

لسلسلة فن الحياة

م. عراء حامد



الدرس العاشر

لغات الحب الخمس

فريق
التفريغات

الحمد لله وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له ؛ وأشهد أن محمداً عبده ورسوله ﷺ .
أما بعد :

المررة الماضية اتكلمنا في درس مميز سميناه : " عايز أتجوز " .
كنا بنطوف حول قول الله تعالى : (وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ)

شرحنا موضوع الزواج و اختيار الزوجة و الزوج
أحب أتكلم على الزواج الناجح مش المثالي
الأطروحات المثالية عندما تنزل على أرض الواقع تؤدي لعدم الرضا دائماً

الرضا معادلة بين التوقعات و الواقع

كل ما سقف توقعاتك يعلى ويفرق كثير عن الواقع = كل ما يكون عدم الرضا أكبر

لما دخلنا على سقف توقعات كبير - كثير جدا من العلاقات اللي كان ممكن تكون ناجحة وهي فعلاً مؤهلة انها
تكون ناجحة - في حالة عدم رضا من الطرفين وده لغياب الفهم الدقيق للمعايير اللي بنبني على أساسها
التوقعات دي

● إشكاليات طرح معايير الزواج

فيه مشكلتين في طرح موضوع الاختيار :

1. احادية النظرة

2. مثالية النظرة

حتى لو شمولية بس بتتكلم في مثاليات مش موجودة على الأرض ودايماً الكلام على المثاليات ما يصلحش في
أزمنة الفتن وأزمنة غياب الدين و عدم وجود القدوات والصالحين بشكل كبير

الآن فيه ناس كتير كويسة بس مش مثالية يعني فلو اشتربنا المثاليات فيه ناس كتير اوي كويسة هنخسرها

إجمالاً لما قلناه المرة اللي فاتت عشان هنبني على أساسه سؤال مهم , السؤال ده هو اللي هكمل على أساسه
الدرس كله

• مراجعة : أسس الاختيار بين الطرفين

• تبني على أربع أسس :

1. **الجانب الديني والأخلاقي** : الأهم على الإطلاق هو الجانب الديني و الروحي عموماً و جانب منظومة القيم والاخلاق التي عند الشخص الآخر .
و كل ده دين ما يتعلق ب : عقيدته / بعباداته : الصلاة و الصيام ... / بأخلاقه الدينية .

• فرق بين الأخلاق الدينية والطباع :

الطباع ممكن ما تتقاش حلال و حرام : عصبي مهمل مش نضيف . دي حاجة ممكن متكونش لها علاقة بالدين زي الكذب النميمة السب الحاجات دي كل ده دين .
طبعاً ده جزء كبير جدا من الاختيار وده مفترض يبقى المحور الاساسي عند اي حد .

2. **الجانب النفسي** : وهو مرتبط بالميل : ميل عام , احساسك بالانسجام مع الطرف الاخر , احساسك بالتوافق , فيه أرضية مشتركة بينكم في الاهتمامات/الأفكار/الهوايات .

الأرضية المشتركة دي كل ما تكبر كل ما كان أقرب ان الزواج يكون أنجح و إدارة الخلافات جوا البيت أسهل و لما نختلف بنحس إن الاختلاف ده نقطة في بحر و المشكلة الصغيرة مش بتأخذ مساحة كبيرة ما لهاش اي لازمة .

3. **الانجذاب الجسدي** : الشكل واللون والطول والعرض والجسد والمواصفات حتى أدق التفاصيل .

4. **الجانب الاجتماعي** : وجانب مهم ولا يهمل , منه : مستوى التعليم / المستوى المادي / السكن / المحافظة و مكان العائلة / الأسرة .

الحاجات دي الناس على اساسها فعلاً بتبني اختيارات , مينفعش تسفه اي حاجة من الحاجات اللي انا قلتها لان فعلاً فيه بيوت بتهدم بسبب اهمال جانب من الجوانب دي.

• هل يفترض وجود كل هذه الأسس ؟

هذا وهم , لا يمكن ان تجد شخص فيه كل هذه الجوانب والا انت تبحث عن سراب في الحقيقة .
إنما في الحقيقة انت بتبحث عن شخص يوجد فيه أغلب الصفات دي .

• اختيارك عبارة عن مزيج من حصة شخصية لهذه الصفات

كل جانب من الجوانب له وزن نسبي في اختيارك .

• يعني مثلاً الجانب الديني دا بالنسبة لي مثلاً 50 % و الجانب النفسي بالنسبة لي 30 % و الجانب الجسدي بالنسبة لي 10 % والجانب الاجتماعي مثلاً 10 %

- شخص آخر يقولك : لا , أنا الجانب الديني 60% والجانب النفسي 10% مش مشكلة موضوع الانسجام والميول , انا ممكن اعيش مع أي حد يكون كويس و خلاص و الجانب الجسدي بالنسبالي 30% الجانب الاجتماعي 10%

- واحد يقولك لا انا الجانب الديني 50% الجانب الاجتماعي 40% هو بالنسباليه الموضوع ده مهم جدا المستوى المادي التعليم السكن ... كل واحد له حسيه

وعلى أساس كده بتبتدي تدي درجات في كل جانب من الجوانب دي وتحسب حسبك

و طبعا هي مش بتبقى ماشية كده بس الحاجات دي بتحصل جواك حسيه سريعة .
احنا بنعمل ايه بنديك وعي ان الجوانب دي مهمه , و على أساسها بتقيم الناس ودا الواقع .

• الاتفاق في ترتيب أولويات الجوانب الأربعة

نتفق ان الجانب الديني لازم ياخذ الجانب الجانب الأعظم
وعلى أساس كده زي ما فسرنا قول النبي ﷺ : (إِذَا جَاءَكُمْ مَن تَرْضَوْنَ دِينَهُ وَخُلُقَهُ فَرَّجُوهُ)

مش معنى كلام النبي ﷺ لو جالك واحد متدين بس انت رافضه تماماً نفسياً او اجتماعياً انك لازم تقبله كلام النبي ﷺ معناه ان أهم حاجة الدين في الاختيار .

قال النبي ﷺ : (تُنْكَحُ الْمَرْأَةُ لِأَرْبَعٍ: لِمَالِهَا، وَلِحَسَبِهَا، وَجَمَالِهَا، وَلِدِينِهَا، فَاظْفَرْ بِذَاتِ الدِّينِ، تَرَبَّتْ يَدَاكَ.)
رغم إنه قال ﷺ : تُنْكَحُ الْمَرْأَةُ لِأَرْبَعٍ لكن قال ﷺ : فَاظْفَرْ بِذَاتِ الدِّينِ يعني أهم حاجة الدين

• اوعي تركز على الجوانب الثانية وتنسى الدين

مينفعش واحد يقولني : الدين 20% مثلا , لازم الدين ياخذ نسبة كبيرة في الاختيار بعد كده الباقي سهل و حط فيهم أي نسبة تنفعك عادي , و متفرضش رأيك على حد .

مش ضروري تقييمك يكون زي تقييم أي حد

• حد أدنى لكل جانب

حد أدنى مش هينفع تنزل عنه
وهنحدد في كل جانب ايه الحد اللي لو نزلنا عنه الشخص ده لازم يترفض بغض النظر عن أي حاجة .
فيه حد أدنى شخصي = بالنسبالك و حد ادني مشترك = لازم نتفق عليه

• الحد الأدنى المشترك

في الجانب الديني :

- الصلاة : لازم كلنا نكون متفقين عليه مينفعش نتجوز حد مبصيلش
- الحجاب : متبرجة تماماً , لا مينفعش لأنك بمجرد ما هنتجوز واحدة مش محجبة = انت ديوث فبالتالي هتخش في حرج شرعي كبير .

• الحد الأدنى الشخصي

في الجانب الديني :

- يحفظ قرآن أو لا ؟ دي مسألة نسبية
- مش بيسمع أغاني مبيتفرجش على افلام مبيسلمش على نساء مبيحضرش أفراح ,

فيه واحدة تقولك : ممكن آخده مقصر شوية , أنا ممكن اتعايش مع واحد كده .
يعني ايه اتعايش ؟ مش معنى كده اننا نصحح الغلط ونقول عليه صح بس هي عندها خلاص اتفقت على الأساسيات , وفيه سقف معين للدين بالنسباليها مينفعش تنزل عنه ما عدا ذلك من تقصير ممكن تتعايش معاه .

ممكن تلاقي واحد بمواصفات كويسة اوي بس هو بيسمع اغاني فتقبل به !!!
ممكن انت الكلام ده بالنسباليك غريب , ده بالنسباليك انت بس احنا بنتكلم في واقع غير مثالي .

ممكن تلاقي واحد فعلا فيه كل الصفات الكويسة بس بيشررب سجائر .
فيه ناس تقولك : لا مستحيل , بالنسبالي الموضوع ده خط أحمر .

فيه خط أحمر نتفق عليه كلنا
و فيه حته نسبية ناتجة عن قياساتك لكل الجوانب ودي هتتفاوت حسب دينك انت أو تحملك للشخص ده ممكن تتقبل حاجة زي كده أو متقبلهاش , هتتعايش معاه مش معنى كده انك هتقراها انت هتحاول بعد كده تغييرها في الشخص دا . نجحت في تغييرها حلو , منجحتش البيت مش هيتهد و تقدر تعيش معاه في الواقع دا

لكن لازم ترفض لو الحاجة دي مش موجودة ولو متصلحتش البيت يتهد = يبقى نرفض من الأول .

حد معندوش الحد الأدنى بتاعك و تحط أمل إنه يتغير بعد الزواج تحط زواجك كله في مخاطرة لو هو متغيرش مش هقدر اعيش معاه على الوضع دا

أمثلة حياتية :

- بنت وولد والولد ده بيمشي مع بنات وهي بالنسباليها ده سواد متقبلش ابدا حد يكون ليه علاقات و يمشي مع بنات و هو وعدها إن بعد الجواز هيكون كويس هل تقبل بيه ولا لا؟
متقبلش بيه طالما الصفة اللي ممكن تهد البيت بعد كده لو متغيرتش موجودة دلوقتي .

لو عايز صفة خط أحمر = تكون موجودة دلوقتي ... مش هيتواجد ولا وعدني ولا احتمال ولا متوقع لو هي فوق الحد الأدنى و وعدني انه هيتغير أقبل .. اتغير الحمد لله , متغيرش : أنا ممكن أستحمل .

- واحدة مبتعرفش تطبخ كويس وهو عنده موضوع الطبخ ده مش مصيري وهي وعدته قالتله : انا هحاول اطبخ و متغيرتش و فضلت طببخها وحش هل هو يقبل من الأول ؟ يقبل لأن الموضوع من الأول بالنسباليه مش مصيري مش هيتهد البيت عشان مياكلش كويس
- واحد مهمل في أموره و عشوائي و هي كانت عايزة واحد منظم ومرتب بس الموضوع بالنسباليها مش مهم اوي فهي ممكن تستحمل انها تعيش معاه علطول وتحاول معاه و تعلمه النظام وبتاع المهم ولو هو فشل ومتعلمش النظام هتعيش معاه عادي و هتقبله .
- لكن واحدة بالنسباليها جحيم هتعيش معاه ازاي وهو مهمل ومش نضيف ... ده بالنسباليها مش ممكن متقدرش تعيش معاه كده روده هيأدي إنها هتقصر معاه في العلاقة الزوجية والكلام ده

• طباع مصيرية تُكتشف بعد الزواج !

أَنَّ امْرَأَةً ثَابِتَ بْنِ قَيْسٍ أَنْتِ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَقَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، ثَابِتُ بْنُ قَيْسٍ، مَا أُعْتِبَ عَلَيْهِ فِي خُلُقٍ وَلَا دِينٍ، وَلَكِنِّي أَكْرَهُ الْكُفْرَ فِي الْإِسْلَامِ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَتَرَدِّينَ عَلَيْهِ حَدِيثَهُ؟ قَالَتْ: نَعَمْ، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَقْبِلِ الْحَدِيثَ وَطَلِّقْهَا تَطْلِيقًا
الراوي : عبدالله بن عباس | المحدث : البخاري | المصدر : صحيح البخاري

زوجها صحابي في الجانب الديني مفيش كلام بس عايضة تقوله فيه طباع مش قادرة اعيش معاها
وَلَكِنِّي أَكْرَهُ الْكُفْرَ فِي الْإِسْلَامِ = ممكن يطلبني وانا مش قادره استجيب ليه و أقيم معاه علاقة أو أطيعه أو
اقبله مش قادرة و هغضب ربنا لو العلاقة دي كملت، فالنبي ﷺ أخذ الحديقة وطلقها تطليقة وطلب منه الطلاق .

ممكن بعد كل اللي بعمله ده يحصل حاجة زي كده = بعد الجواز أكتشف حاجة تطلع مصيرية .
هنا بقى قدر الله وما شاء فعل

تبتدي تدخل في حسبة تانية خالص :

- هل ممكن نفصل ولا لا ؟
- ايه مصالح و مفاصل الانفصال ؟
- هل ممكن نستمر ولا لا ؟
- هل ممكن نتنازل ولا لا ؟
- لو مش ممكن أبدا الموضوع يكمل هل أضرار الانفصال هتبقى أكبر من مصالح الانفصال ؟
- هتفكر في الأولاد و الأسرة و حاجات كتير قبل قرار الانفصال .

موضوع انك تكتشف انك كنت غلطان و تبدأ تصلح أحيانا الحقيقة بيكون مستحيل ,
وأحد الطرفين بيكون بيعيش تعبان عشان خاطر الأولاد أو أو فمن الأول احسن .
ده موضوع ثاني مش هتكلم فيه ولا هطرحه .

• درجات القبول و مشاكل الحب قبل الزواج

احنا عندنا درجات للقبول :

- عدم قبول تام = قفلت متعرفش ليه،
- لا شيء = وده بيحصل كتير ... اللا شئ , أنا مش عارف أنا معجب بيها ولا لا : أنا قاعد كدة يعني،
- قبول مبدئي
- انجذاب = شدتك كدة في الأول،
- حب = من أول نظرة .. يمكن يكون فيها مواصفات خطيرة للدرجادي

مسألة القبول دي خطيرة جدا خاصة في الناس اللي مشوا بطريقة شرعية لإن اللي بيمشي بطريقة غير
شرعية اللي عارفين بعض قبل الجواز في العادة الموضوع بيبقى محسوم لأنهم أصلا بيعجبوا بعض
مشوا مع بعض مدة وبعد كده اتجوزوا فمسألة الميل والقبول والكلام ده منتهية عندهم
واحد ممكن حد يفتكرها ميزة يقولك : عشان كده يا شيخ ما انا لازم اتجوز واحدة بحبها وامشي معاها شوية
ونبقى حسينا بيعض و كدة .

بس الموضوع دا مضر جدا لأننا لما بنشوف منظومة نجاح الزواج هي منظومة متكاملة
فلو طرف هيديني : **ميزة + عيوب كثير = في الآخر مش ميزة** .

واحد بيمشي مع واحدة أو يعرفها عشان يحبها ويرتبط بيها لغاية ما بقى الحب فظيع جدا وهنتجوز دي هتعمل
له مشاكل كثير :

• مشاكل الحب في الحرام : عدم معرفة الجانب الاجتماعي

أحياناً الجانب الاجتماعي معرفوش لحد دلوقتي خالص وهيعرفه بعد ما تورط في العلاقة العاطفية : المستوى
المادي/الاجتماعي/ العيلة الحاجات مش هيعرفها

ميعرفش حاجة عن الطرف الآخر أو الطرف الآخر بيحاول ميقولهاش لأن فيها عيوب خطيرة مثلاً
هو مبيسألش عن أبوها وأخوها و ساكنة فين ومشاكل العيلة .

ممكن بعد ما اتعلق يروح يطلب الطرف الآخر على الوضع دا فيجد إن الجانب الاجتماعي بالنسبة له نازل عن
الحد الأدنى ... طب انا حبيتها خلاص طب نعمل ايه ؟! نخش في حسبة سيئة جداً

- ممكن يقبل وفي العادة الجواز ده مش بينجح اوي
- هيرفض وهيتحطم هو وهي

• مشاكل الحب في الحرام : نقص الجانب الديني

الجانب الديني فيه مشكلة ابتداءً

أحياناً يأتي الشخص بعد العلاقة دي ساعة الجواز ويفكر تفكير عقلاني ويقول : مش عايز اتجوزها .. عايز
اتجوز واحدة متعرفش ولاد وده بيحصل كثير لأنه حس أنه مينفعش يستأمن الطرف ده عليه

• مشاكل الحب في الحرام : انبهار مؤقت

الحب العاطفي اللي في الحرام بيحصل نتيجة انبهار مفاجيء ... غالباً مش بيتكون تدريجياً
واحد بص لواحدة شكلها / لبسها / جسمها حلو , هو شاب وسيم , قعدوا يبصوا لبعض كثير في المحاضرات
بعد كده سلام و كلام و موقف ثم عرفوا بعض .

بعد ما عرفوا بعض و كلام بعد كده قالها : انا بحبك ... الحب كله خلص قبل ما اصلا يكلمها
طيب جه يكلمها يتعرف عليها اكتشف ان اخلاقها او طباعها مش كويسة اوي هيبندی يتعامى عن هذه الطباع
و الأخلاق " مراية الحب عامية " , و يبندی يشوفها حاجات بسيطة مش هتفرق كثير

هو ضميره بيقوله : الطبع / الخلق ده بالنسبة لك سيء جدا بس انبهاره المبدئي بالشكل والجسم أدي لتغافل
العيوب بعد اكتشافها .

بعد ما هيتجوز الابهار هيتحول لاعتياد و يبندی يطفو على السطح العيوب اللي تغاضى وتغافل عنها ويبندی
يقول : انا ازاى اتجوزت ؟! تكتشف وتبندی تحصل المأساة .

• هل حب الانبهار يدوم ؟

يمكن واحد يقول : انا بضمن الميل العاطفي و الانسجام النفسي والهوايات والافكار لكن :

- هتضرب مع الجانب الديني ده باين
- هتعميك عن حاجات في الجانب النفسي و هتعميلك الجانب الاجتماعي كله فتؤدي إلى نتيجة سيئة

فغالباً هتكون نتيجة أسوأ من انك لو مشيت بالطريقة الشرعية والطريقة الشرعية لا تخلو من الحب

الأبحاث بتقول إن حب الانبهار و الهوس في الوضع الطبيعي بيقتد أقصى مدة ليه سنتين و مش بيكمل وبعد كده بنخش في حب الزواج = الحب العقلاني الاختياري .

بيبدأ موضوع الهوس والانبهار يروح و يبدأ الانسان يكتشف الشخص الآخر على حقيقته و يحبه على اختيارات عقلية وحسابات منطقية كلها وده اللي بيكمل للآخر

حب الأفلام و المسلسلات ده مش بيقتد غير سنتين وبنرجع للنقطة اللي كنت هتبدأ بيها و لو لم يوجد << احنا نقدر نبنيه من الأول عادي

حب الانبهار الشديد و الهوس لو لم يوجد << احنا ممكن نبني حاجة قريبة منه 😊

الدرجة العالية أوي من الحب مش بتكمل

عمرك شوفت واحد في سن كبير بيعمل أفعال المراهقين اللي بيحبوا بعض في كلية !! غير موجود و رغم إنهم بيحبوا بعض !!! أهالينا بيحبوا بعض : والدك / والدتك

بتشوف ناس كتيرة قريبة منك بيحبوا بعض جدا لكن هل ترى هذا الهوس والانبهار اللي بتشوفه في الشباب ؟ من بعيد هتقول لا بس هم بيحبوا بعض جدا ممكن أكثر من حب الشباب لأن حبهم من نوع ثاني خالص.

• هل يوجد حب الانبهار الشديد مع الحالة الشرعية ؟

يعني واحد راح لواحدة انبهر بيها اوي فعلا وهي انبهرت بيه = إذا ممكن يحصل؟ آه ممكن يحصل .
حلو إن الطلعة دي تبقى موجودة : ده شيء كويس جداً و بتفيدنا في كل حاجة جاية .

بس لو متواجدتش الطلعة دي يبقى هنتدي ننزل للطبيعي لاننا مش بنتكلم في الهوس , بنتكلم في حصول القبول من عدمه : مقبول بكل المقاييس = الجسدية / النفسية / الطباع المشتركة .

• الحد الأدنى من درجات القبول لكل شخص

فيه درجة ممكن تقول لا من الأول = إننا نزلنا تحت الحد الأدنى بالنسباك

- واحد يقولك : انا بالنسبالي مجرد قبول بس : " ... إذا نظر إليها سرته، ... " مش لازم يغمى عليك

عادي يعني مش هتعاكسها عادي شوفتها اتبسطة : ده الشكل اللي انا بحبه

طلعت نفس الشكل اللي هو بيميل ليه فاستريحلها بس مفيش انبهار فيه واحد بالنسباليه ممكن يكمل على كذا

- واحد يقولك : لا انا عايز يبقى عندي شيء من الانجذاب أقل حاجة مش مجرد مستوي الطرفين ده , و احنا بننصح اللي حس بعدم قبول بنقوله بلاش أحسن لأن النبي ﷺ قال : (فانظر إليها فإنه أحرى أن يؤدم بينكما) عايزين ننجح الزواج دا اني أكون :
متقبل الطرف الآخر/ بميل إليه نوعاً ما / بدأت أحس بالانسجام معاه
فلو مفيش خالص إن شاء الله يبجي حد ثاني = لازم الحد الأدنى

• التفاوض مع درجات القبول لمن وجد القبول أصلاً

بحاول اقنع الطرف اللي وجد قبول بس لم يجد درجة القبول اللي كان يتوقعها
انت أصريت على المعيار ده مش هقدر ألومك انا بديك وعي إن طالما حصل قبول مبدئي كويس ليه نرفض؟

لو حصل قبول مبدئي = عدينا مرحلة لزوم الرفض = دخلنا في الحسابات : هتشوف بقية الجوانب

مش ضروري تلاقي الشخص اللي نجح في كل المعايير , متتسرعش . فكر كويس قبل ما تاخذ قرار الرفض
لأنك بتقول هو ناجح في كل المعايير بس القبول ده مش قد كدة
يفضل النصيحة = أقبل وهنقول ازاى القبول ده يتحول لحب

لكن وجدت قبول يدوبك وبقية المعايير برديو يدوبك = لا خلاص , طالما كله يدوبك أي تكة في أي حنة هتنزل
القبول ده وهتأثر عليه و هنرجع لأنك اصلاً مش طابق الطرف الآخر .

لو فيه حاجات كتير تتعوض وانت اصلاً مبسوط بحاجات كتير فيه فدى هتعوض معاك وهتغطي حاجات كتير ...

• الدين حسن المرأة

دايماً دين المرأة بيغطي على عيوب كتير فيها : كلامها الحلو / اخلاقها الجميلة / معاملتها الطيبة / الودود
الولود , الحاجات دي تخلي المرأة جميلة أوي قدامك فعشان كده متستعجلش وتقيس بمقياس واحد

- لو امرأة عادية جداً وبتعاملك معاملة راقية ودينها عالي والله العظيم بعد الجواز هتحس انك في الجنة
- لو هي أجمل الجميلات و اتعميت عن الطباع السيئة اللي فيها طبع واحد حطملك الدنيا : مرة واحدة تقولك كلمة وحشة , هتلاقي نفسك مش طايقها و مش عايز تبصلها .

الجمال جمال الأخلاق والدين , ده صدقني بيغطي على حاجات كتير .

• صلاة الاستخارة

أساسي في كل ال بنقوله ده فيه صلاة استخارة , صلاة الاستخارة بتأثر في الجانب ده جداً صلّ قبل ما تروح
هتروح هتجد انشراح صدر كبير حاسس إن انت مستريح نفسياً اتوكل على الله دي علامة كويسة
و مش ضروري تشوف رؤية في المنام .

العلامة المشهورة أن تجد : انشراح صدر وتيسير أمر أو انقباض صدر وتعسير أمر

فلو وجدت انشراح صدرك والأمور ماشية وبتتفق مع الناس وكل حاجة ماشية وسالكة والناس كويسة والأهل اتبسطوا والدنيا مشيت = اتوكل على الله

لقيت انك اتقبضت و الدنيا اتكعبلت = دي علامة مش تمام
ممکن تصلي استخارة تاني للتأكيد و خلاص .

و لازم معانا صلاة الاستخارة طبعاً , احنا مؤمنين يعني لازم الجانب العقدي وعلاقتك بربنا ده معاك عنطول

• علاقتي بالله عز وجل و تأثيرها في أمر الزواج

ان اصلاً ربنا يبقى راضي عنك دي مسألة مهمة أوي في التوفيق .
يعني ممكن ربنا يعاقبك بالجواز دي
ف كوني حاسس ان فيه علاقة بيني وبين ربنا كويسة فده شيء مهم قبل ما تروح أصلاً

نصيحة : قبل مرحلة الاختيار حاول يبقى سقف ايمانك عالي شوية عشان لو سقف ايمانك نازل بتختار غلط .
انا ايماني كويس فجيت في لحظة ضعف ايمان روحت اختارت فالتقييمات اللي قولناها دي اختلت , فبقى أهم حاجة الشكل بعد كده الدين لأن انا اصلاً في مرحلة ضعف ايمان : مفتون بالنساء و بالكلية وعايز اتجوز أي واحدة فروحت لقيت واحدة خارج مواصفاتي الدينية بس جميلة وجسم فواققت على طول لأنني كنت إيمانياً ضعيف فبعد ما فوقت اكتشفت انها متنفعش او العكس ممكن البنت كده .

حاول في مرحلة الاختيار ان ايمانيتك تبقى عالية نوعاً ما
تبقى طالع من رمضان / عبادة و حاسس انك عالي بحيث تروح تقول :
هو دا أنا , انا هختار على اساس الاختيارات الصحيحة .

• الحب بعد الزواج و إن لم يكن موجوداً مسبقاً

ازاي الإنسان ممكن يضمن حب في البيت حتى لو مكنش في حب في الأول ؟
الحب اللي بيكمل في الجواز مش هو الحب الهوس/الانبهار اللي كان في البداية , دايمًا النوع ده من الحب بياخد وقته و خلاص إنما الحب اللي بيكمل بعد كده في الجواز هو الحب العقلي الاختياري .

عقلي = ناتج عن حسابات عقلية مش عاطفة عمياء
اختياري = أقدر اتحكم فيه

انما الحب التاني الهوسي ده كان عاطفي إجباري : عاطفي جدا و تلاقي نفسك بتحب الشخص ده مش قادر تملك نفسك انك عايز تروحه و ترتبط بيه و ده مبيطولش

مجرد ما نولت الطرف التاني و أخذت اللي انت عايزه بيبتي العقل يشتغل و يطلع تاني والعاطفة تنزل والعقل ياخذ مكانه الطبيعي و الاجبار ميبقاش موجود لانك حصلت علي الطرف التاني بالفعل خلاص بيبتي مسألة الاختيار : أكمل ولا مكملش ؟

يبقى في الآخر اللي هيكمل معي هو الاختيار العقلي الاختياري

هل انا ممكن اخليك تحب حد حب عاطفي اضطراري؟ لا مقدرش اخليك تحبه اوي جداا كدة مرة واحدة لكن ممكن من خلال خطوات معينة أنصح بيها الطرف الثاني اخليك تحبه .

اقول له : اعمل معه كذا و كذا تلاقي نفسك بعد فترة بتحبه حتى لو انت في البداية محسستش باتجاهه باي ميول هو ده معنى الحب العقلي الاختياري الذي يمكن ايجاده و التخطيط له و أخذ خطوات عملية للوصول اليه عادي تكوينه عادي جداً ويبقى فعلاً الطرفين بيحبوا بعض و سعداء جداً جداً
فسواء وُجد الحب الهوس اللي كان في الاول او لم يوجد كده كده ده اللي هيكمل (وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ (21))

الحاجة دي هي اللي هتفضل في الاخر = المودة والرحمة

• كتاب " لغات الحب الخمسة "

- بعض العلاقات الزوجية بتعتمد على الحب الاولاني دا ومش بيحاولوا يعملوا له صيانة .
- وبالتالي الحب يقل بعد كده اكتشف الطرفين في الاخر : احنا مش بنحب بعض .
- او اللي بدأوا اصلا مبيحبوش بعض اوي فمحاولوش يبنوا فبالتالي بعد فترة نزل خالص فتعاملوا مع بعض كأنهم أصحاب وخلص والبيت يمشي وخلص أو بيتطلقوا .

حتى اللي كان بيحب اوي في الاول لازم يسمع الكلام دا
واللي مكنش فيه الحب الفطيع دا و كان مجرد قبول لازم طبعا يعمل الكلام ده عشان الاتنين يكملوا .

• نبذة عن الكاتب و الكتاب

اخترت لكم النهاردة بعض النصائح من كتاب " لغات الحب الخمسة "
كتاب عالمي للكاتب الأمريكي " جاري تشابمان " استشاري أسري متخصص في العلاقات الزوجية والخلافات حل آلاف الخلافات الزوجية على مدار حياته .

هو قال : " انا قعدت 30 سنة استشاري خلافات زوجية و طلعت ان فيه خمس لغات للحب اللي يفهمهم ويتعامل بيهم اي مشكلة تتحل , 30 سنة بيحل مشاكل زوجية .

قعد يحكي قصص كتير في الكتاب الكتاب حوالي 200 صفحة بس كتاب لطيف اوي طبعا لا يسلم من بعض المخالفات ف متسلمش للكتاب في كل حاجة بس انا هاخذ منه الفائدة و العناوين اللي قالها مع بعض الامثلة حلوة جدا جدا بس لازم يبقى عندك فلتير بس خد الخير اللي فيه ..

هو بيقول : " في بداية الكتاب انا لما بتكلم معاك بتكلم بلغتي الام , لو انا متقن للغة ثانية بس مهما كان لما حد يكلمني عربي بحس ان انا مستريح أكثر لان دي لغتي الأم .

الحب خمس لغات كل واحد له لغة أساسية وليست وحيدة لغة : وفيه اللغة الثانية والثالثة والرابعة والخامسة

هو بيقول ان الحب بخمس لغات بالظبط فيه خمس حاجات كل واحد فينا له لغة اساسية = اللغة الام والباقي هتبقى اللغات الاجنبية او لها نمرة اثنين تلاتة اربعة كل كلامه في الكتاب : ايه هي اللغات ؟ وازاي تحدد لغة شريكك ؟

جوة كل لغة فيه لهجات عشان كده ده بيفسير ليه في كتاب اسمه : " 60 طريقة لاسعاد الزوجة " كتاب اسمه مثلا : " منة طريقة للسعادة الزوجية "

بيقولوا ان الكتب دي كلها هو بيمسك اللغة وبيقول اللهجات اللي فيها

بس اللي انا هقوله هو الخلاصة هم الخمس لغات واي كتاب بيقطب في الموضوع دا انما بيقول لهجات جوة اللغة , لما نقولك اللغات هتفهم يعني ايه اللهجات ,

خمس لغات الحب :

1. كلمات التشجيع والثناء
2. تكريس الوقت
3. تبادل الهدايا
4. الأعمال الخدمية
5. الاتصال البدني أو الجسدي

في الكتب التانية هيخش يديك نصائح : قل كذا / افعل كذا . هو كل ده داخل أي تحت اي بند من البنود اللي قلناها دي لان تحت البند ده امثلة كتير

ف اللي يقولك نصايح في كتاب هو مجرد جاب امثلة على اللغة او اللهجات اللي جوة اللغات .

هو بيقول : اللي يقدر يعرف لغة الطرف الآخر ويركز عليها لازم هيصل لمرحلة الحب لان دي اسمها لغة حب يعني اللي قدامك بيافهمك انك بتحبك لما تعمل كده وبالتالي هيحبك

هو بيقول : كل المشكلات اللي حلتها ان الطرفين بيعبروا عن حبهم لبعض بطريقة غلط , بيستخدم لغة غلط مش عارف الطرف الثاني عايز ايه ؟ معتبر لغته وبيكلم بيها الطرف الاخر .

انا مثلا بحب مثلا تكريس الوقت والتاني بيحب الهدايا فانا بديله لغتي انا فبيحصل مشكلة مفيش تفاهم . فهو حاسس ان انا محبوبش وانا حاسس ان هو مبيحبنيش , هو برضو قاعد مركز معايا في الهدايا و انا مش عايز و مبيحبش الهدايا.

هو بيكلمني بلغته. و انا عربي والتاني انجليزي. رغم اني بفهم انجليزي شوية وانت بتفهم عربي بس بسقط منك. لا انت فاهمني قوي ولا انا كمان.

كل واحد لو فاهم لغة التاني هيعرف ازاى يعبر له عن الحب دا ويعرف ازاى يكسب حبه لان لو الطرف التاني حاسس انك انت بتحبك لازم هيحبك

هو كل الحاجات اللي بيقولها دي قابلة للتكوين و حاجات ممكن اعملها و ممكن ايجادها .
ولو الحاجات دي متوجدتش مهما كانت درجة الحب الدنيا هتبوظ

موجود الحب الاصلي = هنبني عليه بتبقى حاجة جميلة قوي ,
مش موجود = نبني حب من الاول بس على الاقل يكون في قبول مبدئي .

هو بيقول : نقل الكاتب كلمة جميلة قوي لمارك توين بيقول : " أستطيع أن أعيش لمدة شهرين على كلمة من
التناء اللطيف " يعني انا ممكن واحد اقدر اشتغل في شغلي شهرين لو المدير بتاعي قال لي كلمة كويسة

لغات الحب الخمس مش بتستعمل بين الزوجين بس :

- تستعمل بين الزوجين
- بين الاب وولاده
- بين الام وبناتها
- بينا نحن

طبعا فيه حاجات هتبقى للزوجين بس زي العلاقة الخاصة بس الاتصال الجسدي نفسه التعبير عن الحب ليك
باللمس او بشكل ما داخل فيه الأولاد/ الاصدقاء ,
اللغة دي هتستعملها ممكن في شغلك عشان تخلي اللي حواليك يبقى فيه جو الحب و جو جميل مع الموظفين

• مشكلة عدم احساس الأبناء بحب الأب لهم

وده هيفسر لك فيه في مشكلة احيانا بين الأب وأولاده رغم انه بيعمل لهم كل حاجة
يقول لك : مش خليه محتاجين حاجة = مش دي اللغة اللي هم عايزينها !

ممكن بنتك مثلا مش عايزة منك هدايا على قد ما هي عايزاك تقعد تلعب معها = تكريس الوقت
انت قاعد تجيبها كل حاجة هي عايزاها بس هي مش مبسوسة , مش حاسة ان بابا بيحبني لان انا لما بقول له
العب معي مش بيلعب

وانت شايف ان الموضوع ده ايه يعني ؟ ما انا بجيب لك كل حاجة
في الاخر تطلع البنت حاسة بخواء عاطفي و ممكن بنت زي دي بعد فترة تروح تحب واحد لانها فاضية من
جوة , اكبر خزان للحب عندها فاضي , اللغة الاولى بالنسبة لها فاضية محدش بيديها لها
فلقت واحد شاب اداها وقت وبيقعد يكلمها راحت , ممكن هي مكانتش عايزة كده بس الأهل لما مدوهاش اللغة
الأساسية بتاعتها دورت على اللغة دي برة .

فلازم الاهل يفهموا كمان ولادهم بالذات بناتك هم عايزين ايه وتديهولهم وتديهم اللغة بتاعتهم الاولى والثانية
والثالثة بدرجات وتعلمهم عاطفيا

• تبعيات الطلاق على الأولاد

أكثر أولاد أسوياء دائما اللي عندهم الخزانات دي مليانة خاصة الاولاني
عشان كده الموضوع الطلاق بيأثر على ولادنا جدا حتى لو الزوجين اتفقوا على الزيارات وتجي تقعد معاهم و
الهدايا بس ممكن يكون الأولاد محتاجين تكريس وقت

طب الاب مش موجود هيعملهم ايه ؟
دايما يبقى فيه مشاكل , عشان كده بنقول :
اختار من الاول احسن فساعتها تخش في حسبة صعبة في موضوع الطلاق ده

• 1. التشجيع و كلمات الثناء

اللسان يملك قوة الحياة والموت

ممكن أقولك كلمة تحبيك وممكن أقولك كلمة تموتك !!!
عن عبدالله ابن عمر ابن العاص : النبي ﷺ قال : (نَعَمْ الرَّجُلُ عَبْدُ اللَّهِ لَوْ كَانَ يُصَلِّي بِاللَّيْلِ)

أحييته الكلمة دي قالوا فما كان عبدالله بن عمرو بن العاص لا ينام على فراش بعدها انما كان يغلبه النوم
ممكن ينام في مكانه كده بس , قد طول حياته ممكن ينام في مكانه , و لما تزوج قعد أسبوع ما يقربش مراته
من كتر قيام الليل , لما تزوج عمرو بن العاص راح يسأل عليه مراته بعد أسبوع قالت : نعم الرجل عبد الله لم
يمس لنا فراشه يصوم بالنهار ويقوم بالليل .

كلمة الثناء دي لواحد ما كنش بيقوم الليل اصلا !!! وصل به لدرجة انه قعد اسبوع مع مراته لا يجامعها من
كتر قيام الليل , الكلمة احيته !!!
نَعَمْ الرَّجُلُ عَبْدُ اللَّهِ لَوْ كَانَ يُصَلِّي بِاللَّيْلِ قَالَ سَالِمٌ: فَكَانَ عَبْدُ اللَّهِ لَا يَنَامُ مِنَ اللَّيْلِ إِلَّا قَلِيلًا.
لكن لو هو ﷺ قال له : " يا عبد الله قم الليل " مكنش هيبقى ليها نفس التأثير .
كلمة التشجيع الثناء بتحبي الإنسان

• لو انت عايز زوجتك تلبس ثوب معين تقول لها : " قد ايه انتي بتبقي جميلة لما بتلبسي كذا " بس ,
وسيبها متقولهاش : " البسي كذا "
بعض النساء بتبقى حساسة شوية فانت كأنتك جرحتها كأنها مبتفهمش وانت بتقول لها تعمل ايه ,

• ممكن توجهها بطريقة ثانية و تقولها : " كم انت جميلة لما بتلبسي كذا "
• او تقول لها : " انت اكلك جميل جدا مثلا .
• أو انت عايز اكلة معينة تقول لها : " انا فعلا احسن حاجة بحبها من ايدك كذا " من غير ما تؤمر .

فده بيحيها , بغض النظر انك عايز حاجة من وراء الثناء , احنا أصلا مش عايزين حاجة من وراء الثناء إلا
بناء الحب و ده الاصل عندنا , فأنت كل ما تشي على الطرف الآخر كل ما بتبني عنده حب .

من اجمل انواع الإطراء أنك تشي على الشيء العادي

هي عملت أعمال البيت تيجي آخر اليوم , تبوس ايديها و تقولها : انتي النهارده تعبتي اوي وانا مقدر جدا
تعبك , انا عارف ان انا مشغول ومش بساعدك بس انا بحمد ربنا عليكى .

الحاجة دي تنسيها كل حاجة وتخليها تقعد أسبوع تطحن نفسها في البيت حتى لو مقولتلهاش أي حاجة وبعد
كده تروح قايلها كلمة تانية كلمة تالته .

هي بتتعب مع الولاد وانت مقصر معاها في موضوع الولاد وانت عارف كده فتنثي عليها تقرأها : ما شاء الله
انا مش عارف ولادي كانوا هيقوا ايه لولاكي لولا انك بتعملي كذا , انا بحب طريقتك اوي في تربية الولاد , انا
بفخر بولادي قدام الناس بسببك . الحاجة دي تخليها تطحن مع الولاد طول حياتها وعمرها ما تيجي تقولك
تشتكيك : انت مبتساعدينش أو تكرهك لانك مقصر معاها وتهعيش و هتبقى مبسوفة كده , فانت بتحيتها .

أحياناً فيه راجل ده مدخله مش موضوع تافه , فيه راجل فعلا ممكن يكون مدخله الثناء :
عايز واحد لما تخش البيت تنثي عليه إنه ببذل مجهود في شغله , انت بتتعب عشاننا , انت بتصرف كثير
احنا عارفين بنتعبك وطلباتنا كثير , انت كتر خيرك , حتى لو هي بتطلب حاجة عادية
متقولش : " اقله ليه هو لازم يعمل كده " دي حاجات مدمرة !!!
أو هو يقول : " اقلها ليه شكرا ما هي المفروض تعمل كده " دي دمار !!!

لو الطرف الثاني اللغة الأساسية بتاعته في الحب هي الثناء والتشجيع انت كده بتحطمه

- عارف لو مش لغته ؟ ممكن الكلمة دي متعملش جرح , وده بيختلف ما بين الناس .
- فيه واحدة ممكن جوزها لو قالها كلمة زي دي تجرحها جرح وحش جدا - ودي من الحاجات ال تعرفك
دي ايه هي اللغة بتاعتها ؟!! -
 - فيه واحدة ممكن تسمع كلمة زي دي عادي : طالما ببساعدها و طالما اللغات التانية موجودة عادي
يعني , قالي مقاليش مبتفرقش معايا انا ميهمنيش يقولي ايه رأيه المهم عندي أنه ببساعدي/ بيديني
وقت / ببساعدي مع الولاد .

• كيف أعرف أن لغة الزوجة = كلمات الشكر و الثناء ؟

- من الحاجات اللي انت تعرف بيها لغة الزوجة :
- لما تجد تأثير كبير أوي للحاجة دي لما عملتها , تعرف إن دي = هي دي اللغة بتاعتها الأساسية
 - لما متتواجدش ويتواجد عكسها بيحصل مصيبة أو جرح شديد = هي دي لغة الطرف الآخر : الرجل / امرأة.

طبعا النساء اكثر بيحبوا **كلمات التحفيز** وده موجود في الرجال ... بتوفر كثير من الوقت
وكذلك **الكلمات الرقيقة** عموماً : **كلمات الحب** , مش لازم حاجة فظيعة إنك انت تقول **كلمات بسيطة** خلال اليوم
أو خلال الأسبوع , كلمة حب لطيفة / كلمة ثناء / المعاكسة بين الأزواج / كلمات الدلع / ألقاب الدلع اللي هي
بتحبها وهي بردو نفس الكلام , الحاجات دي بتعمل جو جميل في البيت .

ممكن تعبر عن الموضوع ده مش بالكلام فيه رسائل , دي مؤثرة جدا
حاجة بسيطة جداً , تكتبها حاجة بسيطة على ورقة صغيرة وتحطها في المطبخ / أي مكان قبل ما تنزل :
"شكراً على مجهودك انا بحبك وقلب ❤️" اتفرج على الشغل 😊 هو مجرد تشجيع بس .

انت ممكن واحد تقيل في الكلام اعمل ايه ؟ اكتب
واحد يقولك مبعرفش اقول ؟ مبعرفش تقول ! على ما تتعلم ابعت رسالة وانت في الشغل على الموبايل قولها :
" انا فخور بيكي " بس !
قولها : " انا بفتخر بولادي قدام الناس عشان انتي بتربيههم بسببك "
" انا اشكرك على ان انتي زوجتي "

اي حاجة !!! ابعت رسالة / كلمها في التليفون / تعالى على نفسك وقول ,
حاجات زي كلمات الثناء والتشجيع دي بتعمل شغل عالي

تخيل بقى لو الثناء ده بقى عملته قدام حد أووووه ... لو الشخص ده دي لغته مش عايز اقولك أد ايه الشخص
ده بقى هيحبك جدا حتى لو كان بينكم قبول بس , الدنيا هتقلب بحب حقيقي ,
لو انت بنتتي عليها قدام أمها / أبوها / ولادك طبعا الكلام ده للمتزوجين

• كيف يكون العتاب لمن لغته الأساسية التقدير و الثناء ؟

النوع ده مبيحبش كلمات العتاب وعايز كلمة العتاب تبقى من طرف خفي أو بشكل لطيف
تقولها مثلا : يعني الموضوع ده مبحبوش أوي , مش لازم تديها لأن دي هي اصلا لغتها .

فيه واحدة اللغة دي مش لغتها = لو انت عاتبته مباشرة مش هيحصل حاجة
لكن خد بالك إن العكس بيخرج , فكن ذكياً حتى في العتاب مع النوع دا .

• 2. تكريس الوقت

تكريس الوقت = إعطاء وقت خاص للطرف الآخر فقط لا يشاركه فيه أحد وليس في هذا الوقت أي تدخلات من
موبايل/نت/محمول/لابتوب/مكالمة/أولاد، لايوجد أي تدخل , تكريس الوقت فقط خصص للطرف الآخر .

النبي ﷺ كان يحرص جداً على القسمة .
كان متجوز ٩ وكل واحدة ليها يومها وكان حريص جدا على يوم كل واحدة .
حتى لما لما مرض ومَرَضَ في بيت عائشة استأذن نساؤه ﷺ انه يُمرَضَ في بيت عائشة .
كان حريص أوي يدي كل واحدة وقتها , وكان أحيانا يوم يمر ﷺ على بيوتهم كلها في ليلة واحدة ﷺ .

تكريس الوقت = تحديد وقت محدد جداً يدي فيه نفسه للطرف الآخر دي حاجة مهمة جدا .
ممكن يكون لغة الطرف الثاني هي كده , تقولك : " انا مش عايزاه يقعد يقولي كلام , مش عايزاه يجبلنا حاجة
, انا عايزاه يقعد معايا بس , يقعد يسمعني , نقعد نتكلم مع بعض شوية , مبنتكلمش مع بعض احنا قاعدين مع
العيال وينام وياكل ونشرب وجماع ويجبلي كل حاجة , هو مفيهوش عيب بس هو مش فاهمني !!! يقعد معايا
يسمعني : انا عايزه اتكلم , عايزه نقعد لوحدا , ننقل علينا اوضتنا ونقعد نتكلم , نقعد ناكل مع بعض لوحدا
نخرج ونقعد في مكان لوحدا " = تكريس وقت

في فرق بين اننا نعيش معاً او نعيش بالقرب من بعض
اهو الاتنين شكلهم ظاهرياً واحد بس فيه فرق كبير

أحنا عايشين مع بعض ولا جمب بعض !!؟

- جمب بعض = مفيش حد فينا بيدي الثاني اهتمام أو وقت
- عايشين مع بعض = فيه تكريس وقت بين الطرفين

• كيف أعرف أن لغة الزوجة = تكريس الوقت ؟

هتعرّفها برضو بالتجربة

- أما ان هو ممكن يصرح لك : ودي احيانا من وسائل انك تعرف الطرف الاخر , عادي فيه زوج وزوجة بينهم تفاهم تقول له : " حبيبي انا بحب كذا , انا عايزاك تقعد معي , انت ما شاء الله كل حاجة فيك جميلة بس عايزك تديني وقت " صرحت !! = دي رقم 1 ومتهزرش في الموضوع ده تاني بعد كده ولازم تهتم به .
- او انت بتصرح لها .
- وجدت أثر كبير أوي لما مرة خرجتوا مع بعض شوف و قعدت اسبوع الدنيا مش سايعاها = عرفت اللغة .
- كثرة الشكوى من حاجة معينة : احنا مش بنقعد مع بعض /
- بتشتكي كثير من حاجة ؟! اعرف ان هي دي اللغة الاساسية بتاعتها والعكس بالعكس طبعاً .

لما الطرف الاخر بيبكون عايز منك وقت بيبقى عايز منك وقت علشان مش علشان حاجة !
عايز نقعد مع بعض , نعمل ايه ؟ مش مهم نعمل ايه , اي نشاط : نخرج/نتمشى/ننفسح/نقعد/ناكل/نقعد مع بعض
لوحدنا بعيد عن الأولاد / نشعل شمعة ونقعد مع بعض كده/ نشرب عصير , اي حاجة
ندردش احكي نقعد نحكي مع بعض , متقولش ده وجع دماغ :

هي عايزه كده !!! متعاملش الطرف الآخر بلغتك انت !!!

مينفّش احاسب الثاني على لغتي انا , هو ياخذ باله مني في الحتة دي وانا زيه , ودايما اكتر المشاكل الزوجية
ان كل واحد قاس الثاني على مقاسه هو , أو مفهمش الطرف الثاني كان عايز ايه ؟

• مثال على أن لغة الزوجة هي تكريس الوقت

كثير جدا وخاصة مع الزوجات بتحب تدرّش للدردشة فقط مش علشان تعمل أي حاجة

كانت زوجتي مثلا لما أقعد أسمعها - طبعاً عرفت كده بعد سنين - فتتكلم ف انا اقطع الكلام واديها حلول

في مرة صارحتني :

قالتلي : " انت عارف مشكلتك ايه ؟ "

قولتها : " ايه ؟ "

قالتلي : " انك بتديني حلول "

قولتها : " طب انتي عايزه ايه ؟! "

قالتلي : " عايزاك تسمعي كده تسييني اقول المشكلة "

هي عايزة نوع من انك تندمج معاها في الكلام , و تتعاطف معاها , مش تقطم كلامها وتديها الحل , هي ممكن تكون عارفة الحل , هي مش محتاجة الحل منك بس كانت عايزة تشوف تفاعل معاها و مع كلامها .

• مثال على لغة تكريس الوقت مع الأولاد

الأولاد مثلاً لما يحكوا لأهمهم قصة مثلاً تلاقىها بتقولهم : اه وحصل ايه ؟ وعمل ايه ؟ طب وراح فين ؟
احنا بالنسبانا الرجالة بقعد ساكت خالص وبعد ما تخلص : طب بصي بقى 1 2 3 4 , هو مش عايز كدة !
فانت لازم تفهم إن الطرف التاني محتاج منك لغة تانية .

فتيجي على نفسك/ تعود نفسك انك تستحمل ومتقطمش الكلام / متستهترش / متستخفش بالمشاعر **تفاعل**
هي عايزه كده دي اللغة ال هي بتفهمها ,
ولما بتلاقيك بتديها الحطة دي بتحبك اوي ,
ولما بتلاقيك بخيل عليها بالحطة دي مهما عملت بتحس انك مش بتحبها اوي وبالتالي ده بياثر على حبها ليك

• كيف أعطي الزوجة تكريس الوقت ؟

1. لازم تكون مستمع جيد

2. لازم تكون مركز بصرياً : انت مهتم وسايب كل حاجة و فاصل كل حاجة

عارف لو انت مشغول مثلاً أحياناً قول للطرف التاني : " معلى هكمل اللي في أيدي وابقى معاك " احسن من
انك تسببه يتكلم وانت مش مركز معاه , و بعد ما تخلص اقل خالص وقولها : " اتفضلي احكي " وسيب كل
حاجة الموضوع ده اقسام بالله بيفرق جدا،

3. لغة الجسد أثناء الحوار : ممكن تلامس وممكن يحصل بكاء ممكن حضن واحد يوفر كلام كثير

الحاجات دي حلوة جدا أثناء المناقشة

إنك انت تضع اليد مثلاً على الرأس / تربط على الكتف / حاجات بسيطة اوي أثناء الكلام ممكن الطرف
الأخر تفرق معاه ودي هنشوفها معانا في الاتصال الجسدي

4. نحدد أنشطة نعملها كل اسبوع أو كل شهر : زيارات / تمشية / ننزل السوق مع بعض حتى لو نشترى

حاجات بسيطة , المهم ان احنا اتمشنا مع بعض / عزومة : نتفق في يوم نودي الولاد عند ماما ونقعد
مع بعض وعشاء ونقعد في البيت نتكلم وندرش و آخر اليوم نجيب الولاد , نبقى احنا قضينا يوم كده
فصلنا فيه من الولاد خالص / نعمل ديكور للبيت / نزين البيت / ننظف البيت مع بعض

الأنشطة دي بعد كده بتحيي كلام و بتعملك رصيد ذكريات

لما نقعد مع بعض بعد كده هنقول :

فاكرة لما عملنا كذا !؟

فاكرة لما قولتيلي كذا !؟

الموضوع ده بيفتح احياناً مناقشات

احياناً بنقعد مع بعض : هنقعد نقول ايه ؟

ما احنا اصلاً الدنيا مفيش كلام !!

لكن كل ما بنعمل مع بعض أنشطة مشتركة كل ما نقعد تاني نلاقي كلام نقوله طيب،

الهدية دي رمز مرني للحب والعكس

عشان كده تجد لما اتنين يتخاصموا مع بعض بيحددوا الهدايا في وش بعض :
تقلعه الدبلة ترميها في وشه / تجيبه الدوب ترميهوله في وشه
المهم هي عايزه تعبرله إن انا مبحبكش فرمت الهدية في وشه يعني هي رمت الهدية ليه

العكس بقى : إذا تقديم الهدايا تعبير مثالي عن الحب

طبعا مش مهم القيمة الطرف الآخر في حياتك ممكن يكون بيحب الهدايا و حبه للهدايا مش معنى كده إنك
تشعر بمشقة , لا هو بيحب الهدايا كرمز : عايز يحس انك بتعمله هدية

• فالهدية ليه كذا محور عشان تبقى مؤثرة :

1. متناسقة مع اهتماماته : الطرف الآخر بيحب ايه ؟ الورود / الجيلاتى

مرة كتبت بوست طويل جدا عن تأثير الحلويات على الزوجات
يعني وده مؤثر جداً يعني أكثر من 80% من البنات هدايا الحلويات بتعمل معاها شغل عالي جدا
وده شيء بسيط جدا بمجرد ما هترجع البيت بجيلاتى أو كيس شيبسى الموضوع ده بيعمل قلبان

انت ممكن تستتفهه بس ده غلط , متقولش ان الطرف الآخر تافه
ممكن تكون أعقل واحدة و ملتزمة ومنتقبة وحافظة القرآن كله والموضوع ده بالنسبالها مؤثر

ممكن يكون مثلاً أخ يقولي : " أنا رايح رؤية شرعية اخد لها معايا كتاب ايه "
اقوله : " كتاب ايه يا ابني انت رايح لابن عثيمين ؟ ﴿ع﴾ " هي منتقبة وملتزمة وكل حاجة بس هي
بنت عادية عايزه ورود / شيكولاتة / هدية / حاجة مكتوب عليها اسمها / كوباية كده جميلة

انت ليه متخيل انها عشان منتقبة وملتزمة يبقى لازم اجيبها مثلاً فتح الباري ؟ مش كده يعني !!
اه هي اكيد بتحب الكتب بس مش ضروري تكون بتحبها كهذا !!!
يعني هنجيب الكتاب ده بعدين بس على فترات متباعدة
بس هي في الآخر بنت عادية ليه متخيلين الملتزمة دي شخص مختلف ؟

لو كنت اتجوزت واحدة متبرجة هاتلها نفس الحاجة .
الحته دي مبتفرقش متبرجة أو منتقبة دي حاجة نفسية في أي بنت بتحب الهدايا
فيه هدايا كده معروفة البنات بتحبها هاتها

2. الهدايا الشخصية : اللي مكتوب عليها الأسماء دي بقى رهيبه جدا

الهدايا الهاند ميد اللي هي تحس انها متعوب فيها : انت روحت طلبتها،
انت عارف لما تطلب هدية جاهزة غير لما تجيب هدية بتتصنع
ده دليل ان انت روحت وطلبتها ووصيت عليها واستلمتها وجبتها !!
ده انت حبيبي اوي ... ده انت بذلت من أجلي مجهود !!! روحت مرتين وبذلت مجهود !!

3. **طريقة تقديم الهدية :** ازاي هتغلفها؟! الكارت اللي هتكتب عليه ده الكارت ده كوم والهدية دي كوم هيقولك : " كل مرة بجيب كارت بتقرأه وترميه وخلص ؟ " انت متعرفش الموضوع ده بالنسبالها أد ايه مصيري !!! ... لازم ورد ولازم تغليف

4. **لازم عنصر المفاجأة :** مينفعش تبقى متوقعة : " انا هنزل اجيبك هدية " الشخص اللي رقم 1 عنده تبادل الهدايا بيبقى عايز طريقة معينة الحاجات دي بتكون مؤثرة جدا

انت ممكن تكتبها على المراية في الحمام جملة جميلة تصحى تتفاجيء بيها الحاجة دي مؤثرة جدا تكتب على المرايا بأي قلم : اكتبها بحبك وخلص

هات الكارت بس واكتب فيه كلام حلو وسيبھولها تحت المخدة وهي بتنصف تلاقيه مفاجأة فظيعة جدا الله حاجة مكلفتكش 2 جنية !!!

فيه حاجات أبسط مما تتخيل انك تروحها بحاجة هي بتحبها : ساندوتش بتحبه / عصير بتحبه الحاجات دي حلوة فممكن تعمل حاجات كتير أوي بمبالغ بسيطة يعني .

• 4. الأعمال الخدمية

النبي ﷺ كان معروف إنه في خدمة أهله
سَأَلْتُ عَائِشَةَ مَا كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَصْنَعُ فِي بَيْتِهِ؟ قَالَتْ: كَانَ يَكُونُ فِي مَهْنَةِ أَهْلِهِ - تَغْنِي خِدْمَةَ أَهْلِهِ - فَإِذَا حَضَرَتِ الصَّلَاةُ خَرَجَ إِلَى الصَّلَاةِ.

الأعمال الخدمية = فيه نوع بيحس انك عبرت عن حبك ليه لما بتساعده مش بهدايا / بكلام / باتصال جسدي /بسماع الشئ .. لا = انا عايزك تساعدني

واحدة تقولك : " انت بتقول كل حاجة بس انت في الآخر مبتساعدنيش " فشوف كلمة انت مبتساعدنيش دي كأنها بتقولك انت مبتحبنيش رغم انك عملت كل حاجة بس انت مش فاهم إن كل اللغات دي هي مش اللغة بتاعتها هي عايزه مساعدة بدنية : تيجي تعبانة من شغل البيت وتقولها : " يا حبيبتي عنك " وتروح مكمل , هي عايزه تصحى الصبح تفاجأها .

الأعمال الخدمية مش ضروري تاخذ منها أعمال كاملة , دي لو بقت حاجة كاملة ممكن مش هيبقى ليها نفس الأثر ... انك تعملها مفاجآت كتير بتقف جمبها كتير ... انت مش هتقدر تشيل الشيلة بس

تصحى مثلا في يوم تلاقي حاجة من اللي هي بتعملها كل يوم خلصانة بسببك الجزامة اترتبت لقيتك رتبتها و منصف أوضتك ومرتبها صحيت بدري وعملت الفطار

الحاجات دي حلوة اوي يعني هي بالنسبالها : " الله جميلة اوي غسلت المواعين يوم " الحاجات دي لو هي لغتها اقسام بالله هتلاقي فرق كبير جدا في حبها ليك و تقديرها و معاملتها ليك

اعمل شوية انجازات وبردو عنصر المفاجأة بيبقى ليه طعم حلو

هي برا البيت مثلاً وعقبال ما رجعت كنت عملت كام حاجة وعملت لها انت والولاد مفاجأة : خلصنا لك المواعين فبتطلع فرحانة بيبك أوي ...

• تعرف منين الخدمات ال هي هتبقى بالنسبـالها مؤثرة

اعمل الحاجات اللي بتتذمر منها وبتشتكي : " انا زهقت من كذا " زهقت من كذا دي حطها علطول لو هي من نوع الخدمة دي ابقى اعملها مفاجأة في الموضوع ده كذا مرة

• 5. الاتصال البدني

ده اكيد عامل مؤثر في العلاقة العاطفية يشمل :

- العلاقة الخاصة
- الاتصال البدني عموماً غير العلاقة الخاصة
- القبلات والاحضان واللمس

كثير من الأزواج بيهمل مثلاً انه يمسك ايد مراته في الشارع , بعد فترة من الزواج بيبتدي الموضوع ده يهمله وده مش كويس لو زوجتك من النوع ده ... ده يآثر سلبياً على علاقتكوا

• ماذا لو كان هذا النوع من الحب هو الذي تحبه زوجتي ؟

اهتم بالموضوع ده بتفاصيله متهملوش
حتى في كلامها حتى في المناقشة معاها الاتصال البدني بيفرق معاها

أما العلاقة الخاصة فده من أعلى درجات الاتصال البدني ومؤثر جداً جداً في العلاقة بين الزوجين
بس ينتبه ان يحصل تفاهم

لأن لما مبيحصلش تفاهم بيحس طرف فيهم ان الطرف الثاني أناني وده بيجيب علاقة عكسية
انك بتعمل كده مش عشاني ده عشان نفسك ودي مش بتبقى حلوة

فلازم نصبر شوية لحد ما نتفاهم حتى لو انت عايز حاجة من الطرف الآخر والموضوع ده تقيل عليه شوية
دلوقتي اصبر ومع الوقت هيحصل التفاهم تدريجياً

متستعجلش بحيث إن كل حاجة تيجي في وقتها وتبقى حلوة ويحس الطرف الثاني انك بتعملها عشانه مش
عشان انت تستريح وخلص

بص النظرة المتكاملة دي تخليك ترد على اللي بتقولك : " هو انا جسد بس ؟!! " احنا بنبص نظرة كاملة : روح وجسد وعناية وكل حاجة .

مهم اوي انك تعرف :
ايه هي اللغة الأساسية اللي الطرف الآخر بيتأثر بيه ؟

وبتعرّفها منين ؟

بتعرّفها من :

1. السؤال المباشر
2. هو صرح لك
3. التأثير الإيجابي أول لما عملت الحاجة دي
4. التأثير السلبي أول لما الحاجة دي حصلتش
5. حاجة هو بيطلبها منك كتير

لو قدرت تمسك اللغة دي و يا سلام بقى لو عرفت ترتيبهم !!!

تدي كل واحدة مقاس ايه

الطرفين لو قدروا يتفاهموا في النقطة دي

هتلاقي العلاقة العاطفية :

تتحسن جدا ,تزيد مع الوقت , حتى لو مكانتش موجودة هتتواجد , حتى لو كان فيه الهوس الأولاني هيهدي وبعد كده تطلع بقى العقلي الاختياري .

أخيراً

- لازم الزوجين يحصل بينهم تغافل لو حصل خلل في الحاجات دي
- يحصل شيء من التنازلات مع الوقت
- ومشاكل البيت لا تخرج خارج المنزل
- ويجيد لغة الاعتذار عند الاخطاء
- اعتذر و الطرف الثاني يتعود انه يقبل الاعتذار عادي

لو عرفنا نعمل المنظومة دي : التنازل مع التغافل مع الاعتذار مع الخمس لغات اللي احنا قلناهم ده لا شك هيبقى بيت

سعيد جدا

جزاكم الله خيراً و الحمد لله رب العالمين

ربنا يبارك فيكم ،

السلام عليكم و رحمة الله و بركاته

لا تنسوننا من صالح دعائكم

سبحانك اللهم ربنا وبحمدك أشهد أن لا إله إلا أنت أستغفرك وأتوب إليك