرة معاً.. أو ما تسمى العشرة.. إن هذه العشرة تخلق وشائج وتنسج خيوطاً وتصل قماشاً بحيث يصبح الاثنان متدثرين بغطاء واحد أو كما يقال روحين فى جسد واحد .

.. ولذا، فالزواج إذا استمر اختياراً أو إرادياً فهذا معناه أن هناك حباً.. وحين ينتهى الحب، فإن أى قشة تستطيع أن تكسر هذا الزواج ولا ينفصل إنسان عن إنسان إلا إذا كف عن حبه.. لا يمكن لإنسان يحب إنساناً آخر أن ينفصل عنه.. ولذا، فإن فكرة الطلاق حين ترد على خاطر فهذا معناه أن هناك مشكلة عاطفية.. لا يوجد طلاق لصعوبات مادية أو لأى سبب آخر غير نضوب المشاعر.. وقد تنقلب المشاعر فتصبح كراهية

وهنا تصبح الحياة مستحيلة بل يجب أن تنتهى الشراكة فوراً وفي هذه الحالة لا تجدى أى محاولة للإصلاح .

زواج بلا حب زواج هش.. زواج بالحب زواج سيستمر.. وذلك النوع من الزواج يكون معجوناً بالحب.. أى أنك لا تستطيع أن تفرز الحب عن الزواج.. بل عجينة واحدة تتداخل مكوناتها ولذا، فإن المتزوجين قد لا يشعرون بأنهم يحبون بعضهم البعض.. ولذا فالمتزوج لا يشعر بحرارة العشق ونار الغرام.. ولا يشعر بالحب لشريك حياته إلا حين العبور بأزمة تهدد استمرارهما معاً.. هنا ينزاح الستار وتبدو من خلفه مشاعر الحب الصادقة على خلفية الزواج .

إذاً الحب فى الزواج يختلف عن تصوراتنا عن الحب فى حد ذاته.. فأسهل على الرجل مثلاً أن يقول: أنا لا أستطيع الابتعاد عن زوجتى ولا



يقول أنا أحب زوجتى.. ولا يستطيع الأب مثلاً أن يقول: أنا أحب ابنتى.. إن الإنسان فى مثل هذه العلاقات يتعدى مسألة المجاهرة بالحب ووضعها فى كلمات تنطق ليسمعها الطرف الآخر.. بل قد لا يفكر الرجل أبداً فى أن

يقول لزوجته أنا أحبك مثلما لا يفكر أن يقول لأمه أو شقيقته أو أبنته أنا أحبك ..

.. إنها ليست مرتبة فوق الحب ولكنها مرتبة فوق كلمات الحب.. وطريقة أخرى فى الإحساس وشكل آخر فى المشاعر.. إن هذا النوع من الحب يصبح مثل حقائق الحياة الثابتة التى لا تتغير كثنبات حركة الشمس والقمر والأرض بل والكون كله.. فنحن لا نراجع يوماً هذه الحقائق، فهى قد أصبحت جزءاً من وجودنا.. جزءاً من ذواتنا.. أصبحنا لا نراها أمامنا بالخارج بل هى موجودة فى الخلفية وهى تشكل الخلفية التى تقوم عليها كل حياتنا ..

البدريطل على الأرض من سماء صافية.. الفصل صيف والساعة نحو العاشرة
والليل يتنفس على رتبه أنفاساً لطيفة ...
فى الطريق للتحرج بين الجبال يسير مخطى وئيدة فنى وفتاة ما يزالان من
عمرهما فى الربيع.. وقد اشتبكت كفه اليمنى بكفها اليسرى، وراح الاثنان
يلوحان بذراعيهما إلى الأمام وإلى الوداء تلوحاً ينسجم كل الانسجام مع
وقع خطواتهما .
الطريق مقفر.. لا حفيف أوراق ولا خرير مياه، ولا عواء كلب.. لقد
خرست الأرض، وخرست السماء...
ويضغط الفتى بأصلبعه على أصلبع الفتاة ضغطاً شديداً حتى لتكلا تصرخ
من الوجع. ولكنها تتجادل ثم تضغط على أصابعه بكل ما فى أصابعها من
قوة. فيتظلمر كما لو كان قد ألمه ضغطها ويصبح :
أ- آخ .
فرد عليه الفتاة بكلمة واحدة نهمسها همساً :

هس!

البيت مزرعة، والذي تزرعه إياه تحصد، فإذا زرعت تفاحاً، فإنك تحصد تفاحاً، وإذا زرعت شوكاً فإنك تحصد شوكاً .
وقبل أن تتوقع أن يحقق شريك حياتك كل انتظاراتك، أفحص نفسك أولاً - فربما أنت لم تحقق شيئاً من انتظاراته .

* ما هي توقعات الرجل من زوجته ؟

هناك نوعان من التوقعات التي ينتظرها الزوج من زوجته :

النوع الأول : توقعات خاصة بعلاقته بها .

النوع الآخر : توقعات عامة تتعلق بشخصيتها ودورها كزوجة وأم .

* توقعات النوع الأول:

التقدير والاحترام والفهم :

ويزيد هذا التوقع عند الرجل، وبخاصة - إذا لم يحظ بالاحترام ممن حوله لآى سبب. فيطالب زوجته أن تقدم له هذا الاحترام أكثر من غيرها. كما يزيد توقع الاحترام عند الرجل إذا كان فعلاً شخصاً محترماً ولكنه يفتقد التقدير والتشجيع من زوجته، مثلاً أن يكون موظفاً أو عاملاً يقوم بواجبه على أكمل وجه، لكن العائد المادى قليل بالنسبة لجهد.. فإذا نال الزوج الاحترام من الجميع إلا زوجته، فسيحب الجميع إلا زوجته .

وإذا لم يحظ الزوج بالاحترام، لا ممن حوله ولا من زوجته، فسيكتئب، وينطوى على نفسه، وقد يتحول إلى شخصية عنيفة أو سلبية .
أما إذا لم يحظ الزوج بالاحترام ممن حوله، ولكنه يحظى بكل الاحترام والتقدير من زوجته، فسيغرق زوجته بكل الحب والحنان،

- ولماذا هذا "المس" ! كفانا صمتاً. تكلمى. قولى شيئاً ما .
- ومن يجرؤ أن يتكلم فى مثل هذه السكينة التى تتكلم عليها لسان؟
- ليكن لسانك واحداً من اللبون.
- كل الكلام يهدو ناذها فى مثل هذا الليل.
- حتى الكلام عن الحب؟
- بل قد يكون الكلام عن الحب ألقه الكلام. الحب فى القلب.
- كالخميرة فى العجائن. يعمل عمله فى صمت مطبق.. أما الكلام عنه فهذيان.. لا. لا. أن تحس الحب والجمال والحق والحياة والله ليس بالهذيان والهذيان أن تصور ذلك الاحساس بالكلام أو بالخطوط والأشكال والألوان والألوان والهذيان أن تتخذ من لسانك لساناً لهذا الليل بدلاً من أن تحسه وتمتصه بروحك من خلال لذنك وعينيك .

مخائيل نعيمة شاعر الهجر

ماذا تتوقع من زوجتك ؟!

وماذا تتوقعين من زوجك ؟!

- توقعاتك من زوجك هل تحققت ؟
- وتوقعاتك من زوجك هل أنت راضية عنها ؟

ويمكن للزوجة أن تصحح من مسار قرارات الزوج إذا كانت خاطئة، دون أن تواجهه بالشك في قدراته وذلك بالصبر واللطف واقتراح الحلول وتقديم الآراء البناءة، دون تعال منها أو تصغير من شأنه .

* التوقعات الأخرى للزوج من زوجته : العناية بمظهرها :

إذا أعددت لزوجك أطيب الأطعمة، وبذلت اهتماماً بكل كبيرة وصغيرة في نظام المنزل ونظافته، ثم ظللت بملابسك التي قمت بنظافة البيت وطهو الطعام بها، دون أن تستبدليها بغيرها، فعندما يراك زوجك ويرى جمال المنزل ونظافته فإنه لن يعلق إلا على هينتك، وشكل شعرك، ورائحة ملابسك، وشكل أظفرك وأصابعك بعد إعداد الطعام. فالزوج يحب أن يرى زوجته جميلة حتى لو لم تكن تضع المساحيق، فتكفي نظافتها ونظافة ملابسها وأناقته البسيطة ورائحتها الطيبة .

التطور :

أمام الرجل فرصة أكبر للتطور والتعلم، فلديه متسع أكبر من الوقت، أما المرأة العاملة فهي مضطرة أن تسير مثل القطار اللاهث بين شريطين هما: كفاءتها في منزلها كزوجة وأم وربة بيت، وكفاءتها في العمل، وذلك حتى تحمي نفسها من الانتقاد أو من أنها مقصرة في أحد واجباتها .



وسيكون لرأيها المشجع فيه، دفعة قوية لينجح وينال الاحترام من الجميع .

الحنان

تختلف زوجة

عن أخرى في عطائها الرقيق وحنانها، إنهما يعكسان معدنها كامرأة. فالحنان مثل الشجرة التي تحنو بظلها ليحتمي تحتها الظمان والتمتع، وهي تظل وتحمي دون أن تبذل مجهوداً، والحب في نظر الزوج والزوجة لا يمكن أن يكتمل وينمو وينضج إلا إذا كان رفيقه الحنان، فالحنان هو عطاء ورغبة في إسعاد الآخرين .

الثقة

يكره الزوج والزوجة كلاهما نظرة الشك، فإذا أحس أحدهما أن الآخر لا يصدقه أو يثق فيه، فإنه يتألم جداً، ويختلف نوع الثقة الذي يطلبه الزوج من زوجته، فهو يتوقع منها أن تثق في إخلاصه وفي قيادته لمستقبل أسرته ولخطته ولمشروعاته، على حين تنتظر الزوجة من زوجها أن يثق في أخلاقها، وعلاقتها مع الآخرين وإمكاناتها للنهوض بمسئولياتها كشريك له في الحياة .

- أما ربة البيت ففرصة اتصالها بالمجتمع أقل، إذ تركز كل تفكيرها ومجهودها فى رعاية شئون بيتها، وبالتدرج تنشأ فجوة فى الحديث بينها، وبين زوجها، ففى الوقت الذى يتحدث فيه الزوج عن عمله وأخبار العالم، تجد نفسها لا تعرف إلا التحدث عن شئون البيت والأولاد والجيران.
- والزوج يتوقع أن تكون زوجته على مستوى التطور الذى يراه، ليس بدرجة كبيرة بحيث تتفوق عليه، وليس بدرجة ضعيفة تشعره بسطحيتها فيلجأ إلى الصمت !

* ما هى توقعات المرأة من زوجها ؟

- أن يكون حنوناً :
أن يكون الزوج حنوناً، قلبه عليها وعلى مصلحتها، تشعر معه بالأمان، وتلقى منه رقة فى المعاملة بلا جفاء أو فتور .
- أن يكون صادقاً ومخلصاً :
فى فكره وقوله وقلبه، فلا يقول كلاماً وهو ينوى شيئاً آخر.. لا يخدعها، ولا يكذب عليها. أما الإخلاص فيجب أن يكون لها ولبيتها وأولاده.

الكرم والتسامح :

أن يكون كريماً فى عواطفه تجاهها وتجاه أبنائهما، وأن يكون كريماً فى ماله من نحو أسرته، فلا يبخل عليهم إن وسع الله عليه. وأن يكون متسامحاً، يتغاضى عن أخطائها وهفواتها، بلا تهويل أو تأنيب أو سخرية منها أمام الآخرين .

أن يكون له حضور بالبيت :

أى لا يكتفى بدوره كمصدر لسد المطالب المادية للبيت فحسب، فوجود الزوج والأب ليس بالصوت أوبالصورة، وإنما بمشاركته الفعلية فى شئون بيته وأولاده، وفى علاقته بزوجته، فتشعر الزوجة بأهميتها ومكانتها فى قلبه .

أن يقدر دورها كزوجة وأم وصديقة :

فيحترم وجودها ورأيها ومشاركتها إياه فى نجاحه وفى رحلة حياته، ويحترم أنوثتها وذكائها، فبعض الأزواج يتصورون أن الذكاء من نصيبهم هم وحدهم !

أن يكون نظيفاً :

يهتم بحمامه اليومي وحلاقة ذقنه وملابسه .

المرونة والكلمة الطيبة :

فتقديم بعض التنازلات من قبل الزوج والزوجة ليسير قارب الحياة الزوجية بأمان، لن تنقص من شخصية أحدهما أو كرامته، وهذا أفضل من علاقة العناد والتحدى، والصراع حول من تكون له الكلمة الأخيرة .

■ أن يكون طموحاً :

تتمنى الزوجة أن يكون زوجها طموحاً ومتقدماً في عمله، لكن بلا مبالغة فلا يجرى ويلهث وراء تحقيق طموحه، وكأنه في سباق، فيدوس في الطريق على علاقته بزوجه وأبنائه، فينجح جداً في عمله، لكنه يفشل في حياته الأسرية .

■ أن يكون مرحباً ومحباً للحياة :

قالت إحدى الزوجات: زوجي ذو شخصيتين: مرح ولطيف ومجامل خارج البيت، أما داخله فهو دائماً مكتئب، ومهموم لا يتكلم، ولا يتبادل الأحاديث المرحية، كما يفعل في الخارج، برغم إن إشاعة جو من المرح والضحك في البيت هام جداً للحياة الزوجية، وكأن الزوجة تقول لزوجها: بسمتك أو تعليق لك أو ضحكة :

تخطفنى من مخالب القلق

من مواقف الحرج .



أخذت السماوات تدور،
والنجوم تتراقص،
رقصة مطلقة العنان.

حينما يموت الحب فى قلب إنسان،
تطلع السماء بغيومها
تسحب نجومها
وتبكي، على الأرض،
حزنها اللامتناهى.

حينما يزهر الحب فى قلب فتى
يستفيق الربيع
وينثر على الأرض،
بصيحة الحبور،
دفء الحياة، وشذا السعادة .
حينما يحين النداء،
حينما يناديك الحب
أرخ مرسائك
غادر المرفأ،
وامتط العباب.

وعندما تشعر بقبلة الأمواج على مركبك،
أهتف.. أبحر يا قلبى ! ...

فى البدء كان الحب

أبحر ، يا قلبى

حينما الحب الأول
هل على العالم،

كتب أحد الأزواج :

أحتفلنا مؤخراً بعيد زواجنا الثانى عشر فى جبال كلورادو. ولكن لم تكن هذه رحلة تعتمد على الإقامة فى خيام. كانت رحلة فاخرة مرفهة. كنا نتناول الإفطار والغذاء معاً عند الاستيقاظ متأخراً، وكنا نقضى فترة بعد الظهر بجوار حمام السباحة، وكنا نتجول قليلاً للفرجة على البضائع فى 'فاترينات' العرض فى المحلات التجارية، ويعقب ذلك تناول وجبة عشاء فاخرة. كان ذلك فى اليوم الأول. وعندما أشرق صباح اليوم التالى، كنا على استعداد لتغيير الإيقاع. كنا نريد النشاط، ونبحث عن مغامرة فى الهواء الطلق. فى الليلة السابقة، أثناء تجوالنا فى أنحاء المدينة، لاحظنا مكاناً يقوم بتأجير دراجات تصلح للركوب والسير فى الطرق الجبلية الوعرة. كان المكان مليئاً بالدراجات ذات الإطارات السميكة المزخرفة للسير فى المناطق الجبلية. ولذا فبعد إفطار سريع، حصلنا على الدراجات بسرعة، ورسمنا خريطة للطريق، وانطلقنا نحو الصحراء .

ولكننا لم نفكر فى تأثير الارتفاع على تنفسنا. أضف إلى ذلك الطرق المنحدرة، والأماكن الوحلة، والمسالك الملتوية، ويمكنك أن تتصور أننا لم نذهب بعيداً فى رحلتنا، فقد أنهيناها سريعاً عائدين إلى المدينة ونحن نركب دراجاتنا فى طرق ممهدة مستوية على طول النهر. بالهدوء الطريق المستوى. لا مزيد من نفخ الهواء واللهاث .

يذكر سفر الأمثال الكثير عن مزايا السفر فوق طرق مستقيمة ومستوية. وهكذا نحن، وبنوع خاص فيما يتعلق بالزواج. بالطبع لا يوجد

مثلاً يكون الحب لكم تاجاً، يكون لكم صليباً. فهو إذاً ينمىكم يقلمكم كذلك. ومثلاً يتسلق أعاليكم فيدغدغ أغصانكم اللدنة المرتعشة فى الشمس، هكذا ينحدر إلى أعماقكم فيهز جذوركم فى الأرض هزاً عنيفاً .

والحب يجمعكم إليه كما يجمع الحاصد السنابل. ثم يدرسكم ليعريكم، ثم يغربلكم لينقيكم من احساسكم، ثم يطحنكم طحناً، ثم يعجنكما عجناً .

ومن بعدها يتعهدكم بناره المقدسة كيما يجعل منكم خبزاً مقدساً لوليمة الله السرية المقدسة .

عن كتاب النبي

جبرائيل حنين جبرائيل

الزواج الهادف

"لتنظر عيناك إلى قدمك وأجفانك إلى أمامك مستقيماً. مهد سبيل رجلك

فتنبت كل طرفك " (أم ٤: ٢٥-٢٦)

زواج خال من المنحدرات والطرق الوعرة. لا بد دائماً من وجود المنعطفات السريعة غير المتوقعة. ولكننا نستطيع أن نفعل أكثر مما نعتقد لجعل طريق الرحلة ممهداً ومريحاً .

يتحدث سفر الأمثال عن " النظر مستقيماً إلى قدام" وأن نثبت أنظارنا "إلى الأمام" وهذا حديث عن الهدف، وأن يكون لنا رسالة. هل فكرت ما من قبل في تأسيس علاقة زوجية ذات رسالة فريدة لكما كزوجين؟ "عن طريق فهمنا بأن الله وحده يلبي كل احتياجاتنا، يجب كل منا الآخر بعطف ونحاول أن نكون نموذجاً صالحاً لعلاقة زوجية صحية، يقتدى بها الأزواج الجدد الذين نراهم " . هذا جزء من رسالتنا الزوجية، على الأقل للوقت الحالي .

إن بعض الشركات الأكثر تقدماً تراجع بيان رسالتها كل بضعة سنين، فتدرس الوثيقة التي تقرر أهدافها الأصلية ثم تقيس أداءها، وتحدد إن كانت أهداف العمل قد التقت مع بيان رسالة المؤسسة أم لا، وإن كانت هذه الأهداف بحاجة لتقويم أم لا، وإن كان البيان نفسه بحاجة لكتابتته من جديد ليعكس الحقائق الفعلية أم لا .

شئ مثل هذا لا بد أن يحدث في الزواج، فعلى الزوجين أن يرددا أو يراجعا الوصايا للزوجين كل بضع سنين. وعندما يدخل الأطفال في الصورة، ويحدث تعديل كبير في الأدوار، فأى منعطف فجائى في الطريق يعد سبباً كافياً لكى نثبت أعيننا مرة أخرى على الرسالة. يقول سفر

الأمثال، إننا عندما نفعل ذلك نمشى آمنين ويكون أماننا سبيل ثابت ممهد لأقدامنا .

إن الهدف هو ما يحقق للزواج نجاحه
فأنظروا كلاكما في اتجاه واحد
فلا يكفى أن تنظروا بعضكم إلى بعض

إذا طلب منك أن تكتب بياناً برسالة حياتك الزوجية، فما الذى يمكن أن تكتبه ؟

الزواج

الزواج من أعقد العلاقات الإنسانية وأكثرها تركيباً وذلك لأن له بعداً مختلفة :

- له جانب روحى : القداسة والاتحاد بالله والعطاء والتخلص من العيوب والذاتية .

- له جانب نفسى : الحب والقبول والتفاهم ومشاركة المشاعر .

- له جانب لىنى : الوحدة مع المسيح، والتناول المشترك من جسده

ودمه. وهو طقس ليتورجى مبهج يتناول فيها كل

المدعوين مع الشريكين بحضور المسيح والكاهن.

- له جانب قانونى : فهو عقد يلزم الطرفين بالتفاهم، والالتزام

والإتفاق إلخ قانونياً وقضائياً .

- له جانب اجتماعى : الإشهار أو الإعلان ترتيبات الفرح المبهجة،

الإفصال عن الأسرة الأولى وتكوين أسرة جديدة.

- له جانب اخلاقي : فهو مبايعة وعقد - وختم العقد هو إعطاء الجسد للآخر، فهو مسئولية وإلتزام .
- له جانب جسدي : إلتزام العلاقة الجسدية والإلتجاب .
- له جانب تربوي : تهذيب النفس وتنشئة جيل أفضل .
- له جانب مادي : الشقة والمرتب والمعاش إلخ والاشترائك في الموارد المالية المختلفة .
- له جانب فكري : حين يخطط الشريكان ويدرسا المواقف والأهداف. أيهما أهم؟.. يصعب الترتيب !!

قراءة من كتاب

العلاقة مع الآخرين

للدكتور / عادل صادق استاذ علم النفس

أنتما تعيشان حياة واحدة وليست حياتان، أنتما تعيشان معاً وليس كل منكما على حدة. حياتك لا تنفصل عن حياتها وحياتك لا تنفصل عن حياته.

أنتما معاً والآخرين في الجانب الآخر، والآخرين هم كل الناس، الأصدقاء والزملاء والجيران وحتى الناس في الشارع.

ولذلك أنتما معاً تحددان موقفكما من الآخرين، ولا يجب إطلاقاً أن يكون هناك خلاف في الرأي حول إنسان آخر، يجب أن يكون رأيكما وموقفكما واحداً. ليس من المعقول أن تقول أنت إن هذا رجل سيء وتقول زوجتك إن هذا رجل طيب. وليس من المعقول أن تقول أنت إن هذه سيدة سيئة ويقول زوجك بل هي سيدة طيبة. ليس من المعقول أن يكون بينكما خلاف في الرأي والتقييم يصل إلى هذه الدرجة من التباعد والتعارض، وإذا ظهر ثمة تعارض فيجب أن يتنازل أحدكما عن رؤية للآخر فوراً انطلاقاً من الثقة.. الثقة الكاملة.. والطمأنينة الكاملة ..

أنتما تحددان معاً درجات القرب من الآخرين، تحددان مدى العلاقة بالآخرين .

ويجب أن تكون هناك مسافة بينكما وبين الآخرين. الاقتراب الشديد من الآخرين ضار جداً بالحياة الزوجية، الحياة المحترمة يجب أن تقوم على المسافات .

ويجب ألا يكون هناك طرف ثالث بينكما، تشاجرا معاً وتصالحا معاً، الطرف الثالث هو طرف مفسد مسيء دائماً مهما كانت حكمته ومهما كانت درجة قربه ومهما كانت درجة حسن نيته .

العلاقة الزوجية هي علاقة شديدة القدسية لا يعلم دقانها إلا الله سبحانه وتعالى.. أنت أقرب الناس إلى زوجتك، أنتما لستما في حاجة إلى الطرف الثالث .

إن ثمة عوامل لا شعورية مدفونة في العقل الباطن قد تتحكم في مشاعر ومواقف هذا الطرف الثالث منكما، والله أعلم بخبايا العقل الباطن، وأى زوجين سعيدين محسودان. الشيء الوحيد الذى يستحق الحسد فى هذه الحياة هو الحب وليس المال والسلطان .

الخصوصية ..

أنتما معاً أنتما واحد، ذات واحدة، ذائبان منصهران، حباً وعشرة، حاضراً ومستقبلاً، آمالاً وطموحاً وجراحاً. معاً كل الوقت بالخاطر والعقل والإحساس والتواجد الوجدانى، المكانى والزمانى. معاً الجذور والساق والفروع والثمار. ودورة الأيام حب ثابت ومستقر .

ولكن لتبقى أشياء خاصة، وربما أشياء بسيطة وتافهة ولا وزن لها، ولكن فلتبقى خاصة بمعنى أن رفيقك يخيفها عنك.. وأنت لا تعرف عنها شيئاً، ولا تحاول أن تعرف عنها شيئاً، لا تتحرى ولا تسأل ولا تفتش. ربما هى أشياء لها علاقة بك، ولكن رفيقك يجب أن يخفيها أن يبقيها لنفسه. لا بد أن يكون للإنسان حوار مع نفسه، حوار مع ذاته، صلة بنفسه لى يتحدث عنك، لى تكون أنت موضوعها المفضل. حتى حبك لرفيق حياتك فأنت لا تطلعه عليه كله. تبقى شيئاً لنفسك. تحبه أكثر بينك وبين نفسك .

وهناك أمور نخفيها تتعلق بأشياء أخرى فى العمل، أشياء تتعلق بالأسرة الكبيرة، أشياء نخجل منها وأخرى لا نخجل منها، ولكننا لا نحب أن نطلع عليها رفيق حياتنا، ليس لأننا نخفى عنه أسراراً، وليس لأنه لا

يحتل المكانة الأولى والأهم فى حياتنا، وليس لأنه هناك من نثق به أكثر منه وليس لأنه على هامش الحياة، وليس لأنه محورها، ليس كل هذا إطلاقاً ولكن لأنه يجب أن تظل هناك أشياء خاصة. أشياء نحتفظ بها لأنفسنا .

قالت له :

الغريب أن هذه الأشياء الخاصة التى أخفيها عنك تجعلنى أقرب الناس إليك، لست أدري تفسيراً لذلك، ولكن كلما زادت الأشياء التى أخفيها عنك رغم عدم أهميتها، زاد اقترابى منك، هذا أمر غير مفهوم ولكن دعنى أشعر ببعض الاستقلالية، حتى أزداد حينياً للذوبان الكامل فيك والتوحد الكامل معك .

وهذه الأشياء التى أخفيها عنك حتى إن كانت بعيدة عنك ولا تتعلق بك، فإنك تظل أنت المحور لهذه الأشياء التى لا تتعلق بك وهذا أيضاً أمر غريب .

أنت أعظم إنسان احترمته لأنك الإنسان الذى أحببته، وبعض احترامك لى أنك لا تفتش فى أوراقى الخاصة ودعنى أقول لك إن هذا بعض حبك لى .

المسافة :

الزواج أن تكونا معاً يدك فى يده وأنفاسكما ممتزجة كل الوقت، ولكن مع هذا يجب أن تظل هناك مسافة، والفائدة العظيمة لهذه المسافة الحنين الجارف المستمر لمزيد من الالتصاق والشوق المتجدد للالتحام ثم

تدريب 1 القِيم

١. أوْمَن أن الزواج المثالي له هذه الصفات
٢. أوْمَن أن الزواج له هذه الوظائف
٣. ما يضعف الزواج هو
٤. ما يقوى الزواج هو
٥. عندما تتعارض رغبات الشريكين عليهما أن
٦. لا افضل أن يعامل شريكي الجنس الآخر إلا بموافقتي
٧. معنى الرجل رأس المرأة أنها يجب أن تطيعه دائماً

تدريب 2 سؤال للشريكين كل على انفراد

ما هي أحلامك وآمالك وتوقعاتك ؟
أذكرها بحسب التصنيف :

١. أحلام شخصية .
٢. أحلام خاصة بزواجك .
٣. أحلام خاصة بالشريك .
٤. أحلام خاصة بالمستقبل .
٥. أحلام خاصة بالأبناء .

الذوبان، شوق الروح للروح، شوق الجسد للجسد، شوق العقل للعقل، شوق القلب للقلب .

المسافة أن أكون وحدي لكي أرى الدنيا من غيرك وأدرك أنني أريد أن أعود لأراها معك، لأنني على يقين أن الجمال سيزداد والمعنى سيتضح .

وإذا نظرت إلى البحر وحدي، فإنني أتلهف لوجودك بجوارى، لأراه معك، وإذا سمعت لحناً بمفردي أتشوق لوجودك معي لأسمعه معك، وإذا قرأت فكرة جديدة أتحرق لوجودك في مقابلتى محاوراً لينعم عقلي بعقلك .

ولا توجد درجة قصوى ونهائية للاتصاق والالتحام والذوبان وهذا ما يضمنى. إذ أنني فى حالة قلق وشوق وحنين دائمة. حنين للمزيد. مزيد من اللاتصاق ثم الحنين ثم حنين الالتحام ثم حنين الذوبان، إنه حنين للتوحد، ولكي يظل هذا الحنين مؤججاً، محرقاً، مستمراً يجب أن تكون هذه المسافة .

والمسافة معناها أن أخلو لنفسي بعض الوقت. ولس معناها سफراً بعيداً، ليس معناها إنفصلاً، ليس معناها إجازة زوجية، الإجازة الزوجية هى رغبة دفيئة للانفصال الحقيقى. الإجازة معناها أن الحياة أصبحت لا تطاق بينهما، الإجازة مرفوضة بين الأحباء والأزواج إنهم لا يقوون عليها، المسافة معناها الإنفراد بالنفس برهة.. قليل من الوقت. المسافة هى تأكيد للحنين والشوق إليك من أجل الالتصاق ثم الالتحام ثم الذوبان .

حوار للمناقشة بين الشريكين

قم بمناقشة هذه القائمة مع شريك وأطلب منه/منها أن تتشاركا فى قائمته/قائمتها .

تدريب 3

ماذا تعنى أن تكون مسئولاً فى زواجك ؟

ما هى مسئوليتك :- نحو نفسك، نحو الشريك، نحو العلاقة ؟

تدريب 4

التغيير

ما معنى هذه الكلمة فى رأيك ؟

.....

هل تريد أن يحدث التغيير أم الثبات ؟

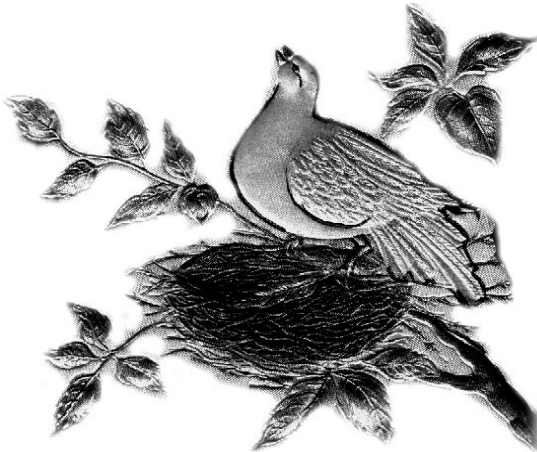
.....

من هو المسئول عن التغيير فى الأسرة ؟

.....

ما هى طرق التغيير إلى الأفضل ؟

.....



■ الحب الحقيقي يثير في حياتك حرباً شعواء، يثير صراعاً بين الأنا
والأنانية، والأنت الحب. إذا أردت ان تحب جيداً فلا تخف من الصراع،
بل، أهب نفسك له.

■ عندما نحب، لا ننتهى أبداً . غاليندو دونير

معرفة أحدكما الآخر

"تعهد بأن يتخذ أحدنا الآخر زوجاً له شرعياً، يلتزم به من
الآن فصاعداً، فى السراء والضراء، فى الغنى والفقر، فى
الصحة والمرض، وبأن يجب أحدنا الآخر ويعزه ما دُمننا على قيد
الحياة. على هذا تتعاقد وتتعاهد " عهد زواجى قديم .

بمثل هذا التعهد تتوافقان على واحد من أهم الالتزامات فى
حياتكما. فهل يعرف كلاكما حقاً الشخص الذى يوشك أن يتزوجه، وهل
يعرفه الشخص الآخر؟ هل تكون خطيبتك هى الزوجة التى ترغب فيها
شريكة لك مدى الحياة؟ أو هل يكون خطيبك هو الزوج الذى ترغبين فيه
شريكاً لك مدى الحياة؟ وهل تكون أنت هو الزوج الذى ترغب فيه
خطيبتك؟ أو هل تكونين أنت الزوجة التى يرغب فيها خطيبك؟ ماذا تتوقعان
أحدكما من الآخر؟ أينتظر أن تسير أموركما حسناً، وأن تمرحاً وتفرحاً
وتسعداً، وتسويها خلافتكما وتراعي اختلافاتكما؟ أية فروق بينكما؟

■ المهم على الأرض لا نوعية العمل، ولا المهمة التى نتجند لها، بل المكان
الذى يحتله الحب فى حياتنا .

■ الحب يجدد الأشياء كلها، ويعطى هدفاً دائماً للحياة، ومغامرة لكل يوم .

■ الحل الوحيد، الحل الحقيقي لمشاكل الإنسان، هو الحب فى نهاية
المطاف، لأنه يوجه كل شىء، ويكمل كل شىء، ولأنه صفة كل شىء .

■ حياتك توازى ما يوازى حبك، دون زيادة ولا نقصان .

■ الحب! مهنة البشر أجمعين، مهنة الأجيال قاطبة والشعوب بأسرها.
البشرية جمعاء. فى مدرسة الحياة، تتلقن، كل يوم، أول فعل فى كتب
قواعد لغات الأرض كلها : أحبك، تحبنى، نحب بعضنا بعضاً .

■ إن أردت معرفة إنسان ما، فتش عما يحب ..فى الساعة التى تزمجر فيها
البغضاء على العالم. ماذا تنتظر حتى تنشر الحب فى أرجائك ؟ ..

■ الحب، كلمة تنطلق إنطلاق السهم من فم إلى فم. الكل يتحدث عنه.
ولكن، ما أبعد التفاوت فى اللفظة الواحدة: حب الشوق، حب الهوى، حب
المغرم، حب عذرى، حب الشفقة، حب العطاء، فيلزمك أن تنظر الآن
نظرة جديدة، نظرة الطفل البريئة لترى بجلاء، الواقع العجيب للحب
الحقيقى وتدركه .

إن كنتما مثل أغلب الشباب، فلا بد أن تتزاحم في ذهنيكما دائماً هذه الأسئلة وغيرها معها. فكلكما يعزم على قضاء العمر مع شريكه، ومع ذلك يعوزكما كثير من المعلومات. تعلمان أنكما تحبان أحدهما الآخر، ولكنكما تتساءلان: هل المحبة كافية؟

لقد نشأتما كلاكما في أسرتين تختلف إحداهما عن الأخرى. ولكل منكما أفكاره ومشاعره الخاصة فيما يتعلق بالزواج والدين والأولاد والجنس والعمل والتدبير المالى. كما أن لكل منكما أولويات وتطلعات بشأن الطريقة التى ينبغى أن يتصرف المتزوجون بمقتضاها. ولكن، هل سبق أن تباحثتما بصراحة فى أولوياتكما وتطلعاتكما وقومتماها بموضوعية؟ إن التوقعات غير المصرح بها هى بذور المشاكل والخلاف .

فى طليعة الأسئلة التى نطرحها على الشريكين خلال حلقاتنا الدراسية للزواج : " ما هو فى رأيك أهم عنصر ينبغى وجوده فى الزواج الناجح ؟ " وعلى اختلاف الأجوبة، يعكس كل منها ما يعده الرجال والنساء ضرورياً لإنجاح العلاقة

إذاً، ما هو فى رأيك أهم عنصر ينبغى وجوده فى الزواج الناجح؟
بغير استعمال الكلمة "حب" أو "محبة" دونا الكلمة التى تحدد هذا العنصر
أفضل تحديد :

إن الكلمة التى كتبها كل منكما لهى ذات مغزى هام بالنسبة إلى زواجكما. فالعنصر الذى حدده كلاكما لا تتوقعان وجوده فى زواجكما فحسب، بل سيكون كذلك مطلباً لا بد منه فى سبيل علاقة سعيدة تسير على أحسن حال .

ومن شأن ما يتضمنه هذا الكتاب من أسئلة عملية أن يساعد كليكما على أن تراجع ويقوم ما لدية من توقعات وأولويات تتعلق بالزواج وما تعلمه أو رآه ممثلاً فى أسرته من أنماط العلاقات الزوجية .

عندما نعقد الحلقات الدراسية للزواج، يصارحنا كثير من الشريكين بأنهما ما كانا سوف ليخصصا من تلقاء الذات ثمانى ساعات للمباحثة المكثفة فى شئون حياتيهما من مختلف النواحي. ولكن هذا العمل بعينه هو ما نطلب إليكما أن تقوموا به، مستعينين بهذا الكتاب. أفليس ما بقى لكما من حياتكما معاً أمراً بالغ الأهمية عندكما ؟

وفيما يبدأ كل منكما فى معرفة نفسه ومعرفة شريكه على النحو الأفضل، نناشدكما أن تركزا على هذه الأهداف : التوقعات، الأولويات، أنماط التصرف .

التوقعات

التطلع بشوق إلى تلبية الاحتياجات وتحقيق الرغبات
التوقعات غير المصرح بها هى بذور المشاكل والخلاف
لقد عقدتما على الحياة الزوجية آمالاً عريضة. فيا هل ترى هذه الآمال واقعية؟ إنكما، أنتما الشريكين، قد نشأتما فى أسرتين مختلفتين، لكل

جوابك

جوابك

منهما أولوياتها وأنماطها السلوكية وقواعدها المبدئية. فهل يعقل أن يحقق كل منكما توقعات شريكه كلها ؟

كثيرة هي الخلافات التى تنشأ خلال سنى الزواج الأولى ويمكن أن يرد أصلها إلى التوقعات التى كان يربوها من الزواج أحد الشريكين أو كلاهما. ويستخدم المعنيون بالإرشاد الزوجى الكلمة "صفات" لتعريف أنماط التوقعات هذه. فالوصفة التى يحوزها أحدكما تملى عليه كيف ينبغي أن يسير زواجكما وما العمل المنتظر أن يؤديه كل منكما، وكيف يجب أن يؤدي. حتى إذا أخفق أحد الشريكين فى العمل بمقتضى الوصفة وما وفى بتوقعات شريكه، فإن الشريك الآخر يعانى الخيبة والغضب والمرارة .

كثيراً جداً ما يكون المرء وصفته المتعلقة بتوقعاته من الزواج على طريقة الاستنتاج الذهني، أعنى أنه يتوصل إلى الاستنتاج العام بشأن ما ينبغي أن يكون عليه الزواج عبر استعراض مجموعة معينة من الوقائع. هذه المجموعة تتحصل مما يكون قد شهدته فى أسرته الأصلية، ومن المعرفة التى اكتسبها بالاختبار. ومن ثم يستنتج المرء أن جميع الزوجات ينبغي أن تكون، أو لا بد أن تكون، إما مماثلة وإما مخالفة لمجموعة الوقائع المعينة، قائلاً فى نفسه: إن أبى وأمى تصرفا على هذا النحو، لذلك ينبغي أن يتصرف الأزواج والزوجات جميعاً على هذا النحو عينه (أو ينبغي ألا يتصرفوا على ذلك النحو) كى ينعموا بزواج سعيد .

إن وجود مفاهيم خاصة بشأن ما ينبغي أن يكون عليه الزواج قد تؤدى بشريكى الحياة إلى توقعات غير واقعية فى ما يتعلق بالزواج،

وبأنفسهما أيضاً. ومن شأنها كذلك أن تحد نمو الشريكين معاً وتعيق استكشافهما لطرق جديدة توطد علاقتهما وتحسنها، إذ يصيران أسيرين لما اعتاده من طرق خاصة لتصريف الأمور. وما أكثر ما تطرق مسامعنا فى أثناء قيامنا بعمل الإرشاد فى شئون الزواج عبارات من قبيل ما يلى " يا ليتنى عرفت آنذاك ما أعرفه الآن . فلو عرفت. لما تزوجت. ليس هذا الزواج ما توقعته إطلاقاً!" والمسألة هى: ماذا توقع المتزوجان؟ واضح أن أحدهما أضمر فى نفسه مفهوماً خاصاً يتعلق بالكيفية التى ينبغي أن تكون عليها حال الآخر، أو تلك التى ينبغي أن يجرى الزواج عليها، فإذا بالوصفة التى يتبعها الواحد لا يعمل الآخر بمقتضاها .

ومادمتما، أنت والشريك، تطلقان من وقائع مختلفة، فالأرجح أن تتوصلا، من جراء التفكير، إلى استنتاجات مختلفة بشأن الزواج. ففى ذهن كليهما مجموعة خاصة تضم ما يصح وما لا يصح، ومن هذه المجموعة يستمد كلاكما أفكاره المحددة فى ما يتعلق بالحال التى ينبغي أن يكون عليها الزواج. وعندما تواجهكما الفوارق بينكما، تضطران إلى أن تقررا أية مجموعة من الوقائع أصح، وأية صورة للزواج أصلح، مما قد يثير بينكما توتراً وتنافساً شديدين .

أن المتزوجين الذين ينعمون بزواج سعيد ومعافى يقررون نوع الزواج الذى يرغبون فيه باستعراض المعلومات المتعددة المصادر بشأن

يعنى أنه "مختلف" فقط لا غير. فأحياناً قد تضطربان إلى الاتفاق على الاختلاف، فلا يرى أحدهما مفراً من الاعتراف بأن الآخر يخالفه فى الرأى . ولا بأس فى أن تنظرا إلى الحياة بمنظارين مختلفين أحياناً، بل إن إجماعكما عن ذلك يكون فى الواقع أمراً مستغرباً. ويحصل التواصل الجيد عندما تقدران اختلافاتكما وتعكفان على استيعابها. ومتى احترمت كل من الشريكين مفاهيم الآخر، فكأنما يقول أحدهما للآخر : " مهم فى نظرى من أنت، وما تفكر فيه" والزوجان اللذان يقدر أحدهما الآخر ينموان معاً، معلماً أحدهما الآخر ومتعلماً منه. أما اللذان لا يقدر أحدهما مفاهيم الآخر، فكأنما يقولان بعضهما لبعض: "ليس عندك ما تعلمنى إياه، وطريقى هو الطريق الصحيح فى كل حين " .

وكثيراً ما يكون سوء التواصل نتيجة لسعيينا إلى إثبات كوننا على حق. فليسأل كلاهما نفسه : " أى الأمرين أفضل: أن اكون محقاً أو أن أكون سعيداً؟ " إذ يتعذر أحياناً جمع هذين الأمرين معاً. فإن كان أحدهما، أنتما الشريكين، غير معنى بسماع آراء شريكه، يكون فى الواقع غير مقدر البتة لما يشعر به الشريك أو يفكر فيه .

عندما يسرد أحدهما ما هو مهم فى نظره، يرجح أن يضع فى رأس القائمة ما يعده أكثر أهمية. ولا يعنى هذا أن الأولويات الأخرى غير ذات أهمية، إلا أن بين الأولويات جميعها ما يراه المرء أفضل من سواه . ومن شأن أولوياتك فى الحياة أن تدل خير دلالة على وفائك أو ولائك نحو الناس. وأولى مهمات الزواج الأساسية تحويل الولاء من

الزواج، ومن ثم يختارون ما يناسبهم وينفعهم. إنهم يتعدون بأنظارهم نطاق الزوجات التى يعهدونها بين أقربائهم ليفهموا العوامل الفعالة لإنشاء العلاقات السعيدة. فهم يقرأون الكتب لى يحسنوا مهارة التواصل، ويخصصون الوقت للمشاركة فى ما قد يتاح لهم من الدروس والحلقات الدراسية التى يرجون الاستفادة منها لتعزيز العلاقة. وهم يرون أن زواجهم يمكن أن يفى بتوقعاتهم إن تمكنوا من اكتشاف المواصفات التى تجعل الزواج سليماً وسعيداً وناجحاً، وأيضاً يتعاونون للاهتمام إلى الطرق المحددة المؤدية إلى تحقيق تلك المواصفات على علاقاتهم .

فالمترزوجون المستعدون لأن يتعلموا ما يجعل الزواج ناجحاً، والميالون إلى التفاهم، إنطلاقاً من احترامهم وجهة نظر الشخص الآخر وتقديرهم لها، لابد أن يتكيفوا وفقاً لما تقتضيه علاقاتهم على نحو أفضل بكثير مما يتاح للذين ينظرون إلى الزواج بمنظار المواصفات المقررة سابقاً. إنهم يتوافقون على البحث معاً، وبالتبادل، عن الطرق المؤاتية لتعديل أمورهم وتكييفها بحيث تلبى المطالب العديدة التى يفرضها الزواج.

ليفهم كلاكما أن مفاهيم شريكه تختلف عن مفاهيمه الشخصية لن تتمكننا البتة من إحراز التوافق الكلى فى ما يتعلق بكل شىء، لأنكما سليلاً أسرتين مختلفتين ولكما نمطا حياة مختلفان، وطبعاً، لا يعنى نعت أمر بأنه "مختلف" أن ذلك الأمر " خطأ "، كما لا يعنى أنه "سيئ" ، بل

الأسرة الأصلية التي نشأت فيها إلى الأسرة الجديدة التي ستعمل وشريكك على تكوينها. وقد يكون نقل التركيز هذا صعباً عليك كما يكون صعباً على أسرته. غير أنه أمر جوهري كى يتاح للزوجين أن ينشئا وحدة أسرتهما الخاصة .

كذلك تزودك أولوياتك فى الحياة توجيهاً وأهدافاً ترى وجوب بلوغها. ولك أن تعتبر ذلك التوجيه بمثابة السبيل الذى اخترته كى يؤدى بك إلى الغاية المنشودة. ومن العوامل المهمة فى الزواج الصالح أن يكون للزوجين وجهة مشتركة فى الحياة، أى أن يرغباً حقاً فى سلوك سبيل واحد وتحقيق غايات متشابهة. سيكون لكل منكما اهتمامات خاصة بالطبع، ولكن أولوياتكما من جهة علاقتكما، وطرق إنفاق المال وقضاء الوقت، تعكس ما عندكما وغد أسرتيكما من أخلاق وقيم. ومن الواجب أن تحصل المشاركة وفقاً لهذه الأولويات .

فأى الأمور التالية يحل أولاً : الانتقال إلى منزل جديد أو شراء سيارة جديدة، متابعة الدراسات العليا أو إنجاب طفل، إدخار المال أو القيام برحلة استجمام، زوجتك أو والدتك، زوجك أو أولادك، اجتماعات الكنيسة أو العمل الإضافى ؟ ما الهدف الذى تبغى بلوغه خلال خمس سنوات من الآن؟ وماذا تقول فى الشريك العتيد؟ أحقاً تريدان من الحياة أن توفر لكما الأشياء عينها ؟

لا شك فى أن أولوياتكما سوف تتغير على مر السنين، إذ تنموان وتتقدمان معاً. وإذا أحسنتما التواصل بعد الزواج، فلا بد أن تريا أولوياتكما

نامية ومتقدمة ومتغيرة معاً. وإذ تواظبان على المصارحة بشأن حاجاتكما ورغباتكما، وعلى إعادة النظر فيها وترتيب أولويات جديدة وتسييران معاً فى سبل جديدة، وفى الوقت عينه بطريقة واحدة فى الحياة .

لن يتكمن منكما أن يعرف كل شىء فى ما يتعلق بالشخص الذى اختاره للزواج. ولكن كلما تضاعفت المعلومات المتوافرة لكما قبل الارتباط بهذا الالتزام، تضاعلت فرصة مواجهتكما للتوقعات التى لا يمكن الإيفاء بها.

لكل إنسان توقعاته بشأن الحياة والعمل والعلاقات. والوصفة التى يأتى بها كل منكما إلى الزواج إنما هى بيان يفصل توقعاته، لذاته ولشريكه على السواء .

فإذا أردت لتوقعاتك أن تتحقق، ينبغى أن تطلع شريكك عليها، مادام الشريكين كلاهما لا يقويان على قراءة الأفكار. فليطلع أحكما الآخر على توقعاته، واعملا معاً على الوفاء بها. إذ أن الاستعداد لتعلم طرق جديدة لتفعيل الزواج والعمل معاً لإدخالها فى صلب الزواج يفضيان إلى علاقة أسعد. وباستعمال الحوار يمكنكما النظر فى كل ما نفع الآخرين من صفات حميدة ومعلومات مفيدة، وأفكار واختبارات صالحة، ومن ثم جعلاتها جزءاً من زواجكما .

ومن المهم أيضاً أن تطلعا أحكما على الآخر بصراحة وصدق على الأمور التى تعتبرانها ذات أهمية خاصة، وهى أولوياتكما: ماذا يحل أولاً فى حياة كليكما؟ ماذا تبغيان أن تحققا وأين تركزان ولاعكما؟ إن تحديد

الأولويات بسبب اتجاهات سليمة، والزوجان اللذان لهما اتجاهات مشتركة في الحياة يتمتعان بعلاقات أعمق وأغنى مما يتمتع به أولئك الذين تعوزهم هذه الاتجاهات. وفيما تنموان معاً. تتغير أولوياتكما، ويعينكما حسن التواصل على التفاوض بشأن أى تغيير محتمل .

كما أن كيفية تصرفكما فى ما يخص علاقتهما، وكيفية معاملة أحدكما للآخر، لابد أن تؤثرا أبلغ تأثير فى قدرتهما على العمل معاً لتقرير الأولويات وعلى تعلم طرق كفيلة بتحقيق توقعاتكما من الزواج. ومعلوم أن الأسر تتوارث الأنماط السلوكية من جيل إلى آخر. فأنتما تتعلمان من تصرفات والديكما أكثر مما تتعلمانه بواسطة أية عملية تعلم أخرى، من أنماط تصرف، سليمة وسقيمة على السواء، فى ما يتعلق بمعاملة كل منكما للآخر، وبكيفية التواصل، وبطريقة حل المشاكل. والأولاد يفعلون ما يرون والديهم يفعلونه، وما الوالدون إلا القدوة الأولى عند الأولاد. غير أن لكما، وأنتما بالغان، خياراً لتقررأ أى الأنماط أنفع لكما وما تريدان أن تغيرا.

ماذا يتوقع من كليكما أن يفعل فى هذا الزواج الجديد؟ هل أفراد أسرتيكما متقاربون أو متباعدون؟ أيظهرون مشاعرهم بالعناق والتودد، أم لايفعلون؟ فإذا نظرتما فى طريقة تعاملكما وتعامل أسرتيكما، تستطيعان أن تدركا أنماط التصرف التى ورثتما أو اكتسبتما .

فى هذا الكتاب سيتاح لكما استكشاف توقعاتكما وأولوياتكما وأنماط تصرفكما، ومعرفة مثيلاتها لدى أسرتيكما، فتبدأن فى فهم أحدكما الآخر على نحو أفضل .

خصصا على الأقل ساعة واحدة لإكمال المناقشة قبل التقدم إلى الفصل التالى. وأهم أمر هو أن تكونا صريحين وصادقين أحدكما مع الآخر. وألا تستعجلا إنهاء الكتاب .

هل حقاً تعرفان أحدكما الآخر؟ تحقق من هذا الأمر فيما تستعدان للزواج .

البرعماء للزواج فى ألمانيا

كتالوج الهدايا

كيف تذكر الأسرة الريفية أبنتها بأنها أصبحت عروسة.. فذلك أن جميع أعضاء الأسرة والأقارب يراعون فى تقديم هداياهم بمناسبة الأعياد والحفلات أن تكون من الأدوات المنزلية ويطلقون على هذه الهدايا " جهاز العروس" وتقتصر هذه الهدايا على مفارش الترابيزات وملاءات السرير

الأخيرة من عهد العزوبية، ويشارك الأصدقاء والأقارب فى وضع ما معهم من ملايم ونواكل " ٢ قطعة ملايم" ونصف القرش والقرش، حتى إذا اقترب يوم الزفاف ذهب العريس وأصدقائه بالزجاجات إلى البنك الذى يتعامل معه ليستبدل ما بها، وفى يوم الزفاف يتولى أقارب العريس وأصدقائه المقربون نثر الملايم على موكب العرس أثناء انتقاله من الكنيسة إلى صالة الاحتفالات .

وأدوات المطبخ وعادة ما تختار البنت مع أمها نوعاً معيناً من المفارش أو ملايات السرير لتعلن لأقرب الأقراب فى حالة اختياره هدية لها أنها تفضل الصنف الفلانى من المفارش لتستكمل المجموعة لديها، وكذلك أدوات المطبخ فتحدد نوع الصينى وشكله ولونه، وبل وتحدد رقمه المعن عنه من المصنع المنتج - المصانع تعلن عند عرضها لهذه السلع رقم الإنتاج ومدة استمرارها فى إنتاجه وعادة لمدة عشر سنوات - ومن هنا فليس من الضرورى أن يهدى المرء طقمًا كاملاً مثلاً من الصينى ولكنه يكتفى بجزء من الطقم ولو بسيط أو قليل. وتستمر الفتاة فى تخزين ما تحصل عليه من هدايا إلى أن يحين وقت الزفاف ويرزقها الله بعريس.. وبمجرد عقد القران فى السجل المدنى.. تبدأ الفتاة فى جرد الخزين من الهدايا ثم تكتب قائمة بالنواتق.. فمثلاً ينقص طاقم المفارش بعض المفارش الكبيرة أو الصغيرة، أو تنقصها بعض ملاعق لشاى أو سكاكين السمك.. وتبدأ فى إعداد كتالوج تلصق به صور الأشياء الناقصة لديها وبيانات عنها. وصور للأجهزة المنزلية والكهربائية التى تتمنى أن تكون لديها فى سكنها الجديد. وهذا الكتالوج يتم يتدواله بين الأقراب والأصدقاء بحيث يبدأ كل منهم شطب الصنف الذى ينوى تقديمه كهدية للزوج دون أن يذكر اسمه، فقط يشطب عليه أو يخلع الصورة والبيانات من الكتالوج، وفى خلال أيام قليلة يعود الكتالوج للعروس لتشتري لنفسها ما تبقى فيه بدون شطب .

أما العريس.. فإنه بمجرد حصوله على مهر يقوم بالإنخار فى زجاجة كبيرة، يضع بها الملايم الفكة أولاً بأول.. وخاصة فى السنوات

الأهداف

تدريب هام

ماذا تريدنا لزواجكما بعد خمس سنوات ؟ كيف يمكن تحقيق هذه الأهداف ؟

هذه النقاط سوف تساعدكما على اختراق الأسوار ومعرفة كل

منكما للآخر : أهدافه وطموحه، أحلامه وواقعه، قيمه ومبادئه .

○ من من أفراد الأسرة متدين أو ملتزم روحياً، ومن ليس كذلك ؟

○ ما هي الكنيسة التي ينتمى كل إليهما؟ كيف أثرت في أسرتك ممارستك لإيمانك ؟

○ إلى من كنت الأقرب في أسرتك؟ ولماذا ؟

○ هل من أسرار عائلية، بنت العممة انفصلت عن أسرتها، الوالدان ينامان في

غرفتين منفصلتين؟ ما الآثار التي خلفتها هذه الأسرار في العائلة .

○ هل كنت المولود البكر، أو الأوسط، أو الأصغر في العائلة؟ (وماذا عنى كونك

مولوداً في منزلة معينة؟) كيف سيؤثر هذا الواقع في علاقاتكما ؟

○ هل بين أفراد الأسرة من قطع علاقته بها؟ ما الذي دعا إلى الانفصال؟ وكيف

يؤثر هذا الانفصال في العائلة ؟

○ أرى أن مكان المرأة الطبيعي هو البيت .

○ أعتقد أن النساء أكثر قدرة من الرجال على الاهتمام بشئون الأسرة .

○ يوونى أن تكسب شريكى دخلاً يفوق دخلى .

○ أعتقد أنى شخص يسهل لتفاهم معه .

○ أريد من شريكى أن يرافقتى إلى الكنيسة .

○ أحتاج إلى بعض الأوقات الخاصة بى على أساس دورى .

○ أعتبر التبدلات فى حياتى فرصاً للنمو والنضج .

○ أعتقد أنه ينبغى لنا الاتفاق بشأن الواجبات المنزلية قبل الزواج .

○ أهوى المغامرة أو المجازفة .

○ أحب القيام بالأعمال البيتية كالغسل ولكى والكنس .

○ أعتقد أن النساء يجب ألا يسافرن وحدهن .

○ أعتقد أن الحياة قاسية فى أغلب الأحيان .

○ أعتقد أن النساء عاطفيات أكثر من الرجال .

○ تهوى أسرتى قضاء أيام العطلة معاً، وترتب كل سنة مشروعاً استجمامياً، أو مصيفاً .

○ لا بأس عندى إن كان للزوج أو للزوجة هواية أو رياضة تمارس دون مشاركة الشريك الآخر .

○ يوونى ألا يقدم الطعام فى حينه .

○ لا أحب أن أكل طعاماً بائناً أو بقايا طعام .

○ كان كل واحد فى أسرتى يتناول أكلته المفضلة الخاصة به عندما نجلس معاً إلى المائدة .

○ أو من بأن الزواج مؤبد وعلاقة دائمة .

○ مهم عندى قضاء أيام العطلة مع أسرتى .

○ أظن أن الرجال أكثر رغبة فى الجنس من النساء .

○ أرى وجوب الاحتشام فى إبداء الموضة علناً .

○ أريد بعد الزواج أن أقضى بعض العطل مع أصدقائى بمعزل عن زوجتى .

○ أحب ان أسير وحدى مع أصدقائى على الأقل مرة واحدة فى الأسبوع .

○ أرغب فى زيارة والداى أو الاتصال بهما كثيراً، ولو كل يوم .

○ أريد للأصدقاء والأقرباء أن يشعروا بملء الحرية للقدوم إلى منزلنا والاستضافة دون دعوة .

- لا أجد حرجاً في لقاء أصدقاء من الرجال في بعض المناسبات بدون حضور زوجي .
- لا أعتقد أن حيازة المرأة لثقافة عالية أمر مهم .
- لا بأس عندي بالقفز من عمل إلى عمل إذا كان ذلك يزيد الدخل قليلاً .
- يجب أن تعطى الزوجة حريتها كي تعمل بعد أن يصير الأولاد كلهم في المدارس .
- أحب أن تكون الأشياء نظيفة ومرتبّة وفي محلها .
- يزعجني فعلاً للتأخر أو الإلتحاق في الدقيقة الأخيرة .
- أفضل أن أعيش عفويّاً على أن يكون لي برنامج يومي ألتزمه .
- أستاء إذا كان علىّ أن أقيم في منزل ترتيب كل حين أو في معظم الأحيان.
- في غاية الأهمية عندي أن نكون ميسورين مادياً .
- أحب أن يولد لنا طفل في أولى سني زواجنا .
- أعتقد أن من المهم لكلينا حضور النشاطات التي يشترك فيها أولادنا .

