

12

سلسلة بيوت مطمئنة

# جنة البيوت

د. عادل العبد الجبار



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ





## المقدمة

الحمد لله القائل في كتابه العزيز: ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثِيَ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً ﴾ ، والصلاة والسلام على سيدنا ونبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين ..

أما بعد:

فهذا كتاب (جنة البيوت) ضمن سلسلة (بيوت مطمئنة) للدكتور عادل العبد الجبار. حوت هذه السلسلة خلاصة تجاربه مع برنامجه الأسري المتميز (بيوت مطمئنة) والذي يبث أسبوعياً عبر أثر إذاعة القرآن الكريم، إلى ذلك استشارات ومشاركات متميزة. وتتميز هذه السلسلة بتنوعها ، ففيها ما هو خاص بالمتزوجين والمتزوجات، وما يتناسب مع الفتيات، وما يناسب الأسرة بعامة، من قصص وعبر ونصائح وتوجيهات ودرر وفوائد. سائلين الله تبارك وتعالى أن ينفع بها وأن تكون سبباً في سعادة البيوت واستقرارها.. إنه ولي ذلك والقادر عليه.

الناشر



## " الزوجة "

وردة جميلة في منظرها، ساحرة في لونها، أخاذة في عطرها. تشدك إليها في صمت، تأخذ بلباب عقلك في حياء، لحظات معها هي الأجل، تتمنى بشغف دوام وردتك لتدوم هذه النظرة وتستمر هذه السعادة لكن.. أنى لها كل هذا العطاء إن لم يسق بالماء والحنان !؟

## " الهدية "

وردة توضع على وسادة الفراش قبل النوم لها سحرها العجيب وبطاقة صغيرة ملونة كتب عليها كلمة جميلة لها أثرها الفعّال، والرجل حين يدفع ثمن الهدية فإنه يسترد هذا الثمن إشراقاً في وجه زوجته وابتسامة حلوة على شفيتها وكلمة ثناء على حسن اختيارها ورقة وبهجة تشيع في أرجاء البيت، وعلى الزوجة أن تحرص على إهداء زوجها أيضاً فكما تأخذ لا بد أن تعطي.

## " بلابل وطيور "

البيت المثالي واحة غناء ترفرف على أشجارها الوارفة طيور المحبة والارتياح وبلابل المودة والسكن، وتغرد في أفنانها الزاهية بألحان المحبة والرحمة معاني سامية.. وأداب جملة تفتح أبوابها، وتمدُّ من أفقها وتبقي لها في نفوس الزوجين الروعة والجمال والإخلاص والوفاء.

## " أسرار الاستحمام !! "

جميل استحمام الزوجين بشكل دوري، طلباً للنظافة والأناقة والرائحة الزكية كيف لا.. والاستحمام يطهر البدن ويهدئ أعصاب الزوجين، وينشط دورتهما الدموية، والأهم من ذلك أنهما يكسبان حب الله ويتبعان هدي رسول الله فقد كان يغتسل هو وزوجته عائشة من إناء واحد.

## " دولة بدون أطفال "

هل تتصورون أن هناك دولة في هذا العالم بدون أطفال؟ الجواب : نعم الدولة الوحيدة في العالم التي لا تسمع فيها بكاء أو ضحكات أطفال هي الفاتيكان ؛ لأنه لا يولد فيها أي طفل وذلك لعدم وجود متزوجين أصلاً ! ويبلغ عدد سكانها ١٠٠٠ نسمة فقط



ومعظمهم من الرهبان والراهبات الذين يحرمون أنفسهم من الزواج.

- " كن عملياً معها " :
- أخبرها بمدى امتنانك لوجودها.
- احمده الله أمامها أن رزقك هذه الزوجة.
- قم وصل معها، فإن البيت الذي ينعم بطاعة الله ينعم بالسعادة والطمأنينة.
- أعطها بين الحين والحين هدية.
- أكرم أهلها.
- إذا بكت لأمر أحزنها فاحتضنها وقبّل يدها.
- كن رجلاً بأن تتمالك نفسك عند الغضب.
- اسألها عمّا يعجبها، عمّا تريد، عمّا تحب.
- أخبرها بجمال فستانها الجديد وأظهر لها إعجابك به.

### المرأة كالتحفة

تهبك العسل ولكنها تلسعك، فعندما تسمع المرأة عبارات الغزل تغمض عينها ؛ لكي تستمتع بمعناها، فإذا سمعت بعض النصائح أغمضت عينها ؛ لتنام، فأزوع ما في الرجل أن يراعي في المرأة كبرياءها مهما تواضعت بين ذراعيه

## "المفاتيح العشرة بين الزوجين"

- مفتاح الصمت الحوار.
- مفتاح الابتسامة الودود.
- مفتاح التذكرة القبول.
- مفتاح الإصلاح الصراحة.
- مفتاح الثقة التعافل.
- مفتاح الهيبة التواضع.
- مفتاح الاحترام التقبل.
- مفتاح الالتماس الاعتذار.
- مفتاح الجاذبية المجاملة.
- مفتاح الإنصات الاهتمام.



## "النساء"

النساء يحببن الدلال ويحببن التصريح بالحب، فلا تبخل على زوجتك بذلك فإن بخلت جعلت بينك وبينها حجاباً من الجفوة ونقصاً في المودة. النساء يكرهن الرجل الشديد الحازم ويستخدمن الرجل الضعيف اللين، فاجعل لكل صفة مكانها فإنه أدعى

للحب وأجلب للطمأنينة.

## "سياسة السحر الجلال"

بقلم : زوجة دبلوماسية :

- استقبله بابتسامة وودعيه بابتسامة.
- أسألي عن حاله وأحواله.
- لا تتدخلي بأعماله.
- تجاذبي معه أطراف الحديث ولا تذكّريه منه بالجانب الخبيث.
- أسمعيه كلاماً طيباً وأظهري له جانباً ليناً.
- إذا أخطأ فلا تلوميه وقولي له كلاماً يرضيه.
- إذا طلبت منه شيئاً فلم يلبّه فلا تعانديه بالقول الفظيع فينفر منك، ويدب بينكما النزاع والخصام...

## "مفتاح الزوجة"

الزوجة الكتومة لا تطاق. فما الحل معها ؟

للتحدث عما في نفسها أقتعها بما تريد بالمفتاح الذي يناسبها، كن صديقاً حميماً لها

وستراها صادقة معك. تأكد أنها تريد منك دعماً عاطفياً لا حد له وتفهماً أكثر وأعمق بحجم مشكلتها. غض طرفك عن أخطائها وتقصيرها فهي أم أولادك ومدبرة بيتك والقائمة بشؤونك، فكم من بيوت صلحت بالتغاضي!!.....

### "مصالح مشتركة"

إن النساء يُحببن من الزوج ما يحب الزوج منهنّ من طيب الكلام وحسن المنظر ونظافة الثياب وطيب الرائحة، فكن في كل أحوالك كذلك، وتجنب أن تقترب منها تريدها وقد بلل العرق جسدك وأدرن الوسخ ثيابك فإنك إن فعلت جعلت في قلبها نفوراً وإن أطاعتك، فقد أطاعك جسدها ونفرت منك قلبها.

### "ذاك هو الحب"

الحبُّ سلوك وليس فقط كلمات تلفظ، فهو يعني وجود ارتباط روحي عميق بين الزوجين، ارتباط يعكس على سلوكهما، وعلى تفكيرهما، وعلى اهتماماتهما. إنه شعور يتغلغل في كل خلايا الجسد، ويلتف حول الروح، وينفذ في كل وجوده، فإن ما تفعله الزوجة لزوجها من : خدمتها لعياله، أو تطهو له صنف من الطعام يحبه، أو تتمق له باقة من الزهور تضعها له على مائدة إفطاره، أو تدعو له دعوة ترفعها من أعماقها له وهي على سجادتها في سجدة لها في جوف الليل.. إنما هي صور لهذه العلاقة السامية.

## "جمال دائم"

مَنْ مِنَّا لا تبحث عن الجمال؟ من مِنَّا لا تتمنى أن تصبح أجمل امرأة؟! "الوضوء" الطريق الأقصر لبلوغ الجمال. إن الماء يتسبب في انتعاش البشرة، ويبالغ في نضارتها خاصة في مواضع الوضوء التي اختارها خالق هذا الكون.. وخالق هذا الجمال وهو أدرى وأعلم بخلقه.

قال أحد خبراء التجميل: " لا توجد امرأة جميلة وغير جميلة ولكن توجد امرأة جميلة وأخرى لا تعرف كيف تبرز جمالها وأنا أنصح المسلمات بالوضوء فهو بياض ونعومة وصفاء بشرة وقبل ذلك عبادة".

## هي تحتاج الطمأنينة وهو يحتاج التشجيع

عندما يظهر الرجل اهتمامه

وتفهمه واحترامه وإخلاصه ومصادقته لمشاعر المرأة فهذا يجعلها مطمئنة له ومعه. ما ردة فعلها؟ هذا سوف يمنح الرجل التشجيع الذي هو حاجة عاطفية أساسية لديه والتي نتجت بسبب ثقة المرأة وتقبلها وتقديرها واستحسانها وتصديقها له، فهذا يمنحه التشجيع أن يشبع جميع حاجاتها العاطفية الأساسية.

## "من المستحيلات"

بكل صراحة وبدون مجاملة : الزوجة العاقلة لا تنتظر من زوجها كلمة آسف أو اعتذار عما حصل، بل الذكية من الزوجات لا تضع زوجها في هذا الموضع إلا إذا جاءت منه وحده ولشيء يحتاج اعتذاراً فعلاً وهذا قليل.

## "نفسيات زوجة"

قد تكون المرأة حاملاً، أو في فترة الدورة الشهرية؛ وتحتاج من زوجها إلى الوقوف معها معنوياً؛ وذلك بتقدير حالتها النفسية ووضعها العام. فقد قال أهل الطب: إن معظم النساء في حالة الحمل أو الحيض أو النفاس يعانين من توتر نفسي تضطرب معه بعض تصرفاتها، ومن هنا تحتاج المرأة إلى مؤازرة عاطفية تشعرها بحاجة الزوج لها وعدم استغنائها عنها خاصة في مثل هذه الحالة، فانتبه لزوجتك الحبيبة فهي بانتظارك.

## "١٠ X ١٠"

لحياة دائمة بين الزوجين وراحة باقية لهما.. أهديكما هذه العشر:

- الإيجابية.

- الهدية.
- الذوق الراقى.
- الحوار.
- التقارب الجسدى.
- العاطفة الصادقة.
- التسامح والتفاهم.
- التجديد وإذابة الجليد.
- عدم المقارنة بالآخرين.
- انشرا بين أرجاء البيت وبشكل واسع كلمة " أحبك " .



### "أصول الإتكيت"

- بقلم : زوجة دبلوماسية:
- اطهي له أشهى الطعام.
  - جهزي له السرير بعدها لينام.
  - كوني له الطاهية.
  - لا تجعلي الخادمة هي الأمرة الناهية.
  - اسأليه ماذا يجب من أصناف الطعام.

- أظهري له الود والاحترام، فإذا لم يعجبه ذلك اليوم طبخ الطعام، فلا تتركه غضبان لينام، وهنا قد يتلفظ بالشتائم ويكون يومك هو اليوم الغائم، فاصبري على ذلك لتتالي الأجر الدائم.

### "أفضل النساء"

قيل لعائشة - رضي الله عنها - أي النساء أفضل؟ فقالت: التي لا تعرف عيب المقال، ولا تهتدي لمكر الرجال، فارغة القلب إلا من الزينة لبعها ولإبقاء الصيانة على أهلها.

### ديكتاتورية

تعتقد بعض الزوجات أن امتلاكها للقرارات في الحياة الزوجية سيحقق لها الكثير من الأمان وراحة البال، ولكن الحق كله أنها إذا تفهمت رأي زوجها واحترمته فإن ذلك سيعود عليها بالنجاح الأكبر كزوج وربة منزل، فالحياة الزوجية مشاركة بين طرفين متساويين في الواجبات والحقوق وليست ديكتاتورية تحكمها الزوجة وينفذ أحكامها الزوج ولا داعي لإقحام أهلها في كل شيء وتهديد الزوج بهم.



## " منظار واحد "

جميل من الزوج العزيز أن ينظر مع زوجته الغالية إلى الحياة من منظار واحد ؛  
تنفيذاً لوصية رسول الله - صلى الله عليه وسلم - في قوله : " رفقاً بالقوارير " إنما  
النساء شقائق الرجال " استوصوا بالنساء خيراً " فهو الملك وهي الوزير، ولا تصلح  
مملكة إذا اختلفا هي الداخلية وهو الخارجية ولا تقوم الدولة إذا تنازعا دمتم سعداء...

## " قبيلة نووية "

لا تُهن زوجتك فإن أي إهانة توجهها إليها تظل راسخة في قلبها وعقلها وأخطر  
الإهانات التي لا تستطيع زوجتك أن تغفرها لك بقلبها حتى ولو غفرتها لك بلسانها هي  
أن تفعل فتضر بها أو تشتمها أو تلعن أباهها أو أمها أو تتهمها في عرضها فأحسن معاملتك  
لزوجتك تحسن إلي.. أشعرها أنك تفضلها على نفسك، وأنت حريص على إسعادها  
ومحافظ على صحتها، ومضح من أجلها، فهي كحل العين ونبض الفؤاد.

## خاص وعاجل

تفهم الزوج لنفسية زوجه الغالية من أهم الأمور وأشدّها حساسية، فهناك ظروف  
فسيولوجية تؤثر سلباً على عقليتها ومشاعرها واتزانها فتكون أقرب للمرض منها للعافية.  
بح لزوجتك بحبك وخفف عنها فلن ينقص قدرك ولن تهدر رجولتك " أحبك يا عائشة

" قالها أعظم رجل عرفته البشرية صلى الله عليه وسلم، بل كان يشرب من ذات الإناء الذي شربت منه، بل ويتتبع مواضع شفيتها الجميلة وهي حائض...

### " ملكة البيوت "

هي الزوجة لا غير.. رفيقة الدرب.. شريكة الحياة أنيسة الوحدة.. مزيلة الهم. خلقت ليسكن الرجل إليها مخلوق وديع..وجنس لطيف تحبه النفس وتتعلق به... وتأنس إليه.. وتهش له.. شخصية راقية..ونفس عزيزة تحمل من المشاعر الدافقة، والعواطف الكامنة، والأحاسيس الدافئة، والعطاء المتجدد الذي لا نهاية له مما يجعل الكون جميلاً بوجودها ولطيفاً معها في أجوائه وآفاقه.

### " اللباقة "

بعض النساء لا يتحلين بالرقة والمرونة واللباقة عند مطالبة أزواجهن بما يردنه فتجدهن يلجأن إلى أسلوب الأمر، ويلحظن المطالبة أكثر من مرة، فينتج عن ذلك شعورك كزوج برغبة قوية في العناد والعزوف عن تلبية تلك المطالب.. ولو أنها جربت الأسلوب اللطيف والكلام اللين معك لاستطاعت الحصول على ما تريد وزيادة، كأن تقول مثلاً: لقد رأيت فستاناً جميلاً فتمنيت أن يكون لي ؛ حتى أرتديه لك في أوقاتنا السعيدة.

## "تزوجا من جديد"

لا تتعجبوا من هذا الكلام؟ نعم تزوجا من جديد؟ اقصد لتبتعدا عن بعضكما شيئاً من الوقت أسبوعاً يكون بينكم الكلام العادي ولا مساس ؛ حتى تتحرك المحبة الداخلية والشوق الذي دفن مع الأيام ثم تكون بعد ذلك هدية وملكة بلا شهود ومهر، ثم العشاء في أفخم فندق لوحكما بدون الأولاد ثم تكون ليلة العرس.... جربوا ولن تندموا حتى ومبارك للعريس والعروس!

## "سر جمال المرأة"

وهذا سرّ الجمال فيها وسرّ الجذب إليها، وليس هذا عيباً فيها فلا تحمل عليها إن هي أخطأت حملةً لا هوادة فيها، تحاول تقييم المعوج فتكسرهما وكسرهما طلاقها، ولا تتركها إن هي أخطأت حتى يزداد اعوجاجها وتتوقع على نفسها، فلا تلين لك بعد ذلك ولا تسمع إليك، ولكن كن دائماً معها بين بين.

## " المملكة "

وفيه تشعر أنها متربعة على عرشها وأنها سيدة فيه، فإياك أن تهدم هذه المملكة التي تعيشها، وإياك أن تحاول أن تزيحها عن عرشها هذا، فإنك إن فعلت نازعتها ملكها وليس لملكٍ أشدَّ عداوةً ممن ينازعه ملكه وإن أظهر له غير ذلك.

## " الزوجة العاملة "

- سأتحدث بلسان زوجتك العاملة فأعربي سمعك دقيقة واحدة :
- لا تكن أنانياً معها في تعاملك ففي الوقت الذي تُطالبها بأن تراعيك وتقوم بحقك تُقرِّط أنت في حقوقها وخاصة إذا كانت عاملة.
  - لا تدخل معها في مساومة ساخنة ؛ لتترك عملها من حيث لا تشعر.
  - اقترب منها.. وتعاوننا جميعاً، فنحن بحاجة المرأة العاملة.

## " السامة "

هناك اعتقاد خاطئ وهو أن السعادة الزوجية لا تدوم أكثر من سنة أو سنتين، ثم تصبح الحياة الزوجية بعد ذلك حياة روتينية، وبخاصة إذا وجد الأطفال وازدادت المتطلبات. والصحيح أن ذلك وإن كان يشعر به كثير من الناس إلا أنه لا يشكل قاعدة، فهناك نماذج كثيرة من البشر عاشوا طوال عمرهم في سعادة، ولم تحدث بينهم تلك

السامة التي ينتظرها كثير من الناس، لأنهم عرفوا قواعد السعادة وطبقوها في حياتهم، وواجهوا كل العقبات التي تقف في طريقهم بهدوء وحكمة.



### "فيروس الكذب"

- أسبابه :
- الخوف.
- التقصير.
- الهروب وعدم المواجهة.
- طريقة العلاج :
- تجاوز الأخطاء البسيطة للشريكين.
- معرفة الواجبات والمسؤوليات لكليهما.
- الاعتراف بالأخطاء ببساطه حين حدوثها.
- تصنيفه : خطير جداً.



### "امرأة ورجل"

- المرأة هي أسرة ووطن، الرجل الأمان والقوة.
- المرأة رقيقة وهي أنثى، الرجل عظيم وهو رجل.

- المرأة دفتى وحنان وسكن، الرجل أمان وقوة وعطف.
- المرأة سر سعادة المنزل، الرجل سر سعادة الكون.
- المرأة تصون عندما لا تخون، الرجل يخون عندما لا يصاب.
- المرأة ابتسامه مشرقة، الرجل من يرسم ابتسامتها.
- المرأة اليد اليمنى للرجل، الرجل أصابع تلك اليد اليمنى.
- المرأة أقوى من الرجل بأنوثتها، الرجل أقوى من المرأة برجولته.



### "أخطاء الزوجة العشرة"

- استحداث المشكلات.
- التكلم عن أمه أو والده بشيء سيئ.
- إهانة الزوج أمام الآخرين.
- جرح الزوج في كرامته ورجولته.
- عقد المقارنة بينها وبينه.
- إزعاجه بالتذمر والشكوى.
- عدم الاهتمام بتوفير الراحة له.
- عدم الاهتمام بطعامه وملابسه ونظافة منزله.
- الامتناع عن الزوج دون عذر.

- الظهور أمامه بالمظهر الرث والمنفر.

## " أم زوجي "

- أساعدها في أعمال المنزل.
- أتصل بها بشكل يومي.
- أختار مناسبات لإهدائها.
- أحضر لها أطباقاً شهية.
- لا أتحدث بشيء تكرهه.
- أذكر مزايا ابنها أمامها.
- أحث زوجي على زيارتها وبرها.
- أحرص عند زيارتها على حفظ أولادي بقربي حتى لا أزعجها.
- أطلب من زوجي أحياناً شراء العشاء وتناوله في منزل والدته الغالية

## ماما متى تخبريني بإجابة سؤالي ؟

- الأم أووه أنت ولد مزعج !!
- بابا عندي سؤال ؟
- الأب : أنا مشغول.

من لهذا البريء عندما يتخلى الوالدان عمًا يدور في خلدِه ؛ حتى يبقى وحيداً يتصارع مع فكره ؟ اهل هذه هي المنهجية الصحيحة في التعامل مع أسئلة أبنائنا ؟! أمل أن تبادره بالابتسامة والترحيب وتشكره على حرصه وأثبت له أن هذا دال على نجابته واترك ما بيدك من عمل وأجب على سؤاله وطلبه.

### زوجي الغالي

لا يكن خطئي سبباً لارتكابك خطأ أعظم منه. أين هدوؤك ؟ وأين تفهمك لما جرى ؟ لماذا لم تسألني عن سبب تقصيري.؟ دعني أرسل لك الإجابة من قلب طالما دمرته بكلماتك. إن السبب الذي جعلني أقصر في عمل المنزل هو ابنك الذي كان مُصاباً ببعض الآلام، فذهب الوقت ولم أشعر بذلك، وفي ذلك اليوم كان السبب أيضاً هو أنني كنت في السبعة أيام التي يتغير فيها كل شيء بالنسبة لي فلا أشعر إلا بالإرهاق وسوء المزاج وتدهور صحتي.

زوجي.. قدرك كبير ويجب علي أن أسعى لخدمتك، فرجاءً لا تظن أن تقصيري هو تجاهل لحقك علي. لا والله، ولكن أرجو منك قبل أن تُصدر عباراتك الجارحة أن تسبقها بعبارة: لماذا يا زوجتي الغالية ؟؟



## أحسن الزوجات

الزوجة مخلوق حساس رقيق المشاعر تتأثر بأسلوبك في التعامل معها وينعكس ذلك على شخصيتها، فإن شعرت بقيمتها في قلبك وحبك لها أغدقت عليك العطاء بكل معانيه السامية والجميلة، وإن تعاليت وتكبرت عليها وخسفت من قدرها عندك كرهتك وقللت من احترامك وانتقصت من قدرك. قل لها : أعتذر إذا أخطأت، وستجد زوجة حنونة رقيقة مثل أوراق الورد وستنسى ما بدر منك وستبادلك أحياناً الاعتذار، وتكون قد كسبت ودها ومسحت من قلبها أي إحساس سلبي تجاهك، ومن هنا تصفو حياتكما وينعكس هذا الصفاء على بيتكما وأولادكما.

## بلوغ البنت

يكون بلوغها عادة في المرحلة الابتدائية ويعني ذلك أنها تكون مكلفة وعليه تلزم بجميع أوامر الشرع من العبادة والحجاب وغير ذلك، ومن هنا فالوالدان سيواجهان معها نقلة كبيرة بين ما تعودت عليه سابقاً وما يطالبها به الأهل لاحقاً !! ومن هنا تحدث الفجوة ويكون التمرد وكثرة شكاية الأم من عدم انضباط ابنتها في اللباس والحجاب وما علمت إنها كانت سبباً من أسباب هذا التمرد والعصيان !

## آسف لصراحتي

كثيرات من نساتنا يعيش معهن أزواجهن بحكم الإلف والعشرة لا بدافع الحب، وعدم القدرة على الاستغناء، واعتادوا عليهن، وقد لا يصعب عليهن حين تقع الفأس في الرأس أن يعتادوا على غيابهن، فالقلوب مغلقة، والمشاعر محايدة، والنبض لا يهتف باسم شريكة الحياة، والشوق لا يحفز الزوج؛ لكي يهرول إلى عشه بعد يوم عمل طويل لينعم بصحبة شريكة كفاحه.

## الاحترام

هو الأساس، المرأة التي لا تحترم أفكار ورغبات زوجها لا بد من استبعادها عن المنزل (وذلك بطلاقها)؛ لأن الاحترام هو أساس الحياة السعيدة، بل يجب أن تحسن المرأة فن الإصغاء إلى زوجها وتشعره بأنها مهتمة به؛ كي يجلو ما بداخله من هموم وإلا لجأ لغيرها؛ ليشكو همومه. ولذلك أنا أرى أن المرأة المناسبة لتكون شريكة لحياة زوجها هي المرأة المتفهمة القنوعة التي تقبل بالواقع، أما المرأة الفيورة من أي شيء فهي لا تناسب.

## الزوجة المخلصة

أنساه كيف؟ وهل أطيق؟ وهذه صوري مجسدة على صفحاته. لا لن أكحل ناظري بغيره، لا لن أخون القلب في مشكاته. سيظل نوري في الحياة، وذكره نغمي، وإخلاصي

وفاء هباته. يعبر الشاعر أحمد سالم وذلك على لسان الزوجة المخلصة.

### "قلب زوجتك"

كي تتملك قلب الغالية افعل ما يلي :

- أكثر من الكلمات الجميلة المحببة إلى نفسها، وتفنن في إخراج هذه الكلمات بقوة وصدق.

- لا تشعر زوجتك بأنها مهانة لديك، بل يجب أن تشعرها أنها معززة مكرّمة.

- استمع إليها عندما تتحدث وكن مُنصِتًا لها.

- تزيّن لها دائمًا وبالغ في الزينة.

- لا تنس الثناء عليها بين الفينة والأخرى أمام أهلها وأهلك في حضرته وغيابها.

### "خاص جدًا"

لا تتحدثي عن مشاكلك الزوجية مهما كانت مع جاراتك وصديقاتك وزميلاتك عبر الجوال أو الهاتف، واحذري من إفشاء مكونات الحياة الزوجية وما فيها من خصوصيات مختلفة سواء كانت سلبية أو إيجابية، فالبيت مملكة أنت الملكة فيها ولا يحق لأحد معرفة أسرارها..

## العناد

يولد النكد العناد أشبه ما يكون خلقة وليس طبعاً، ورغم ذلك لن تعجز الزوجة الذكية عن ترويض هذا الطبع الخلقى. بداية لا تمثلي دور المرشدة النفسية مع زوجك وتعطيه دروساً في كيفية التخلص من العناد.

وهناك اختصاصيون في مجال العلاقات الزوجية قد توصلوا إلى دراسة تقول : بأن أفضل أوقات التحدث مع الرجال هي في الصباح الباكر، إذ يكون الهورمون الذكري "تستوستيرون" في أعلى معدلاته فيكون أكثر استعداداً لسماع الآراء وتلقي المعلومات وأكثر انفتاحاً لسماع الرأي الآخر، وإن كان معارضاً، فاغتنمي دائماً فترة الصباح لتروضي عناده وتمسكه بموقف ما تريدين تغييره عنه، استخدمي الابتسامة والكلام اللطيف لتخبريه بأنك على استعداد لتلبية رغباته، لكن ستكونين سعيدة جداً لو كان موقفه غير هذا.

## ستر العورة

فعن بهز بن حكيم عن أبيه عن جده- رضي الله عنه- أنه قال قلت : يا رسول الله، عوراتنا ما نأتي منها وما نذر؟ قال: "احفظ عورتك إلا من زوجتك أو ما ملكت يمينك". قال قلت يا رسول الله: إذا كان القوم بعضهم في بعض؟ قال: "إن استطعت أن لا

يرينها أحدٌ فلا يرينها". قال قلت : يا رسول الله، إذا كان أحدنا خائياً ؟ قال: " الله أحق أن يستحيى منه من الناس " .

### للموظفات فقط

إن الرجل عندما يتزوج من فتاة يتمنى منها أن تكون أنثى، لذلك فإن المطلوب أن تكوني أنثى بمعنى الأنوثة ولن تكوني كذلك إذا نافسته في حمل الأثقال، والجلوس على المكتب في المتجر والمصنع ؛ لأنك عند ذلك تفقدين رقتك وجاذبيتك، فإذا أردت أن تكوني موفقة في حياتك الزوجية فأعطي الأولوية للعلاقة التي بينك وبين زوجك ثم لعملك الخاص.

### "رسالة من زوجة لزوجها بعد وفاتها"

لا تحزن على فراقى، فو الله لو كتب لي عمر ثان لاخترت أن أبدأ معك، ولكن أنت تريد وأنا أريد والله يفعل ما يريد... أخي فلان : كنت أتمنى أن أراك عريساً قبل وفاتي.. أختي فلانة : لا تقسي على أبنائك بضربهم فهم أحباب الله، ولا يحس بالنعمة غير فاقدها... عمتي فلانة (أم زوجها) : أحسنت التصرف حين طلبتي من ابنك أن يتزوج من غيري ؛ لأنه جدير بمن يحمل اسمه من صالح الذرية. كلمتي الأخيرة لك يا زوجي الحبيب أن تتزوج بعد وفاتي حيث لم يبق لك عذر، وأرجو أن تسمي أولى بناتك باسمي،

واعلم أنني سأغار من زوجتك الجديدة حتى وأنا في قبري. هل نجد في هذا الزمن مثل هؤلاء الأزواج؟!

### الهايذروكينون

نصت اللوائح الطبية على أن نسبة الهايدروكينون في كريمات التجميل يجب أن لا تتجاوز ٢٪، إذ إنه عند تجاوز هذه النسبة، فإن تلك الكريمات تؤدي إلى ما يسمى ب Ochronosis أي ترسيب مادة الميلانين داخل بعض أنسجة الجسم كالغضاريف والمفاصل، كما تتسبب في الإصابة بحساسية الجلد والحكة الشديدة...

### " زوجتي العزيزة "

عزيزتي : قولي لي بربك : هل تتعاملين مع مخلوق عديم الإحساس، مخنوق المشاعر؟ هل تتعاملين مع رجل آلي؟ رفقا بي فإني رجل أحب الجمال والحسن والدلال من حليلتي، وقد صار مطلباً صعباً، فيا ضيعة الآمال!! أحتاج عزيزتي للكلمة الطيبة، واللمسة الحانية، والعاطفة الدفاقة، فتبهج عيني ويسر قلبي. لا تجعليني أعيش معك مضطراً، فإن الميتة يجوز أكلها عند بعض أهل العلم للضرورة فقط.

عزيزتي : تقبلي مني هذا العتاب، وكما قيل : العتاب " صابون القلوب " واعلمي أن المصارحة هي الخطوة الأولى للنجاح في الحياة الزوجية.

أنتظر منك رسالة عاجلة صريحة تحمل كلمات العتاب ؛ لتسامح ونعيش في وضوح  
أنا وأنت، ونرسو على مرافق السعادة يا أحب الناس إليّ.

### "صوتان لا يحبهما الزوج"

- أولها : إذا حصلت - لا سامح الله - بينك وبين زوجك مشكلة لا تقومي بنشرها  
وإذا عنتها بين الأهل والأصدقاء.
- الثاني : الزوج يتعب لجمع قوت العيال، لذلك لا تضيّعي أختي في ساعة ما جمعه  
في سنة.

### الحب المستورد

هو الحب المجنون الذي يصل بصاحبه إلى درجة العشق الأعمى بحيث لا يعرف إلا  
محبوبه، ولا يرى إلا به، ولا يسمع إلا به، ولهذا تجد صاحب العشق لا ينكر على معشوقه  
منكرًا، فلو عشق رجل امرأة ورآها على منكر، فإن عشقه يمنعه من الإنكار ؛ لأنه يخشى  
أن يقل الحب بينهما أو يزول الود، أما الحب الإسلامي العفيف فهو الحب المتبادل الذي  
يولد ويتوالد ويكبر ويكثر بمرور الأيام والسنين، إنه الحب الحقيقي الذي تنقيه الأيام،  
وتثبته المواقف، وليس الكلمات المعسولة التي تقال قبل الزواج.

## أمي

ماء القلب أمي.. أرق وأعذب كلمة ينطق بها البشر جميعاً.  
أمي.. أغلى من في الوجود ومنارة تضيء الحياة.. ثلاثة أحرف صغيرة تعني البهجة  
والأمل في لحظات اليأس والقوة تعيش في سويداء قلوبنا في لحظات الحزن والفرح.  
أمي.. كلمة تخرج من بين الشفاء كالعطر في قلب الزهور كاللؤلؤ في جوف المحار.  
أمي.. أحبك كحب الفراشات لأزهار الربيع، وحب المتأملين سكون الليل احتاج إليك  
كحاجة الأرض العطشى للماء وحاجة الرثتين إلى الهواء.  
أمي.. كنز ثمين مليء بالرحمة والعطف والحنان كم أشتاق إلى يديك الحانية  
ودعواتك المباركة أحبك (ليحفظ الله أمي وكل أم) ودمت لي دوماً وأبداً.

## من الأخطاء الشائعة

لدى كثير من الأسر الاعتقاد أن توفير الأطعمة والهدايا والملابس هي أدلة كافية على  
الحب، في الوقت الذي يهملون فيه التعبير عن عاطفة الحب لأبنائهم عبر الكلمة الحانية  
والتفهم الصادق.. وبالتالي ينشأ الأبناء محرومين من تلك المظاهر الحيوية للحب. من  
الضروري أن يفهم الآباء أن الحب عاطفة قوية يمكن التعبير عنها بصور عدة كالضم،  
والتقبيل، والثناء الحسن، فالحب ركن أساسي من أركان تربية الطفل.



### سعادتك في قناعتك

كم من امرأة حرمت نفسها من السعادة الزوجية بسبب نظرها إلى ما عند الآخر، وكثرة مطالبة زوجها بتوفير ما تراه هنا وهناك مما لا ضرورة له ولا حاجة، مع أنها تعلم أنه لا سبيل له إلى ذلك، وإذا رأت هذه المرأة زوجها عاجزاً عن تلبية ما تريد سقط من عينيها وأصبح في نظرها مثلاً للتواكل والكسل والسلبية، ولو نظرت هذه المرأة بعين الإنصاف لرات جوانب كثيرة مشرقة في حياتها، وهذه الجوانب كفيلة بإسعادها.

### جزاك الله ألف خير

حقاً إن الله هو خير من يجازي بالخير وعطاؤه لا يضاهيه عطاء مخلوق، ولكنك عندما تضيف كلمة ألف والتي هي عدد فأنت تحدد مقدار العطاء الذي تدعو المولى أن يرزقه أخاك الذي دعوت له. أخي: قل الدعوة ولكن دون تحديدها بعدد فدعوتك بـ (جزاك الله خيراً) قد يقابلها من الله خير يهبه المولى.

### الزواج يحتاج إلى قلوب تفيض بالمودة والرحمة

ويظل الزواج باقياً ومستمرًا ما استمرت المودة والرحمة، ولحظة الطلاق هي لحظة الجفاف الكامل للمودة والرحمة وانتزاعها من القلوب. وهناك قلوب كالحجر أو أشد

قسوة، وهي قلوب لا تصلح أن تكون مستقرًا لأي مودة ورحمة، وبالتالي فهي لا تصلح للزواج. وإذا تزوجت فهو زواج تعس ولا بد أن ينتهي إلى الطلاق. الزواج يحتاج إلى قلوب تفيض بالمودة والرحمة.

### المصاصة المطاطية

أظهرت دراسة أجريت مؤخرًا بأن المصاصة المطاطية التي يستخدمها الأطفال الرضع أثناء النوم قللت من نسبة وفيات متلازمة الموت المفاجئ بنسبة ٦١ بالمائة. هذا واستنادًا لهذه النتائج أوصت الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال (أي أي بي) باستعمال المصاصة المطاطية لمنع تعرض الطفل الرضيع لمتلازمة الموت المفاجئ.

### الأطفال

من منا لا يحبهم؟ هم الشمعة التي تضيء غرف قلوبنا المغلقة، فالطفولة أيام جميلة وتجارب مثيرة خضناها (بكامل) مشاعرنا وأحاسيسنا الجميلة والطفولية البريئة آن ذاك، والطفولة أيضًا هي (القليل) والبقية الباقية منها في خلجات أنفس كل واحد منا على رغم ما فعل الزمان بنا من تقدم في العمر. أما التربية فهي نتاج ما نحن عليه الآن، والتربية أيضًا هي ما زلنا ولا زلنا نكتشفه ونتعلمه يومًا بعد يوم ونعلمه أولادنا. الذي تكتمل به سعادة الأسرة باكتمال تحقيق أفرادها سبل السعادة...

## رسيفر الفلك الإسلامى

مخصص فقط لاستقبال القنوات المحافظة وبتقنية عالية جداً تتيح استقبال قنوات متعددة تقع على ترددات مختلفة دون باقى القنوات الواقعة على نفس التردد وبقدرات أمان وخصوصية مشابهة لجهاز "المجد" ، ويحتوى الجهاز أكثر من عشرين قناة فضائية هي جميع القنوات الملتزمة الموجودة على قمري النايل سات والعربسات. وحرص القائمون على المشروع أن تكون جميع القنوات المضافة خالية من جميع آلات المعازف والنساء. هذه الخصائص تتم عن طريق الشركة المنتجة للجهاز وذلك من خلال اشتراك خاص ومقابل رسوم اشتراك سنوية تدفعها الشركة للأقمار الصناعية عرب سات والنايل سات بالإضافة لطاقتهم خاص من الموظفين ؛ للدعم الفنى ولتحديث النظام والإشراف على القنوات على مدار الساعة.

## لقمة الحب

كم هو جميل أن يضع الآباء بعض اللقيمات في أفواه أطفالهم وتسمى لقمة الحب! مع ملاحظة أن المراهقين قد يشعرون بأن هذا الأمر غير مقبول، فإذا أبى الابن أن تضع اللقمة في فمه فلتضعها في ملعقته أو في صحنه، وينبغي أن يضعها وينظر إليه نظرة حب مع ابتسامة وكلمة جميلة، بحيث يكون حديثك مع الابن بلمسة حنان ودفء، ولا تكون متباعدة والمس على الكتف أو الرأس أو الركبة.

## ذهبت ربّات البيوت بالأجر

تطبخ..تغسل..تكنس..تُعنى بشؤون بيتها تتعب من أجل الجميع.. تُرضع أطفالها.. تُربي أولادها..تحفظ زوجها إن غاب، تسره إذا نظر، لا تخرج للجمعة والجماعة، لا يجب عليها الجهاد بالسيف ؛ لكنها تُشارك الرجل في الأجر.

## تَعْدِلُ ذَلِكَ كُلُّهُ

عَنْ أَسْمَاءَ بِنْتِ زَيْدِ الْأَنْصَارِيَِّّةِ مِنْ بَنِي عَبْدِ الْأَشْهَلِ، أَنَّهَا أَتَتْ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَهُوَ بَيْنَ أَصْحَابِهِ، فَقَالَتْ : " يَا أَبِي أَنْتَ وَأُمِّي، إِنِّي وَافِدَةٌ لِلنِّسَاءِ إِلَيْكَ، وَاعْلَمْ نَفْسِي لَكَ الْفِدَاءُ أَمَا إِنَّهُ مَا مِنْ أَمْرَةٍ كَائِنَةٍ فِي شَرْقٍ وَلَا غَرْبٍ سَمِعَتْ بِمَخْرَجِي هَذَا أَوْ لَمْ تَسْمَعْ إِلَّا وَهِيَ عَلَى مِثْلِ رَأْيِي، أَنَّ اللَّهَ بَعَثَكَ بِالْحَقِّ إِلَى الرِّجَالِ وَالنِّسَاءِ فَأَمَّا بِكَ وَبِإِلَهِكَ الَّذِي أَرْسَلَكِ، وَإِنَّا مَعَشَرَ النِّسَاءِ مَحْضُورَاتٌ مَقْصُورَاتٌ، قَوَاعِدُ بِيُوتِكُمْ، وَمَقْضَى شَهَوَاتِكُمْ، وَحَامِلَاتُ أَوْلَادِكُمْ، وَإِنَّكُمْ مَعَاشِرَ الرِّجَالِ فَضَلْتُمْ عَلَيْنَا بِالْجُمُعَةِ وَالْجَمَاعَاتِ، وَعِيَادَةِ الْمَرْضَى، وَشُهُودِ الْجَنَائِزِ، وَالْحَجِّ بَعْدَ الْحَجِّ، وَأَفْضَلَ مِنْ ذَلِكَ الْجِهَادِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ، وَإِنَّ الرَّجُلَ مِنْكُمْ إِذَا أَخْرَجَ حَاجًا أَوْ مَعْتَمِرًا وَمَرَابِطًا حَفِظْنَا لَكُمْ أَمْوَالَكُمْ، وَغَزَلْنَا لَكُمْ أَثْوَابًا، وَرَبَّيْنَا لَكُمْ أَوْلَادَكُمْ، فَمَا نَشَارِكُكُمْ فِي الْأَجْرِ يَا رَسُولَ اللَّهِ ؟ قَالَ : فَالْتَمَتِ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِلَى أَصْحَابِهِ بِوَجْهِهِ كُلِّهِ، ثُمَّ قَالَ : هَلْ سَمِعْتُمْ مَقَالََةَ امْرَأَةٍ قَطُّ أَحْسَنَ مِنْ مَسْأَلَتِهَا فِي أَمْرِ دِينِهَا مِنْ هَذِهِ ؟ فَقَالُوا : يَا رَسُولَ اللَّهِ، مَا ظَنَنَّا أَنَّ امْرَأَةً تَهْتَدِي إِلَى مِثْلِ هَذَا، فَالْتَفَتَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِلَيْهَا، ثُمَّ قَالَ لَهَا : انْصَرِي فِي آيَتِهَا الْمَرْأَةُ، وَأَعْلَمِي مَنْ خَلَقَ مِنَ النِّسَاءِ أَنْ حُسْنَ تَبَعُلٍ إِحْدَاكُنَّ لِزَوْجِهَا، وَطَلَبَهَا مَرْضَاتِهِ، وَتَّبَاعَهَا مُوَافَقَتَهُ تَعْدِلُ ذَلِكَ كُلُّهُ، قَالَ : فَأَدْبَرَتِ الْمَرْأَةُ وَهِيَ تَهْلُلُ وَتُكَبِّرُ اسْتَبْشَارًا.

### قتل النمل داخل البيوت

إذا كان هناك أذى من النمل فإنه يقتل ويجوز ذلك، فإذا انتفى الأذى فلا يجوز قتله. وإن كان دفع الأذى يجوز في حق الإنسان إذا أؤذي من إنسان مثله وهو أشد حرمة من النمل كان دفع الأذى من غيره جائز. وبالتالي: يجوز قتل النمل إن أذى، فإن لم يؤذ لا يجوز قتله لحديث ابن عباس. سئل الشيخ ابن عثيمين - رحمه الله - في مادة صوتية عن قتل النمل داخل البيوت فأجاب: النمل مما نهى النبي - صلى الله عليه وسلم - عن قتله ولكن إذا أذى فلم يندفع إلا بالقتل فلا بأس بالقتل.

## المشاعر الزوجية

هي قمة الإحساس بالحب الإنساني، وإذا كان الحب هو الأساس الذي تبنى عليه الحياة الزوجية فستبقى الحياة قوية متينة حتى أمام العواصف والأزمات، وفي الآية الكريمة قال تعالى: "أزواجاً" ولم يقل "نساء"، أي لا يتحقق السكن إلا من علاقة زواج، لا يتحقق إلا إذا تحولت المرأة إلى زوجة.

## اللباقة

قالت له: ما مثلك يُرد، وقالت أخرى: ما أهجر إلا اسمك، وقالت ثالثة: إنما نحن رياحين للشم والضم. هذه العبارات إذا سمعها السامع الأول كان لها تأثير السحر على النفس وتدل على لباقة قائلها. وقبل أن نفصل مضمون العبارات الثلاث السابقة لابد أن نتوقف عند معنى اللباقة ؟  
إن المرأة إذا كانت تتحلى باللباقة، فإن هذا أجدى بتحقيق الانسجام مع الرجل، ومع الآخرين.

## نموذج فريد

كان صلى الله عليه وسلم في معاملته لأزواجه نموذجاً فريداً، فهو يقرأ القرآن في حجر عائشة، ويلق أصابعها بعد الأكل، ويغتسلا سوياً في إناء واحد، ويتسابقان خلف

القافلة حيث لا يراها أحد، ويدلها ويناديها: يا عائش، كيف نصف هذه اللحظات؟ إنها لحظات من الحب النادر، لم تمنعه أعباء الدعوة ولا تبعات الجهاد، ولا مكر الأعداء، ولا الوقوف الدائم بين يدي الله من أن يتفنن في إظهار مشاعره لزوجته.

### دفع الحياة

زوجان بالهمسات الدافئة يسعدان، فهما يعيشان من المودة أصدقها، ومن المحبة أكملها، ومن المعاشرة أرقها وأجملها. أرواح ائتلفت، ومشاعر اتحدت سحائب السكن تظللهم، وطبوف الطمأنينة تسعد بهما. هكذا قلب الزوجين يسمو بحبهما. ينتقيان أنفس الدر وأغلى المحار حين يرتويان من معين لا ينضب، بيوت مطمئنة قائمة على المحبة والألفة، خالية من العنت والكلفة، يقوم كل فرد منهم بواجبه وإن قصر عذره صاحبه.

### العاطفة

بالقليل من كلمات الصدق التي تحمل بين جنباتها حناناً ودفقاً وحباً يرنو لها وترنو له، لكن هناك من يختزن عاطفته ولا يبوح بها لسبب أو لآخر، لذلك فالأمر الحميد هو أن يكون الأمر متوسطاً لا إفراط ولا تفريط، ولا إجحاف ولا منع. إن المرأة كتلة مشاعر متى ما وجدت من يستحقها أعطت بلا حدود؛ لأنها تجد رواء وشفاء لقلبها حين تغدق من فيضه على من تحب، وتظل تحبه على اختلاف مراحل حياتها.

## الأب الناجح

هو الأب الرحيم العطوف بأبنائه وأسرتة الذي يمنحهم الحب والعطف والحنان ويشملهم برعايته ويحتويهم بقلبه الكبير ويشعرون معه بالسعادة والأمان، والأب القاسي هو المتسبب الأول في الأمراض النفسية لدى أبنائه والمشجع الأول على الأمراض القلبية لهم من غل وحقد وحسد وحب ذات وغيره.

## كن مع ولدك

كل أب بحاجة إلى أن يخلو بولده كل مدة قريبة؛ ليمازحه ويكلمه ويسأله ويتقرب منه ويسأله عما يحزنه أو يؤرقه أو لا يعجبه، ويسأله عن آماله وأحلامه وطموحاته، فلقاءات المصالحة والمصارحة هي تفريغ نفسي وجداني هام للغاية في تربية الأولاد، ولئن اشتكى معظم الآباء من عدم قدرتهم على التقرب من أولادهم فلأنهم قد قصروا في لقاءات المصارحة تلك في الصغر فصعب عليهم ذلك في الكبر، وبنيت الجدران بينهم وبين أولادهم.



## الأب الناجح

هناك علاقة قوية جداً بين كون الأب ناجحاً وبين كونه زوجاً ناجحاً، فالزوج الناجح هو الذي يهيئ لأولاده البيئة الأسرية الخالية من المشكلات والمؤثرات والمنغصات والمؤثرات النفسية السلبية، وهو الذي يعين زوجته ويساعدها على إتمام العملية التربوية، وليعلم كل أب أن أبناءه يتعلمون بالحب قبل أن يتعلموا بالأمر والشدة، فاحرص أيها الأب على توليد المحبة بينك وبين أبنائك بنجاح وإنجاز.

## احذر الدعاء على أولادك

إن مما ينبغي أن يكون معلوماً ومستقراً في نفوس الآباء والأمهات أن الدعاء على الأبناء من الممنوعات التي لا يجوز الاقتراب منها بحال، ولقد نهى النبي - صلى الله عليه وسلم - عن الدعاء على الأطفال فقال: "لَا تَدْعُوا عَلَى أَنْفُسِكُمْ، وَلَا تَدْعُوا عَلَى أَوْلَادِكُمْ، وَلَا تَدْعُوا عَلَى أَمْوَالِكُمْ لَا تُوَافِقُ مِنَ اللَّهِ سَاعَةً يُسْأَلُ فِيهَا عَطَاءٌ فَيَسْتَجِيبُ لَكُمْ".

إن الوالدين أو أحدهما قد يغضب لإساءة بعض الأبناء أو عقوبته، لكن ينبغي ألا يلجأ الوالدان أو أحدهما في هذا الحال إلى الدعاء على الأولاد، فإنهما أول من يكتوي ويتألم إن أصاب أبناءهما مكرهه، وليستحضر الوالدان أن دعوة الوالد لولده أو عليه هي مما يستجاب، فقد أخبر النبي عن ذلك بقوله: "ثَلَاثُ دَعَوَاتٍ يُسْتَجَابُ لِهِنَّ لَا شَكَّ فِيهِنَّ" منها دعوة الوالد لولده.

## بدون تعليق

إن إبليس يضع عرشه على الماء، ثم يبعث سراياه فأدناهم منه منزلة أعظمهم فتنة،  
يجيء أحدهم فيقول : فعلت كذا وكذا. فيقول : ما صنعت شيئاً، ويجيء أحدهم فيقول :  
ما تركته حتى فرقت بينه وبين أهله، فيدنيه منه، ويقول : نعم أنت !

## المكافأة

يتزوج الرجل المرأة وهما شابان ويكافحان معاً، وتتحمل الزوجة معه كل أنواع المعاناة  
والألم وتصابر انتظاراً ليوم الحصاد يوم يكبر الأبناء ويرغد العيش، فبعد تحقيق الآمال  
وتغير الأحوال إذا بالزوج بعد كل هذه الآلام يكافئها بالزواج عليها بمن هي أصغر منها  
وأجمل وأطيب حديثاً، ويميل كلية إلى الثانية وينسى ويضيع حقوق الأولى كلية، ويتركها  
تجتري كل الآلام وحدها في وقت تحتاجه فيه أكثر من أي يوم مضى، فهذا ليس من الوفاء.  
كفاح ومكافأة: من المعروف أن المرأة إذا عاشت في معاناة مادية في حياة ملؤها الكفاح  
والعمل أنها تهرم سريعاً قبل الرجل ويذبل عطرها وربما تعتاها الأمراض والأوجاع، في  
حين أن الرجل في كثير من الأحيان يحتفظ بقواه وصلابته أكثر من المرأة ولا يهرم إلا  
بعدها، فهل يُصدر لها ذلكم الإحساس المؤلم أنها لم تكن له إلا وسيلة لإشباعات معينة  
فإن ذهب بعض جمالها وبعض حيويتها تركها واتجه لأخرى مع إهماله للأولى، بل يصل  
الأمر إلى محوها.

## اتفاقية

جميل أن يعرف كل واحد من الزوجين ماله وما عليه حتى تسيير الحياة بعيداً عن المنغصات : ﴿وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾ البقرة: ٢٢٨ وقال عليه الصلاة والسلام : " اتَّقُوا اللَّهَ فِي النِّسَاءِ، فَإِنَّكُمْ أَخَذْتُمُوهُنَّ بِأَمَانَةِ اللَّهِ، وَاسْتَحْلَلْتُمْ فُرُوجَهُنَّ بِكَلِمَةِ اللَّهِ، إِنْ لَكُمْ عَلَيْهِنَّ أَلَا يُوطِئَنَّ فُرْشَكُمْ أَحَدًا تَكَرَّهُوهُ، فَإِنْ فَعَلَنَّ ذَلِكَ، فَاصْرَبُوهُنَّ ضَرْبًا غَيْرَ مُبْرِحٍ، وَلَهُنَّ عَلَيْكُمْ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ " ولتعلم المرأة أن من أعظم ما يقصر نظر الزوج إليها عنايتها بجمالها ولباسها وأناقته.

## الزوجة الصالحة

هي خير كنز للمؤمن، والملاذ الآمن لزوجها وأولادها وبيتها كيف لا ؟ والعلاقة الأسرية علاقة ينبغي الحفاظ عليها والدفاع عنها؛ لأنها مستهدفة من الشيطان أولاً، ثم من أتباعه وسراياه من شياطين الجن والإنس، فأعظم أعمال الشيطان وأعوانه أن يفرق بين الرجل وزوجته، فهنيئاً للبيوت المطمئنة وجود الزوجات الصالحات.

## الرجل واقعي بطبعه

يميل إلى إظهار قوته ومقدرته على حل المشكلات، ولديه اقتناع داخلي بأن النتائج مرتبطة بتحقيق الإنجازات، ويتحقق الإشباع عنده عند رؤيته للنجاحات، ولهذا قليلاً ما يهتم بالحديث مع زوجته فيما يخص ذلك، فالكلام عند كثير من الرجال نوع من الثثرة غير المستحبة، ولهذا يفضل كثير من الرجال الصمت، ولا يتحدث عن مشاكله ومتاعبه وإنجازاته، بل يعتقد أن مجرد ظهور النتائج أكبر دليل على الأعمال ولهذا قد لا يهتم.

## عدم التصريح

قد لا يهتم الزوج بأن يعلن لزوجته أنه يحبها وأنه مستعد للتضحية في سبيل بيتهما بكل ما لديه، ولكنه يدع النتائج تظهر ذلك بدلاً من تكرار كلمات قد يعتبرها جوفاء لا قيمة لها يدلل بأفعال عملية كأن يعمل لتحسين أوضاعهم المعيشية أو زيادة رفاهيتهم، ويعتبر أن ذلك خير دليل على صدق مشاعره تجاه زوجته وأسرته، وأيضاً يطلب منها أن تكون فاهمة لذلك الاختلاف.

## خلل

المرأة عاطفية بطبعها، سمعية التلقي، مرهفة الحس والمشاعر لا تقيم الأعمال وفقاً لنتائجها كما الرجل ولكن وفقاً للجهود المبذولة فيها، ولذا فهي تريد أن تسمع دائماً

مقدار الجهد المبذول، وتهتم بالتفاصيل جداً وكلما كثرت الجهود في عمل كلما نال رضاها ؛ حتى لو لم تتحقق النتائج المأمولة، فالمرأة تقدر جداً حجم الجهد فينبغي إعلامها به، وهنا نقطة اختلاف كبرى ونقطة افتراق عظيمة ينبغي إلغاؤها بين الرجل وزوجته.

### التفهم الزوجي

يجب أن تتفهم المرأة أن تلك الأعمال الكبيرة التي يقوم بها الرجل لا تنتج إلا بعد صراعات وتعب ومكابدة عظيمة، وهي تريد أن تسمع كلمات من زوجها فيها الثناء والمدح والإطراء على كل جديد لديها، وتطلب منه أن يجلس إليها وأن تبثه شكواها وينصت لها، وقد لا ترى إنجازاته وأفعاله في تلك اللحظة ؛ لأنها حين تحتاج إلى الاحتواء والسماع لا تبصر شيئاً رغماً عنها.

### المرأة

قد تعيد وتكرر نفس الكلمات ونفس الشكوى التي تشتكي منها في كل مرة التي يضيق الرجل بها ويسمعها، إنه قد مل من تكرار نفس الحديث وهي في الوقت ذاته لا تطلب منه حلاً ولا تطلب منه شيئاً سوى أن يتعاطف معها وأن يُظهر أنه معها في شكواها وأنه يقف بجوارها ويساندها، ولهذا فإن المرأة تحتسب لكل فعل إيجابي نقطة واحدة، فقد يتساوى عند كثير من النساء شراء عقد من الماس مع إهدائه لها وردة أو مجرد ابتسامة، وقد

يكون موقف الرجل مختلفاً تماماً فهو يقيم الأشياء بقيمتها المادية ومقدار ما بذل من جهد للحصول عليه. فعلى الرجل أن يكثر من استخدام اللفظات الصغيرة غير المكلفة له وقتاً ولا مالاً، وفي المقابل يطلب الرجل من زوجته التقدير لما يفعله ويبدله من جهد لها ولبيته، يريد أن يشعر بالفخر إزاء إنجازاته التي عانى بسببها كثيراً.

### فهم خاطيء

تخطئ بعض الزوجات في إشعار أزواجهن بأن عملهم وتعبهم واجب عليهم إزاء مسؤوليتهم عن أسرهم، فيشعر الزوج بالإحباط.. إنه لا يطلب سوى كلمة تقدير أو نظرة استحسان ويكفيه كلمة جزاك الله خيراً، إن أعظم هدية تهديها الزوجة لزوجها هي الثقة التي توليها له ثقة في قراراته وثقة في اختياراته، ولا مانع من مناقشته دونما تسفيه لرأيه ودونما اعتباره.

### هدية غير

إن أفضل هدية يهديها الزوج لزوجته هي المساندة والدعم والوقوف بجوارها والاستماع لها وخاصة في الأوقات التي تبدأ فيها بالحديث عن مشاكلها، انتظرها حتى تفرغ حمولتها، وادعمها وتحامل على نفسك وانس ما قالته أثناء تلك الثورة ولا تؤاخذها به بعد ذلك. إنها وبعد انتهاء هذه الفورة والثورة ستعود لطبيعتها وتقدر لك ذلك الاهتمام

والتقدير والاحتواء ولن تنساه وستعود لك كما كانت بل أفضل مما كانت.

### تغير طبيعة المرأة

لابد أن يتفهم الرجل أن هناك أياماً معلومة شهرية للمرأة تتغير فيها طبيعتها ويسوء مزاجها وتصبح عرضة أكثر للاكتئاب وتكون أقرب للبكاء وتكون سريعة الاستجابة للاستشارة من أي مثير خارجي فتخرج فيه هذه الشحنة الموجودة بداخلها، وهذه الفترة تدور حول فترة الحيض ما قبله وأثناءه ولا تستمر بعده إلا قليلاً. هذه الفترة يجب على الرجل ألا يستثار معها وألا يبادلها ثورة بثورة، ولهذا قد نفهم بعض ظلال حكمة عدم وقوع الطلاق البدعي.

### الأم وابنتها

حبّ كبير، سوء تفاهم دائم، خلافات كثيرة... العلاقة بين الأم وابنتها ليست دائماً سيلاً من العواطف الإيجابية.

### أيتها الأم اعرفي

أنك قدوة بالنسبة إلى ابنتك، لكنها تحتاج من وقتٍ لآخر إلى التشكيك في الأمور و﴿الانفصال النفسي عنك﴾. اعلمي أنك تشكلين أول قصة حبّ بالنسبة إليها وأن

الرابط بينكما سيستمر مدى الحياة. اعرفي أيضاً أن أزمة المراهقة الشهيرة والشكوك التي ترافقها تشكل خطوة أساسية لبناء شخصيتها، ولا بد لك من التعامل مع هذه المرحلة بحذر. لا تقف ابنتك ضدك لكن مواقفها العدائية ناجمة عن حاجتها إلى التمرد.

### هل تتحكم الأم دائماً بابنتها؟

لا. لا يمكننا تعميم هذا الأمر، لكن يمكن القول : إن الأم تميل بشكل واضح إلى السيطرة على ابنتها. تتعلق علاقة الأم بابنتها بهوية الأم المطلقة ولا خطر من جهتها على ابنتها، لكن يمكنها التأثير في مرحلة لاحقة على جميع العلاقات التي ستقيمها المرأة مع المقربين منها، ولاسيما الرجال وخاصة الأخوال، تنتظر المرأة من الرجل أن يعاملها معاملة الأم لابنتها.

### كي تحبك ابنتك

اخلقي مسافة بينكما، يجب أن تنفصل ابنتك عنك وعادةً ما يحصل ذلك بعد مواجهة بينكما. تقبلي هذا الانفصال النفسي ؛ لأنها تحتاج إليه لتعيش حياة طبيعية. كوني حاضرة ؛ لدعمها حين تحتاج إليك، لكن لا تتدخل في حياتها. في اليوم الذي تغادر فيه المنزل لتعيش حياتها الزوجية ابق على اتصال دائم بها، لكن ليس بشكل مبالغ فيه. تكيفي مع ما يناسب مصلحة ابنتك.



## كي تحبك ابنتك

- لا تؤدي معها دور الصديقة.
- لا يمكن تجاهل الفرق بين الأجيال، لكن ذلك لا يعني أن رغبتك في المحافظة على شبابك وجمالك يزعجها. المهم هو ما يدور في عقلك، لكن تفادي الدخول في منافسة معها.
- كوني حياتك بعيداً عنها.
- لا تركزي حياتك عليها وعلى دراستها، ونجاحها، وسعادتها. دعيها تعتني بنفسها وفكري بحياتك. اهتمي بأمور أخرى، وإلا قد تخنقينيها من دون إدراك ذلك وثقي بها لكن بحذر.

## تواصل

حتى عندما تصل الحياة إلى التعود والتكرار، لا يجب أن ينحصر التواصل في الحديث عن أعمال المنزل واحتياجاته وتربية الأولاد، معرفة رأي الآخر تقرب الشريكين، ويجب أن تجربوا الحديث عن كل شيء. من المفيد الاتصال بشريك العمر خلال اليوم عندما تكون في المكتب ؛ حتى تتعلموا سماع بعضكم بعضاً.

## العناد في بيوتنا

العناد يأتي نتيجة لعدم التكيف مع الزوج، والشعور باختلاف الطباع وتقلبها، وعدم تنازل الزوج عن ما لا يعجب زوجته وتمسكه بعادات غير صحيحة، فيكون العناد صورة من صور التعبير عن رفض الزوجة سلوك زوجها جملة وتفصيلاً وخاصة في تربية الأولاد والتخطيط للمستقبل، مع التأكيد على أن العناد هو تعبير عن عدم انسجامها معه في حياتهما الزوجية.

## صرحاء

من الضروري ليس فقط استقبال الصراحة، بل إعطاؤها أيضاً، أحياناً تحس أن الآخر غاضب من مشكلة في العمل، وهو يصب جام غضبه عليك أو على الأولاد. هنا يكفي الشرح بلطف للآخر أنه ليس جيداً معاملة الأطفال بشدة وجفاء، عندما يكونون سعداء بقدوم الأب إلى البيت يتداولون معه أحداث اليوم أو كي يلاعبهم، وقد يرد عليك الزوج أنه يمر بفترة صعبة في العمل وأنه يتوقع تفهماً أكثر من طرفك وصبراً، فلا يوجد أسهل من الاتفاق.

## المودة بين الزوجين

حث الإسلام على بث روح المودة بين الزوجين وغرس جذور الصفاء بينهما وخلع كل ما يكدر صفاء العشرة الزوجية ونقاءها، فقد رخص الإسلام فن الكذب بين الزوجين من أجل دوام الوثام واستمرار العشرة الزوجية فلا يعيب الزوج زوجته، ولا ينتقص من جمالها؛ حتى لا يجرح مشاعرها، بل يصفها بالحسن والجمال؛ حتى يستميل قلبها ويكسب ودها، ولا تصف الزوجة زوجها بالنقص أو دمامة الخلقة حتى لا تكدر صفوه.

## حنان لا يفقد

يجب على الأم تهيئة ابنتها لمواجهة مظاهر النمو الفسيولوجي الطبيعي لجسمها، وذلك بأن تشرح لها حسب سنها مظاهر التغير والبلوغ الذي سيطرأ عليها؛ حتى لا تشعر بالحرع أو الارتباك أو القلق عندما تواجه هذه المظاهر، فهذا حنان يجب ألا يفقد ورحمة بها قبل أن تصيبها صديقات السوء بحنانهم الكاذب.

## التشاجر أمام الأبناء

إذا كنتم تشاجران أمام أطفالكما، يجب أن تتوقفا عن ذلك وتعيدا التفكير في الأمر. حيث إن احترام الزوجين وحبهما لبعضهما بعضاً لا يعنى بالضرورة أنهما لا يختلفان، فالحياة الزوجية لا تخلو من الخلافات والتعارض في الآراء، ولكن المهم هو

كيفية التعامل مع هذه الخلافات بمعنى كيف تختلفان بأسلوب لائق، وفي ظل وجود أطفال يكون من الأجدر مراعاة مشاعرهم وانفعالاتهم.

### امنح أطفالكما بيتاً آمناً

الخلافات الكثيرة والطويلة أمام الأطفال غالباً تثير فيهم شعوراً بعدم الراحة والقلق خاصةً في الأطفال الأصغر سناً، حيث في حالة وجود أطفال صغار (حتى سن سبع أو ثمانية أعوام)، غالباً يكون من الأفضل عدم اختلاف الأبوين أمامهم؛ لأن الأطفال في هذه السن يتسمون بالجمود، ولا يستطيعون فهم أن الشخص يمكن أن يتجادل مع شخص آخر دون أن يكرهه.

### لأجل عين تكرم مدينة

كل الأزواج يختلفون ويتجادلون، وعادةً لا تكون المشكلة في موضوع الخلاف بل في الصعوبات التي تنشأ من عدم قدرة أحد الطرفين أو كلاهما على الاختلاف بشكل فعال ومحترم، لكن لا تنسوا أن أغلب المشاكل عادةً ما يكون لها أكثر من حل، المهم هو الوصول للحلول التي ترضى الطرفين ولا مانع من التنازل لأجل المحافظة على الأبناء.

## جميلان أنتما معاً

كما أنتما.. في عناق أو شجار.. صامتان أو متكلمان.. مسروران أو كئيبان!.. المهم أن تظلا في رحاب الرحمن تصالح من بعد شجار.. حديث بعد صمت وسرور بعد اكتئاب.. تماماً كتعاقب الليل والنهار والفصول الأربعة!.. المهم أن لا يحدث الانهيار.. وأبداً لن يحدث لزوجين اتفقا أن لا يدخل شيطاناً إلى هذه الدار!.. مهما كانت الأحوال.. فقط بالرحمن الاستعانة.. وبه الأمن والأمانى تتحقق على مر الأزمان.

## حنو الزوج

مشاعر حب دافق تشيع في نفس الزوجة، وأحاسيس راحة تُذهب عنها تعب كَفِّها، بل جسمها كله، واستعداد كامل لطاعة الزوج وعدم عصيانه، وقمة هذه الثمرة ما بشر به النبي - صلى الله عليه وسلم - الزوجين كليهما بتساقط ذنوبهما من خلال أصابعهما: " تساقطت ذنوبهما من خلال أصابعهما " لا لأنهما صاما، أو صليا في الليل، أو أنفقا من مالهما، إنما لأنهما تصافيا وتحاببا في لحظات مودة صادقة.

## المرامية

المرامية نبات عشبي عطري من فصيلة الزعتر والريحان والنعناع والبردقوش، وهي تستخدم أساساً كطاردة للغازات ومهضمة، ولكن إذا استمر الشخص في استعمالها لمدة

أكثر من شهر فإنها تسبب مشاكل في الكبد وفي الجهاز التناسلي للمرأة والرجل، أما المرامية فلا أنصح باستخدامها كعلاج مستمر، حيث تسبب تلف الكبد.

### صمت الرجل

عذب المرأة كثيراً صمت الرجل، إنها لا تدري لماذا يصمت ذلك لأنها لا تصمت إلا عندما تكون غاضبة أو محبطة أو حزينة، أما حينما ترتاح فهي تثرت. ما لا تعرفه المرأة عن الرجل هو أن الصمت هو الحالة الطبيعية لديه فهو يصمت؛ لأنه ببساطة ليس لديه ما يقوله وتحاول المرأة أن تستجره للكلام؛ لأنها تعرف أنها إذا صمتت فهي تنتظر منه أن يسألها عن سر صمتها ثم تبدأ بالأسئلة التي يضيق بها الرجل.

### هدية النجاح

إلى كل أب وأم نجاح الأبناء والبنات يجب أن يكون له اهتمام بشكل خاص وألا تكون المناسبة عادية، بل يجب أن يتشارك الوالدان في حفلة مصغرة لهما أو سفرة مرتبة بدلاً عنها، فإن كان ولا بد فلا أقل من ٥٠ ريال للصغار و١٠٠ ريال للكبار، فأولادنا ينتظروننا نعطيهم هدايا النجاح الموسمية مع حسنات أمثال الجبال من ربنا الكريم بإدخال السرور على أولادنا والباقي عليكم.

## الحب الأسري

" أحبك " عجب أثر تلك الكلمة ذات المفعول السحري التي افتقدناها في حياتنا وغابت عنّا ولم نلق لها بالاً، مع قدرتها على عمل المستحيل وإنجاز الكثير في وقت يسير، إنها كلمة الحُبِّ وما تحمل من معانٍ سامية، ولهذا أجمع كل الناس صغيرهم وكبيرهم ذكرهم وأنثاهم، فقيرهم وغنيهم على عشقها، والتلذذ بسماعها، والارتياح لقائلها، ففيها الفرح والسرور، والمودة والأمان.

## الحب بين الزوجين

هو الحُب الذي فيه ميل القلب وتعلقه بالمحبوب، والرغبة الملحة الناتجة من الأعماق للاجتماع به والقرب منه والاستئناس به، والتأثر والحزن على فراقه والبعد عنه، له آثار عظيمة في تسيير الحياة بشكل مليء بالمودة، والعيش في سعادة بعيداً عن المنغصات والمكدرات، فأدام الله الحب بين الأزواج وجعل بيوتهم عامرة بالتوفيق.

## الحب الحقيقي

هو الذي يحل كثيراً من المشاكل الأسرية، وليس كما يعتقد بعضهم بأنه لذة عابرة وشهوة زائلة، بل هو حاجة أساسية وضرورة ملحة لاستقرار النفس البشرية واتزانها، وله آثار عظيمة في التربية وسلامتها، فمن أعظم آثاره الظاهرة الرحمة على المحبوب، فمن لا يرحم لا يعرف الحب واللييب بالإشارة يفهم.

## الحب غير المشروط

إن الحب الذي نبحت عنه، ونسعى لغرسه ونشره في بيوتنا المطمئنة هو: الحب غير المشروط الذي لا ننتظر له مقابلاً، إنه الحب الممدوح ذو الأثر الطيب في النفوس؛ لأنه نابع من محبة الله ورسوله ومحبة كل عمل يقرب إليهما، كمحبة الزوجة والولد والأعمال الصالحة، وليس ذلك الحب المذموم المصطنع المبني على المصالح الخاصة والمحرمة، والذي يؤدي إلى الهموم والقلق وتشويش الذهن بالعلاقات المحرمة.

## استخدام الطفل للهاتف النقال

كشفت دراسة حديثة أن الأطفال الذين يستخدمون الهاتف النقال معرضون أكثر من غيرهم بخمس مرات للإصابة بورم سرطاني في الدماغ. وقال باحثون سويديون: إن الأطفال دون سن ١٦ معرضون للإصابة بالأورام الدماغية أكثر من نظرائهم الذين لا



يستخدمونها ؛ لأن أدمغتهم وأجهزتهم العصبية لم تكتمل بعد ، موضحين أن الإشعاعات تخترق جماجمهم القليلة السماكة وتصل إلى الأماكن العميقة فيها بسبب صغر رؤوسهم .

### الطفل العنيد

كثيراً ما يكون الآباء والأمهات هم السبب في تأصيل العناد لدى الأطفال ، فالطفل يولد ولا يعرف شيئاً عن العناد ، فالأم تعامل أطفالها بحب وتتصور أن من التربية عدم تحقيق كل طلبات الطفل في حين أن الطفل يصر عليها ، وهي أيضاً تصر على العكس فيتربى الطفل على العناد .

### شخصية غير عادية

إن شخصية رسول الله - صلى الله عليه وسلم - ليست شخصية عادية ، فهو المشغول بربه وعبادته ، وهو القائد الذي شغلته سياسة دولته ، وهو المربي الذي شغله أصحابه ، وهو المعلم الذي شغله الجاهل ، وهو الزوج الذي شغله نساؤه ، ومع ذلك فقد وجد من نفسه الفرصة ليرعى الصغار ويعطيهم من وقته وحبه ورحمته ، فكم نالت هذه الشخصية من واقع حياتنا ، في عبادتنا ، ومعاملاتنا ، وأخلاقنا !

### أتراني أديت حقها ؟

رأى عبد الله بن عمر رجلاً ينظف أمه من بولها وبرازها فقال له الرجل : أتراني أديت حقها ؟ فقال : لا . أنت تزيله وترجو موتها وهي تزيله وترجو حياتك ، أنت تزيله كرهاً وهي تزيله فرحاً ، ولكنك محسن والله يثيب الكثير على القليل .

### همسة في أذن الأهل

ألا يقفوا حجر عثرة في طريق زواج ابنتهما أو ابنتهما إن اختار أو اختارت من يعرف بالصلاح وليس عليه شبهة ، ولا يحاولون إرغام الابن أو البنت بالزواج بمن يريدون من الأقارب أو غيرهم ، فالأصل في الزواج هو الاختيار من قبل الزوج أو الزوجة والرضا بالشخص المتقدم ، ولا يجوز الإجبار في مثل هذا الأمر .

### إزالة بقع الحبر

لإزالة بقع الحبر من على الموكيت والسجاد يتم تغطية مكان البقعة فوراً بالملح وتركه ليتشرب الحبر تماماً ، ثم يجرف الملح بملقعة شاي وتكرارها إذا لزم الأمر ، ثم مسح مكان البقعة بأنصاف الليمون الذي يمتص ما تبقى .

## تجنب بقايا الأدوية في الثلاجة

وهذا أمر في غاية الأهمية فبعد فتح العبوة لم تعد صالحة كما كانت مقفلة، كما أن كميتها أصبحت غير كافية للجرعات المطلوبة وبالتالي فلا فائدة من استعمالها طالما سنحتاج لشراء غيرها، مع التأكيد على تأمين بعض الأدوية والمسكنات التي يتكرر استعمالها للأوجاع والآلام العارضة كالصداع والرشح وارتفاع الحرارة... وغير ذلك.



## تراكم الروائح المزعجة

تعانين من أن لآخر من تراكم الروائح المزعجة وانبعاثها بصورة تعكر صفو البيت وربما تحاولين إزالته برشات من معطر الجو السريع، لكنه يتلاشى بعد وقت قصير. فما الحل؟

أحضري منظف الزجاج واخبطي معه مقدار كوب من معطر ملابس برائحة تختارينها وامسحي به أرجاء البيت.



## متى نعاتب أبناءنا؟

إن العتاب دليل على الحب، والله تعالى عاتب أحب الخلق إليه وأعلاهم منزلة عنده محمداً - صلى الله عليه وسلم - لمجرد أنه عبس في وجه ابن أم مكتوم. ولأن العتاب

وسيلة تربوية فعّالة في علاج أخطاء من نحب، إلا أن كثرته قد تأتي بنتيجة عكسية وأيضاً إذا استُخدم في غير وقته! فكيف السبيل لعقاب ناجح تربوياً ومثمر وليس هادماً؟

### في بيتنا مراهق

ابنتي تغير سلوكياتها، ابني تغيرت طباعه، ابنتي مراهقة ابني مراهق، وينتاب الآباء صدمة من هذا التغير : كالتمرّد وعدم الرضا بأفكار الوالدين، التعلق بالجنس الآخر، الرغبة في التجول والخروج الكثير وكثرة الغضب، هذه السلوكيات المختلفة عادة ما يشتكي منها الآباء مع أبنائهم وعادة ما تؤرق الكثير منهم، وهي لا تستحق ذلك وخاصة في ظل وجود الاستشارة التربوية.

### احترام أطفالنا

إن من أسلم الطرق وأفضلها في تعزيز شخصية الطفل هي احترامه وعدم إهانته تحت أي من الظروف، فعندما يحترم الأبوان طفلهما يتوجه هو مباشرة بالحب والاحترام للآخرين. فبالانتباه إلى ضرورة احترام شخصية الطفل ومشاعره أثناء حثنا له على مراعاة الآخرين نستطيع تقديم شرح بسيط وغير معقد يتناسب مع عمره ؛ حتى لا يصرفه عن القضية الأساسية. هذا الشرح يوضح له موقف الآخرين منه واحتياجاتهم المتبادلة معه.

## الزوج والخدمة

هناك اعتقاد خاطئ من بعض الزوجات وهو: أن الخدمة ليست امرأة كسائر النساء، فهي في نظرهن بلا مشاعر أو أحاسيس، وليس لها حقوق أو واجبات، فتراهن يعاملنها كآلة تعمل طيلة يومها، والأدهى والأمر في وضعها أنها زوجة دون عقد فهي المسؤولة عن غسل وكي ملابس الزوج وتقديمها له، وهي المسؤولة عن إفطاره ذهاباً وعودته إياباً، تقدم له الشاي والقهوة، تضع الطعام أمامه، تفتح الباب عند طرقة، وكثير من الأزواج ساعدن زوجاتهم على تسليم مهامهن للخدمة، فلم يعد يطلب من زوجته شيئاً حتى كأس الماء ينادي الخدمة لتعطيه إياه، وإذا احتاج شيئاً دخل المطبخ وحادثها وربما تبسم لها ومازحها، بل تعدى الأمر إلى أن بعض الزوجات تبقي الخدمة في المنزل لوحدها، أما هي فتشرق وتغرب. وتخيلي الخدمة تنفرد بالزوج أو الأولاد عندئذ يقع ما لا يحمد عقباه.

## الخدمات

- قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إياكم والدخول على النساء" فما الذي يجيز لك أيها الزوج الدخول على امرأة أجنبية تكلمها وتمازحها دون حجاب ولو كانت خادمة؟!؟
- إن دخول الخدمة عليك وأنت جالس مع أسرتهك يسبب حسد النعمة التي تستمتع

- بها وعائلتك خصوصاً وهي تذكر بعدها عن زوجها وعائلتها، فكما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "كل ذي نعمة محسود". ولا شك أنه ضرر ودفع الضرر في شرعنا واجب.
- لا تكن الخادمة "رقم ١" في الأسرة فلا تتنازلي أيتها الزوجة عن القيام بمهام مملكتك وإدارتها بحكمة وحنكة ورحمة.
- حجبوا الخادמות، فالشرع جاء لنا ولهم، فلا يراها الزوج ولا تراه ولا يكلمها إلا من وراء حجاب عند الضرورة وكذلك الأولاد.
- علميها أحكام الحلال والحرام بالذهاب بها للمحاضرات والندوات الخاصة بلغاتهم.
- عاملوهن برأفة فلا تحملوهن ما لا طاقة لهن به وأعينوهن على القيام بالمهام المنزلية، وذلك بتوزيع الأعمال بين الأبناء والبنات والأم والأب.
- لا تنسوا كثرة الاستغفار فوجودهن ذنب، أحضرناهم ليأخذن منا المال والأعمال، فاللهم استر ذنوبنا وأزل عيوبنا.

### كلوا جميعاً

يعتبر اجتماع أفراد الأسرة لتناول الوجبات معاً أحد العوامل التي يُعدّ من الضروري توفيرها لتنشئة الأطفال في بيئة أسرية سليمة، والتي ستساعد على تطور شخصيتهم بشكل إيجابي. إذا توفر هذا الاجتماع في أي أسرة فهي بلا شك أسرة مترابطة تخيم على

أركانها المحبة وترتبط أفرادها المودة. يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: "كلوا جميعاً ولا تفرقوا، فإن طعام الواحد يكفي الاثنين".

### حديث الأسرة

إن حديث الأسرة على الطعام يقوي أواصر المحبة والمودة، ويقرب المسافات بين أفراد الأسرة، وليس فقط الأسرة بل بين الأصدقاء والإخوة، من أجل هذا فقد أمرنا النبي بالحديث على الطعام لبث المودة والمحبة وتقوية الأواصر، فالمحبة والأخوة هي منبع قوة ديننا وأمتنا، ومن آدابه صلى الله عليه وسلم عند الطعام التسمية في أوله وحمد الله بعد الفراغ.

### اجتماع أفراد الأسرة

إن اجتماع أفراد الأسرة في أوقات تناول الوجبات، قد شكّل عامل حماية ساعد على التقليل من انخراط هؤلاء المراهقين في ممارسة السلوكيات الخطيرة المختلفة في هذا العصر الذي تتسم الحياة فيه بإيقاعها السريع، تبرز أهمية الانتباه لهذه الآداب وضرورة تشجيع الأسر على ممارسة هذا النوع من الطقوس العائلية ضمن أوقات وجبات منظمة، الأمر الذي سيساهم في التخفيف من الضغوط اليومية التي يتعرض لها الفرد..

## بين الأبناء والآباء

تنبت عاطفة لا تعبر عنها المشاعر والأحاسيس ولا تترجمها ألوف الكلمات، عاطفة عمادها الحب والحنان والتفاهم تقضي بتقرب الآباء إلى الأبناء وتثمر بر الأبناء للآباء، وسيلتها اللين لا الشدة ودعم الثقة لا سحبها، والمعاملة بالحسنى وليس بالعنف؛ حتى لو أخطؤوا فيلجأ الوالدان إلى تعليم أبنائهم بطريقة ملؤها الحنان والرحمة.

## إذا كنت تريدين

أن ترسو سفينة بيتك على ميناء الأمن والسلامة والدعة فيكون من البيوت المطمئنة فلا تدعي مائدة الطعام تتأخر عن الموعد المعتاد، ولا تدعي زوجك يمد يديه إلى الفراش جائعاً ولا تدعيه يواجه الجوع ببقايا العشاء حتى أولادك، داعبيهم بحب.. كلميهم بحنان.. أجبي متطلباتهم بفرح واطبخي لهم بيدك فكم يفرحون بذلك.

## الطفل

لا يولد عنيداً أو كاذباً أو مؤذياً أو كسولاً، كما أنه لا يولد صادقاً أو نشيطاً أو عطوفاً أو مثابراً، وإنما هي صفات يكتسبها الطفل من خلال البيئة التي ينشأ فيها وأهم مكونات



هذه البيئة هما الوالدان والطريقة التي يتعاملان بها مع الطفل. إن العامل الأول والأهم لنجاح الآباء في التأثير على أبنائهم هو أن يتحمل الآباء مسؤولية هذا النجاح ولا يلقونها على الأبناء.

### عقل الأبوين + عقل الأبناء =

عقل الأسرة الافتراض أننا معلمون وأبناؤنا وبناتنا تلاميذ صحيح جزئياً، على اعتبار أن تجربتنا في الحياة أعرق وأسبق وربما أعمق؛ لأنه ليس بالضرورة أن تكون تجربة كل الآباء أعمق من تجربة كل الأبناء. الحياة مدرسة نحن وأبناؤنا لا فرق في هذه النقطة معلمون وتلاميذ فيها، نتعلم منهم كما يتعلمون منا، ونأخذ منهم كما نعطيهم، ولا فوقية في "التعليم" ولا دونية في "التعلم".

### كيد شيطان

سوء الظن من أعظم أسباب المشكلات، فسوء الظن يجعلك تأول الأحداث بطريقة خاطئة، وربما يجعلك تسمع أشياء غير صحيحة، فالإنسان غالباً يسمع ما يفكر فيه فقد تقول لك كلمة عادية ومع توفر سوء الظن عندك ربما تسمعها خطأ ويحدث الخلاف في البيوت وتصبح شكوك وأوهام.

### بيوت الفقراء

فقراء بلا عمل، بلا مأوى، كسرة من خبز تؤويهم من الجوع يوماً، كساء ممزق، ووجه شاحب أرقه التعب والإعياء، حالتهم قاسية ومستقبلهم مظلم. نحن نأكل.. وهم جائعون، نحن في سعادة.. وهم في شقاء. آه من حال هؤلاء لا معين لهم سوى الله، ثم جهود المحسنين الحمد لله أولاً وآخرًا.

### الحديث عن الصيف

فلا بد لنا أن نتكلم عن الوقت، خاصةً بعد أن زال الضغط العصبي المصاحب للامتحانات وتتوافر مساحة كبيرة للحوار بين جميع أفراد الأسرة وبحساب مدة الإجازة نجدها ثلاثة أشهر، وهو وقت محسوب من عمر الإنسان، ومن الصعب أن نغفل عن هذه الساعات، وفي ظل هذا الفراغ يصبح المجال لحدوث الخلافات بين الزوجين كبيراً، وهنا على الزوجين أن يتشاركا بإدخال السعادة على أسرتهما.

### العطلة الصيفية

بعد عناء الامتحانات وحالة التوتر التي تصيب الأسرة تأتي العطلة الصيفية حيث الاسترخاء والترفيه، وأحياناً حيث الكثير من الخلافات بين الزوجين نتيجة للفراغ المتولد

والرغبة في قضاء الصيف هنا أو هناك، ولتحقيق أفضل النتائج لقضاء عطلة صيفية سعيدة بلا خلافات يرى بعضهم في الإجازة الصيفية وسيلة للتقارب الأسري، بينما يراها بعضهم الآخر موسمًا للمشاكل فسيبحان مغير الأحوال!

### نخطط للصيف

جميل أن يقول الوالدان للأبناء : نريد أن نخطط للصيف فما رأيكم أن نجلس ونفكر معاً؟ فبهذا الأسلوب يرسخ في ذهن الأولاد مبدأ التخطيط، وهذه العملية تربي الأولاد من الصغر على الحرية وإبداء الرأي وتعتبر فرصة مهمة لتعليم أولادنا كيفية إجراء حوار هادئ! ويجب أن نعرض على الأبناء أولاً الجوانب المحببة إليهم والتي تتميز بالمرح ثم الجوانب الدينية التي من أهمها زيارة مكة المكرمة.

### مشكلة الحوار

الحوار بين الآباء والأمهات والأبناء ليست مشكلة الأبناء وحدهم، فإذا نشأ الطفل وقد اعتاد الحديث والحوار بين الآباء والأمهات تكونت صداقة أسرية جميلة، لكن الأب في عمله مشغول والأم لديها مشاكل البيت والعمل أو أن الأب والأم في الأصل يحتاجان لمن يحل مشاكلهما ويحتاجان إلى طرف ثالث يستمع إليهما من كثرة الخلافات بينهما والأبناء أمام هذه الحالة إما يلجؤون للسكوت والانعزال أو البحث عن أذن أخرى تسمعهم

من أصدقائهم وتكبر المشكلة في مرحلة الشباب والمراهقة حيث الأسئلة الكثيرة التي نريد الإجابة عليها.. فعندما يكون الوالد لا يحاول فهم أبنائه ولا يحب البيت ولا يجلس فيه... وإذا كانت الأم ضعيفة أمام المشاكل حتى لو كانت مشكلة صغيرة ولا حل أمامها إلا أن تتسحب من كافة أمور الحياة لحل هذه المشكلة الصغيرة... وإذا كان الأبوين ليست لديهما الخبرة الكافية التي يستطيعان أن يفيدان بها أبنائهم... فلا يجوز لهم أن التذمر والتلمل من سكوت أبنائهم و انغزالهم.

### لغة الحوار

في إطار الأسرة لابد أن تكون باتفاق مسبق بين الأب والأم؛ لأن الاختلاف في قراراتهما أمام الأبناء يكسر هذه الحلقة والتواصل بينهم.. ويشتت آرائهم وقراراتهم، أما الحوار لو تعدى إلى منطقة الفرض والتدخل المباشر في أمور الأبناء فله أضراره الفائقة أيضاً.. والتي تجعل الأبناء يحترسون من كشف أي أسرار أو مناقشات بين آبائهم وأمهاتهم.

### فلنكن أصدقاء أبنائنا

عدوانية الأطفال أمر يؤرق الآباء والأمهات، فكثيراً ما يشتكون من هذا السلوك المخرج ويتساءلون عن طريقة العلاج. وبينما يظن بعضهم أن الحل يكمن في التهديد والضرب، يفضل آخرون الصمت إلى أن يصل بهم الأمر إلى حالة من عدم المبالاة.

### أسرتك متميزة

تكون من خلال تحقيقها لغاياتها وبروز أفرادها في ميدان الحياة وذلك بإحكام الزمام ونعني به جدية الوالدين في الحياة الأسرية، وإتقانهم لوظائفهم وقيامهم بمسؤولياتهم تجاه الأسرة والمجتمع مع قوة ربط الأسرة بمحورها ودفعها لتحقيق أهدافها وحثها إلى الوصول إلى غاياتها.

### تهيئة البيئة الأسرية

التميز لا ينبت في الأرض السبخة والطقس المتقلب بالمشكلات الأسرية والاضطرابات النفسية، فكلما كان جو الأسرة يسوده التفاهم والتواؤم بين الأفراد مع قلة المشكلات الزوجية كان ذلك عوناً على زيادة فرص التميز والإبداع.

### إتقان فن التربية

البشر يتفاوتون في طباعهم، ويختلفون في نفسياتهم وإن كانوا من أسرة واحدة وتربيتهم وفق هذه المتغيرات يحتاج إلى فن في التعامل معهم وكسب ثقتهم وضمن استجابتهم لما يريده من مبادئ وقيم.

### إجازة غير سعيدة

فتح الوالد الغالي أو الزوج العزيز الباب بهدوء وجد الأسرة في حالة استنفار، الأبناء ما بين متذمر بجمع بعض الأغراض، وأخرى تقوم ببعض أعمال النظافة بتكاسل، الأم تروح وتجيء مهددة ومتوعدة رأته واقفًا وبصمت أمامها فصبت عليه جام غضبها وأخذت تطالب بحقوق طالما أهملت لها ولأولادها وهو ساكت يرى أولاده ينظرون إليه، فيا ترى هل ستكون إجازة سعيدة ؟!

### جلسة العائلة

بدون مقدمات أرجو وأمل أن يراجع الزوجان أنفسهما جيدًا ويقررا بأن تكون وجبات الغداء والعشاء : "جماعية" وبكل دكتاتورية ولا يسمحوا لأحد من الأبناء والبنات بالأكل لوحده مهما كان عنيدًا، فهذه الجلسة العائلية واجب مقدس لكن من المؤسف أن يكون أحد الوالدين هم المتخلف عنها!!

### أوجب لها الجنة

تقول عائشة رضي الله عنها : جاءني مسكينة تحمل ابنتين لها، فأطعمتها ثلاث تمرات، فأعطت كل واحدة منهما تمرة، ورفعت إلى فيها تمرة لتأكلها، فاستطعمتها

ابنتها، فشقت التمرة التي كانت تريد أن تأكلها بينهما، فأعجبني شأنها، فذكرت الذي صنعت لرسول الله صلى الله عليه و سلم فقال: "إن الله قد أوجب لها الجنة أو أعتقها من النار".

### التربط الأسري

كشفت دراسة ألمانية حديثة أن نشأة الأطفال بين والديهم في جو أسري مفعم بالحب والرعاية تعد من العوامل الرئيسية لطفولة سعيدة. وأكدت الدراسة التي نشرت صحيفة "بيلد أم زونتاج" الألمانية نتائجها أن ٤٠٪ من الأطفال الذين شملهم السؤال أجابوا بأنهم يعيشون طفولة "سعيدة للغاية" في حين قال ٤٤٪: إنهم "سعداء".

### محرم المرأة

المحرم للمرأة تشريع عادل وتكريم فاضل وحياء هانئة مستقرة. المرأة بدون وليها كطير مقصوص جناحيه كلما ارتفع وقع. المرأة بلا محرما فريسة سائفة، وصيد فريد كلما انفرد وابتعد كثر صائده وزاد لاقطوه وقلّ مدافعوه وفقد حماه. المرأة بدون وليها بيت بلا أركان ومركب بلا ربان تلاطمها الرياح وتلعب بها الأمواج. لله ما أعظم هذا الدين وما أجمله ! حيث عنى بالمرأة وكرمها.

## أرهقني هذا المراهق

أرهقني في تصرفاته، أرهقني في طريقة تفكيره أرهقني أرهقني أرهقني، كثيراً ما نسمع مثل هذه الجمل تتردد على الأذهان وأعتقد بأن الأسلوب المستخدم مع المراهق هو الذي أرهق المراهق، وأرهق الوالدين، لابد أن يعرف الآباء أن مرحلة المراهقة مرحلة انفصال المراهق بإرادته وعواطفه، وللوالدين دور كبير في تنشئة أبنائهم في مرحلة المراهقة تحت ظل تنشئة إسلامية صحيحة تحميه من الخطر.

## البيت المثالي

هو البيئة الطبيعية الوحيدة التي يربى فيها الأطفال تربية جسدية وعقلية ونفسية مستقيمة، وهو المجال الفريد الذي يمكن من خلاله تنمية مشاعر العطف والحب والحنان والمودة والتكافل في نفوسهم ؛ ليكون بيتا ترتاح فيه الأعصاب وتطمئن النفوس وتتحقق فيه السعادة بشرط أن يجلس الزوجان إلى بعض ويقررا سعادة بيتهما.

## دثار الحب

ليفعل هذا الأب أو الأم كل ليلة، إذا نام الابن فتعال إليه أيها الأب وقبّله وسيحس هو بك بسبب لحيتك التي داعبت وجهه فإذا فتح عين وأبقى الأخرى مغمضة وقال مثلاً:



(أنت جيت يا بابا) ؟؟ فقل له : (إيوة جيت يا حبيبي) وغطيه بلحافه، في هذا المشهد سيكون الابن في مرحلة اللاوعي أي بين اليقظة والنام، وسيترسخ بذاكرته طوال حياته.

### أقبلون صبيانكم؟!

قبل رسول الله الحسن أو الحسين فرآه الأقرع بن حابس فقال : أقبلون صبيانكم ؟!! والله إن لي عشرة من الولد ما قبلتُ واحداً منهم. فقال له رسول الله صلى الله عليه وسلم : "أو أملك أن نزع الله الرحمة من قلبك" ولا تقولوا : ما تعودنا. فسبحان الله! وهل ما اعتدنا عليه هو قرآن منزل لا نغيره ؟ فهذه الوسائل هي ماء تنمو به نبتة الحب من داخل القلوب، فإذا أردنا أن يبرنا أبناءنا فلنبرهم ولنحنو عليهم.

### أخطار تهدد البيوت

- البطاريات الجافة : تحتوي على كلوريد الأمونيوم وخليط من المواد الكيماوية الضارة ويجب إبعادها عن أيدي الأطفال.
- أعواد الثقاب (الكبريت) : يدخل في صناعتها الفسفور الأصفر السام الذي يسبب تآكل الأسنان وعظام الفك وتضخم الكبد.
- أعقاب السجائر: عندما يعيث بها الأطفال فتصيبهم بالأنيميا الحادة وتبيس الجلد والغشاء المخاطي للفم ؛ نظراً لتركيز النيكوتين به.

## تنظيف الأذن عند الطفل

يعتقد الوالدان ومن يرضى الأطفال أنه يجب تنظيف الأذن عند الطفل، فيسارعون لتنظيف أذن الطفل كل يوم أو بعد الحمام وبأدوات مختلفة كالأعواد القطنية، سداة القلم، عود الثقاب وغيرها. ورغم أن الأعواد ذات النهاية القطنية هي أكثر هذه الأدوات أماناً واستخداماً إلا أن تنظيف الأذن غير ضروري عادةً إلا من قبل الطبيب، ويكفي في البيت مسح الجزء الخارجي للأذن.

## غضب معاوية

غضب معاوية - رضي الله عنه - على ابنه يزيد فهجره، فقال له الأحنف: يا أمير المؤمنين، أولادنا ثمار قلوبنا، وعماد ظهورنا، ونحن لهم سماء ظليلة، وأرض ذليلة، فإن غضبوا فأرضهم، وإن سألوا فأعطهم، ولا تكن عليهم قفلاً، فيملوا حياتك ويتمنوا موتك.

## يقولون

إن المال لا يصنع السعادة، لكن يقولون: إنه بالمال يصنع كل شيء، فبعضهم ينفق من المال أكثر مما لديه وبعضهم الآخر ينفق حياته في الحساب والتوفير والاقتصاد والعد، وإعادة العد حتى حبات التفاح في البيت تحسبها الزوجة، بل يقال: إن من الزوجات من

تضع مفتاح الثلاثجة مربوطاً برقبتها من باب الحرص على ميزانية الأسرة، والراحة كل الراحة في الاعتدال والرضا بما قسمه الله.

### العطلة الصيفية كابوس أسري

كثير من الأسر ليس لديها أعمال تستوعب جهد ووقت الأبناء في الصيف؛ وبالتالي فإن الأجازة كلها أمامهم تكون وقت فراغ مفتوح يجب ملؤه، لكن تُضاف مشكلة أخرى في هذا الصدد وهي أن الأسرة في هذه الحالة ستنفق الكثير على خيارات الأبناء من أجل قضاء وقت الفراغ، أي أن أيام العطلة ستكون أكثر تكلفة من أيام الدراسة، وفي هذا عبء كبير على ميزانية الأسرة.

### بناء الأسرة

دعت الديانات السماوية اليهودية والمسيحية والإسلام إلى بناء الأسرة الأبوية وأعطت القوامه للزوج أو الأب، فجاء في سفر الخروج: أكرم أباك وأمك ؛ لكي تطول أيامك في الأرض، وجاء في العهد الجديد : الرجل رأس المرأة وعلى المرأة الخضوع للزوج، وجاء في القرآن الكريم: ﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ﴾ النساء: ٣٤. واتفقت قوانين الأحوال الشخصية في مجتمعات كثيرة على إعطاء الزوج دوراً أكبر من الزوجة في قيادة الأسرة ؛ لأنه أقدر منها.

### قبل أن تعبر الطريق

انظر يميناً ويساراً قبل أن تعبر الطريق، لا تكلم أحداً غريباً لا تعرفه. نصيحتان قالهما الآلاف من الآباء والأمهات لأبنائهم على مر العصور، وكانت أحياناً كافية لحماية الصغار من أخطار الطريق آنذاك ولكنها اليوم لم تعد كذلك، فالأخطار لم تعد فقط سيارة متهورّة، وشخصاً غريباً، بل إنترنت داخل بيوتنا يهدم الأساس والأركان.

### العقوبة لغرض التأديب

فليطمئن الوالدان بأنّ التهديد يضعف من أثر التأديب، وذلك لأنّ التهديد يكون في العادة دون تنفيذ العقوبة. والمشكلة هي عندما تدخل التهديدات في حيز التنفيذ كأن تهدّد الأم صغيرها بالضرب أو حرمانه من شيء يحبه ونفّذت التهديد، فالسلبات تدخل في أنواع العقوبة المؤذية التي لها آثار سلبية فضلاً عن عدم جدواها في التأديب، وإذا لم تنفذ التهديد فهو خطأ جسيم آخر؛ لأنه يضعف من شخصيتها.

### صلة الرحم بثوبها الجديد

مع زحمة الأعمال وتباعد البيوت بين الأهل والأقارب رزقنا الله بنعم يكون من خلالها إحياء صلة الرحم كاستخدام البريد الإلكتروني والماسنجر والباتتوك وسكايب

وغيرها من برامج المحادثات الصوتية المرئية التي تعمل بنجاح وبدقة متناهية ولو كان قريبك بأخر أطراف العالم والدنيا، فلا تترددوا من استخدامها وتفعيل صلة الرحم بثوبها الجديد.

### حب وحنان

إعطاء الطفل أكبر قدر ممكن من الحب والحنان ؛ حتى يكبر متشبعاً بكمية كبيرة من مشاعر الحب والتي ستفيض فيما بعد على من حوله من الأهل والإخوة وستعود حباً وبراً على أبويه في شيخوختهما؛ لأن من بر أبناءه في صغرهم بره أبناؤه في كبره.

### طفولة

في مرحلة الطفولة يجب أن ينزل الوالدان إلى مستوى تفكير الطفل، فإذا حدثهما طفلهما عن مشكلة من المشاكل وقعت له ولو كانت تافهة من وجهة نظرهما فإنها بالنسبة لهذا الصغير مهمة ومشغلة له، فلا بد من النزول إلى مستواه ومن ثم حل هذه المشكلة من حيث نظرة هذا الطفل لا من نظرة الرجال أو إهمالها على أنها مسألة تافهة وستنتهي.

## صفحة بيضاء

يجب أن يتعلم الأبوان أن الطفل صفحة بيضاء ينقش عليها كل ما يتعلمه من أبويه، فيجب أن نبدأ في التعليم والتربية أولاً، ثم تبدأ بعد ذلك مرحلة الحساب... أي لا يعقل أن نبدأ في عقاب طفل عمره سنوات صغيرة على خطأ ارتكبه دون أن نكون قد قمنا فعلياً بتربيته وتعليمه ما يخص هذا الموضوع، وبطريقة تربوية سليمة تتناسب مع سنه الصغيرة.

## عقاب وخطأ

إذا فُكّر الأبوان في عقاب الطفل على خطأ ما، يجب أن يتناسب هذا العقاب مع حجم الخطأ... كما يجب أن يكون نوع العقاب مناسباً لسن هذا الابن (ما بين أن يكون طفلاً صغيراً أو شاباً كبيراً) أيضاً يجب أن يتحدث الأبوان مع الأبناء في الأمور الصواب، والأمور الخطأ وأن يشرحوا لهم بصورة مبسطة ما الصواب؟ ولماذا هذا خطأ؟ مهما كان سن الأبناء صغيراً؛ لأنه مهما كان الطفل صغيراً فإن له عقلاً.

## خطأ وكره

إذا أخطأ الطفل وأردنا أن نعاقبه فليعاقب، ولكن دون أن نشعره بأي مشاعر للكراهية، أو نذكر له أننا قد كرهناه نتيجة هذه الغلطة، بل على العكس يجب أن يظل

الطفل واثقاً مطمئناً بحب والديه، ولكن يفهم أنهم غاضبون منه جداً بسبب هذا الخطأ.

### ولي أمره وصديقه

كن صديقه : هذه نقطة مهمة جداً ولك أن تتخيل مقام صديقك لديك تحبه بالتأكيد، فلتكن أنت يا أب أو أنت يا أم صديق/ة لابنك.. ويدخل بهذه النقطة :

- مشاركته هوايته وأمانيه.
- طلب العلم سيرتفع حب الابن لأبيه ويزداد ثقة به كذلك.
- اسمع منه ولا تحاول أن تعكر مزاجه.

### ٢+٢ بلا محاضرات

وجّه ابنك وعاتبه لكن بلا محاضرات، فالابن والمراهق تحديداً يمل من كثرة الكلام. صدّق ما تقوله لابنك بأفعالك، ولا تجعل أفعالك مناقضة لكلامك.

### "أمي لا تضربيني"

ما أجمل براءة الأطفال ! حقاً ما أجملها! فأنت تأتين بنفسك فتحطمين تلك البراءة الجميلة التي تملأ عينيه. لا تضربي طفلك حقاً لا تضربي طفلك، فأنت منذ أن ترفعي

يدك فيشعر طفلك بالخوف والتحطيم.. تخيلي نفسك فجأة بتلك الموقف حيث يأتي أحد ويضربك !! فأنت لا تحتملين هذا.

### إسعاف الطفل فاقد الوعي

قم بوضع الطفل على ظهره ووجهه متجه نحو الجانب، ثم ارفع ساقى الطفل لمستوى أعلى من مستوى الرأس ولا تعطي الطفل أي شيء عن طريق الفم، ثم اتصل بالطبيب إذا لم يستعد الطفل وعيه خلال دقائق.

### درجة حرارة الطفل

تعتبر درجة حرارة الطفل مرتفعة إذا كانت أكثر من ٣٧,٥ درجة مئوية، ويكون ملمس جلد الطفل عندها حارًا أو يكون الطفل مصابًا بالقشعريرة أو التعرق، ويفضل دائمًا قياس درجة حرارة الطفل.

وكإجراء أولي قم بإعطاء الطفل أحد الأدوية الخافضة للحرارة التي يصفها طبيب الأطفال عادة وأفضلها تحاميل السيتامول أو شراب البروفين، ولا تعط الطفل الأسبيرين.



## هزهة الطفل

كثير من الآباء لا يعلمون أن هزهة الطفل قد تكون ضارة به، فقد يصاب الطفل بمرض يسمى مرض هزهة الطفل وهو مرض يكون فيه تدمير دائم للمخ وفي بعض الحالات قد يتسبب في موت الطفل. حيث توضح الدراسات أن حوالي ثلث الأطفال الرضع المصابين بهذا المرض يموتون والثلث الآخر يشفى تماماً، وحوالي ٣٠٪ إلى ٤٠٪ يصبحون معاقين إعاقة دائمة.

## لا تقم بتحريك الطفل

الذي يشتبه بإصابته بكسر في العنق أو في العمود الفقري؛ لأن تحريكه قد يسبب له أذية خطيرة ودائمة ويجب أن تشتبه بوجود كسر عندما يتعرض طفل ما لحادث سقوط أو رض وعند وجود ألم وتورم أو تشوه في ناحية الرض، كذلك عندما يسبب تحريك الطرف ألماً للطفل وهنا يجب عدم تحريك الطرف قبل تثبيته واطلب الإسعاف بعد تثبيت الطرف المكسور، ويمكنك وضع كمادات من الماء البارد ريثما يحضر الإسعاف.

## إسعاف الرعاف

ضع الطفل بوضعية الجلوس والرأس للأسفل قليلاً، ثم قم بضغط الأنف بين إصبعيك لمدة عشرة دقائق ويفضل أن تقوم بمعايرة الوقت بالساعة، وإذا استمر الرعاف بعد الضغط لعشرة دقائق يجب مراجعة الطبيب.

### إسعاف الكدمات

الكدمة هي رض على النسج الرخوة تتظاهر على شكل احمرار أو ازرقاق في الجلد مع تورم ولكن دون وجود جرح صريح، ويتم إسعاف الكدمة بوضع كمادات الماء البارد فوق الكدمة لمدة نصف ساعة، أما إذا كانت الكدمة كبيرة أو هناك تهتك في النسج فيجب الاتصال بالطبيب.

### أمور لا يجب أن تكون من شخصياتنا

هناك أمور لا يجب أن تكون جزءاً من شخصيتنا، مثل: الغضب، الانفعال، الصراخ، لكن في حال كنت كذلك ولا تستطيعين التخلص من هذه الأمور نهائياً فهذه أمور يجب أن تحاولي فعلها؛ حتى لا يكرهك أبنائك وحتى لا تسببي لهم مشاكل نفسية. وما يقال للأم يقال للأب.

### ضم طفلك إليك

حاول قدر الإمكان أن تضم طفلك إليك صباحاً مساءً وفي أوقات عديدة لوجدكما وأمام الآخرين. (هناك دراسة تقول: بأن احتضان الطفل ٨ مرات في اليوم له أثر إيجابي ومؤثر على الطفل).



### لا تحمليهم فوق طاقتهم

كلنا نتمنى لأطفالنا الكمال، لكن الكمال لله رب العالمين سبحانه ولكل منا طاقات محدودة. تقبلي أطفالك كما هم ولا تقارنيهم بأطفال الآخرين، ابذلي الأسباب وتوقعي المعقول.



### حتى عند الغضب

لا تقولي له مثلاً أنا كم مرة أقول لك لا تفعل، لكن قولي : يا حياتي أنا كم مرة قلت أفضل. اجعلي كلمات الحب ملازمة للعتاب والغضب إذا كنت ممن يفقدون أعصابهم ؛ حتى لا يشعر الطفل بالضيق ويظن بأنك تكرهينه ويتأزم، بل ليعرف أنك تحبيه دائماً، فأنت فعلاً تحبينه أليس كذلك؟



### أنا وأبي

- وأنا عمري أربعة أعوام أبي هو الأفضل.
- وأنا عمري ٦ أعوام أبي يعرف كل الناس.
- وأنا عمري ١٠ أعوام أبي ممتاز ولكن خلقه ضيق.

- وأنا عمري ١٢ عامًا أبي كان لطيفًا عندما كنت صغيرًا.
- وأنا عمري ١٤ عامًا أبي بدأ يكون حساسًا جدًا.
- وأنا عمري ١٦ عامًا أبي لا يمكن أن يتماشى مع العصر الحالي.
- وأنا عمري ١٨ عامًا أبي ومع مرور كل يوم يبدو كأنه أكثر حدة.
- وأنا عمري ٢٠ عامًا من الصعب جدًا أن أسامح أبي أستغرب كيف استطاعت أُمي أن تتحمله.
- وأنا عمري ٢٥ عامًا أبي يعترض على كل موضوع.
- وأنا عمري ٣٠ عامًا من الصعب جدًا أن أتفق مع أبي، هل يا ترى تعب جدي من أبي عندما كان شابًا ؟
- وأنا عمري ٤٠ عامًا أبي رباني في هذه الحياة مع كثير من الضوابط، ولا بد أن أفعل نفس الشيء.
- وأنا عمري ٤٥ عامًا: أنا محتار، كيف استطاع أبي أن يربينا جميعًا ؟
- وأنا عمري ٥٠ عامًا من الصعب التحكم في أطفالي، كم تكبد أبي من عناء لأجل أن يربينا ويحافظ علينا ؟
- وأنا عمري ٥٥ عامًا أبي كان ذا نظرة بعيدة وخطط لعدة أشياء لنا أبي كان مميّزًا ولطيفًا.
- وأنا عمري ٦٠ عامًا أبي هو الأفضل.

جميع ما سبق احتاج إلى ٥٦ عاماً لإنهاء الدورة كاملة ليعود إلى نقطة البدء الأولى عند الـ ٤ أعوام. أبي هو الأفضل، فلنحسن إلى والدينا قبل أن يفوت الأوان.

### أطفال بدون أسرة

هم أشخاص لا نعرف عنهم الكثير، إلا أنهم حاضرون في مجتمعاتنا. إنهم أشخاص وجدوا أنفسهم بدون أسر. قدرهم قذف بهم ليواجهوا واقعاً أقوى وأكبر من أحلامهم. إنهم أشخاص يستحقوا منا كل الاحترام والتقدير، وأن لا ننظر إليهم بنظرة تؤلمهم في نفوسهم وتزيد من تعميق إحساسهم بالألم. فمن حرم دفء الأسرة من غير المعقول أن نزيده حرماناً على حرمان ونجعله يحس بأنه غريب بيننا.

### التدخل في حياتنا الشخصية

لو تأملنا حال كثير من الأسر التي تفككت وشتت أبنائها كان بسبب السماح للآخرين في التدخل الدائم دون داع في حياتهما الخاصة وأمورهما الشخصية، فتلك طلقت بعد فترة من المعاناة والضغط النفسي بسبب ما يمليه أهل الزوج على ابنهم افعل ولا تفعل ؛ حتى في أدق التفاصيل وفي تنقلاتهم ورحلاتهم حتى كَلَّت هذه الزوجة وملت، فهي تريد زوجاً ذا رأي له القوامة لا رجل متردد بألف رأي.

### بيوت غير مطمئنة

أمور كثيرة مزعجة مقلقة نفرضها نحن على أنفسنا ونجعلها عبئاً على عواتقنا بسبب السماح للآخرين بتجاوز الخط الأحمر والتدخل في خصوصياتنا وسلب إرادتنا دون أن نقول لأحد : مهلاً (قف) لن أسمح لك بأن تدمر حياة بيوتنا بنصائحك أو على الأقل عدم سؤاله أو الاستماع له بتقديم النصائح غير السوية ولو كانت أمّا أو أختاً أو صديقاً.

### للأزواج فقط

اطرق الباب على من يستحق ولا تسمع إلا لمن يستحق، وعليكما بالحلم وتلمسا الأعدار لبعضكما وستسير سفينة حياتكما بإذنه تعالى هادئة مستبشرة لا يعكر صفوها الأمواج المتلاطمة والرياح العاتية، بل تزيدها تماسكاً وتقارباً وتفاهماً وحباً ولا تلبث إلا أن تعود إلى هدوءها وسكينتها جميلة كما كانت.

### الآباء المدخنون

أشارت دراسة جديدة إلى أن الآباء المدخنين الذين ينامون بالقرب من أطفالهم يعرضونهم إلى خطر الموت في السرير، وقد كشفت الدراسة أن موت الأطفال الرضع

ممکن بشكل كبير إذا ناموا بالقرب من آباءهم المدخنين أو أصابتهم بأمراض الربو والرئة في أقل الأحوال وينطبق ذلك بشكل خاص على الأطفال الذين لم يبلغوا بعد الستة أشهر.



### فيروس تدخل الأهل

خطير جداً.

- أسبابه:

- تسرب المشاكل الشخصية خارج المنزل.

- كثرة الزيارات للأهل وإطلاعهم على تفاصيل خاصة وبدون مبرر. طريقة

العلاج:

- المحافظة على سرية وخصوصية العلاقة الزوجية.

- الاعتدال في الزيارات.

- الاهتمام في شؤون المنزل والعائلة.



### إجبار الفتاة على الزواج

لا يجوز شرعاً للأهل إجبار الفتاة على الزواج، وإنه عبارة عن اغتصاب لجسد المرأة، فإذا كان مال المرأة لا يحل، فكيف بجسدها. وللأسف إن كثيراً من البنات لا

تستطيع أن تعبر عن رأيها أو تقول لا، ونحن نقول لها : تحدثي إلى أمك وأبيك وأقنعيهم بوجهة نظرك. يقول عمر بن الخطاب رضي الله عنه: " يعجبني الرجل إذا سيم خطة خسف أن يقول بملء فيه: لا".

### الإنصات إلى الأطفال

إن الكثير منا لا ينصت إلى الأطفال عندما نتحدث عن مخاوفها، بل ونحاول الاستهزاء بها ؛ لأننا نعلم أن مخاوفهم هذه لا وجود لها مثل قولك : (لا تكن جباناً، فلا يوجد أشباح في حجرتك). صحيح أنه يجب عليك أن تعلمهم عدم الخوف، ولكن عليك التعامل مع هذه المخاوف باحترام وبدون التصغير من شأن الطفل.

### رسول الإنسانية

إن الناظر إلى سيرة المصطفى - صلى الله عليه وسلم - يجد أن رسول الإنسانية - صلى الله عليه وسلم - كان يقدر المرأة (الزوجة) ويوليها عناية فائقة ومحبة لائقة، ولقد ضرب أمثلة رائعة من خلال حياته اليومية.. فتجده أول من يواسيها.. يكفكف دموعها... يقدر مشاعرها... لا يهزأ بكلماتها.. يسمع شكواها.... ويخفف أحزانها.. فهو نعم الزوج... ونعم الأب.. ولنا فيه أسوة حسنة وقدوة.



## تحسين سلوك الأبناء

يبدل الآباء جهداً كبيراً من أجل تحسين سلوك أبنائهم وتنشئتهم تنشئة سليمة، فمنهم من يتبعون أسلوب التهديد والتحذير لفترة ثم يتراجعون عن الحزم ويظهرون الليونة ؛ لعدم رغبتهم رؤية أطفالهم يتألمون نتيجة للحزم في التعامل معهم وآخرون يلجؤون إلى الضرب واستخدام ألفاظ غير لائقة كعقاب للطفل، ويظل الحرمان مما يحبه الطفل أفضل الطرق للعقاب.

## عندما تترين زوجك غاضباً ومتضايقاً

- حاولي أن تمتصي غضبه.
- لا تستقبليه بالشكوى من الأطفال وهموم البيت.
- تذكري دائماً قول الرسول صلى الله عليه وسلم: " أيما امرأة ماتت وزوجها عنها راض دخلت الجنة " فكلما تذكرت هذا الحديث، واستشعرت به بعمق، وطبقته بسعادة واقتناع، أدركت الفائدة التي ستعود عليك، وستعمين حينئذ بيت سعيد بعيد عن المشاكل والمشاحنات.

## علاج الفوضى العارمة في البيت

إذا تحول بيتك إلى فوضى عارمة فاتبعي هذه الفكرة ولأسبوع واحد، وذلك بوضع كيس أو برميل مزين في الصالة واطلبي من الجميع المسارعة بوضع أي شيء يجده في غير مكانه في هذا البرميل، وفي نهاية اليوم اجمعي الجميع لتفريغ محتويات هذا البرميل وإعادتها إلى أماكنها، سيفاجأ الجميع بأشياء ليست في مكانها لم تكن في الحسبان! وهكذا لن تغضبي من رؤية هذه الأشياء...

## بيت العنكبوت

أضعف بيت على الإطلاق؛ لأنه بيت غابت منه المودة والرحمة، فالأنثى تأكل الذكر عقب التلقيح والسفاد، والأبناء يأكلون أمهم بعد اشتداد عودهم، ويهرب منه الذكر خوفاً على حياته، بيت العنكبوت بيت يقوم على المصالح والمنافع المادية الدنيوية المؤقتة، فإذا انتفت المصالح، وانتهت المنافع، فأسوأ علاقة فيه بعد ذلك.

## بيت العنكبوت

بيت يظل الصغار فيه هادئين، مطيعين في كنف الكبار، حتى إذا اشتد عودهم وقويت فكوكهم وتوفرت سمومهم عقوا الكبار وعقروهم وأكلوهم، وحيث إن الأب هارب من ظلم الأم فهم يأكلون أمهم، وهذا مثال للبيت الذي يطرد منه الابن أمه وأباه، وقد يقتلها لإفساح المكان لزوجته وأولاده.

## بيت العنكبوت

بيت القوامه فيه للأنتى "كمثل العنكبوت اتخذت بيتاً" فهي التي تبنيه وتسمح للذكر بالدخول فيه، وتفضل الحياة فيه بعيداً عن قيد الذكر الأرملة السوداء وإذا أراد البقاء فيه فهو مهدد ذليل، وهذا مثال البيت الذي لا قوامه للرجل عليه، والكلمة الأولى والأخيرة للأرملة السوداء التي تأمر وتتهى في البيت، فاختر لنفسك أخي المسلم إما بيتاً قوياً، الكل فيه محترم ومرحوم وآمن أو ؟؟؟؟

## إذا أصيب الطفل بالغصة

فأول شيء نفعله هو نمسكه على اليد الواحدة بوضع الكف بين الرقبة والصدر ونقلبه على ظهره ونميله إلى الأسفل ونهزه ونضرب على ظهره بين الكفين ٥ مرات.

## بيت يقوم على الطاعة

أسسا لأنفسكما من الآن بيتاً يقوم على طاعة الله، والخوف من الله، والحب والرحمة حتى إذا احتجتما يوماً للحب والرحمة وجدتما بذرتة التي غرستماها فيه ورويتماها بالحب والعطف والحنان والإيثار قد نبتت وضربت شجرتها بجذورها في الأرض، واشتد عودها،

وتفرعت فروعها، وكثرت أوراقها، وانتشرت رائحة أزهارها الطيبة في البيئة المحيطة بها، وبدأت ألوان أزهارها الجميلة، وحملت ثمارها بهجة للناظرين وزاداً من التقوى والحب.

### وهن بيت العنكبوت

يظن بعضهم أن وهن بيت العنكبوت يكمن في وهن خيوطه، ولكن ثبت علمياً أن خيوط العنكبوت من أقوى الخيوط (مقارنة بخيوط الفولاذ بنفس السمك)، ولكن الوهن في بيت العنكبوت كما رأينا سابقاً هو وهن في العلاقات الاجتماعية والحيوية في هذا البيت. علاوة على وهن عدم الحماية من العوامل البيئية الخارجية مثل: المطر، والحر، والبرد، والشمس.

### القوامة في بيت المسلم للرجل

لو كان الرجل يعلم المعنى الحقيقي للقوامة، وهي قوامة تكليف بالحماية والرعاية والمعايشة الطيبة للزوجة والأولاد والأرحام والإنفاق، ولو كانت المرأة تعلم أن في هذه القوامة حقوقها الاجتماعية والنفسية والأمنية والبدنية والثقافية الكاملة والحقيقية والمميزة للمجتمع المسلم، والتي افتقدتها المرأة غير المسلمة (الغربية بالذات) فشقيت ليل نهار، وطردت من البيت عند بلوغها وعجزها.

## أمام طفلك

خمس كلمات احذر أن تقولها لطفلك، هناك الكثير من الكلام والحديث الذي يجب أن ينتهي الناس من قوله أمام الطفل، خمسة أنواع من الكلام لا ينبغي أن يقال للطفل أو أمامه:

- أنت غبي: لا تقل هذه الكلمة له أبداً، فذلك ينقص من شأنه أمام أقرانه، ومن الممكن أن تنشأ عقد نفسية في رأسه حول هذه الكلمة.
- كلمات السب أو اللعن: لا تقل ذلك أمامه، ولا تشتم أحداً أمامه، فتلك الكلمات البذيئة تبني له شخصية مهزوزة غير محترمة.
- تمنى الموت للطفل: لا تقل له: " لو أنك مُت حين ولدتك أمك " أو ما شابه ذلك، مما يعطيه الحسرة على نفسه، وتكرهه لذاته، ومن الممكن أن يدعوه ذلك للانتحار.
- أنت كسلان ولا تصلح لشيء: فهذه العبارة خطيرة جداً، إن قلت للطفل ذلك فستعطيه عدم الوثوق بنفسه بأنه يستطيع أن يعمل شيء أو يدرس بشكل أفضل.
- استخدام " لا " كثيراً: لا تستخدم هذا التعبير " لا تفعل.. لا تفعل.. لا تفعل كذا وكذا.. " بل استعمل عبارة أخرى، مثل " أعتقد أن تلك الطريقة هي الأنسب والأحسن وأنت تستطيع أن تعملها " فذلك سيدعمه على عمل.

## الطفل كتلة من المشاعر والأحاسيس

وهو يفوق الإنسان الكبير في ذلك وهذه الكلمات تولد في شخصيته الضعف والجزع من الشيء وعدم المحاولة للنجاح والتفوق في مجالات الحياة، على الوالدين أن يزرعا في أبنائهم قوة الشخصية.. حبهم له.. وهذه الكلمات المؤثرة في الرسائل السابقة لا تبين سوى مدى كراهيتهم لهذا الطفل.

## قد يلين قلبك

فلا تعاقبي طفلك حين يكذب وتارة تعاقبيه عقاباً مناسباً ؛ لأنه كذب وتارة أخرى تضاعفي له العقاب على كذبه ؛ تنفيساً عن غضبك من رسوبه، فتشتتي طفلك وتهدمي المبادئ التي بذلت الجهد والوقت لغرسها في نفسه.

## فرق شاسع

بين أزواجنا اليوم وبين أزواج أمهاتنا وجداتنا، فنجد كثيراً من الزوجات تشكي كسل الزوج مما يجعلها هي الأب والأم في المنزل وإن كان ليس الأغلبية من هذا الصنف، بل من المؤسف تجد الزوج خدوم خارج البيت وإذا دخل المنزل الله المستعان، والزوجة تلح بطلبات المنزل شهراً كاملاً ومتى تأتي الطلبات ؟ بل تقع في إحراج مع الضيوف بسبب كسل الزوج. لماذا أصيب الأزواج بهذا الكسل ؟؟

بين زوجتين: المرأة ما إن ترى الكسل من الزوج حتى تكتفي بطلب الضروريات وتقنع ولو بالقليل، ولكن إن رأتها خدومًا يا ويله تزيد على الضروريات الكماليات وزيادة.. فالمرأة ذكية بفطرتها !!! فأحب أن أقول للتي زوجها خدوم : ارحميه ربي يرحمكِ، والتي زوجها كسول أقول لها : اصبري إن الله مع الصابرين وربى يعوضك في عيالك.

### السكون، المودة، الرحمة

ثلاثة أسس متينة لحياة زوجية كريمة، فلا صخب، ولا عنف، ولا قسوة. هكذا هي نظرة القرآن الكريم، مودة جاذبة، ورحمة تعدل النسبة عند التقصير، وسكون يبعث بالطمأنينة، فينشر الهدوء. وحيث إن الأمور تجري بأسبابها فإن زرع أسباب المودة والرحمة مسؤولية الزوجين معًا، فلا ينتظران أن تنزل عليهما المحبة من السماء إذا تنكرا للأسباب.

### قانون الحياة

قائم على أساس العطاء والجني، فعندما تعطي الأرض بذرًا تجني ثمرًا، وعندما تزرع المودة تجني الحب، وعندما تغرس السكون تقطف الطمأنينة، ويحكم هذا القانون

التجانس بين البذر والثمر، فمحال على من يزرع الشوك أن يجني العنب، وعلى من يزرع القلق أن يجني غير التعب.

### مساحة البيت

مهما كانت مساحة البيت المسلم صغيرة، فإن المرأة يمكنها أن تستثمر هذه المساحة لتحقيق الراحة والسكينة لأفراد البيت. فالبيت الواسع الفسيح غير المنظم بيت لا راحة فيه، والبيت الضيق الصغير مع حسن الترتيب وجودة استعمال مرافقه بيت ملؤه الراحة والسعادة، ولا شك أن كل إنسان يتمنى أن يعيش في سكن فسيح رحب، فالمسكن الواسع من الأمور التي تسعد الأسرة وتريحها نفسياً وصحياً.

### اتساع المكان

يمنح الفرصة الكافية لتنظيمه وترتيب أثاثه بشكل أفضل ومتجدد دائماً، حيث يمكن التغيير بين قطع الأثاث داخل الحجرة الواحدة والتبديل بين الحجرات. ولا شك أن التغيير في البيت يعطي إحساساً بالتجديد ويساعد على التخلص من الرتابة والملل، أما البيوت الصغيرة فليس لأهلها عذر في ألا يكون البيت جميلاً مريحاً، فالتنسيق الجيد يجعلنا نتغلب على مشكلة ضيق البيت وقد يكون البيت واسعاً مزعجاً.



## حق الجار

أُتدرون ما حق الجار؟ إن استعان بك أعتته، وإن استنصرك نصرته، وإن استقرضك أقرضته، وإن افتقر عدت عليه، وإن مرض عدته، وإن مات تبعته جنازته، وإن أصابه خير هنأته، وإن أصابته مصيبة عزيته، ولا تَسْتَعْلِ عليه بالبناء فتحجب عنه الريح إلا بإذنه، وإن اشتريت فاكهة فأهد له، فإن لم تفعل فأدخلها سرًّا، ولا يخرج بها ولدك ليغيظ بها ولده، ولا تؤذ به برائحة طعامك.

## العصبية الزائدة في البنت

يزعج الكثير من الأمهات العصبية الزائدة في ابنتها وأن تتعامل مع عائلتها بمزاجية فإذا ضايقها شيء خارج المنزل يكون ذلك الشيء بمثابة كارثة لديها فتعبر عن غضبها وعصبيتها مع كل أفراد الأسرة، وأحياناً تتعمد بعض الفتيات إحداث مشاحنات مع إخوانهن الذكور للتعبير عن غضبهن ونقول للأم : صبرك على بنتك فهذا أمر طبيعي وإشارة منها أن اهتموا بي واسمعوني وسلامتكم.

## الأسرة السعيدة

هي التي يسود التعاون المشترك بين أفرادها، فالتعاون يوطد العلاقات ولا يدع مجالاً للتفكك الأسري، ولكن الفتاة أحياناً ترفض التعاون والمشاركة مع أفراد أسرتها فهو يشعرها بأنها لا تزال صغيرة، ولأنه من وجهة نظرها نوع من أنواع الخضوع، وهذا التصرف بالطبع يخلق جوًّا متوترًا بين الأم وابنتها...

## جلسة مع الأولاد

لتكن لك جلسة مع أولادك في بداية رمضان - ويفضل أن يحضرها الوالد - وحدثهم عن فضل الشهر الكريم وأبواب الجنة المفتوحة، وأنه فرصة لكل واحد أن يزيد حسناته ويتقرب إلى الله، وانزلي مستواهم في التفكير، وحدثهم بما يفهمونه هم عن حب الله وطاعته.

## تعويد الصغار على صوم رمضان

قد يوجد في البيت أولاد صغار وهم بحاجة للتشجيع على الصيام، فعلى الأب أن يحثهم على السحور، ويشجعهم على الصيام بالثناء والجوائز لمن أتم صيام الشهر أو نصفه وهكذا. فعن الربيع بنت معوذ قالت: أرسل النبي - صلى الله عليه وسلم - غداة

عاشوراء إلى قرى الأنصار : "مَنْ أصبح مفطراً فليتم بقية يومه، ومن أصبح صائماً فليصم". قالت : فكنا نصومه بعد ونصوم صبياننا.

### تكليف الزوجة ما لا طاقة لها به

على الزوج ألا يكلف زوجته بما لا طاقة لها به من حيث إعداد الطعام والحلويات، فإن كثيراً من الناس اتخذوا هذا الشهر للتفنن في الطعام والشراب والإسراف فيه، وهو ما يذهب حلاوة هذا الشهر ويُفوت على الصائمين بلوغ الحكمة منه وهو تحصيل التقوى.

### كن تاجراً في رمضان

كن تاجراً مع أسرتك فكل ما تنفقه عليها وعلى أولادك هو تجارة مع الله، وأعظم أجراً من النفقة على الأرملة والمسكين وفي سبيل الله، وفي بضع أحدكم صدقة فكم من أجر وثواب وحسنات تتأتى من وراء ذلك ؟ وخاصة تقويتهم على الصوم في رمضان.

## أهل الزوج

جميل من الزوجة أن تظهر حبها ومدى احترامها وتقديرها لأهل زوجها وتشعره بذلك، وتدعوا لهم أمامه وفي غيابه، وتشعر زوجها كم هي سعيدة بمعرفتها لأهله ؛ لأن جفائها لأهله يولد بينها وبين زوجها العديد من المشاكل التي تهدد الحياة الزوجية.

## إلى كل أب مدخن

والدي الغالي.. رمضان فرصة لترك التدخين أرجوك يا أبي الحنون أعلنها من الآن.. لا للتدخين ونحن معك وأول الواقفين معك "ماما" حفظكم الله جميعاً ونحن من ورائها، فيا رب أعن والدي على ترك التدخين.... أبناؤك / بناتك.

## الجوع لا يرحم

خاصة عند الرجال، فهم لا يحتملون الجوع كالنساء وفي هذه الحالة يصبحون ميالين إلى الشجار، فلا تشيري حفيظته ولا عصبيته، بل توخي الحذر في تعاملاتك معه وخاصة فترة الصوم وقبيل الإفطار وربى يكون بعونك.

## لا تتخمي زوجك بالطعام

فيتكاسل وتهبط عزيمته، ولا بالمصروف فيتوتر ويقلق، بل ركزي كل يوم على نوع مغذ من الحساء وطبق آخر قليل الدسم لينام على معدة خفيفة، وتذكري أن التمور والألبان والعسل تخفف العصبية وتساعد على النوم.

## حاولي دفع زوجك

وشجعيه لأخذ عمرة أو ختم المصحف معك وإن رفض فلا تعاقبيه، بل دعيه لتأنيب ضميره وأدِ عبادتك أمامه ليستحي ويسرع للعبادة مثلك.

## هل تحب أسرتك

هل تعرف هوايتهم المفضلة؟ وهل تعرف الأكلات التي يحبونها؟ وهل تعرف أمنياتهم وأحلامهم؟ وهل وهل؟ إذا كنت تحب أسرتك وأنت لا تعرف الإجابة على مثل هذه الأسئلة فحبك هذا لا يسعدها. وليست المسألة في معرفة لونها المفضل أو أمانيتها ولكن الاهتمام بمشاركتها فكرها وأحاسيسها، فالأسرة ليست بيتاً للأكل والشرب والنوم بل هي سكن ورحمة ومودة بين أهلها.

## علّموا أولادكم ثقافة ثلاث كلمات

- لو سمحت، آسف، شكرًا، ما أروعك!
- عندما تخطئ ولو كان خطأك صغيرًا جدًا فتقول : أنا آسف.. وما أجملك!
- عندما تطلب شيئًا فتقول :لو سمحت!..وما أهدبك!
- عندما تُقدّم لك خدمة أو أي شي فتقول : شكرًا.

## أخت الزوجة / الزوج

أخت الزوجة تلعب دورًا هامًا أحيانًا في البيت خاصة إن كانت ذات طبيعة تسلطية في بيت أهلها، إذ نجدها تحاول نقل خبراتها وإسقاط إيجاباتها على علاقة أختها الصغرى بزوجها والعكس صحيح، وبالمقابل قد تلعب أخت الزوج دورًا وخاصة في حالة ازدواجية دور الأخ " الزوج " فعندما تجده جافًا مع إخوته وسلسًا ودودًا مع زوجته تبدأ مشاعر الغضب والرغبة في الانتقام بالفوران فتحصل التوترات والمناوشات.

## " قواعد البيت "

جميل أن يتعلم الزوجان قاعدتين مهمتين للبيوت المطمئنة، أن البيوت تُبنى على المودة والرحمة، وأن دمار البيوت يبدأ من جفاف المشاعر. فيجب المحافظة على أجواء البيوت هادئة ومستقرة ومعين متجدد للمودة والحب والدفء والحنان.

### عندما يكبر الحب في بيوتنا

الحب يكبر مع كبر الزوجين.. وينمو بقوة مودة الزواج.. ويكون أشد عمقاً بالصراحة ويقوى بالأبناء والبنات، فمهما كانت مشكلات الحياة وتحدياتها القاسية... فهي تصنع الحب من جديد، إنها حياة البيوت المثالية المسلمة.

### أוכל البيوت بني على الحب ؟

"قال عمر بن الخطاب لرجلٍ طلق امرأته: "لمَ طلقتها؟" قال: "لا أحبها" فقال: "أוכל البيوت بني على الحب؟ فأين الرعاية والمعاشرة؟"

### في بيوتنا البسيطة

وعلى اختلاف مشاربنا ومآربنا.. ارتبط رمضان لدينا بـ"اللمة" والعائلة الكبيرة والولائم والعدد الهائل من الناس الذين يأتون قبل الإفطار مباشرة.. وتزدحم الدنيا.. وترتبك ربة المنزل.. وفي النهاية نجلس على مائدة واحدة ننتظر كلمة الله أكبر، فكل الشكر لأمي وأبي أن جمعونا على هذه الوجبة المهمة.

## بيوتنا والقرآن

البيوت المسلمة في رمضان لها خصائص إيمانية، فهي بيوت يكثر فيها من تلاوة القرآن الكريم والاستماع إليه، فالبيت الذي يقرأ فيه القرآن يزداد خيره وبركته والبيت الذي لا يقرأ فيه القرآن يقل خيره وبركته. إن الحياة في رحاب القرآن نعمة لا يعرفها إلا من ذاقها، فتلاوته نعمة وبركة وتنزل الرحمات على قارئيه والاستماع إليه خشوع وبركة.

## بيوتنا في رمضان

تتسم بالتراحم والتواد والتعاطف ونفع الناس واجتماع المسلمين حول مائدة الإفطار وشكرهم لله تعالى وإحساسهم بنعمة الله عليهم من توفيقهم للإيمان والطاعة، فالرحمة والمحبة من لوازم الصائم المخلص في صيامه، فنفسه التي طهرها الجوع والظماً وتلاوة القرآن وذكر الله تعالى لا محالة أن تنعكس عليها إلا الرحمة لعباده والمحبة لهم.

## صيام الطفل

جميل أن يشارك الطفل أسرته صيام رمضان لكن بالتدرج، فمثلاً لا يصوم إلا عن الماء، ثم يصوم وهو نائم فلا يستيقظ ويذهب يشرب مثلاً بل يحاول ينام بدون شرب؛ لأنه صائم ثم يطلب من الطفل صوم نصف اليوم المتبقي يعني بعد العصر؛ حتى يتعود، ولا تنسوا الجوائز التشجيعية لهم.



مهم جداً: عوّدهم على الصيام مع وجود وجبات جاهزة إذا جاعوا أكلوا منها  
وسترى النتيجة مفيدة، لكن لا تقسوا عليهم.

### مريض في الأسرة

في حالة وجود مريض في الأسرة يستخدم أدوية مزمنة، مثل: علاج أمراض السكر  
أو الضغط أو القرحة أو الروماتيزم وخلافه، يجب أن توضع هذه الأدوية قريباً منه مع  
وجبة وماء، فربما احتاج الفطر في نهار رمضان ولم يجد أحداً يساعده، فليس رمضان  
صيام للجميع.

### الشغالة الكافرة

يوجد في بيوتنا بعض الخادمت غير المسلمات وكلنا نعرف بأن الصوم لا يلزمهن،  
ولهذا ينبغي على ربة الأسرة أن تتفاهم معها بشكل جيد وواضح فلا تمنعها من الأكل  
والشرب، بل توفر لها ذلك بعيداً عن أهل البيت حفاظاً على مشاعر الصائمين وقدسيتها  
الزمان، فاهتمامك بالخادمة وتوفير الوجبات الغذائية لها يكون سبباً في إسلامها.

## بصراحة هل يستحق الضرب؟

طفلك الغالي بعد أن تعاقبيه وتضريبه ويبيكي ويحزن ويصرخ وبوقت قصير جداً يصفو قلبه ويسامحك ويقترّب منك ويقبلك ويراضيك ويلعب معك.. أسألك بالله أيستحق هذا الغالي الضرب؟ نصيحتي لك وسعي بالك عليه، فهو طفل مجبول على الطهارة ومفطور على البراءة وما يستحق عصبيتك وزعلك.

## تريدون أن تعاقبي طفلك لن أمنعك

لكن تذكّري أن الكبير ليس كالصغير فربما حقد عليك ولن يقبل اعتذارك، لكن لا تضربي ولا تصرخي ولا تشتمي فالضرب يجعله مستهيناً بنصائحك، والصراخ يجعله لا يحترمك، والشتم يجعل لسانه سليط، بل انظري نظرة حازمة وأعطي لصوتك نبرة حازمة أمرّة، وأعط لوجهك وحركات يدك علامات يستدل منها أنه مخطئ وانظري في عينيه وأنت تكلميه، وتذكّري الحرمان أفضل وسائل العقاب.

صم بكم ومع ذلك صائمون: بثت قناة فضائية مشاهد إيمانية لأسرة سورية جميع أفرادها الخمسة من الصم والبكم، غير أنهم يمارسون حياتهم بصورة طبيعية، ويصومون رمضان مثل أي بيت وأسرّة غير أنهم يفطرون ويمسكون على رسائل الجوال.... فسبحان الله العظيم!

## بيوت الأيتام

عندما يفقد الطفل أحد أبويه فإن حزنه يكون غاية في العنف؛ لأنه يعلن كل يوم حاجته لرؤية من مات وأن صورة الأم والأب تزور خياله أكثر من مرة في اليوم الواحد، وإن الحزن في هذه الحالة يرفرف عليه بصورة حادة ومرعبة، ويؤكدون على إمكانية استمرار ذلك الوضع لشهور طويلة إلى أن تمتلئ حياته بعلاقات جديدة تشغل هذا الفراغ العاطفي الذي عانى منه بعد فقد أحد والديه.

## للتذكير فقط

تحرص إذاعة القرآن الكريم السعودية أن تبث من بعد صلاة الظهر وحتى أذان المغرب برامج مميزة عن رمضان وهي مفيدة جداً للأسرة فلا تفوتك وخاصة لمن هي منشغلة بالطبخ وإعداد الإفطار لأهل بيتها. اجعلي إذاعة القرآن قيد التشغيل دائماً في مطبخك وتقبل الله طاعتك وعشر مباركة.

## ليالي العشر

بيوتنا في ليالي العشر تتميز عن غيرها بالسهر والذهاب للأسواق لشراء مقاضي العيد، فدعوة لكل البيوت إن كان ولا بد الخروج للسوق فلتكن خلال أيام الشفع ٢٤/٢٦/٢٨

ولا تكون أيام الفرد ٢٥/٢٧/٢٩ ؛ لأنها أحرى أن تكون فيها ليلة القدر.

### أدعوت عليه؟

جاء رجل إلى العالم عبد الله بن المبارك رحمه الله يشكو إليه عقوق ولده فسأله ابن المبارك: أدعوت عليه؟ قال: نعم. قال اذهب فقد أفسدته. وهذا الجواب منه يدل على سعة علمه - رحمه الله - فإن الدعاء على الأولاد لن يزيدهم إلا فساداً و عناداً وعقوقاً. وأول من يشتكي هذا العقوق هو من تسرع بالدعاء على الأولاد...

### كن في حاجة أهلك بالعيد

قال أفضل الخلق وأكمل الأزواج صلوات الله وسلامه عليه: (خيركم خيركم لأهله وأنا خيركم لأهلي) ولما سئلت عائشة رضي الله عنها: أي شيء كان النبي صلى الله عليه وسلم يصنع إذا دخل بيته؟، قالت: " كان يكون في مهنة أهله فإذا حضرت الصلاة قام فصلى " رواه الترمذي.

### العيد فرحة للصغير والكبير

خلال هذه الأيام المباركة تستعد معظم الأسر العربية لتحضير الكعك والمعمول، وشراء جميع الأمور المتعلقة بالاحتفال من ملابس جديدة للأطفال وإضافة لمسات مختلفة

على البيت وأكثر الأمور التي تشعر الأبناء بفرحة العيد هي شراء الملابس الجديدة، لذا يمكنكِ انتهاز هذه الفرصة لتعلمي طفلك أثناء شراء ملابس العيد كيف يكون أنيقاً، وكيف يختار ملابسه وكيف ينسق ألوانها.

### الشراء في حدود الإمكانيات

في خضم احتياجات الأسرة في العيد احرص على الشراء في حدود إمكانياتك المتاحة، بحيث لا تتركى لأطفالك شعوراً بأي نقص، فالاحتفال ببهجة العيد لا يأتي من مجرد ارتداء ملابس جديدة ولكن يكفي أن يرتدي الأبناء ملابس جميلة ونظيفة أو شراء بعض الملابس الجديدة إذا كانت الميزانية تسمح بذلك أو استبداله بأنواع أخرى للترفيه، مثل: شراء اللعب الجديدة؛ حتى يشعر الطفل أن هناك أياماً غير عادية يجب أن يحتفل بها.

### جانب آخر من فرحة العيد

هو قيام الأسرة بتغيير الأجواء والعادات الروتينية سواء بالنزهات والزيارات أو السفر، وأثناء التخطيط للعيد عليك طلب مشاركة أطفالك لمعرفة ميولهم وما إذا كان تخطيطك للإجازة مناسباً لاهتماماتهم أم لا؛ ليحظى الجميع بأيام ممتعة، لذا على الأب والأم أن يجلسا مع الأطفال ويقررون معاً المكان الذي يناسب الجميع.

## التخطيط الذكي

للاستفادة من أيام عيد الفطر المبارك ولا بد كذلك أن تترك ذكري جميلة في نفوس جميع أفراد الأسرة وخاصة الأطفال ؛ لكسر حاجز الملل والرتابة وللحصول على إجازة سعيدة من شأنها أن تساعدك في قضاء عيد ممتع لا ينسى، فللببوت المطمئنة فرحة بالعيد لا مثيل لها.

## في أول أيام العيد

استيقظي مبكرًا وأيقظي أفراد أسرتك جميعًا وارتنوا الملابس الجديدة واخرجوا لأداء صلاة العيد، فهذا من شأنه أن يدخل فرحة كبيرة في قلوب من حولك، لترفعوا أصواتكم بالتكبير، وتلبسوا أفضل الثياب وكل جديد منه، واحرصوا على إرسال التهاني لكل قريب وعزيز وجار وحيب لديكم، وإعلان الفرحة.

## " الألعاب النارية "

بهجة محفوفة بالمخاطر، فرحة محاصرة بالضحايا، عشرات الآلاف من المفرقات النارية بين يدي أطفالنا باسم فرحة العيد.. من المسؤول ؟ ومن المستفيد؟ فكر وقرر.

## لا تنسي أطفالك بالعيدية

كما هو المعتاد استغلي فرصة وجود أموال مع أبنائك أيًا كانت قيمتها وحثيهم على العطف على الفقراء، أو شراء هدية بسيطة لصديق أو زميل لا تستطيع أسرته منحه هدية، أو السؤال عن جار يقاربهم في العمر ولكنه لا يناسبهم في المستوى الاقتصادي، كل هذه الأمور تبت في نفوس الأبناء الرحمة وإدراك قيمة المال من دون تبذيره إلى جانب إحساسهم بغيرهم من المحتاجين والفقراء.

## المنزل

أيًا كان مساحته ومستواه هو واحة الأمن والأمان، فهو يمثل مكان الاستقرار الشخصي والعائلي، وقد يتعرض أفراد الأسرة وخاصة الأطفال الصغار منهم لأخطار وحوادث كثيرة قد تؤدي إلى الوفيات؛ نتيجة الإصابات الخطيرة والحروق والغرق والتسمم وخاصة خلال الإجازة التي تعقب الأعياد، لهذا نذكر بأهمية مراقبة البيت وتوزيع نوبات السهر مع أفراد العائلة؛ لأن فترة النوم تتلخبط مع العيد.

## بكل صراحة

يلاحظ في فترات الإجازة الآن سرقة بعض المنازل بسبب سفر الأهل أو الخروج للتمتع بالإجازة والفعاليات المصاحبة لها، لذا نضع بين يديكم طريقتين لطرد اللصوص من سرقة بيتك :

- أن تبقي عددًا من الإضاءة في حالة سفرك وخاصة التي تكون على الغرف التي تكون على الشارع..

- إخبار الجيران بسفرك وأخذ صحف الدعايات التي تكون على الأبواب؛ لأنها علامة اللصوص.

## الأسرة المثالية

تسكن بيتا يخلو من الضغوط والصراعات ويسوده السلام والوئام في كل زمان ومكان، فأعضاء الأسرة المثالية منفتحون ومتفاعلون مع بعضهم يتبادلون كلمات الود والابتسامة ؛ حتى في ظل الاختلافات.

من أهم أخلاقياتهم : لا يرفعون أصواتهم في وجه بعض، ولا يقاطع أحدهما الآخر أثناء الحديث أو التعبير عن رأيه.



## لا توجد أسرة مثالية أو واقعية

ولكن توجد شبه واقعية وشبه مثالية، فلا شيء كامل على وجه الأرض ولا يتصف بالكمال إلا الله وحده، لكن أنا من وجهة نظري أفضل الواقعية، فلا يمكن أن تعيش أسرة على تلفيق وتجميل للحياة أمام الأبناء حيث سيكبرون ويصدمون من الواقع الذي يختلف عما عاشوه وتربوا عليه، ومن وجهة نظري أيضاً فالأسرة الواقعية بوابة للوصول إلى المثالية.

## "أسرتي"

حلمي الذي طالما خططت له.. لن أجعلها أسرة مثالية تماماً.. وبالمقابل لن أجعلها واقعية بحتة. إذا ما المانع من أجعلها أسرة تجمع بين المثالية والواقعية ؟ سأربي أبنائي على مشاعر الأسرة المثالية بأمنها.. سعادتها.. بأملها.. وتكاتفها.. فيا ربي وفقني لذلك.

## الاعتناء بالأطفال

يؤدي إلى توتر الآباء، وهذا التوتر يجعل الآباء مضطربين وقلقين. هذه الاضطرابات تمثل جزءاً طبيعياً من الحياة الأسرية ولا يمكن تجنبها، بل على الآباء أن يبتكروا طرقاً للمواجهة؛ حتى لا يفرقوا في بحر من القلق.

## أولادنا

حُبُّنا لأولادنا شيء طبيعي وأساسي، ولكن الحب وحده لا يكفي، فنحن في حاجة لشيء من الصبر والابتكار الذي نفتقده نوعاً ما، وسيظل دورنا كأباء مستمرًا حتى يكبر الأولاد، وعلينا أن نعلم أن لكل طفل أو ولد شخصيته المنفردة وبالتالي تختلف طريقة المعاملة من طفل لآخر، فالاعتناء بالأطفال الصغار يكون مرهقاً، وكلما كَبُرَ الطفل قلَّ الجهد البدني وزاد القلق على الأولاد، ووجود أطفال صغار في الأسرة يجعل من الصعب انفراد الأب والأم للحديث وإن كان لفترة قصيرة ويترتب على ذلك فقدان الطاقة اللازمة التي يحتاجها الأب والأم، فهما كذلك زوجان ويحتاجان لبعضهما، فعلى ألا ننسى حق أنفسنا وسط ازدحام الحياة اليومية ولو بتعويد البنات الكبار رعاية الأطفال، أو تحديد أماكن بعيدة في البيت ليأخذ الزوجان من بعضهما ؛ كي يعطيان غيرهما...

## لا يوجد شيء مثالي

كثير من الآباء يبحثون عن الأسرة المثالية وينشغلون في التفكير في مستقبل أولادهم. وعلينا أن نذكركم ونهمس في أذُنِكُمْ أيها الآباء: "لا يوجد أطفال مثاليون ولا آباء مثاليون". فجميع الأطفال يسيؤون السلوك من وقت لآخر وجميع الآباء يخطئون، فالبحث عن الأسرة المثالية قد يجعلكم تخطئون تقدير مكانة أسرتم.

## الأسرة المستقرة الثابتة المطمئنة

تعطي لأهلها وأعضائها الثقة، وذلك بالاطمئنان على حياة المراهق خاصة فتشبع بذلك حاجته إلى الطمأنينة وتهيئ له مناخاً صحياً لنموه، ولهذا كان للوالدين أثرهما الفعّال على سلوك أبنائهما، والسؤال الصعب : هل نحن قادرون على صناعة أسرة مستقرة ؟

## الشدّة في التربية

الشدّة في التربية ودوام التوبيخ والعقاب تخرج لنا شاباً معوقاً نفسياً واجتماعياً، وقد دلت على ذلك حالات كثير من الشباب الذين أدركوا بعد بلوغهم سن الرشد ومبالغ الرجال أنهم ليسوا كبقية الشباب، فهم مهزوزون متأرجحون لا يحسنون اتخاذ القرارات ولا يجدون في أنفسهم ثقة لمواجهة المشكلات، بل وربما فكر بعضهم في الانتحار لشدّة ما يجد في نفسه من اضطراب وعدم توافق مع الحياة

## المنزل النابذ للمراهق

هو المنزل المتصف بانعدام التكيف والصراع والمشاجرات والاستياء بين الأب والأم وبينهما وبين الأبناء والذي يفتقر بدرجة كبيرة إلى العلاقات الاجتماعية الطيبة سواء

بين أفراد الأسرة وبين الأسرة والعالم الخارجي، حيث تميز حياة المراهق خاصة في مثل هذا المنزل أن اهتماماته ورغباته غير هامة فيحاول إثبات ذاته فيقابل بالإنكار والتجاهل وربما يعاقب مما يؤدي لضياع المراهق.

### نظرة المراهق للمنزل الديمقراطي

إن هذا النمط يعد عاملاً هاماً من عوامل تكيف المراهق ونموه السليم حين تقوم السلطة فيه على الحرية الديمقراطية، فالأبوان يحترمان فردية المراهق ولا يستخدمان القسر والتعسف من أجل فرض سلطتهم، وهذا ما يساعد على نمو الاستقلالية والاعتماد على النفس.

### مرض الأطفال

حينما يصاب الأطفال بشيء من ارتباك، إغماء، عدم القدرة على التركيز، اضطرابات عصبية، شعور بالتعب، تلثم، لثغة، مص أصابع، قضم أظافر، خوف وقلق، سارعوا بعرضه على طبيب نفسي، فالعلاج في هذا السن ممكن وبشكل سريع ومفيد.

## الحب في الأسرة

إن الحب في الأسرة المثالية ليس محطة وصول ولكنه رحلة حياة، وحتى يكون كذلك فلا بد من رعايته ودعمه بالمودة والرحمة والاحترام والتقدير والشفافية والاستقامة والثقة والالتزام، وأؤكد على أن يكون طريقاً للثقة، ولكن الثقة هي مفتاح الحب، فإذا ضاعت الثقة ضاع الحب، ووجود الحب قد لا يغني عن توفر الثقة.

## الغضب والانفعال

الغضب والانفعال لأتفه الأسباب جناية الآباء على أسرهم بكاملها وهم لا يعلمون، وتحطيم فعلي ولو كانت الشريعة هي المسيطرة على حياتنا لم يكن عنفاً ولا تحطيماً. لماذا هذه الفظاظة الزائدة في بعض البيوت؟ أهي تعويض ما لإظهار قوة شخصية لا تجد منفذاً إلا على ضعاف البشر الزوجة والبنات؟ على كل أسرة أن تفهم أنها بطريقة الغضب والانفعال في حياة أفرادها سيصبحون آباء في المستقبل، وهذا يعني أنهم لن يكونوا رحماً أسوياء إلا إذا قام الآباء والأمهات بترك العصبية والقسوة المفرطة، ويجب أن يغمروا أسرهم بالود والتفاهم فهي مسؤولية شرعية قبل أي شيء.

## الواقع المدرسي الجديد

إن التكيف مع الواقع المدرسي الجديد بسبب إشكالية أنفلونزا الخنازير أمر في غاية الصعوبة إذا كان الابن متعلقاً بقصص سمعها عن هذا الوباء، أما إذا كانت الأم متفهمة وتعتمد أسلوباً وسطياً في التوجيه مع أخذ الحيطة والحذر فإن التكيف مع المدرسة وبرامج الوقاية يصبح في غاية البساطة واليسر.

## احذروا عشوائية العقوبات

حديث خاص للوالدين... لا تكاد الدنيا تسعكم من الفرحة لأنكم توصلتم حديثاً إلى وسيلة عقابية فعّالة في تهذيب أولادكم استجاب لها كما كنتم تريدون، لكن سرعان ما فقدت هذه الوسيلة بريقها وضعتها من جديد في متاهات التعامل مع طفلكم المذنب. إذًا راجعوا أنفسكم وفكروا إن كنتم قد وقعتم في أكثر الأخطاء شيوعاً عند الأمهات والآباء وهو عشوائية العقوبات.

## الكلمة الطيبة

داخل البيوت المثالية لها ناقوسها الذي إن دقَّ هفت القلوب إليه.. فمنه ومعه.. تتطاير الورود رغم ثباتها.. وينتشر العبقُّ رغم ضياعه... وتشدو الطيور رغم رحيلها.. وتتلون الدنيا بألوان الطيف السبعة مع أنها مسودة اليوم.. وتجد الآباء أبناء والأمهات بنات والكل أجساد بروح واحدة بسبب كلمة طيبة.

## عصر الانفتاح

نعيش عصرًا متسارع الخطى يحاصره الانفتاح من كل جانب، ويتدفق فيه الإعلام والمعلومات وعروض الأفلام والتجارب من كل صوب.. وفيه بدا البيت وقد فقد دوره.. والمدرسة وقد تراجعت أساليب التربية فيها.. الأبناء لم يعودوا يسألون آباءهم وربما فقدوا إحساسهم بالعائلة وقيمتها وتكرست في نفوسهم الأنانية.. لا وقت عندهم للتأمل والتخيل وحمل المسؤولية.

## منعهم من اللعب خارج المنزل

في كثير من الأحيان تمنع الأم المراهقين من اللعب خارج البيت ؛ إما خوفًا من أن يقع له مكروه أو حذرًا من اختلاطه بأصدقاء السوء أو ممن هم أقل منه في المستوى الاجتماعي فيتعلم منهم الألفاظ النابية والسلوكيات غير المحببة، إلا أن الحرص الزائد على حده هنا يعد تصرفًا خاطئًا. فعلى الوالدين أن يسمحا لابنهما المراهق بالاختلاط بكافة الشرائح الاجتماعية ممن هم في عمره والسماح له باللعب معهم بمتابعة وليس مراقبة.

## الخلافات الأسرية

هي الفرصة العملية التي يعرف من خلالها كلا الزوجين ما يغضب الطرف الآخر ويزعجه وكذلك ما يرضيه ويفرحه، ويتلمس طباعه على أرض الواقع، بل ويعرف أخطاء نفسه فيحاول إصلاحها وتعديل مسارها وتصحيح المفاهيم والأفكار الخاطئة التي قد تكونت لدى الوالدين مع الأبناء والعكس صحيح، فلا داعي للقلق منها فهي لا تعدو أن تكون سحابة صيف.

## محافظة الابن على الصلاة

لا يمكن للابن المحافظة على الصلاة وأبوه وأمه لا يصليان إلا نادرًا، فحقيقة الصلاة تتبع من الوالد والوالدة. ولذلك الصبي الصغير يقلد والده وأمه في الصلاة وهو لا يعي ما يفعل ولكن يقلد والداه فقط، فأنتما أيها المربيان وقبل الندم عليكما الاهتمام بأمر الصلاة من الصغر.. وبعد أن كبرا تكبر المسؤولية في إيقاظهم للصلاة والمحافظة عليها.

## تعب الحصول على المال

جميل أن نوضح وبالدليل لأولادنا بأن أموالنا لم تأت بكميات سحرية أو نزلت علينا من السماء أو بأرقام سرية تضغط على الماكينة، وإنما جاءت بجهد وتعب وتفكير، وهذا هو المفهوم فخير الريالات ما أكسب طاعة لله وأخرج في حق.



## غضب الأب

إذا تحدث إليك وهو غاضب من أحد أفراد الأسرة.. فإياك أن تقاطعيه وأيديه ببعض الكلمات الرقيقة مثل : ( أعرف أنك مرهق.. لا تتعب نفسك.. الله يصلحهم.. مراهقين.. ما يقدرون تعبك ) ، فمثل هذه الكلمات ستلين قلبه. لا تستفزيه عندما يغضب ولا تثيريه بكلمات وعبارات تبين له مدى استهانتك بشخصيته. لا تنامي وهو غضبان على أحد من الأولاد أو البنات وحاولي أن يبادروه بالرضا.

## افهما نفسية بعضكما

ينبغي على الزوجين الأب والأم معاً فهم كل منهما الآخر، ليعرف كل منهما نفسية الآخر ويحلل سلوكياته لعلهما يدركان أن الاختلاف في نسيج تركيبتهما يدعوهما إلى التفاهم والتعاقد والمصارحة وإدراك الآخر، ليتمكننا من العيش معاً أولاً ثم يقوما بتربية الأبناء بشكل صحيح بعيداً عن التناقضات والخلافات.

## البيت السعيد

لا يقف على المحبة وحدها، بل لا بد أن تتبعها روح التسامح بين الوالدين والأبناء

وبشكل لا ينقطع، فالتسامح لا يتأتى بغير تبادل حسن الظن والثقة بين الطرفين. والتعاون عامل رئيسي في تهيئة البيت السعيد، وبغيره تضعف قيم المحبة والتسامح.

### "وجهة نظر"

إذا خفضت الأم صوتها أمام أولادها فهي تريد من الأب شيئاً، فافهم يا زوجي الغالي. وإذا رفعت صوتها فهي تريدك تخرج من المكان فقم ولا تتردد، لكن الكثيرون هم الرجال الذين يجهلون هذا (البرستيغ) أو (الإتيكيت) الأسري؛ كي يخلو لها الجو في تربية أولادها.

### تعطير المخدات

- خذي إبرة المستشفى وضعي فيها أي عطر واغرسيها في الكنب والمخدات.
- تبشرين المسك أو "ريحة العود" في صابونة العود وتضعينها في قماش دانتيل وتدخل داخل المخدة.

### تعطير الكنيسة الكهربائية

- نظفي الكنيسة من الداخل وانفضي الغبار من الكيس.
- عرضيها للهواء لمدة نصف ساعة.

- عطري كيس المكنسة بعطرك المفضل، أو ضعي مسكاً مطحوناً داخل المكنسة ثم أعيدي تركيبها أو اغسلي كيس المكنسة بماء مع كمفورت أو زيت عطري الرائحة ستنشر الرائحة كلما شغلت المكنسة.

### الدرجة المناسبة للتلاجة

يجب أن تكون درجة حرارة التلاجة ٥ درجات مئوية، فهي الدرجة المناسبة التي تمنع نمو الكثير من الميكروبات وتكاثرها.. فيا ليت يكون لدى أولادك وزوجك هذه المعلومة المهمة جداً.

### عملية النقد تجاه الأبناء

لا بد للأبوين من ممارسة عملية النقد تجاه أبنائهما، فالأمور لن تسير دائماً على ما يُرام، لكن المشكلة أننا أثناء ممارسة النقد كثيراً ما نتجاهل كيان الابن، ونظن أن من المفروض عليه أن يستمع ويتمثل كل ما نقوله له وهذا غير صحيح، فالابن يمتلك مشاعر كاملة ودرجة من العقلانية مُنخفضة ولذا فحاجته إلى الحب والملاطفة أعظم من حاجة الكبير.

## توجيه الوالد لأبنائه

لا تتدخلي عند توجيهِ الوالدِ لأبنائه أو عقابه للأولاد، ليس فقط لأنه قد يستاء من ذلك خاصةً وأنه قد يكونُ عصبياً جداً في هذه اللحظات، ولكن أيضاً لأن ذلك سيُصيبُ الأولادَ بازدواج في المعايير، فما يعاقبُهم عليه الأب تراه الأم مقبولاً، وهي أسوأ طريقة للتربية على الإطلاق، وسيستغلُّها الأولادُ أسوأ استغلال، بحيثُ يرتكبون الأخطاء ويفلتون من العقاب.

## الأمهات العاملات

كان الله في عون الأمهات العاملات اللاتي دفعتهن ظروف أزواجهن لتحمل أعباء إضافية فوق طاقتهن.. وأرجو من الله أن ينجحن في تقليل أخطار العمل على أنفسهن وأزواجهن وأطفالهن ومجتمعهن إلى الحد الأدنى.. كم أشعر بالحزن لحال البيوت إذا كانت الأم عاملة! ومع هذا أشعر بالفخر والاعتزاز حين أعرف أن زوجها كان لها نعم المساعد والداعم.

## مما لا تتم السعادة الزوجية إلا به

تحب كل من الزوجين إلى صاحبه وإظهار صدق المودة، وتراشق الكلمات الحنونة، فإن ذلك أحسن ما تستقيم به أحوال الزوجين، وأفضل ما تبنى عليه حياتهما، وقد كان

رسول الله - صلى الله عليه وسلم- يفعل ذلك مع أزواجه - رضي الله عنهن - ولسنا بخير منه حتى نستكف عما فعله.

### قلب الأم / الجدة

صالح قلب أمك حتى تصالحك الحياة، وجدد لها الامتنان والرفقة والمحبة مثلما جادت لك بعصارة روحها ومنحتك صحتها ووقتها ومحبتها، التي رعت خطواتك وساندت ارتعاشة أنفاسك، وأنت لا تزال تحبو على طريق موحش حافل بالمشقة والمتاعب. لا تنس الوالدة من اتصالك ولا يشغلك أولادك عنها فبرك بها برهم بك وسترى.

### الكلام عن الأم

قديم قدم الأزمنة البشرية إلا أن فتح ملفات قسوة الأبناء وعقوقهم ونكرانهم لفضل أمهاتهم ينكأ الجراح ويحيلنا إلى مرارة تسكن الروح، والأمر ليس فقط مجرد نصائح وتنظير حول ما يجب أن يقدمه الأبناء لأمهاتهم من شكر وعرفان، بل يمتد إلى تقدير برحلة مكابدة وعناء عاشتها أمهاتنا، فنحن بعدما نصل إلى بر الأمان ونخرج من تحت عباءتهن ونصبح رجالاً ونساءً مستقلين في حياتنا وبيوتنا مطالبون بأن نتبادل الأدوار، فبعدما كانت الأم ترعانا فالأجدربنا رد الجميل واحتضانها في ضعفها، فهذا أقل القليل لنقول لها على ما قدمت وما تفانت في توفيره لنا من عصارة جهدها.

## جلسة عائلية أسبوعية

هل تتمنى وتتطلع وتؤمل أن ينزاح ستار الشقاء عن مسرح الهناء والسعادة، فترتقي الأسرة، وتلعب دورها الطبيعي على صعيد النظام الاجتماعي الأفضل، ولكي ينتشر عبير الهدوء وعطر الاستقرار وعبق الأمان في شرايين الأسرة فتذكي وتزهو في الحياة، عليك بجلسة أسبوعية عائلية تتناقشون سوياً حول ما يهم الأمور الأسرية.. جربوها ولن تندموا.

## لا تفرض آراءك

إذا أردت أن تكون رب الأسرة الواقعي ويكنّ لك كل أفراد الأسرة حباً واحتراماً حقيقيين، فلا تفرض آراءك على زوجتك وأولادك، ولا تشعرهم بأنك تتمتع بقوامة خاصة على شؤونهم، بحيث يشعرون بالتصاغر، والتخاذل أمامك.

## إلى كل أب وأم

المشاكل التي تقف أمامكم في الطريق والأزمات التي تعصف بكم وتتطلب منكم وضع الحلول الحاسمة لها، لا تعبؤوا بها، واصمدوا في وجه زوبعتها، لئلا تنتصر عليكم

فتسلبكم هناءكم وسعادتكم واستقراركم، ولئلا تسدل الظلام على حياتكم الهائلة الدافئة.. وحينها سيشعر الأولاد بالقهر والضعف وهذا ما لا نريده.

### كيف نعيد البركة إلي بيوتنا؟

نقص البركة في النفس والمال والولد مدار حديث شبه يومي بين أفراد العائلة، فقرص الخبز أصبح أصغر والراتب الشهري ينتهي في ثاني أيام الشهر وكيلو التفاح أو الموز لا يُشبع مثل الماضي فكيف السبيل إلى البركة من جديد ؟ ربما من خلال الاستغفار نستطيع إعادة البركة إلى حياتنا، فهو يعتبر مصدرًا للبركة فمن لزم الاستغفار جعل الله له من كل ضيق مخرجًا ورزقه من حيث لا يحتسب.

### البيت السعيد

ليس هو الذي يخلو من الخلافات، وإنما الذي يضم زوجين يعرفان كيف يختلفان دون أن يخسر كل منهما ود الآخر، أو ينتقص من رصيد احترامه له، فالخلافات واردة في كل بيت، ولم يخل منها حتى بيت النبوة، المهم كيف يدار الخلاف بفن وحب ولباقة ؟ نصائح نقدمها لكل زوجين حتى تمر لحظات الخلاف بأقل الخسائر أو بلا خسائر.

## بناء الأسرة السعيدة

يتطلب التفاهم بين الزوجين الحوار الهادئ والمحبة والاحترام المتبادل، وكلاهما يشارك في اتخاذ قرارات الأسرة كتربية الأولاد وتأثيث المنزل والسفر، وعلى الزوجين أن يحسنا صلتهم بالله عز وجل، فالصلة بالله هي أساس نجاح أي علاقة في الكون، عن طريق أداء الفروض في أوقاتها، والاستزادة من العبادات، وكثرة مناجاة الله عز وجل.

## المناخ المضطرب داخل الأسرة

يسيء إلى نمو المراهق وينحوبه نحو التمرد والثورة، وكذلك تزلزلت الوالد الشديد لآرائه يجعله بعيداً عن صداقة أبنائه، ويقوم بينه وبينهم الحدود والحواجز التي تحول بينه وبين فهمه لمظاهر نموهم الأساسية.

## الأسرة المثالية

هي التي تساهم في نمو الفرد فتعامله في طفولته على أنه طفل، فلا تحاول أن تقتحم طفولته فتعامله على أنه بلغ مرحلة الرجولة والكمال، بل ينبغي أن تهيئ له الفرصة؛ لكي ينمو ويستمتع بكل مرحلة يمر بها في حياته والأسرة المستقرة الثابتة المطمئنة تعكس هذه الثقة، وذلك بالاطمئنان على حياة المراهق فتشبع بذلك حاجته إلى الطمأنينة، وتهيئ له مناخاً صحياً لنموه، ولهذا كان للوالدين أثرهما الفعال في طمأنينة البيوت.



## لا تستعجل النتائج

كل الآباء والأمهات يختلفون ويتجادلون مع أولادهم وعادةً لا تكون المشكلة في موضوع الخلاف، بل في الصعوبات التي تنشأ من عدم قدرة أحد الطرفين أو كلاهما على الاختلاف مع الأولاد الذكور خاصة بشكل فعال ومحترم. لا تنسيا أن أغلب المشاكل عادةً ما يكون لها أكثر من حل فلا داعي للقلق والمهم هو الوصول للحلول التي ترضي الأطراف، لكن لا تستعجل النتائج.

## نصائح منزلية

- إذا وقعت قطرات من الشموع على أقمشة المفروشات فضعي ورقة نظيفة فوقها ثم مرري المكواة الساخنة على هذه القطرات حيث تقوم الورقة بامتصاصها.
- إذا التصقت الكعكة بالملابس أو بالمفروشات أو السجاد فيمكنك وضع قطعة من الثلج عليها فتتجمد ويصبح من السهل إزالتها.
- لإزالة الأثار التي يتركها تحريك الأثاث على الموكيت والسجاد يمكن وضع مكعب من الثلج ليذوب ببطء فتتاح الفرصة للأنسجة الصوفية لكي ترتفع مرة أخرى ثم تمرر المكينة الكهربائية على هذا المكان فيعود لشكله الأصلي.

- لمنع جحافل النمل من مهاجمة منزلك : اسكبي قليلاً من الخل الأبيض في الأماكن التي يمر منها خاصة عند الفتحات وحول النوافذ وتحت الأبواب.

### حاربي البقع بهذه الطرق

- بقعة الشحم : غطّيها قبل إزالتها بمسحوق ماص.
- بقعة الفاكهة وبقعة البنجر: غطّيها بالملح ثم اغسليها.
- بقعة القهوة : ضعي محلول البوريك، ثم ادعكيها بالجلسرين بعد جفافها.
- بقعة اللبان : استعملي معها مكعبات الثلج لتجفيفها، ثم افركي اللبان ثم اغسلي النسيج بالماء الساخن.
- بقعة الكاكاو والشوكولاته : قومي بحك النسيج ثم صبّي عليه الماء المغلي.

### الحنو على أهل البيت

شموخ في الرجولة وعلو في الأبوة، يقول البراء رضي الله عنه: دخلت مع أبي بكر رضي الله عنه على أهله فإذا ابنته عائشة مضجعة قد أصابتها حمى، فرأيت أباهما أبا بكر يقبل خدها ويقول: كيف أنت يا بنية؟ رواه البخاري.

## عطري بيتك

اجعلي مكنتك الكهربائية تعطر بيتك وأنت تكنسين.  
الطريقة : اطحني فنجاناً من المسك مع ملعقة من الشبة بعدما تنظفي المكنتة من الأوساخ وتركبي الكيس ضعي المسحوق المكون من المسك والشبة. أغلقي المكنتة جيداً وابدئي بالكنتس وهكذا تكون المكنتة ٢ في ١ تكنتس وتبخر.

## لتلميع الممرات وأرضية المنزل

يستخدم ورق جرائد خالية من ذكر الله.. وملمع زجاج. بعد تعقيم الأرضية تمسح كما يمسح الزجاج والنتائج جداً رائعة وتستحق التعب.

## لإزالة خيوط الأقمشة والشعر من السجادات

يستخدم (مشط شعر رول) مدور ومشطي السجادة.  
ملاحظة: يستحسن أن لا يكون في نهاية المشط دوائر صغيرة ولو كانت السجادة من النوع صعب التنظيف اغمسي المشط بماء وديتول.

## لتدوم رائحة البخور في المنزل

تبخر الستائر من أول البخور يعني أول ما تضعين البخور على الجمر مع تشغيل المكيفات.

### لتفادي ضرر المعادن

ضع كيس الشاي داخل الكوب دون وصول الدبسة المعدنية إلى داخل الماء الحار، تكون قد حصلت على الشاي وبدون ضرر المعدن أبداً.

### البيوت الربانية

جميل أن نصف بيوتنا المطمئنة بالبيوت الربانية، لكن الأجل أن نسعى لتحقيق ربانيتها بتحقيق التميز والرقي في جوانبها.. لترقى بيوتنا رقياً تصل به ومعه إلى سماء الله، ولتكون في الأرض منارة الطهر والنقاء والعزة والآباء؛ ليتخرج منها ناشئة الخير والفلاح ليحملوا مشاعل النور والخير لدنيا تحتاج اليوم إلى الخير والفلاح، الذي به تتصلح الأحوال ويرضى عنا ربنا.

### التلفزيون

لم ينل اختراع من النقد والتقريع، مثلما ناله التلفزيون.. بسبب آثاره السلبية على حياة الأسرة. فقد غير من عاداتنا الاجتماعية، وقلل من التواصل الحميمي بين أفراد الأسرة، واختطف الأولاد من طفولتهم وتواصلهم مع أترابهم من خلال اللعب. لا تقف

آثار التلفزيون عند حدود الحياة الاجتماعية بالرغم من خطورتها ولكنها تجاوزتها إلى آثار نفسية وعضوية أثرت على بيوتنا المطمئنة.

### النجاح الأسري فن وإدارة

نُصاب أحيانا في بيوتنا بفتور في الهمة ونقصان في الدافعية لإنجاز أمر ما بسبب مفاهيمنا الخاطئة عن النجاح والإنجاز، والتي غالباً ما نتخيلها محصورة في عمالقة نظن أنهم يمتلكون قدرات خارقة تدعم نجاحاتهم، وحقيقة الأمر تتطوي على غير ذلك، فترتيب الأولويات في الحياة أسرية كانت أم اجتماعية أم عملية هي الفاصل الذي يميز الناجح من الفاشل.

### تحديد وقت خاص للاستماع إلى الأولاد

يعتقد أكثر الأمهات والآباء أن مجرد وجودهم مع الطفل في الغرفة نفسها أو البيت نفسه كفيلاً بتقوية العلاقة معه، ولا داعي لتخصيص وقت للكلام والحوار معه. وقد يكون لدى الأب/ الأم مسؤوليات عديدة تحتل كل وقته وتستهلك كل طاقاته، وليس لديه الوقت الكافي أو الصبر والحلم اللازم للاستماع للطفل.

## ماذا تريدان من بعضكما ؟

الرجل يريد من المرأة أن تكون زوجة مثالية تحسن التصرف في كل شيء، وتمده بالحب والرعاية والحنان، والمرأة تريد من زوجها أن يكون الشخصية القوية التي يمكن الاعتماد عليها، والذي يقدر على سد احتياجاتها وأن توقع بأنها آخر امرأة في حياته، فالتحفيز هو تحريك الناس ذاتياً نحو الهدف.

## الحياة المشتركة

منطقُ الحياة المشتركة أسريّة أو غير أسريّة، هو هذا: "نحن" صنعنا هذا.. "نحن" اكتشفنا هذا.. "نحن" ساهمنا في حلّ هذا المعضّل.. "نحن" أبدعنا هذا النتاج.. "نحن" حملنا هذا الحمل.. "نحن" دفعنا ضريبة الكدح من أجل حياة أفضل. وهذا يعني أننا شجرة واحدة ذات جذور وأغصان، فلا الجذور تستغني عن أغصانها ولا الأغصان يمكن أن تعتمد على ذاتها من غير الاستعانة بالجذور.

## مربط الفرس في البيوت المثالية.. "

عقل الأبوين + عقل الأبناء = عقل الأسرة : هذا هو "التداول" وهذا هو "التبادل" وهذا هو "التكامل" وهذا هو "التفاعل". إن رفض العقل الأبوي والأمومي معه بالطبع ليس دائماً غروراً شبابياً أو بناتياً، هو تقدير فطري أن القديم لم يعد صالحاً لاسيما إذا

زاول القديم قدمه في تعنت أو تعسف أو دكتاتورية تسلطية أو ترديد مقولات أكل الدهر عليها وشرب.

### بيتنا مرح

البيت المسلم لا يخلو من الدعابة والمرح، رغم أنه بيت جهد وعمل، ولقد كان رسول الله - صلى الله عليه وسلم - قدوة في ذلك، فكان ضحاكًا بسامًا، فعن أبي أمامة أنه كان من أضحك الناس وأطيبهم نفسًا. والمرح في البيت المسلم لا يخدش الحياء، ولا يزعج الجيران ولا يميمت القلوب، ليس فيه سخرية ولا غيبة ولا عيب في أحد، لكنه يجدد النشاط، ويقضى على الرتابة والملل، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "روحوا القلوب ساعة فساعة".

### متابعة الأهل للمشاكل الأسرية

هناك أهل متابعين للمشكلة الأسرية من أولها ويكونون هم سببها أو سببًا أساسيًا فيها، وهؤلاء عادة ما يكونون مزعجين لأولادهم ويتدخلون في كل صغيرة وكبيرة في حياتهم، ولعل هذه التدخلات هي السبب في المشاكل التي تقع. هذا النوع نرفضه أيضًا وبشدة أكبر لأن الأهل يجب أن يشكلوا ضابطة لأولادهم؛ كي لا ينجرّفوا إلى المشاكل. لا أن يكونوا سببًا فيها وعاملًا أساسيًا في تفاقمها، هناك أهل متابعين للمشكلة الأسرية من

أولها إلى آخرها لحلها وهم ليسوا سبباً فيها، بل استنفذوا كل الوسائل لحلها فهذا النوع من الأهالي هو النوع المطلوب، فهو يحمل الهم ويتابع عن بعد حياة أولاده ويتحين الفرصة المناسبة للتدخل، فإذا لم يوفق للحل يسعى لأن يلجأ إلى علماء الشرع أو أي مصلح آخر؛ كي تحل مشكلة أولاده.. فكل الشكر لهؤلاء.

### قائد الأسرة

تحتاج الأسرة عقلياً إلى قائد وحاكم ينفذ القوانين ويحمي مصالحها ويفرض سيطرته عليها ولا يصلح لهذه المهمة سوى الأب، (فالرجل سيد أهله والمرأة سيدة بيتها)، فالأب هو أفضل ملاذ للطفل وهو الذي يتخذ القرارات ويقوم بالتوجيه والبناء والتنفيذ، إنه ملجأ لأفراد أسرته والمسؤول عن الإنفاق والمشرف على التزامها، والعقل المفكر للأسرة وقوتها واقتدارها، وهو الذي يوفر لها الأمن.

### تنظيم الأمور

يتبنى الأب في محيط أسرته عملية تنظيم مختلف الأمور، فهو يحدد برنامج النوم واليقظة، وتناول الطعام واللعب والسفر والاستجمام، وهو الذي يرسم مسؤوليات أفراد الأسرة في البيت، والمسؤول عن المشتريات، والذي يجلب الطعام، ويعتني بأساس المنزل



وزهور الحديقة وغير ذلك. ويتحدد اعتبار الأب في جانب منه على ضوء هذا التنظيم وتقسيم الوظائف بحيث لا يسمح لأي فرد أن يتعدى الحدود المرسومة له.

### العنف الأسري

من أول الأسباب وأقواها وأكبرها في ضياع الأبناء وتشتتهم سواء كانوا ذكوراً أو إناثاً، خاصة عندما يكونون صغاراً في أعمارهم، ولكن الإناث هن الأوفر حظاً من ذلك العنف والأكثر؛ لأنهن ضعيفات ولأنهن ليس لديهن مكان يلجأن إليه في حالة ما يقع عليهن العنف... وحينها تكون البيوت جحيماً لا يطاق مع أب لا يرحم بنياته الضعيفات.

### التسامح

هو خير طريق وأقصره، والمشاكل هي توابل الحب وملح الهوى، فبرغم ملوحتها فإن لها فائدة جمة وعظيمة، فهي توقظ المشاعر وتهزّها وتدغدغها وتثير مناعة ومقاومة الحب لها.. فهل الحب سوف يقاومها أم تنهار المناعة وتنخر المشاكل عظام جسد هذه الأسرة وتقطع روابطهم وحبهم رابطاً رابطاً ويسقطوا أمامها مستسلمين؟

## البيت الهادئ المطمئن

الذي تحيطه مشاعر الحب والسكينة والمودة والتآلف والرفقة والتسامح والرحمة وينبض قلبه بنور الإيمان، وحينها سيكون بيتاً خالياً من المشاكل، بل وتصبح المشكلات بلا بيت ولا مأوى لها.. فهل يكون بيتنا بلا مأوى للمشاكل؟!... أتمنى ذلك وليس مستحيلاً..

## لا يوجد بيت بلا مشاكل

حتى بيت النبوة لم يخل منها، فبرغم حبه وحنانه وأخلاقه وإحسانه ورحمته ورأفته وعدله وصدقه وكمال خلقه صلى الله عليه وسلم بشهادة رب العالمين بقوله: ﴿وإنك لعلی خلق عظیم﴾ لم يخل بيته من المشاكل، بل وصل إلى تخبير أمهات المؤمنين أكمل النساء أخلاقاً وأطهرهن وأزكاهن - رضي الله عنهن - بين البقاء أو الطلاق كما في سورة الأحزاب وسورة التحريم.

## رحلة الحياة الزوجية

إن الحياة الزوجية هي رحلة طويلة تضم اثنين فقط عليهما التأقلم معاً.. : اثنين لهما جسدان وعقلان وفكران وطبائع وعادات وتقاليد وطريقة حياة مختلفة. وهذا الاختلاف يحتاج إلى وقت وجهد مشترك بصدق وحب وتفاهم وتنازل وعض طرف للتأقلم فيما

بينهما. وهذا لن يحدث بين يوم وليلة بل قد يمتد لسنوات، فالأخوان اللذان ترعرعا مع بعضهما نراهما يختلفان ثم يتفقان ثم تدب بينهما الخلافات.

### الغيرة والاختلاف

عن صفية بنت حبي زوجة رسول الله - صلى الله عليه وسلم - وبنت أحد سادات اليهود. قالت: دخلت على رسول الله وقد بلغني عن عائشة وحفصة كلام، فذكرت ذلك له، فقال: "ألا قلت: وكيف تكونان خيراً مني، وزوجي محمد وأبي هارون وعمي موسى؟" وكان الذي بلغها أنهن قلن: نحن أكرم على رسول الله وخير منها، نحن أزواجه وبنات عمه. وعن أنس: بلغ صفية أن حفصة، قالت: بنت يهودي! فبكت.

### تنظيم العلاقات

يقوم الأب بعملية تنظيم للعلاقات وتحديدها، فهو ينظم علاقة الأخ بأخته والكبير بالصغير وعلاقات الأسرة بالأصدقاء والأقرباء. فهل يحق للأخ أو الأخت الكبيرة الأمر والنهي؟ وهل تجب لهما الطاعة؟ كما ويشرف الأب أيضاً على الممارسة الجيدة لهذه العلاقة، ويمنع الأخطاء والتجاوزات خاصة قيام بعض أفراد الأسرة بفرض رأيه بالقوة، مثل: الإخوة الكبار أو الإخوان مع الأخوات.

## رسم برنامج الحياة

تحتاج كل أسرة إلى برنامج خاص من أجل ثباتها واستقرارها بشرط أن يلتزم جميع الأعضاء به، ولا بد أن يكون هذا البرنامج بناءً وهادفًا لتحقيق مصالح الأسرة الحالية والمستقبلية، ويجب أن يستخدم الأب تجاربه وعقله ويستعين بخبرات الآخرين في سبيل نجاح هذا البرنامج وتحقيق نتائجه التي تؤدي إلى بنائها ورشدها وتزرع الثقة في أفراد الأسرة وخاصة " الميزانية " السنوية.

## الأب

هو المسؤول عن التزام الأسرة وانضباطها ويجب عليه أن يعلم ولده إطاعة القوانين والالتزام بها، ولا بد له أن يتعاون مع زوجته وأن يدعمها من أجل تحقيق الانضباط المطلوب، وللأم دور مهم في هذا المجال وذلك لتأثير شخصيتها وسجاياها على الأولاد، لكن دور الأب يفوق عدة مرات دور الأم ؛ لأنه رب الأسرة وسيدها. يفهم الأفراد في ظله معنى القانون فالابن ينتظر من أمه الحب والعطف والحنان وينتظر من أبيه تحقيق العدالة.

## "الحوار"

الأسرة كما هي مستودع الحب والتعاون فهي مؤسّسة للتربية والتعليم والتفاهم بين الأبناء والآباء. مسألة ضرورية للعلاقة بينهم وحلّ المشاكل التي تحدث، فالابن لديه أفكار واقتراحات تخصّ دراسته أو عمله أو سفره، أو علاقاته بأصدقائه وأقاربه... إلخ. وتولد في نفسه مشاعر وتصورات ومن حقّه على الأبوين والإخوة الآخرين أن يفتحوا قلوبهم وعقولهم لسماع ما يدور في نفسه والإصغاء إليه.

## الحوار الأسري والمناقشة

للحوار آداب خاصّة والالتزام بها يُعبّر عن سلامة الشخصية وقوّتها.. وعند مراعاة تلك الآداب يستطيع الجميع أن يتفاهموا ويصلوا إلى نتائج صحيحة ومرضية، وعندما يبرز الجدل والإصرار على الرّأي وإن كان خاطئاً، أو يظهر الغضب والانفعال في الحوار، فعندئذٍ لا يمكن التفاهم أو التوصل إلى حلّ ناجح، أو الاقتناع بالرّأي المعروض للمناقشة.

## الشدّة والعنف

يلجأ بعض الآباء الكرام إلى الشدّة والعنف ظناً منهم بذلك يحكمون السيطرة ويسيروا أمور بيوتهم وحياتهم بالطريقة المثلى التي من شأنها أن تنشئ جيلاً مهذباً ومثقفاً، والحصول على زوجة مطيعة تحفظ البيت والأولاد، لكن هذا السلوك ليس من

شأنه إلا أن يهدم بيوتنا المطمئنة. كما أنه يتسبب في انتشار الكثير من الحالات النفسية والاضطرابات السلوكية لدى النساء والأطفال.

### صراخ الأمهات في البيوت!

ظاهرة جديدة تسلك إلى حياتنا وبيوتنا وأصبحت مرضًا خطيرًا، بل وباء مزعجًا ينتشر انتشار النار في الهشيم، ظاهرة الصراخ المستمر للزوجة " الأم " طوال اليوم ؛ حتى لا يكاد يخلو منه بيت أو تنجو منه أسرة لديها أطفال في المراحل التعليمية المختلفة. تقوم الأم ذلك بانفعال وحدة، ثم بصوت عالٍ، ورويدًا رويدًا تبدأ في الصراخ وتفقد أعصابها تمامًا وتتحول الحياة في البيت إلى جحيم.

### لماذا يولد الطفل منغوليًا؟

معظم حالات ولادة أطفال منغوليين تعود إلى عطب في البويضة أو الحيوان المنوي، وقد يؤدي العطب إلى فقدان صبغة أو جزء منها أو ربما يؤدي إلى إضافة صبغة زائدة، وأكثر حالات خلل الصبغيات شيوعًا هي متلازمة داون Down syndcome وتؤدي لولادة طفل منغولي.. كم أتمنى أن نتفهم حالة الأبناء المصابين بهذا المرض في بيوتنا.

### التسامح والعضو

من أهم سمات البيت المثالي، فالبيوت المطمئنة من تتجاوز عن هفوات الآخرين وتتناسى أخطاءهم وتغض طرفها عن زلتهم، فلا تدفع الإنسان هفوة بدرت من أخيه إلى مقاطعته، بل نستحضر محاسنه لتشفع له عندها ونتعيش قول الحق تبارك وتعالى: " والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس والله يحب المحسنين "

### الطلاق العاطفي وبرود المشاعر بين الأزواج

هو استمرار الزوجين بالعيش تحت سقف واحد، لكن لكل منهما حياته الخاصة التي لا يعرف عنها شريكه إلا القليل، وهذا النوع من الطلاق العاطفي يحرم الأطفال من البيت الطبيعي والمتمتع بالدفء والحب والحنان، ويجعلهم يعيشون في جو بارد محبط مؤلم، قد يمزق شخصياتهم وقد يصيبهم ببعض الأمراض النفسية الخطيرة.

### كن كبيراً

كن كبيراً في روحك وسعة صدرك، واعتزازك بنفسك. كن قدوة لأطفالك. العديد من الأبناء الذكور ينظرون لأبائهم بفخر كبير، تعلم كيف تربي ذلك في أبنائك ؟ لا تجعلهم يرونك ضعيفاً، مهزوزاً دون قيمة أو احترام للذات.

## عد إلى البيت

أنت بحاجة للعمل لتبقى هذه العائلة في مستوى معيشي محترم، ولكن العديد من الآباء ينسون أنفسهم في العمل. توقف وفكر جيداً، إذا كان مرتبكاً أو دخلك الشهري كافٍ لدفع الفواتير، والمصاريف فلماذا ترهق نفسك بالعمل الإضافي؟! خصص وقتاً للعمل، ووقتاً للعائلة، ووقتاً لك. عندما ينتهي الدوام المفروض أن تعود إلى المنزل؛ لتناول طعامك، وتأخذ قيلولة، وتلعب وتتحدث مع الأطفال وزوجك.

## احترم والديك

هذه ليست نصيحة فقط بل وصية، كل الكتب السماوية توصي بها، احترم والديك، قم بزيارتهم، وخذ أطفالك ليلعبوا معهم، لا تتحجج بالعمل والواجبات الأخرى فعندما يكبر الآباء يصبحون أكثر حساسية وعاطفية وأقل تقصير في حقهم يشعرون بالإهمال. وهذا ينطبق على والديك، ووالدي زوجتك أيضاً، فهما أيضاً جدّاً أطفالك ولهما الحق في اللعب معهم ولزوجتك الحق في بر والديها أيضاً.

## وفر مالك

كلنا نعرف المثل القائل: "وفر قرشك الأبيض ليومك الأسود" وفي الحقيقة الأطفال ومصاريفهم المتزايدة يمكن أن يفلسوا أكبر مصرف في العالم. لذا انتبه لما تنفقه، لا تكن



بخيالاً ولكن لا تكن سخياً جداً فينتهي بك الأمر في ضائقة مادية، فالأيام تمر بسرعة البرق وما توفره اليوم مهما بدا قليلاً قد يساعدك كثيراً لاحقاً. توكل على الله ولا تكن من المسرفين.

### استمتع بالحياة

قد تعتقد بأننا نناقض أنفسنا مرة أخرى، ولكن من قال بأن الاستمتاع بالحياة متصل دائماً بالمال، هذا ما تحاول وسائل الإعلام التجارية إقناعنا به لنشتري المزيد من البضائع والأشياء التي لا نستعملها أحياناً. المتعة في الحياة تعني قضاء ليلة كاملة في النوم الهادئ دون الشعور بتأنيب الضمير أو حساب مصاريف ذلك اليوم. السعادة تعني الراحة بإدخال السرور على الأسرة.

### كن صغيراً

كن صغيراً إلا أننا نقصد هنا، عدم الكبر أو التعالي المفرط على الآخرين. امنح أطفالك الفرصة ليجلسوا قربك وحولك وحتى على حضنك، لا تجعلهم يرونك كبيراً جداً كالعملاق؛ لأنك عندها ستكون بعيداً جداً عنهم أيضاً. استغل أي وقت فراغ لديك واجلس مع أبنائك، اتركهم يتحدثون واستمع لهم. الأطفال من حين لآخر يمرون بتجارب شخصية بسيطة أحياناً على نطاق حياتهم العامة.

## تمهل أيها الأب

لا تضع قوانين قاسية وصارمة فقط ؛ لأن والدك عاملك بقسوة وكنت تشعر بأنك مظلوم، لا يعني بأن تستمر في قسوته ؛ لأن أطفالك سيشعرون بالظلم أيضاً منك. كن أباً مختلفاً، كن أباً يتفهم أبنائه. ضع نظاماً جديداً مبيناً على التخاطب والتواصل والوصول إلى مقايضات جيدة، فالسلطة الأبوية والقوة أمران مختلفان، السلطات تصدر قوانين تناسب الجميع ولا تتعارض مع حرياتهم، أما القوة فتصدر أوامر ديكتاتورية.

## لا تصنع نسخاً مصغرة منك

لكل طفل شخصيته المستقلة قد يشبهك ابنك في الشكل والتصرفات، فالأطفال كائنات ذكية جداً، تعمل بالبرمجة البصرية والسمعية، وهم قادرون على نسخ تصرفاتنا، وعباراتنا، وسلوكياتنا خاصة الخاطئة منها. لذا انتبه لما تقوله وتفعله. الأبناء الذكور على وجه التحديد ينسخون من والدهم سلوكيات التصرف مع الجنس الناعم، خاصة مع الأم والأخوات مما يؤثر على طريقة معاملتهم للفتيات لاحقاً.

## الأطفال بحاجة إلى وقت للمرح

خذ الأطفال في يوم الإجازة إلى الملاهي، وهذه المرة حاول أن تلعب معهم. الأبناء هم أفضل الأصدقاء على الإطلاق، فهم يحبونك بإخلاص ولا يريدون منك شيئاً عظيماً، مجرد حلوى، وألعاب، وضحك مستمر. على فكرة اللعب في الملاهي مفيد جداً لصحتهم فهو يقوي المناعة، ويزيد من نشاط القلب، ويحرق السعرات الحرارية، ويفرز هرمون السعادة والاسترخاء. نعم، هو أفضل بكثير من جلسة البيت.

## سؤال محرج

هل يجرؤ أحدكم على إغلاق التلفاز في منزله والامتناع عنه هو وأسرته لخمسـة عشر يوماً؟ ولو قدر له ونجح في ذلك ماذا تتوقع أن يحدث؟ سيؤدي لنتائج مذهلة من قبيل ارتفاع وتيرة التواصل بين أفراد الأسرة، وميل هؤلاء الأفراد لإعادة إحياء صلاتهم الاجتماعية المقطوعة خارج الأسرة، فبعض الدراسات والبحوث المتخصصة في علوم النفس والاجتماع تحمّل التلفاز مسؤولية الكثير من الأمراض الاجتماعية والنفسية السائدة في مجتمعنا.

## عيد الأضحى

في كل عام تعيش الأسرة فرحة عيد الأضحى المبارك واستقباله.. فنذكر كل البيوت بفضل صيام يوم عرفة وإعداد الأسرة لصيامه.. وكأنه يوم من شهر رمضان ؛ ليتعود الأبناء عليه وتكون نفوسهم مهيأة لاستقبال عيد الأضحى.

## عواصف الحياة

يؤكد علماء النفس على أن الحياة يمكن أن تسير بلا عواصف أو زواجع إذا فتح كل طرف أذنيه ليسمع الطرف الآخر، ويحاول أن يجد إجابة لسؤال شريك حياته، ولا يجب أن نلقي بالأسئلة وراء ظهرنا. إن حسن الاستماع من الشروط الأساسية للتواصل الجيد بين الزوجين وهو دليل على الاهتمام والتقدير.

## يوم عرفة

يوم عرفة.. يوم يحبه المسلمون.. فهو يذكرهم بالقرب من الله.. بالصيام وتلاوة القرآن.. فدعوة لجميع المسلمين للصوم هذا اليوم وتعويد الصغار على صيامه.. ومتابعة وسائل الإعلام ؛ لشرح معاني هذا اليوم للجيل القادم من أولادنا.

## راتب الزوجة حق لها أم للعائلة؟

يشكل راتب الزوجة قضية كبيرة حينما يتعلق الأمر بمشاركتها في مصاريف البيت، حيث يعتقد بعضهم أن إسهامها واجب لا بد منه، في حين يرى فريق آخر أن راتبها ملكية خاصة بها، ولها وحدها حق التصرف فيه وهذا الرأي الصحيح.. أكثر من ٩٠٪ من الدراسات التربوية أكدت على هدوء الأسرة وقوتها بإنفاق الزوج وليس براتب الزوجة.

## المحبة الأسرية

لو تعمقتم في المعنى الصحيح للمحبة الأسرية وأنها يجب أن تكون معتدلة، فالإفراط في المحبة يمهد الأجواء لدلال الأبناء وزيادة توقعاتهم منكم، فنرى بعضهم يستغل المحبة لتحقيق العديد من أهدافه اللا مشروعة، بل إن بعض التجارب أثبتت بأن الابن سيشعر بالحقارة في حياته المستقبلية بسبب الإفراط في المحبة ؛ لأنه سيفتقدها في تعامله مع الآخرين.

## طرد الأب لولده

إن من غير الصحيح أن يطرد الأب ولده من الغرفة بسبب إثارته للضوضاء أو شيطنته، وكذا ليس صحيحاً أن يمنع ابنه المراهق من دخول منزله لتأخره.. فقد تبرز في الحياة اليومية صعوبات عديدة ومشاكل جمة لا يمكن التنبؤ بها مما تؤثر بقوة على

الأطفال والمراهقين المرتبطين بأبائهم، كما أنه سيشعر بالغبرة والوحدة بسبب تلك المشاكل مما يؤثر عليه سلباً ما لم تمتد إليه يد العون والدعم.

### اترك ابنك لزمته

بعض الآباء يحبون أن يعيشوا حياتهم من خلال حياة أبنائهم، ويدفعونهم إلى إحياء أيام مجدهم السابق، وهذا الوضع قد ينجح مع بعض الأبناء غير أنه قد يحطّم القيمة الذاتية لدى آخرين وخاصة البنات.. والقصص مليئة بمثل ذلك.. فكم من فتاة كانت السند الأول لأسرتها بعد الله.. في ظل وجود أبناء كان الأب يعلق عليهم الآمال والأحلام والأوهام!

### مواطن القوة والضعف

تعلم معرفة مواطن القوة والضعف لدى جميع أفراد أسرتك؛ لتساعدهم على تطوير مواهبهم، واعلم أن هذا لن يساعدهم فقط لبناء قيمهم الذاتية، وإنما يوضح أيضاً حبك الكبير لهم وحرصك عليهم، فشيء من الاهتمام يصنع بيتاً مثالياً وأسرة متماسكة.

### المال والسعادة

هل المال ويسر الحال شرطان للسعادة والرضا أم أنه استعداد فطري يدفع صاحبه

لخلق الفرص وتهيئة الأجواء لحياة سعيدة مرحة ؛ حتى وإن تداعت الهموم وتكالبت الضغوط؟! إنها معضلة صعبة، تواجهها بعض الأسر فتقف عاجزة أمامها وتفقد معها مفاتيح التوافق والسكينة والاستقرار فكيف تفك الأسرة رموز هذه المعضلة؟ الأب والأم لديهما مفاتيح السعادة والرضا والتنظيم والتخطيط.

### المرح

ينبغي أن يكون عنواناً لحياة الأسرة، يتخلل أوقاتها ويجمع بين أفرادها في جلسة عائلية على مائدة الطعام أو أمام برنامج هادف يثير حواراً أسرياً دافئاً، أو زيارة للجد أو الجدة أو الأقارب، بحيث تتخلص الأسرة من حالة الانفصال الراهنة بين أفرادها، والتي تجعل لكل واحد عالمه وعلاقاته.

### التكيف مع الأعباء والضغوط

على جميع أفراد الأسرة التكيف مع الأعباء والضغوط الملقاة على عاتق كل منهم، والنظر إليها على أنها جزء من أدوارهم في الحياة، مع العمل على تخفيف هذه الضغوط أو حسن توزيعها؛ حتى الأطفال لهم نصيب من التخطيط والمسؤولية وهذا يتحقق بتحليل وحصر أسباب هذه الضغوط وتقسيمها.

## البيت المثالي

صورة جميلة نتمنى جميعاً أن نحصل عليها في بيوتنا، ولكن الكثيرون حرموا من هذه السعادة.. إذ ترى الأب والأم في خصام دائم يتصارعان ويتصايحان، وقد يضرب الزوج زوجته أمام الأطفال، وقد ترفع الزوجة صوتها في زوجها أمامهم متجاهلين تماما مشاعر الأبناء... وترى الأبناء حائرين فيما يفعلون !! هل عليهم أن يسعوا لحل هذه المشاكل ؟ وإلى جانب من سيقفون !؟

## فائدة الأعمال المنزلية

- قال بينز كولن بينز الباحث بجامعة بيرث كيرتن : "إذا قامت المرأة بالأعمال المنزلية لعشرين دقيقة فقط في الأسبوع.. فلن يجدي ذلك كثيراً، لكن إذا استمرت لثلاث أو أربع ساعات في اليوم فإنه سيكون نشاطاً كبيراً وسيزيد الحماية من سرطان المبيض "
- توصي الطبيبة النفسية فيفين وولسك من جامعة نيويورك ربة البيت قائلة : إذا عانيت الاكتئاب والشعور بالإحباط والضيق فلا تعيشي أسيرة لغذائك أو للعقاير النفسية المختلفة، بل استخدمى أدوات التنظيف المنزلية في تنظيف منزلك حتى تصل إلى درجة الحد الأقصى.
- تقول مرجريت هورسفيلد مؤلفة كتاب متعة عمل المنزل: " يمكن استخدام عمل



البيت للتغلب على الإحباط والحزن، فقد تشعرين أنك قد أنجزت شيئاً ما في هذا العالم".

### البيت المثالي

بيت نظيف فيه أناس يحبون أن يتطهروا ؛ لأنهم يعلمون أن الله يحب المطهرين قال تعالى: "إن الله يحب التوابين ويحب المتطهرين" وهم حريصون كل الحرص على أن يبدو بيتهم جميلاً ؛ لأنهم يعلمون "أن الله جميل يحب الجمال" مفهوم النظافة. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "طهروا أفئيتكم فإن اليهود لا تطهر أفئيتها". حسنه الألباني في صحيح الجامع.

### الشورى

هل يسود أسرتكم جو من الشورى والحوار تتعمان من خلاله باتفاق الآراء حول القرارات المهمة التي تخص حياتكم، أم الذي يتخذ القرار في البيت ديكتاتور بعيد عن الآخرين يأمر وينهى وعليهم السمع والطاعة؟

### الحوار الأسري

أصل الحياة السعيدة.. وجمالها الذي لا ينتهي.. نختلف كأباء وأبناء وأزواج وزوجات ثم نتفق بالحوار، تقول إحداهن: بيني وبين زوجي حوار متصل حول كل أمورنا وأمور

أبنائنا، وما يخص مستقبلنا ؛ حتى نصل لرأي سليم. وليس شرطاً أن يكون رأي الزوج هو الملزم أو رأيي أنا، وإنما الرأي الذي فيه مصلحة الأسرة، وقد نختلف أحياناً، ولكنها مجرد خلافات عابرة.

### شاوروهم وخالفوهم

هذا هو المثل الذي يؤمن به بعض الآباء الذي يلغي حق الزوجة التي هي الأم خبيرة شؤون المنزل دون الرجوع لها في قرارات البيت وكأنه يقول: أنا رجل البيت، والكلمة كلمتي، و " الشورى شورتي " ، هو يعترف أن هناك حواراً داخل الأسرة، فزوجته تعرف تفاصيل يومه من خلال ما يحكيه لها، وكذلك بناته وأبنائه، ولكن في النهاية لا ينفذ إلا رأيه هو!! موقف محزن جداً.

### ما معنى الأسرة ؟

إذا كان الرجل في واد، والمرأة في واد آخر، والأولاد في واد ثالث؟! فالأسرة تعني رابطة مشتركة ليست بين طرفين فقط هما: الزوج والزوجة، ولكن بين أطراف ثلاثة هم: الزوجة والزوج والأبناء، فلا بد إذاً أن يكون هناك حوار دائم ومتبادل بين هذه الأطراف ومشاورة في كل صغيرة وكبيرة ؛ لأن أي قرار يتم اتخاذه سيعود على جميع أفرادها إما بالسلب أو بالإيجاب.

### البيت المثالي

هو البيئة الوحيدة التي تُربى فيها الأطفال تربية جسدية.. وعقلية ونفسية مستقيمة، وهو المجال الفريد الذي يمكن من خلاله تنمية مشاعر العطف والحب والحنان والمودة والتكافل في نفوسهم، وهكذا يجب أن يكون البيت المسلم المثالي؛ حتى ترتاح الأعصاب وتطمئن النفوس وتتحقق السعادة.

### البيت المثالي

هو الذي يتعاون أفراده جميعاً، وتتوزع أعماله بينهم كل حسب طاقته وإمكاناته وبما يتناسب مع ميوله ورغباته ولا فرق في هذا بين صغير وكبير، ولنا في رسول الله - صلى الله عليه وسلم - أسوة حسنة فقد كان يساعد أهله في شؤون المنزل فيخفف نعله ويحلب شاته ويخدم نفسه ويحمل أطفاله. عن عائشة - رضي الله عنها - قالت: "كان يفلي ثوبه، ويحلب شاته ويخدم نفسه".

## البيت المثالي

### يجعل لكل واحد من الأبناء فراشه الخاص به

لأن التفريق بين الأولاد في المضاجع أمر مطلوب لقول النبي صلى الله عليه وسلم:  
"مروا أولادكم بالصلاة وهم أبناء سبع سنين، واضربوهم عليها وهم أبناء عشر سنين  
وفرقوا بينهم في المضاجع".

### بين البيوت المطمئنة والبيوت الموحشة

جميلة هي البيوت المطمئنة والبيوت المثالية التي يحتويها الدفء والمحبة والتفاهم،  
لكنه كثيراً ما يوجد بيوت وهي نتاج زواجات معقدة بكل تشعبات كلمة معقدة، هذه  
الزواجات أدت في وقت ما وظرف ما إلى بيوت موحشة بيوت مفرغة نعوذ بالله منها  
وأمثالها.

### حقوق وأولويات

يجب على أفراد الأسرة بدءاً من الأب والأم ومروراً بالأبناء أن يحسنوا ترتيب  
الأولويات، خصوصاً في مجال إعطاء الحقوق، وعدم تطبيق ذلك نذير بضياع المسؤولية  
شيئاً فشيئاً ؛ حتى تصبح الحياة في البيت فوضوية لا يحكمها ترتيب، ولا تضحية، ولا

تنسيق في الأدوار، ويبدأ التأثير على نظام البيت، ثم ينقل كل فرد خبرته الفوضوية في ترتيب مهامه إلى دراسته وعمله وبيته مستقبلاً.

### الأسرة المثالية

على الأسرة المثالية قبل كل شيء تدوين كل الأشياء سواءً رأيت ذلك مهماً أو غير مهم بالنظر لاعتبارين: أهمية العمل والوقت المتاح للإنجاز، فتكون المهام على الترتيب الآتي:

- مهم وعاجل.

- مهم وغير عاجل.

- غير مهم ولكنه عاجل.

- غير مهم وغير عاجل.

إن تقديم ما هو عاجل وغير مهم على ما هو مهم وغير عاجل يعطل الإنجاز، ويمثل ضغطاً نفسياً، وبالتالي يؤثر على جودة الإنتاج.

### الاستقرار الأسري

ثمرة إعطاء الأفراد حقوقهم وهو ما يستوجب أن يكون ذهنك حاضراً ودافعتك عالية للإنجاز؛ كي لا تطغى ظروف العمل أو الدراسة على حقوق لها أولوية متقدمة،

فالنجاح الثانوي لا يُحسب في الحياة ولا يُعتدّ به إذا ما كان الأساس متهاكاً، بسبب الفشل في تنظيم الأولويات. فمن روافد النجاح في تنظيم الواجبات أن تُؤدّي مهماتك من خلال دافعك الداخلي نحو تحقيق الإيجابية في جميع مجالات حياتك.

### المساواة بين الأبناء

أكدت الرسائل السماوية على ضرورة المساواة وعدم التفريق بين الأبناء مهما كانت ألوانهم وأشكالهم، وهذا يعني أن الأساس في هذه العملية هما الأب والأم، وكثيراً ما نشاهد صوراً مجتمعية وهي: إنحياز الأم للولد الصغير والأب للبنت الصغيرة، وهذا بحد ذاته خطأ رغم عدم القصد فيه؛ لأنه يخلق فجوة بينهم وكل من الأطفال يتحدى الآخر بأحد أبويه وقد يستمر هذا الأمر للكبير.

### أروع مثال

تزوج رسول الله - صلى الله عليه وسلم - بالسيدة خديجة -رضي الله عنها- وكانت تزيد عنه في العمر خمسة عشر عاماً، وعاش معها النبي - صلى الله عليه وسلم - حياة سعيدة هانئة، وظل الرسول - صلى الله عليه وسلم - يحن إليها ويحفظ عهدها بعد وفاتها إلى أن توفاه الله، فقد كانت خديجة أروع مثال للزوجة المسلمة الصالحة، حيث قدمت له خير ما تقدم زوجة لزوجها.

## إزالة بقع الدهون عن السجاد

ضعي كمية من النشاء فوق بقع الدهن التي تلطخ السجادة، اتركي النشاء يتفاعل مع الدهون مدة ٨ ساعات أو طيلة الليل، قبل أن تنظفي السجادة بالمكنسة الكهربائية.

## تعرف إلى الناجحين

لعله من الجميل أن نتحدث مع أشخاص ناجحين في بيوتهم ؛ لنتعرف على استراتيجياتهم في ترتيب الأولويات، وكيف نجحوا في أداء مهامهم ؛ لنحصل على خطوات عملية وأفكار واقعية تساهم في إعداد خططنا وتحقيق أهدافنا، ولننتذكر دائماً ضرورة البحث عما يدعم تقدمنا، ولا نقف أمام العقبات مكتوفي الأيدي، فكل فرد منا يحتاج لما يدعم نقاط قوته ويردم ثغرات ضعفه.

## الابن الأكبر

يجب على الأسرة المثالية أن تهتم بالابن الأكبر وتحمله جزءاً من المسؤولية، وألا يعامل معاملة لا تعطيه إلا اسماً بدون مسمى.

## أولادنا في حاجة لأمر كثيرة

- هم في حاجة للحب.
- وفي حاجة للتقدير.
- وفي حاجة للحرية.
- وفي حاجة للنجاح.

أيها الأب الكريم.. أيتها الأم الحنون.. أنتما النماذج لأولادكم، وتذكروا قول الرسول صلى الله عليه وآله وسلم: "إذا مات ابن آدم انقطع عمله إلا من ثلاث ومنهم ولد صالح يدعو له" فليكن هدفنا أن يكون أولادنا صالحين.

## حب الأطفال للتقليد

يحب الأطفال التقليد، خصوصاً تقليد الأشخاص الذين يحبونهم ويحترمونهم ويعتبرون أنه لا بأس من القيام بما يقوم به. فتذكروا أيها الآباء أنكم تنشؤون أطفالاً؛ ليكونوا زوجات وأزواج، آباء وأمهات لأحفادكم. وعلى الأرجح أن نفس تقنيات الانضباط التي تستخدمها مع أطفالك هي على الأغلب التي سيستعملها في مواصلة حياته، فالعائلة تُعتبر مخيم تدريب لتعليم الأطفال كيف يعالجون النزاعات.



## أساس النجاح الأسري

وضوح الأهداف عن طريق أداء المهام والحقوق والواجبات، ومن الأهمية أن نلفن لأهمية المقارنة بين الأولويات وأيهما يسبق الآخر إن تشابكت مهمتان في وقت واحد، كما يجب أن نكون قادرين على الاختيار حين نتساءل في داخلنا: هل هذه المهمة تلزم أن أقدمها قبل المهمة التي يفترض مني إنجازها خلال وقتٍ ما؟ فالإدارة الذاتية للبيوت المثالية في ذلك جسر إلى النجاح.. جربوا ذلك.

## الكلمة الطيبة في بيوتنا

هي التي تسر السامع وتؤلف القلب.. هي التي تحدث أثراً طيباً في نفوس الآخرين.. هي التي تثمر عملاً صالحاً في كل وقت بإذن الله.. هي التي تفتح أبواب الخير وتغلق أبواب الشر.. إنها جميلة رقيقة لا تؤذي الشاعر ولا تخدش النفوس.. جميلة في اللفظ والمعنى.. يشتاق إليها السامع ويضطرب لها القلب. نتائجها مفيدة، وغايتها بناءً، ومنفعتها واضحة.

## أحب زوجتك وأبناءك كما هم

وانظر لهم ككيان مستقل.. واقبل بهم كذلك، ومن ثم أحبهم كما هم بكيانهم المستقل، ومن ثم تأتي مرحلة التعاون ما بين المستقلين لتكوين اتحاد أسري مضمع بالقوة

والألفة، وكذلك نقول لكل أم : ساعدي رب الأسرة بكل قوة وكوني سنداً له في تنفيذ ما يريد.

### اتصال المحبة الأسري

الاعتقاد بأن اتصال المحبة الأسري يأتي عفويًا فهذا أمرٌ أقرب للخرافة منه للحقيقة، إذ لا بد من السير خلال إستراتيجية محددة المعالم حتى نصل لهذه المحصلة النهائية، لذلك بدءًا من الآن قم بوضع أساسيات الاتصال الفعال مع زوجتك / زوجك والذي سيؤدي إلى مثيله مع الأبناء بإذن الله تعالى.

### الالتزام المالي

إن عادات وتقاليد ومظاهر ومفاخر أو بتعبير آخر "قشور" تجعل البداية في عملية بناء بيت العمر ضعيفة من الناحية المادية، وتغرق الطرفين في بحر قد لا يجيدا السباحة فيه للعودة إلى بر الأمان.

### ميزانية الأسرة

إن وضع خطة مالية مدروسة من أهم ضرورات الزواج قبل التفكير في الإقدام عليه ؛ لأن الالتزامات المالية الكثيرة تضعف اتصال الزوجين ببعضهما بعضاً بسبب ما تفرضه

عليهما من ضغوط نفسية، وربما تؤدي إلى تدهور أساس البناء فيبقى مجرد شكل أو ربما ينهار تمامًا.



### خطة مالية

ابدأ حياتك الأسرية بخطة مالية "ميزانية" من دخلك الشهري تصدق بـ ١٠٪، ادخر ١٠٪ من دخلك الشهري كادخار لا تعود له إلا بعد انقضاء الفترة المحددة للادخار حسب خطتك المالية، ادخر ١٠٪ من دخلك الشهري للطوارئ لتعود إليها في أي طارئ يحصل لك وإن لم تحصل طوارئ لهذا الشهر ترحلها للشهر الذي بعدها وهكذا. المهم هذا المبلغ لا يصرف منه إلا في الطوارئ فقط. بقي ٧٠٪.

ضع خطة واضحة حسب احتياجات الأسرة والتزاماتها لصرف الـ ٧٠٪ من دخلك الشهري وادخار ٢٠٪ والتصدق ١٠٪ وتمسك بهذه الخطة ونفذها كما هي قدر الإمكان والتزم بها، وأي مصاريف دخيلة على الخطة لم يسبق وضعها فيها لا تقبلها إلا في الحالات القصوى جدًا إذا أمكن وضعها تحت الحالات الطارئة. وإلا فألغها أو أجلها حتى وقت مراجعة الخطة.



## الاستشارات الأسرية

قامت الهيئة الوطنية بالولايات المتحدة الأمريكية بدراسة للعلاقات الأسرية بمنطقة الرياض وجدة فوجدت أن حالات الزواج التي يتبع فيها الزوجين استشارات أسرية قبل وبعد الزواج هي زيجات أقرب للاستقرار، وأكثر ثباتاً مع المتغيرات والطوارئ من غيرها وخاصة فيما يخص الأسرة والتعامل الأمثل مع الأبناء.



## الاستشارات الأسرية

تفيد وتخدم كثيراً في حل الخلافات وتقريب وجهات النظر وفهم الطرف الآخر بشكل أكبر، وبالتالي جعل العلاقة الزوجية أكثر استقراراً وثباتاً، فمهما كانت هناك خلافات في وجهات النظر التي ربما تصل لحد القطيعة والانفصال بالطلاق.. تبقى الاستشارة صمام أمان للبيوت المطمئنة.



## إلى كل أفراد البيت المثالي

أدرجوا عملية الاستشارات الأسرية في جدولكم (خطتكم)، فهناك أناس مؤهلون لحل مشكلاتكم وقضاياكم وأغلب من يقدمها في مجتمعنا هم أهل للاستشارة وهم يسلطون الأضواء على زوايا مهمة نغفل عنها ولا ننتبه لأهميتها، فبالانتباه لها نجعل السير في طريق الاستقرار الأسري أمر سهل ومتوقع مما قد يصادفنا في حياتنا من مصاعب، إضافة إلى الاستعداد بعون الله للتعامل معه التعامل الأمثل.

## للاستمتاع بأسرة ناجحة

.. وبيت مطمئن.. تدوم متعته وتتنامى مع السنوات مهما طالت، احرص على بناء أساس متين داخل أفراد أسرتك حسب أعمارهم وقدراتهم. يتحمل هذا البناء الإضافات والتجديد مهما كانت، ويقف أمام العواصف والأمطار والمتغيرات بكل ثبات ومرونة، فيوم سعيد يفرح الأسرة وأيام تحزنها وتبكيها، وهذه سنة الله وحكمته.

## واقعية الأسرة

كم هو جميل أن تعيش الأسرة الواقعية والبعد عن المثالية بجميع أفرادها، فتكون على حال من الواقعية وتفهم وضعهم وحياتهم ولا يغترون بما يعرض في الشاشات الفضية، فهو لا يمثل الواقع ولا يمت له، إنما هو تصنعٌ يزيد إثارة خدع التصوير وفن الإخراج.. الواقعية صعبة لكن التصنع أصعب!!

## فن الصداقة مع العائلة

لا يجوز أن تكون العلاقة مع الأهل مجرد علاقة طبيعية، فهذا أب، وهذا أخ، وهذه أخت، وهذه أم. فمثل ذلك أمر طبيعي ولا اختيار لك في كل ذلك، لكن بالإضافة إلى هذا

الأمر فإنه لابد أن تكون صديقاً لكل أفراد العائلة، إذ لابد أن يكون الولد صديقاً لأمه وأبيه، كما لابد أن يكون الأب صديقاً لأولاده.

### الآباء في حياة الأبناء

تواجد الأبوين في حياة الأبناء يجب أن يكون قوياً؛ لكي لا تتشكل أي عقدة نقص في شخصياتهم والتواجد ليس فقط العيش في منزل واحد أو تحت سقف واحد وإنما يتعدى ذلك إلى حدود أوسع بكثير من مجرد التواجد الفيزيولوجي. الروتين العائلي المستقر مهم للأبناء قد يعتقد بعضهم أن الروتين غير مقبول؛ لأنه ممل. للأسف هناك بيوت داخل بيوت تعيش الفرقة والتشتت وهي تحت سقف واحد.

### الجدل والإصرار داخل الأسرة

عندما يبرز الجدل والإصرار داخل الأسرة على الرأي وإن كان خاطئاً أو يظهر الغضب والانفعال في الحوار، فعندئذ لا يمكن التفاهم أو التوصل إلى حل ناجح أو الاقتناع بالرأي المعروض للمناقشة، فالتفاهم يحتاج إلى توضيح القضية بشكل جيد والإصغاء إلى آراء الآخرين والاستماع إليهم والقبول بالرأي الآخر إذا كان صحيحاً.. أو التنازل عن الرأي لتحقيق المصلحة الأفضل.

## إلى كل أب وأم

في يوم ما ستحتاجون إلى دعوة صادقة.. تتمنون حسنة واحدة فلا تستطيعون.. فعوِّداً أولادكم أن يدعوا لكم الآن. أنفاسنا تتردد في جسدنا فهنيئاً لنا القدرة على العمل الصالح، ولكن غداً سنتقطع هذه الأنفاس العطرة فمن سيعمل لنا؟! إنهم أولادنا قال عليه الصلاة والسلام: " إذا مات ابن آدم انقطع عمله إلا من ثلاث: صدقة جارية، أو علم ينتفع به، أو ولد صالح يدعو له "

## المصارحة بين الأولاد ووالديهم

إن قضية المصارحة بين الأولاد ووالديهم لا تحدث إلا بعد سلسلة من الثقة المتبادلة والاحترام المتبادل وبناء جسور المودة والمحبة، وإذا وصل الأبوان إلى مرحلة المصارحة فقد فتح لهما فتحاً مبيئاً فبالمصارحة يعرف الأبوان ما الذي يهم الأبناء ويتشاركوا معهم في وضع الحلول المناسبة، وهذا لا يمكن أن يتأتى لأب قد اتخذ من أسلوب الإهانة والسخرية بالأولاد شعاراً له.

## البيت السعيد

هو ذلك البيت الذي لا خصام فيه ولا نزاع.. الذي لا يُسمع فيه الكلام اللاذع القاسي، ولا النقد المرير. هو البيت الذي يأوي إليه أفراد الأسرة فيجدون فيه الراحة والهدوء والطمأنينة، وتقع المسؤولية في خلق السعادة البيئية على الوالدين. الأسرة المتماسكة تستطيع بذكائها وحكمتها وحسن معاملتها فيما بينها أن تسعد أفرادها ومن ثم تسعد من حولها.



## السعادة بوجود الأب

إذا كان الأب هو صاحب الكلمة الأولى في البيت فهو المسؤول عن النجاح والتوافق والانسجام، ومهما بلغ من علم وثقافة ومنصب وسلطان فهو والد كريم حنون، ليس في العالم كله مكان يضاهي البيت السعيد جمالاً وراحة.. وذلك بوجود الوالد وقيامه بواجباته.. فأينما سافرنا، وأنّى رحلنا لا نجد أفضل من البيت الذي تخيم عليه ظلال السعادة بوجود الوالد الكريم.



## تبادل مشاعر الحب بين أفراد الأسرة

يقوّي رابطتهم ببعض، فالحب أمر فطر الله الناس عليه، وهو رباط قوي بين الرجل وزوجته والأبناء مع الوالدين، فهو السلاح الذي يشقون به طريقهم في الحياة، وهو الذي يساعدهم على تحمّل مشاق الحياة ومتاعبها.



## سوء التصرف

كثيرٌ من البيوت بسبب سوءِ تصرُّفها تسبَّب شقاءها بنفسها، وتعلن نهايتها بلسانها، فكم من أسرة تحطمت وبيت تهدم بسبب تافه! أو كان يمكن إصلاحه غير أن سوء التصرف ذلك منع من إصلاحه، ووسَّع في فجوة الخلاف! ولا نبرئ أحدًا من أفراد الأسرة إلا أن حديثنا موجّه لكل فرد يتسبب في هدم البيت المثالي بعجلته وتعنته وإصراره على التمسك برأيه الخاطئ.

## الصمت

مرض يصيب الأسرة خصوصاً في المجتمعات الريفية، حيث الزوج هو سيّد البيت وإذا تحدث فهو صاحب الكلمة الأخيرة، والطاعة تكون على الزوجة والأولاد، لكن مع تطوّر الحياة ووصول وسائل الإعلام المسموعة والمقروءة والمرئية إلى مختلف المجتمعات تناقصت تلك الصورة تدريجياً، وأصبح الزوج هو الذي يتحلى بالصمت في أحيان كثيرة. للأسف هناك بيوت يديرها خادمة أو سائق أجنبي.

## "قوانين الحب"

كثير من الآباء والأمهات يرون في حب الأولاد وملاطفتهم منقصة ومذمة وإهانة ومذلة وهذا خطأ جسيم، وفهم خاطئ. فتراه لا يتودد إلى أولاده وبناته وخاصة في فترة المراهقة.. ولا يعرف للمرح سبيلاً ولا للنكتة والطرفة طريقاً، فهذا رسول الله - صلى الله عليه وسلم- أحب الحسن والحسين ولاعبهم وداعبهم ولاطفهم، فشرع قوانين الحب بين الوالدين والأولاد والأجداد والأحفاد وأنه شيم الكمال.

## بيوتنا جميلة

إلى كل أم وأب بيوتنا جميلة بجمال الأبناء والبنات فيها.. كم يدور في خلد كل فتاة وأم التخطيط لمستقبلهم والحفاظ على سعادتهم.. إلى متى والوالدان في نسيان تام للمستقبل وكأنه لا يعني لهم شيء.. إنجاب بدون تنظيم.. بيت إيجار.. ديون أسرية.. خلافات عائلية.. قرارات بدون دراسة.. والضحية بيوتنا .

## درس حلو

لديكم بنت في الثانوية أو الجامعة في الأسرة ؟.. طبقوا هذه الطريقة اليابانية للبيوت المثالية فقط.. أعطوا البنت مصروفًا أسبوعيًا واتركوا لها حرية التخطيط المنزلي واتخاذ القرار، لتأخذ الأم راحة لمدة أسبوع لا تتدخل نهائياً في قراراتها.. سترون بنتكم

فتاة تستطيع إدارة البيت بشكل جديد.. ربما عالج كثيراً من الأخطاء السابقة.. لا مانع من تطبيقها يومي الخميس والجمعة فقط.



### تعطير

إذا أردت تعطير المنزل هناك وسيلة بسيطة وفعالة: ضع قطرة من الزيت المعطر على كل مصباح كهربائي ثم أشعلي النور، فيتبخر الزيت المعطر وتنتشر رائحته في المنزل، وإذا لم يتوافر الزيت المعطر، ففي إمكانك رش قليل من عطرك على المصابيح الكهربائية قبل إضاءتها.



### إزالة آثار الشمع عن الجدران

يمكن أن تزيل بقع الشمع الملتصقة على الجدران أو غيرها من المسطحات بواسطة المكواة ومنديل ورقي. ضع المنديل الورقي فوق البقعة التي تريد إزالتها ومرري المكواة الساخنة فوقها. حين يبدأ الشمع في السيلان من خلال المنديل، أو إذا تحول المنديل إلى اللون البني استبدليه بمنديل جديد إلى أن تزول البقعة تماماً.



## وجود المربيات والخادمت

أصبح ظاهرة بارزة في مجتمعنا، ولا شك أن وجود هؤلاء له آثار خطيرة في التنشئة الاجتماعية للأسرة، لا بد أن تعي كل أسرة خطورة وأبعاد وجود الخادمت والمربيات الأجنبات وتحذر من شرورهن.. وذلك بالتعامل الحذر جداً معهن.. فكم من خادمة جلبت الدمار والفرقة بين الأسرة؟ وكم من خادمة كانت رحمة لها!

## قد تكون الخادمة رحمة في بيتنا.. لكن كيف؟

ومتى؟ والطريقة؟ هذا سر لا تعرفه إلا البيوت المثالية التي تأخذ من الخادمة ما تريده فقط وقدر حاجتها، فهناك أسرة تستقدم خادمة مع زوجها.. وهناك من تأخذها بطريق الساعات.. وهنا الأكثر الذي يستقدمها وتسكن مع الأسرة، لكن بضوابط شرعية للحفاظ على الأمن الفكري لبيتنا.

## الجوال العائلي

فكرة وجود جوال عائلي داخل الأسرة يعطي أمناً لها وراحة واطمئناً وخاصة لحظة خروج الوالدين والمناسبات الأسرية، فهو حق مشترك لجميع أفراد العائلة وستكون الحاجة إليه ضرورية في مرحلة ما.. ولهذا نرى أن شركات الاتصالات تمنح للجوالات الأسرية مميزات تبعث الاطمئنان على أفرادها دون الدخول في أخطار الرقم الخاص بكل فرد.

## بيوتنا كيف تكون سعيدة ؟

أساس البيوت السعيدة فما معنى حيوية البيت ؟ هل في الجدران ؟ هل في المفروشات ؟ أم أن تكون في : أن يكون البيت محراب دين، ومعهد دراسة، وأنس حياة ؟ يقول تعالى :  
" والله جعل لكم من بيوتكم سكناً "

## السعادة

تتبع من داخل البيت، ومن يظن أن الأسباب الخارجية هي المسؤولة عن السعادة فليسأل نفسه : هل أدامت هذه الأسباب السعادة ؟.. ربما تكون وقتية فنخدع بها، ولكنها سرعان ما تنهار عند العواصف ؛ لأن الأركان غير متوفرة، وأول فهم لهذه الأركان أن نعتقد بأن سعادة البيت تتبع من داخله، ولذلك فهي تتبع من طاقة وزاد، وخير ما يدفع الإنسان إلى البهجة هي الطاقة الإيمانية.

## قرارات أسرية

قرار عقابي بمعنى أن يكون الفرد غير متسامح مع الآخرين، يتشدد في معاملته معهم، ويحاسبهم على كل كبيرة وصغيرة، وهنا يسود جو من التوتر والاضطراب داخل

الأسرة - قرار تسامحي بمعنى أن يغير الفرد للآخرين ويلتمس لهم العذر- وفي حالة الخطأ قد يتعاطف معهم، ويفترض منهم حسن النية ويعاملهم بالحسنى كما يجب أن يعاملوه، وهذا النوع من القرارات غير صائب في كثير من الأحيان. قرارات استقلالية بمعنى أن الفرد لا يتأثر بآراء الآخرين ولا يأخذها في اعتباره، بل يتصرف حسب اقتناعه الشخصي وحسب وجهة نظره الذاتية - قرار يتميز بالتأثر برأي الآخرين - فالفرد يحب الاستماع إلى آراء الناس فيقبلها ويأخذ بها ويحبذ مشورتهم في الأمور المختلفة - قرار يتميز بالعاطفة الذاتية - بمعنى أن الفرد تتحكم فيه انفعالاته ويخضع لها في قراراته كالحب والخوف وغيرها. إهمال الوالدين لدور الأبناء في المشاركة في اتخاذ القرار؛ حتى القرارات الخاصة بشؤونهم، وتشير الدراسات إلى إهمال الوالدين لدور الأبناء في اتخاذ القرارات الخاصة بالإنفاق، بالرغم من أن إتاحة الفرصة للأبناء منذ الصغر للمشاركة يلعب دوراً مهماً في تكوين شخصيتهم وزيادة شعورهم بالثقة.

### ابنتنا المراهقة

تعاني الأسرة من التوتر في علاقتها مع ابنتها المراهقة.. تكثر المشاكل والخلافات بينهم.. لا تجد تفسيراً لعنادها.. تتهم الوالدين بعدم فهمها وعدم الاعتراف برأيها.. معرفة ما يدور في قلبها وعقلها؛ حتى أصبح لغزاً للأسرة.. الحل عند الأم فنقول لها: احضنيها عند خوفها.. وفي فرحها قبلها.. وفي مصيبتها واسيها.. وفي همها فرجي عنها؛ لتفتح القلوب لك وتصفو نفسها معك.

## التربية بالحب

فطر الله الوالدين على محبة الولد، وجعله ثمرة الفؤاد وقرّة العين وبهجة الروح. هذه المحبة مصدر الأمن والاستواء النفسي للولد، كما أنها القاعدة الصلبة لبناء شخصية الولد على الاستقامة والصلاح والتفاعل الإيجابي مع المجتمع من حوله، ولا يُتصور تحقق هذه الغايات إذا كانت المحبة حبيسة داخل صدور الآباء والأمهات.

## استقرار البيوت

عندما تقوم البيوت على السكن المستقر والود المتصل، والتراحم الحاني فإن الزواج يكون أشرف النعم وأبركها أثراً.. إذا فمعادلة استقرار البيوت واستمرارها راسخة لا تتأثر بريح عاتية ولا تتزعزع لظروف مفاجئة تهز البنيان وتعود الأركان مبناهها على أمرين اثنين هما: التفاهم والحب، والحب هو سبيل التفاهم.

## دمار البيوت

إذا كانت البيوت تبنى على الحب فإن دمارها يبدأ من جفاف المشاعر، ومع أن الأسرة في عصرنا الحاضر قد تعيش في بجموحة من العيش، تملك الكثير من متاع الدنيا،

لكنها تبحث عن السعادة فلا تجدها، والسبب في ذلك أن المشاعر قد جف وانحصرت، وأصبحت هشيمًا، وهذه العلاقة أصبحت كجسد لا روح فيه توشك أن تنقضي وتتهدم.

### سعادتك في الابتسامة

إن التجهم الدائم وعبوس الوجه في الأسرة يجلب لأهلها الهموم والغموم والأحزان.. أما البسمة فإنها تبعث السعادة في النفس، وتزرع الأمل في القلب، وتبعث السعادة في قلوب الآخرين، فأساعدوا أنفسكم بأنفسكم بالابتسام، واشرحوا به صدوركم وصدور أسرته وكل من يحيط بكم قال صلى الله عليه وسلم: "تبسمك في وجه أخيك صدقة".

### العدل بين الأولاد

عَنِ النَّعْمَانِ بْنِ بَشِيرٍ أَنَّ أَبَاهُ أَتَى بِهِ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: إِنِّي نَحَلْتُ ابْنِي هَذَا غُلَامًا كَانَ لِي، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَكَلْ وَلَدِكَ نَحْلَتَهُ مِثْلَ هَذَا؟ قَالَ: لَا. فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: فَارْجِعْهُ.

### التفكك الأسري

نعني بالتفكك انحلال روابط الأسرة واضمحلال المحبة والمودة بين أفراد البيت الواحد، فلا يكون للبيت دوره الرئيس في توجيه وضبط سلوك الأولاد، وإنما هو عبارة



عن مأوى للنوم والأكل وما شابه ذلك فحسب، ولا شك أن هذا أمر خطير لا بد من وضع الحلول المناسبة له؛ ليعود البيت إلى وضعه الطبيعي.

### أعمال الحب

قد تكون مشاعر الحب هامة وأساسية في البيوت المثالية، إلا أن أعمال الحب من التضحية والبذل لشركاء الحياة من شأنها أن تحافظ على هذه العلاقة سعيدة ودافئة، ذلك أن هذه الأعمال تنم عن المحبة الكبيرة والتقدير العظيم لشريك الحياة، بل إن الحب الحقيقي أن يهتم الوالدين بحقوق الأبناء ويقوم الأبناء بحقوقهما حباً وتقديراً وشكراً لهما.

### أولادنا وحرب البطاطس

ما من أسرة لديها أطفال ومراهقون إلا وتشكل البطاطس (المقلية) بأنواعها وأشكالها المختلفة إغراء تصعب مقاومته، لكن تقارير حديثة باتت تحذرننا من آثار مفرعة لهذا الإغراء. وما بين متطلبات الأطفال وتحذيرات العلماء تشتعل حرب نحاول أن نحيط بحدودها.

## أسرار البيوت

من أجمل أسرار البيوت الحب بين أفرادها، فالحب يخلق التفاهم.. والشفافية والاستقرار، كما يبني أيضاً الدفء والقوة الأسرية داخل المنزل ولو نظرنا إلى المنزل الذي يقوم على المحبة والتفاهم تجد أفرادها وأهله من الصغر تتربى في رعاية تامة واهتمام جميل دون مشاكل تذكر.. فالحب المتبادل سر، والأسرار حقها الحفظ والكتمان ؛ خشية الحسد والافتراق.

## ثقافة الإحباط بين الأسر

من المعروف أن للبيت دوراً في تربية الأبناء والبنات ؛ ليكونوا عماداً لهذا المجتمع، ولكن هذا الدور معطل في العديد من البيوت بسبب المشاكل الأسرية الموجودة في بعض تلك البيوت، وهي مشاكل نتج عنها ظهور جرائم لم نكن نسمع بها قبل سنوات قليلة.. تناقلتها وسائل الإعلام المختلفة.. مما يكوّن إحباطاً داخلياً يزيد مع الوقت.

## مقومات الأسرة الناجحة

- أن العواطف التي أوجدها الله سبحانه وتعالى في الوالدين نحو أبنائهما وفي الأبناء نحو آبائهم كفيلة بأن تجعل من الأسرة خلية اجتماعية مترابطة وسعيدة.
- تضامن أفراد الأسرة وتعاطفهم وتعاونهم وتوحيد اتجاهاتهم يساهم في تحقيق

الأهداف الأسرية بما يحقق الصالح العام لجميع أفرادها.

- توافر علاقات اجتماعية سليمة بين أفراد الأسرة تقوم على الاحترام والمحبة واحترام حقوق الأفراد ومراعاة القواعد والأعراف والتقاليد والقيم الاجتماعية التي يقرها الدين الإسلامي وتتماشى مع أحكامه وتعاليمه.

- توافر دخل مناسب للأسرة يكفل أفرادها مستوى معيشياً مناسباً، يؤمن احتياجاتهم الأساسية ويضمن لهم قسطاً ملائماً من الرفاهية ويدخل السعادة والطمأنينة إلى قلوبهم.

### الثقة

هي حجر الأساس لقيام العلاقات الأسرية، ثقة الأبناء في الآباء وثقة الزوج بالزوجة؛ لأن الشك يخنق الأسرة ويجعل العلاقات بين أفرادها تضعف سريعاً؛ لأن بعض الزوجات قد تشك في إخلاص الزوج، فالشك يولد سوء النية ويضعف الإحساس بالأمان، أما الثقة بين الزوجين والأولاد والالتزام والصدق والاحترام للوعود والارتباطات تسهم في ترابط الأسرة.

## استقرار وسعادة الأسرة

إن أساس استقرار وسعادة الأسرة هو أولاً الإعداد والبناء الجيد لها، ثم يأتي بعدها التفاهم والانسجام بين الزوجين والذي يكون بمراعاة كل طرف لحق الآخر وأداء واجبه تجاهه بما يرضي الله، كذلك

وكما ذكرت على الزوجين التحلي بروح التجديد والخروج من الرتابة والروتين قدر المستطاع بكل حب واحترام.

## تحديد النسل

حاربت الشريعة الإسلامية تحديد النسل وهو اكتفاء الزوجين بعدد معين من الأطفال قد يكون واحداً أو اثنين، وهذه الدعوة (تحديد النسل) نشأت في غير ديارنا وضربت بجذورها عندنا وأصبح لها دعاة ومفتونون.. لكن لا مانع من تنظيم النسل، وفرق بينه وبين التحديد إذ إن التنظيم يقصد به ترتيب الفترات بين كل مولود وآخر وليس هناك مانع شرعي من هذا الأمر بحيث تستريح الأم فترة معينة وحتى يأخذ الطفل حقه من العناية.

## إنشاء البيت السعيد

إنّ الحب والاحترام والثقة والمصارحة والحوار الإخلاص والوفاء والصدق والأمانة والتضحية والتسامح دعائم ومرتكزات مهمة لإنشاء البيت السعيد، وتترجم هذه المشاعر النبيلة بكلمة حلوة ولمسة حانية ونظرة المحب وبهذا نكون قد وصلنا إلى الإشباع العاطفي الذي يؤجج مشاعر الحب ويديم الود ويجدد العهد بين أفراد الأسرة.

## الاحترام المتبادل

يمتد أثر الاحترام المتبادل عميقاً في نفوس الأبناء ليعيش البيت الاستقرار والثبات في وجه العواصف التي تمر بأغلب البيوت، بل تتميز بأبناء أسوياء تبتعد عنهم الأمراض النفسية : كالإكتئاب والقلق والعنف فتكون عندهم القدرة على خوض الحياة بخطى واثقة وثابتة. وهنا يجب أن نتذكر جيداً أن الأبناء يحسون ويشعرون من صغرهم بنوعية العلاقة بين والديهم فيتأثرون بها.

## التواصل الأسري

هو الاتصال الذي يكون بين طرفين (الزوجين) أو عدة أطراف (الوالدين والأبناء) والذي يتخذ عدة أشكال تواصلية : كالحوار والتشاور والتفاهم والإقناع والتوافق والاتفاق والتعاون والتوجيه والمساعدة. ويعني التواصل في أبهى صورته ذلك التوحد بين الأفراد

والتفاعل ؛ حتى يصبحوا أصحاب لغة واحدة ومفاهيم موحدة، أو على الأقل مفاهيم متقاربة وهنا تستقر البيوت.

### كوني خفيفة الحركة

صحيح أننا نستمتع جداً بزيارة الأهل ومنتظرها بفارغ الصبر، لكن هذا لا يعني أن نجلس طوال الوقت نثرثر مع أخواتنا فيما تكون الأم في المطبخ هي ومن يوجد من أهل البيت من أخت أو زوجة أخ!! هل ترضين لنفسك هذا؟ إن كنت زوجة أخ!! فما بالك بالأم!! كوني خفيفة الحركة، قدمي القهوة، شاركي في فرش السفارة، ورفعها.

### غياب الدور التوجيهي

تجد أن الآباء والأمهات وإن حضروا بالتدرج لكن يغيب دورهم التوجيهي، فتجد الأب في بيته لا يكلم أبناءه.. لا ينصحهم.. لا يرشدهم.. لا يعاقبهم.. لا يتلطف معهم، والأم كذلك لا توجه ولا تلفت النظر، وإنما يترك الأبناء مع الأسف الشديد حائرين بين وسائل الإعلام أو الصديق أو الشارع.

## شكوى الآباء من تمرد الأبناء

تجد كثيراً من الآباء يشكون من التمرد، يقول لك : الابن خرج من طوعه، لماذا ؟ ما أحسن الأسلوب وواجهه المواجهة، ثم حصلت هناك المواقف النفسية والعداء، وحتى نوع من التطور أن يكون مجابهة بين الابن وأبيه، وكم تجد من الأبناء من انتهى! - يعني كما يقولون - خرج من دائرة السيطرة والتوجيه مطلقاً بسبب هذه المعاملات.

## الأولاد غرس الآباء

وثمرات أفئدتهم، فإن كان الوالد حريصاً على رعاية غرسه وتعاوده وحمايته من الآفات التي قد تفسده أو تهلكه، فإنه يكون غرساً صالحاً مثمراً نافعاً بإذن الله، وإن أهمله وتركه ولم يعطه حقه من الرعاية والعناية، فإن مصيره في الغالب هو الهلاك والبوار، فيشقى بنفسه ويشقى والديه ومجتمعه من حوله.

## إحكام الزمام

نعني به جدية الوالدين في الحياة الأسرية، وإتقانهم لوظائفهم وقيامهم بمسؤولياتهم تجاه الأسرة والمجتمع، مع قوة ربط الأسرة بمحورها ودفعها لتحقيق أهدافها وحثها إلى الوصول إلى غاياتها.

## نظام وقواعد البيت

لكل بيت نظام وقواعد تربوية يتعامل على أساسها الجميع ويعيشون من خلالها وبها، ومنها يتبين ما يجب على كل فرد وما يستحق وماذا يحدث لو لم يتم المطلوب لسبب أو لآخر، والقياس هنا على المجتمع والمدرسة والعمل، فكل هذه الأماكن لها قواعد تسيير بموجبها وتتظم الحياة فيها من خلال هذه الأنظمة والقواعد، ولو غابت فإن الحياة داخل هذا المكان ستكون صعبة للغاية.

## الزواج

أساسه المودة والرحمة بين الزوجين، وبهما يتحقق السكن والطمأنينة، وإن كانت مسؤولية بناء البيت المسلم تقع على عاتق الزوجين معاً، فإن الزوجة تتحمل الجزء الأكبر من هذه المسؤولية، فهي المعينة لزوجها على الخير، وهي الأم الحنون الناصحة لأولادها، وهي المواسية في وقت الشدائد.. لذا لا تقوم البيوت المثالية بدون الأمهات الصالحات والزوجات المطيعات.



## معالم البيت المسلم

هناك ثلاثة معالم ينبغي أن تتوفر في البيت المسلم هي : (السكينة والمودة والتراحم) فالسكينة تعني الاستقرار النفسي بحيث تكون الزوجة قرة عين لزوجها، لا يعدوها إلى أخرى، كما يكون الزوج قرة عين لامرأته لا تفكر في غيره. أما المودة فهي شعور متبادل بالحب وذلك يجعل العلاقة قائمة على الرضا والسعادة، ثم يجيء دور الرحمة التي هي أساس البيوت المطمئنة.

## الخبرات الحياتية الضحلة

المثاليات النظرية التي يعيشها قسم كبير من الناس تؤدي بهم إلى الاعتقاد أن الأمور تجري بطريقة سحرية، والواقع أن الحياة مليئة بالمصاعب التي يمكن التغلب عليها بالتفاهم والمودة والصبر والتعاون وإدراك أبعادها الحقيقية، أما الأسرة التي تصدق ما يعرض في المسلسلات وهي تعرض الحياة أزهاراً لا أشواك معها فهذا كذب ووهم لا حقيقة له.

## الهدف من الأسرة

إن الهدف الكبير من الأسرة هو الظفر بنعمة السكينة الإيمانية بعيداً عن التصورات المغلوطة للعلاقات الأسرية، لكن ومع الأسف الشديد نجد أكثر الأسر تقوم بتصوير البيت

حلبة صراع لا بد أن يحتلها الرجل ولا بد أن تحتاط لها المرأة، فهي بصمات نفسياتٍ مقهورة تحاول الامتداد في الأسر الجديدة؛ للعيش في الرغبات النفسية المكبوتة مما جعل بيوتنا قلقه دائماً وتعيش حالة استنفار.

### أسباب استقرار الأسرة

- وجود مرجعية شرعية يخضع لها الجميع.
- توسيع الخبرات الحياتية وإدراك الواقع.
- الاستزادة الدائمة من الخير مهما قلت.
- التصور الصحيح للعلاقات الأسرية.
- الحسم والجزم مع ناشري وحاملي وموزعي ومعرزي السلبيات في المجتمع.
- نسيان الأم الماضي والاستئناف من جديد.
- فهم الفروق الفردية واختلاف النفسيات.
- بناء القدوة العملية.
- تمييز الاستثناء من القاعدة وتقدير الضرورة بقدرها.
- معرفة النعمة والحرص عليها.

## حمل سقف البيت

يشارك الزوج والزوجة والأبناء في حمل سقف البيت، والسقف هو الظل والستر والخصوصية. فالبيوت التي بلا سقف بيوت مكشوفة مستباحة تنهشها العيون، وتأكلها الألسنة! فأرجو أن تكون الرسالة وصلت.

## الجب مادة البيت اللاصقة

يظل الجب في البيت هو المادة اللاصقة التي تجمع مفردات البيت، إنه " الأسمنت " الذي يجمع ويلصق أحجار البيت ويكون حوائطه وسواتره. الجب هو الذي يجعل من أفراد البيت بناءً مترابطاً، له شكل وقوام وجمالية خاصة. كما يمنح البيت قوة وصلابة وتماسكاً وصموداً أمام الرياح والعواصف وضغوط الحياة واختلاف وجهات النظر إلى غير ذلك من المعائر التي تتعرض لها البيوت الخالية من الحب والعطاء!

## الزلازل والمياه الجوفية

قد تتعرض البنايات لعوامل الهدم والتخريب التي تأتيها من الخارج كالعواصف والزلازل، لكنها قد تتعرض لعوامل النخر والتفتت من الداخل كتسرب المياه الجوفية إلى أساسات البناية، والحياة الزوجية تواجه ذات الخطرين، فقد تأتيها المتاعب من الخارج،

وقد تأتي من داخلها، فتعمل فيها ما يفعله السوس في جذع الشجرة، ولعل عوامل الهدم الداخلية أكثر إيلاًماً، وأشد مرارة، وأعمق جرحاً.

### البيوت العامرة بالحب

تختلف عن البنايات الحجرية، فهي تزداد مع الأيام صلابة وقوة على حين تتفتت الأحجار كلما طال بها الزمن. لذلك قيل: بيوت الحب أقوى من الحديد والصلب وخاصة إذا وجد فيها أطفال وأبناء.. وتقوى صلابة بوجود الآباء والأمهات، ولك أن تتأمل حالة الأسرة بعد فقد أو رحيل والدها الغالي أو أمهم الحنون.

### المشاحنات اليومية

لا يكاد يخلو بيتٌ من بيوتنا من بعض مشاحناتٍ وخلافاتٍ، أو مشاكلٍ أسريةٍ صغيرة أو كبيرة، وغالبية هذه المشاحنات تأتي من كثرة الاحتكاك اليومي المباشر، وقد تمر تلك الخلافات ببساطة، وتعتبرها الأسرة من قبيل تجديد العلاقات، وقد لا تمر في بيوتٍ أخرى.

## الشوق الأسري

هل جربنا أن نشتاق إلى بعضنا بعضاً ؟ الزوجة تشتاق إلى زوجها والعكس، الأب يشتاق إلى أولاده، والأولاد كذلك؟ لا أعني أن نهجر بعضنا بعضاً، أو أن نبتعد ؛ لنشعر بهذا الإحساس، كلاً، سنشعر بالاشتياق ونحن يضمننا بيتاً واحداً، أو تجمعنا غرفة واحدة، إحساس سنصنعه بأنفسنا لأنفسنا، إنه حوارٌ داخلي ذاتي، أسأل نفسك كأب وأنت كأم- إذا كانت مشاعر الشوق والاحتياج والخوف من الفقد حاضرة في الأسرة فستخمد نيرانُ الغضب، وسيفرُّ إبليس من البيت الذي يشتاق فيه كلُّ فردٍ إلى الآخر، ويبذل من أجله ما يستطيع ليشعر الجميع بالسعادة، السعادة التي كثيراً ما تكون بين أيدينا ثم نبحث عنها بعيداً حيث السراب والوهم دعونا نجرب أن نشتاق ونسعد، وننسى كل ما يعكر ذلك.

## الخلافات الأسرية

قد تصل في بعض الأحيان الخلافات الأسرية إلى تدمير الأسرة أو تشريد الأطفال، أو غير ذلك من الآثار السلبية المخيفة ؛ ولكي تذوب تلك الخلافات ويهدأ صفو الحياة تذكر لحظة الفراق من هذه الدنيا.. فكيف سيكون حال الأسرة لو مات ابنها في حادث.. أو أمها الحنون بمرض.. أو أبوهم الغالي فجأة؟! فمن الآن لا داعي للخلاف والفرقة، والواجب أن تذوب الخلافات، ويهدأ القلب، وتتجدد الحياة.

### البيت السعيد

ليس شرطاً أن يكون قصراً ليس شرطاً أن يمتلأ بالأموال والمأكولات والمشروبات، ولكن يكفيه الكفاف والرضا بالمقسوم شعاره قول النبي صلى الله عليه وسلم: " مَنْ أَصْبَحَ آمِنًا فِي سِرْبِهِ، مُعَافَى فِي جَسَدِهِ، عِنْدَهُ طَعَامٌ يَوْمَهُ، فَكَأَنَّمَا حِيزَتْ لَهُ الدُّنْيَا " .

### البيت السعيد

سعادته وأنسه ولذته في ذكر الله والصلاة. قال صلى الله عليه وسلم: " عليكم بالصلاة في بيوتكم فإن خير صلاة المرء في بيته إلا المكتوبة " .. فمن الآن احرص على صلاة النوافل في بيتك.

### رعاية شجرة الحب

مع زحمة الحياة وتصارع وتيرة الهموم والأهداف والطموح قد ينسى الزوج أو تنسى الزوجة أهمية رعاية شجرة الحب بينهما، وقد يظنان أن العلاقة بينهما قوية ومتينة وأن الحب راسخ، ومع مرور الأيام تضعف الشجرة وتصبح عرضة لأي ريح عاصفة تسقطها، وتدمرها وينهار البيت والسبب هو جفاف المشاعر.

## دعوا الهموم خارجاً

لا تدعوا الهموم التي تنمو خارج أسوار البيت، وبعيداً عن شؤونها أن تتسرب إلى داخلها، فتتراكم عليكم الهموم الداخلية لتشكل معاً معول الهدم في كيان أسرركم الصغيرة الجميلة التي تريدونها أن تحيا سعيدة، رغيدة، هانئة، فلا ترضوا للبت بأن تنعزل في غرفتها مهمومة أو يخرج الابن للشارع مكلوماً.

## السعادة

مطلب إنساني فطري مَهَمًا كان نوع هذا الإنسان وجنسه، غير أن مفهوم السعادة عند الناس يختلف من شخص لآخر، والقاسم المشترك عند الكثير هو المادة.. وهناك أمور كثيرة يقوم عليها بناء الأسرة السعيدة وتتوطد فيها العلاقة الزوجية وتبتعد فيها عن رياح التفكك وأعاصير الانفصام، وهذه الأسس يمكن إجمالها في الإيمان بالله تعالى وتقواه، والمعاشرة بالمعروف، ومعرفة كل من الزوجين حق الآخر.

## السعادة الشخصية

هناك اختلاف في الآراء حول تعريف السعادة الشخصية، فمنهم من يرى أنها في الثراء أو السلطة أو في الحب، ولكن لم يختلف أحد على أن سعادة الأسرة تتطلب أسساً تُقوي من بنائها وتُشعر كل فرد فيها بالاستقرار والمساندة والحب والمسؤولية، ومن الممكن

أن تكون هذه الأسس دليلاً لسعادة كل فرد في الأسرة، فلنتعرف على هذه الأسس لتكون دليلاً لسعادتنا وفرحتنا في آن واحد :

- العاطفة : إن وجود العاطفة التي تقوي الروابط بين الوالدين والأبناء من مودة ورحمة وثقة واحترام متبادل، يُعد مسكناً للنفس واستقراراً للحياة، وأنساً للأرواح والضماير، وهي تتجسد وتظهر من خلال التصرفات، وهذه العاطفة الدائمة من خلال تقاسم أعباء الحياة اليومية، والمشاركة في أفراحها وأتراحها، تحقق التفاهم والسعادة، وقد أصبحت ضرورية جداً لسعادة الأسرة.

- المعاملة : إذا تعود الأطفال على مشاهدة رقة المعاملة بين الوالدين فسوف تصبح بالنسبة لهم طبيعة ثابتة، كذلك من المهم مُعاملة الآباء للأبناء بطريقة رقيقة، فالشدة المبالغ فيها والصرخ بصورة دائمة والألفاظ السيئة، والشتائم، قد لا تأتي بالنتيجة المطلوبة، بينما رقة المعاملة ومحاولة التفهم هي أفضل الوسائل لتربية الأبناء وتحقيق السعادة.

- المشاركة : في الأسرة لا بد من توزيع الأدوار والمسؤوليات بين الزوجين وحتى بين الأبناء، فكل واحد منهم سيتحمل بهذا دوراً يقوم به دون أن يُسبب ضغطاً على الطرف الآخر، وكذلك المرأة الآن تقوم بأعمال البيت إلى جانب عملها في الخارج، لذلك فهي بحاجة إلى محاولة إشراكها في اتخاذ القرارات المهمة في البيت، وهنا يترسخ مبدأ المساواة أيضاً ويقوى بناء الأسرة وتسعد.



- النظام : إن تنظيم العلاقات بين الآباء والأبناء يساعد على فهم المعنى الحقيقي للأخذ والعطاء وكيف يحدث التوازن بينهما، وهذا يُقلل من فرص الأنانية بين أفراد الأسرة ويدفعهم إلى طريق النجاح، والنظام ضروري في تحديد مواعيد وساعات وجبات الطعام، وأوقات النوم، والعودة إلى المنزل ؛ تجنباً للمشاكل والمشاحنات، وبهذا تتحقق السعادة بين الآباء والأبناء.

- التسامح : ما دام الانفعال أو الغضب أو سوء التفاهم أمراً وارداً في داخل كل أسرة، فلا بد إذًا من أن يتعلم كل فرد فيها التسامح مع الآخرين، وأن يواجه بحكمة، ولعل أفضل تصرف هو تجنب الاستمرار في المفاضبة، والانسحاب من المواجهة إلى أن تهدأ الأعصاب الثائرة، وينطفئ الغضب، ومن ثم محاولة الحديث والمناقشة بعد فترة الهدوء، وشرح وجهة النظر وعدم العودة إلى التحدث فيها مرة ثانية.

- التضحية : من أهم المهمات لسعادة الأسرة، يتمثل في بعض التنازل من قبل أحد الزوجين للآخر والعطاء والتضحية مقابل أخذ القليل من أجل المصلحة العامة من دون مبالغة في هذا الأمر ؛ حتى لا يظهر الطرف المتنازل في موقف الضعف ؛ لأنه يلقي كل أفكاره ورغباته لصالح الآخرين، فمن المهم أن يشعر كل شخص في الأسرة بأنه يأخذ ويعطي في الوقت نفسه.

- المرح : لا بد من إشاعة المرح في الأوقات السعيدة والظروف العصيبة التي تمر بها الأسرة على حد سواء، فالمرح مهم في وقت النجاح، كما أنه مهم في وقت الضيق

؛ لتخفيف الضغط العصبي عن أفراد الأسرة في حالات الفشل، ولا بد لذلك من تهيئة الأجواء اللازمة التي يبتغيها أفراد الأسرة ويطلبون توافرها ؛ كي تستكمل أجواء الفرحة والحبور ويسود جو من الدعابة والمرح والذي غالباً ما يكون شائعاً في الأسرة السعيدة.

### الحوار بين أفراد الأسرة

من المهم أن يوجد الحوار بين أفراد الأسرة ؛ لأن أسلوب الأوامر والزجر لا يُعطي الفرصة لوجود علاقات قوية بين الأزواج وزوجاتهم أو بين الآباء وأبنائهم، وقد يشعر الأبناء في هذه الحالة بعدم حب الآباء لهم مما يدفعهم إلى الانحراف في مرحلة المراهقة، فوجود مثل هذا الحوار ومعرفة ما يدور في ذهن الأبناء مهم جداً، وفهم وجهات نظرهم أيضاً، وهذا يقوي روابط الأسرة بصورة واضحة ويحقق لها السعادة المنشودة.

### الترابط الأسري

إن وجود عرى التواصل بين الأبناء وآبائهم يعد نوعاً من الترابط في الأسرة، وهذا صحيح في السنوات الأولى في حياة الأبناء، أما بعد ذلك فيجب أن يتاح لهم تكوين روابطهم الاجتماعية الخاصة من خلال الأصدقاء مع التوجيه والمراقبة ؛ لكي يتعلموا مواجهة الحياة بمفردهم والاعتماد على النفس وكيفية التصرف الصحيح، وينبغي أن يظهر الترابط في المواقف الصعبة التي تواجهها الأسرة.

## الأب بين اليوم والأمس

في الماضي كانت النظرة إلى الأب نظرة المربي الناصح، مصدر القيم والأخلاق والأمان، المثل الأعلى، مَنْ يضبط عقلانية التعامل مع الأولاد بجانب عاطفة الأم، فتستوي وتتوازن الأمور. كل ذلك كان جميلاً ؛ حتى حدث تطوّر خطير فجأة ولظروف ليس هذا مجال ذكرها، تحوّل الأب إلى شخص يقوم بعمل توكيل عام أو تفويض شامل للأُم لتربية الأولاد، على أن يكون هو ممولاً مالياً وهذا يهدم البيوت من الداخل.

## ابحث عن هدف لأسرتك

ماذا لو نجتمع كأُسرة مع بعضنا بعضاً ونضع هدفاً يشمل كل أعضاء الأسرة؟ نكتبه ونضع له خطة زمنية، ونصليّ وندعو بأن نجد هدفاً. فهو ليس بالأمر اليسير فقد يستغرق إيجاد هدف جلسات وجلسات حتى نجد فكرة، فتجمع أحلامنا وأهدافنا. إن إيجاد هدف لأسرتك ليس مستحيلاً، وتحقيقه ليس مستحيلاً أيضاً، لكن المستحيل أن ترضى بأن تعيش أنت وأسرتك من دون هدف.

## رياح المشاكل العائلية

كلنا يعلم أن رياح المشاكل العائلية تهب على كل المنازل، هناك من يستطيع تجاوزها بسهولة والآخر يقع فيها. الحياة الزوجية ليست مجال للتنافس بين الزوجين للحصول على لقب (المسيطر). هل تعلم أن السكوت وقت الغضب والصبر والحلم أنهت كثيراً من المشاكل، وأطفأت نيران الخلافات التي كان من الممكن أن تحرق بيت الزوجية وتشتت الأبناء؟!

## إذا غضبت فاصمت

قال الرسول صلى الله عليه وسلم: "إذا غضب أحدكم فليصمت" .. أعطي نفسك أيها الأب وكذلك الأم وكل فرد من أفراد الأسرة أعطها الوقت الكافي وفكر بشجاعة وانس الكبرياء وخاصة عندما تعلم بأنها ریح عابرة ليس في الحياة العائلية رابح وخسران؛ لأنها أسرة واحدة مثل السفينة في البحر تنجو بتعاون الجميع من الفرق.

## المحبة الأسرية

إن المحبة التي تملك قلوب أعضاء الأسرة تعطى الأمان وتشرح الهدف من الحياة الروحية القوية، والمحبة القائمة بين الأزواج والزوجات وبين الآباء والأبناء هي وحدها التي ستدوم وتستمر مع الأبناء مدى الحياة في الأسرة المتماسكة المتدينة؛ لأن فيه تلتقي

مشاعر المحبة المتدفقة من كلا الوالدين، وكأن الابن هو ملتقى مصب نهر الأبوة الخالدة، ونهر الأمومة الحانية العطوفة الأبدي، إنه ثمرة الحب الأسري الكبير.

### الحب بين الزوجين

كان ولا يزال دعامة حيوية لاستمرار الحياة الأسرية ونجاحها، فهذا واقع - النبي صلى الله عليه وسلم - الذي أودع الله فيه مع الخلق الفريد الشفافية والحس المرهف والعاطفة الحية والتي لا نستكف عن الترنم بها، إذ هي من مظاهر تكامل شخصيته - صلى الله عليه وسلم - واستيعابها لكل خصال الخير، ولم يعرف البشر حباً أسمى وأروع من ذلك البيت النبوي الذي يعد مثلاً للبيوت المطمئنة.

### صلاح الأسرة

إن صلاح الأسرة طريق أمان الجماعة كلها، وهيئات أن يصلح مجتمع تقطعت فيه حبال الأسرة! كيف وقد امتن الله سبحانه بهذه النعمة؟ نعمة اجتماع الأسرة وتآلفها وترابطها في أكثر من آية في كتابه العزيز، فالأسرة المتدينة محضن أمن لمن يترعع في أحضانها من بنين وبنات يمثلون حاضر الأمة ومستقبلها.

## البذرة الأولى

إن الأسرة أحد العوامل الأساسية في بناء الكيان التربوي وإيجاد عملية التطبيع الاجتماعي، وتشكيل شخصية الابن والبنت واكتساب أحدهما العادات التي تبقى ملازمة له طوال حياته، فهي البذرة الأولى في تكوين نمو الفرد و بناء شخصيته، فإن الابن في أغلب أحواله مقلد لأبويه.

## معوقات الإبداع في الأسرة

الأسرة هي المؤسسة الاجتماعية الأساسية التي تتحمل المسؤولية الأولى في تنشئة الأبناء ورعايتهم. ويتفق الباحثون وعلماء النفس على أن الأسرة هي أهم عوامل التنشئة الاجتماعية للابن، وهي الأقوى تأثيراً في شخصية الطفل وطباعه، ومن خلالها يكتسب الطفل السلوك الاجتماعي ومعظم القيم الأخلاقية والعادات التي تحدد سلوكه، وتتحكم في تصرفاته وتطبعه بطابع معين قد يلازمه طوال حياته.

## البطالة العاطفية

لا يوجد قيمة بدون جمهور، ولا يوجد رغبة بدون استمرار، ولا صدى بلا صوت، ولا عقل بدون عاطفة، ولا عاطفة صادقة بدون عمل. أصبحنا اليوم لا نعاني من البطالة

المقنعة فقط، بل امتد ذلك أيضاً إلى ما أستطيع تسميته بالبطالة العاطفية أو البخل العاطفي وذلك على الصعيد الأسري.

### الأسرة المفككة

نسبة الطلاق في المجتمع السعودي أصبحت مفرزة حسب الإحصائيات المعلنة، والبيوت المهتمة من الداخل بدأت تزيد وتعاني طلاقاً عاطفياً ليست أقل بكثير مما سبقها! وقد صارت الأسر المفككة شبحاً يهدد استقرار الحياة. فما الحل إذا لم يتواصل الآباء والأمهات مع المستشارين ومهندسي بيوتنا المطمئنة؟

### المشكلات الأسرية

كثير ما تأتي المشكلات الأسرية من سوء فهم العلاقات بين أفراد الأسرة على حقيقتها، أو من عدم تقدير المسؤوليات التي تتعلق بكل فرد. والأصعب من ذلك أن تجد حياة تهدم بينما كان بالإمكان السيطرة على الأمر بقليل من الحكمة والمعرفة بأسس الحياة الأسرية، وذلك حينما يخيم التوتر وتتلاشى ثقافة الحوار السري.

## الأسرة عماد المجتمع

إن الحقائق التي لا خلافَ عليها أنَّ الأسرة عماد المجتمع وقاعدة الحياة الإنسانية، وأنها إذا أسست على دعائم راسخة من الدين والخلق والترابط الحميم فإنها تكون لبنة قوية في بنیان الأمة، وخليّة حية في جسم المجتمع، ومن ثمَّ كان صلاح الأسرة هو السبيل لصلاح الأمة، وكان فسادها وانحلالها مناط فساد المجتمع وانهاره.

## وقت لكل واحد

يحتاج الأبناء أحياناً إلى أن يخصص الأب أو الأم لكل واحد منهم وقتاً قصيراً، يكون خلاله الابن مركز اهتمامهما على أساس أنه شخص مستقل ذو صفات متميزة، إلا أن الأخ الآخر لا يسمح لأخيه بهذا الحق فيقحم نفسه في هذا الوقت الخاص. هنا على الأب أو الأم أن يمنعا طفلهما من ذلك الاقتحام؛ لأنه تعدى بذلك على وقت أخيه وعليه أن ينتظر حتى يأتي دوره.

## نصائح للأمهات

عادة ما تتحمل الأم النصيب الأكبر من النظرات الغاضبة داخل الأسرة وقد تزيد علامات الاستياء، وأحياناً عبارات التأفف من ردة فعلها حين يفعل الأبناء ما يشوش ذهنها وهي منهمكة في العمل المنزلي. وهذا يصيبها هي الأخرى بالتوتر والانفعال



ومحاولة إسكاتهم بالقوة ورفع الصوت وأحياناً بالدعاء عليهم، فدعوة للأب كن معها قبل أن تنفجر عليك أنت.

### الأسرة في هذا العصر

إذا ألقينا نظرةً على حال الأسرة المسلمة في هذا العصر، نجد أنها قد هبَّت عليها رياح التغيير، وتسَلَّت إليها الأدواءُ الفتَّاكةُ، فأصبحت تعيشُ في جوٍّ مملوءٍ بضباب التباعد بين أفرادها الذين يعيشون حياةً جافَّةً بعيدةً عن الجوّ الأسري الحميم القائم على التعاطف والحنان والمشاعر القلبية الصادقة والاحترام المتبادل، وطفًا على السطح الأسري العناد والجفاف العاطفي.

### لكل أم وأب

لا تهشم عظام الآخرين في أسرتك حينما يتهشم قدح أو أنية، ولا تكسر رؤوس البقية حينما تتكسر مزهرية، أو ساعة منضدية مثلاً، فقيمة الإنسان ليست مساوية أبداً لقيمة أي شيء ثمين، فلا داعي لرفع الصوت وضرب الأطفال والسبب كسر كأس.

## القناعة كنز لا يفنى

ولا أسعد للإنسان من القناعة وفي الحديث: " قَدْ أَفْلَحَ مَنْ أَسْلَمَ وَرُزِقَ كَفَافًا وَقَنَّعَهُ اللَّهُ بِمَا آتَاهُ " رواه مسلم. ولقد كان من أدب الصالحات من نساء السلف أنه إذا هم الزوج بالخروج أن تقول له: (إيّاك وكسب الحرام، فإننا نصبر على الجوع ولا نصبر على النار) فهل تفعل نساء اليوم مع أزواجهن مثل هذا؟

## الصراحة

لا يمكن أن تخلو الحياة الأسرية من المشاكل خصوصاً في السنوات الأولى من الزواج، وذلك لاختلاف الطرفين في وجهات النظر والأطباع والميول فيجب علينا تقدير ذلك، ولكن المطلوب منا الصراحة في العلاقات الزوجية وخصوصاً في لحظة حدوث أي مشكله فيجب علينا طرح الأسباب والمناقشة ثم الحلول بكل وضوح وصدق ؛ حتى يتم تلافي تكرار حدوث هذه المشكلة مره أخرى في المستقبل.

## الحب الأسري

الحب صفة موجودة لدينا بالفطرة ولكن لها درجات وطرق مختلفة في إظهار مشاعر الحب بين كل فرد وآخر، فأحياناً يكون الزوج أقل من الزوجة في إظهار تلك الصفة وذلك

لطبيعة وصفات الرجل، وقد يكون أحد الأبناء أكثر حبا لوالديه والعكس صحيح. لهذا ينصح علماء التربية بضرورة تنمية الحب الأسري منذ الطفولة.

### الثقة داخل الأسرة

هذا الجانب مهم جداً خصوصاً بين الزوج والزوجة اللذين يمثلان دور الأم والأب، فإذا كانت الثقة موجودة بين الطرفين فتلك الصفة تساهم في التقليل من نسبة المشاكل، حيث إن أغلب المشاكل تكون نابعة من عدم الثقة بين الطرفين، فالثقة أساس البنين فهي تبدأ مع بداية الحياة الزوجية حتى تصل إلى القمة.

### الخصام يجايف المودة

لا شك أن الخصام يجايف المودة ويبعد الرحمة وقد يهدد أركان الأسرة، لذا على الزوجة أن تعلم أن طاعتها لزوجها في غير معصية حق من حقوقه، وإذا حصل خصام فهي بالتالي لن تطيعه ويكون عليها الإثم، فقد حثت الأحاديث النبوية على حسن المعاملة بين الزوجة وزوجها فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إِذَا صَلَّتِ الْمَرْأَةُ خَمْسَهَا، وَصَامَتْ شَهْرَهَا، وَحَفِظَتْ فَرْجَهَا، وَأَطَاعَتْ بَعْلَهَا فَلَتَدْخُلَ مِنْ أَيِّ أَبْوَابِ الْجَنَّةِ شَاءَتْ "

## الاحترام

من الصفات المطلوب توافرها في محيط الأسرة ويجب عدم تجاهل الاحترام سواء بين الزوجين أو الأبناء ؛ لأن مجرد فقدان الاحترام بين الأطراف يثير كثيراً من المشاكل وهذا لا يدل على صلاحية تلك البيئة الأسرية، فالاحترام مطلوب خصوصاً في المناقشة بحيث يحترم كل طرف رأي الطرف الآخر والاعتراض يكون بطريقة منطقية ؛ حتى تسير الأمور بالمسار الصحيح.

## ميزانية الأسرة

يوجد على النت وفي المجالات الآلاف ولربما الملايين من الأفكار المفيدة لتصميم ميزانيات فردية وأسرية تناسب الجميع، ولكن الأهم من هذا كله هو أن التقيد بالميزانية الموضوعية حتى لو كانت تستند على دخل شهري أو سنوي متواضع هو خير من لا شيء! ليس عيباً أن تدخل دورة الذكاء المالي التي تعدها مراكز التدريب للرجال والنساء.

## المصارحة بين الأم وابنتها

تربية البنت على مصارحة والدتها وبث مكنونات صدرها مع إذابة جليد الرهبة والخجل من أول وسائل الوقاية من الانحراف، فاجعلها تتحدث عن يومها ومعلماتها وزميلاتها واستمعي إليها باهتمام وتفاعل وليتسع قلبك ووقتك ولا تهوني من كلامها،

فإذا انتهت فزيني المجلس بلطيف التوجيه مع إشعارها بحنان الأم ومحبتها، فاستماع لحظات خير من ندامة حياة!

### لمة الأهل

لقد أخذتنا مشاغل الحياة الكثيرة من لمة الأهل، لكنها ما زالت تعصف بقلوبنا أحياناً تذكّرنا بأيام الطفولة الجميلة واجتماع الأهل جميعهم الأعمام والعمات والأخوال والخالات لدى الجد والجدة، نذكر تلك المشاكسات والمشاكل التي اقترفناها بلا قصد، ونذكر اجتماعنا في الأفراح وسعادتنا التي كانت تغمر قلوبنا يوم اللقاء الأسبوعي في بيت أجدادنا. فهل من الممكن أن نعيدها ؛ كي ننعم ببيوت مطمئنة؟!؟

### التغافر والتسامح حصانة البيت المسلم

قال رجل للعالم الزاهد التقي ابن السماك رحمه الله: غداً نتعاب. فردّ عليه قائلاً: بل غداً نتغافر. إن التغافر والتسامح من أهم الحصون الواقية للبيت المسلم من التصدع، وبالتسامح نحافظ على ألفة القلوب التي هي من أجل نعم الله تبارك وتعالى على عباده وخاصة بين الآباء والأمهات والأبناء والبنات.

### كيف نشجع التسامح في بيوتنا؟

- أن يكون كلاً من الزوجين قدوة للآخر وللأولاد في العفو والتسامح.
- مدارس الآيات القرآنية والأحاديث النبوية التي تدعو إلى التسامح.
- مدارس شخصيات تاريخية عُرفت بالعفو والتسامح.
- الاستماع إلى العلماء والخبراء في هذا المجال.
- تشجيع أفراد البيت المسلم على هذا الخلق.
- توضيح الأمر الإيجابي للتسامح على مستوى الفرد والأسرة والمجتمع.

### لماذا هذه الثنائية في حياتنا الأسرية؟

ولماذا يسود خطاب أنا وهو داخل الأسرة الواحدة التي ينبغي أن تقوم على قاعدة نحن؟ ومن المسؤول عن هذه الازدواجية في خطاب الأسرة؟ وكيف نعيد العلاقة الزوجية إلى مسارها الطبيعي ومقصدها الشرعي ضمن خطاب متوازن للأسرة يتجاوز فكرة حقوق وواجبات كل طرف؛ ليحل محلها التكامل والتسامح والتعاون على سلامة الأسرة وسعادتها؟

## الأسرة

- هي النواة الأولى واللبننة الأولى في بناء المجتمع الإسلامي وبناء الحياة الإسلامية.
- هي أساس المجتمع، وفي ظلال الأسرة يتربى الفرد الصالح وتنمو المشاعر الصالحة مشاعر الأبوة والأمومة والبنوة والأخوة ويتعلم الناس التعاون على الخير وعلى البر في ظل الأسرة، ولذلك أول أساس بني عليه الإسلام الأسرة يبدأ من الزوجة الصالحة، ولا يغضب علينا باقي أفراد الأسرة.

## ثقافة الهدية

- غائبة عن أذهاننا، بعيدة عن حياتنا رغم بساطتها وسهولة فهمها. هي لغة لا تحتاج لأستاذ ولا لترجمان، إنها تتكلم ببراعة وتعبر بطريقة تتميز بأناقة متناهية وذوق رفيع. إن تبادل الهدايا بين الأسرة يحدث قفزات نوعية في النفوس والعلاقات الاجتماعية وتبدلات جذرية في الانطباعات والأفكار، فالهدية فاتنة بشكلها وبعبقها، ولا يمكن أن ينافسها في الجمال إلا الكلمة الطيبة.

## الإساءة اللفظية في الأسرة على تسعة أشكال هي

- ألفاظ الزجر بصوت عال.
- ألفاظ التهديد الطعن في قدرات الطفل العقلية.

- الألفاظ التي تتمنى له الموت أو المرض.
- الألفاظ التي تشكك بنظافة جسمه وملابسه.
- الألفاظ التي تشعر الطفل بأنه ليس مقبولاً وسط العائلة.
- الألفاظ التي تسبب والدي الطفل أو تمس بكرامته المعنوية.
- ألفاظ تمس المعتقدات الدينية.
- الألفاظ التي تشبه الطفل بالجماد أو الحيوان.

### التواصل السلبي

هو ما يسمى بأسلوب دعني وشأني، أي عدم إظهار أية استجابة عاطفية دالة على التفاعل والتناغم مع مشاعر الآخر داخل الجو الأسري، وبدل من ذلك يتبع أفراد الأسرة أسلوب المساومة ويقدمون المغريات المادية؛ من أجل التخلص من الحزن والغضب.

### الانطواء والصمت

هناك كثير من حالات الانطواء والصمت في المنزل مما يشكل تأثيراً سلبياً على نفسية الزوجين والأبناء وبالتالي على الحياة الزوجية عامة. وللتوضيح هناك نوعان من الصمت :

- الصمت الإيجابي : وهو صمت تلقائي طبيعي، يعني الارتفاع فوق مستوى الكلمات



إلى المشاعر اليقينية بسمو مكانة كل منهما عند الآخر.  
- الصمت السلبي : وهو الصمت المتعمد.. صمت الرفض.. صمت الفراغ العاطفي والتبلد الوجداني.

### السعادة الأسرية

لا شيء في الحياة أهم من الصحة الجيدة والعيش في بيئة آمنة مطمئنة هي مملكة الأسرة.. كيف لا وكثيراً ما يؤكد الباحثون أن العلاقات الزوجية الإيجابية ترفع نسبة المناعة في الجسم وتقلل من خطورة التعرض لأزمة قلبية، وذلك عن طريق بقاء هرمون الضغط العصبي في مستوى منخفض.

### الكلمات الجميلة والأحاسيس الدافئة

لها تأثير كبير في استمرار الأسرة المثالية، فقد أكدت الدراسات أن اللغة تؤثر على نسبة الكورتيزول بين الأزواج والأبناء والبنات، وأن الزوجة والأم والبنات تكون أكثر حساسية للكلمات السلبية.

## الكورتيزول

هو عبارة عن هرمون مرتبط بالضغط العصبي، وكلما زاد الضغط العصبي كلما زادت نسبة الكورتيزول في الدم.



## مشاكل بداية الزواج

في بداية الزواج دائماً يواجه الزوجان مشاكل عديدة، وذلك نتيجة تعود كل فرد على نظام محدد في حياته، ولكن بعد الزواج لابد أن يتقاسما كل شيء في الحياة الزوجيات اليومية السهرات والإجازات ؛ لذلك عند إعداد نظام حياتك وتحديد خطتك يجب مشاركة الطرف الآخر في ذلك ويجب أن تضع في الاعتبار:

- مناقشة أسلوب حياتك مع الطرف الآخر.
- عدم الإصرار على شيء محدد تفضله.
- إيجاد أشياء جديدة تتشاركان فيها.



## اختلاف العلاقة

إن علاقة الابن بأبيه تختلف عن علاقة الزوجة بزوجها، فقد سمحت الشريعة الإسلامية بطلب الزوجة للطلاق إذا حرّمها زوجها من النفقة، فالزوجة لها مخرج في ذلك ولكن ابنك ما مخرجه؟ وأين يذهب لو حرّمته؟ فكّر ملياً قبل اتخاذ أي قرار، وما

أعتقده هو أن ابنك بحاجة إلى حب وحنان وعطف.

### جمال المنزل

كثيرة هي البيوت بأشكالها وهيئة تصميمها وبكل ركن ينعكس جمال المنزل على نفسيات ساكنيه، فالفوضى قد تجعل الإنسان سيء المزاج متوترًا بعض الشيء خلاف الترتيب والنظام الذي يجعل الحياة أكثر هدوء وصفاء، وبما أن الأبناء جزء لا يتجزأ من هذا البيت وهم من يملؤه فرحة وسعادة فأول ما يفكر به الآباء هو راحتهم واستقرارهم داخل المنزل.

### البيوت القديمة

لو تأملنا البيوت القديمة لوجدنا أن جميع الأبناء كانت تجمعهم غرفة واحدة خلافاً للوقت الراهن الذي أصبحت بعض البيوت تخصص لكل فرد من أفرادها غرفة خاصة به إن لم يكن جناحًا خاصًا، لكن بعض الآباء يرى من الحكمة أن يشرك فلان مع أخيه الأكبر في غرفة واحدة؛ كي يقتدي بسلوكه وكذلك البنات فالأم تحرص أن تكون ابنتها الصغرى مع الوسطى؛ حتى تكون تحت نظر أختها ولتحتك بها أكثر.

## تجنب سرطان المشاعر

- الذي يظهر في عدة أمور إن قمت بها اعلم أنه قد أصابك :
- تجنب الشكوى من الآخرين ومن أوضاع معينة في الحياة كأن تشتكي من عدم طاعة الأبناء لك، أو من صغر حجم المنزل أو من ضيق الوقت.
  - تجنب النقد الدائم دون القيام بأي تصرف إيجابي، فدائمًا تنتقد ملابس الأبناء دون أن تقدم أي بديل آخر للملابس المناسبة لهم.

## هرم التأثير

ربما تتساءل عزيزي المربي لماذا لا يستمع أبنائي لتوجيهاتي ؟ ولماذا لا تؤثر فيهم نصائحي ؟ وللإجابة على هذه التساؤلات يجب أن تتصرف عزيزي الأب على هرم التأثير، وهو نموذج يعطيك المبادئ الأولى لترفع من قدرتك على التأثير على الآخرين وخاصة عند مواجهة مشاكل أو تحديات.

## كيف تتقي الله في البيت ؟

أن تجعل الله بينك وبين زوجتك. أي : أنك تسأل نفسك قبل أي عمل : هل هذا يرضى الله أم لا؟ عندما تغضب ماذا تفعل؟ هل تترك البيت وتخرج؟ هل تعتذر؟ نعم تعتذر وتقول : إنك مخطئ ! ليس عيبًا أن تقول: أنا آسف. فارق كبير بين بيت العلاقة فيه بين الرجل

وزوجته قائمة على وجود الله بينهما، وبيت آخر يترك الرجل الشيطان يفعل ما يريد في العلاقة بينه وبين أهل بيته.

### النجاح الأسري

حتى ننجح في حياتنا الأسرية علينا أن نضع نقاطاً وأهدافاً لا نتخطاها والالتزام بها ؛ لتحقيقها حتى نسمو ونرتقي دوماً لبناء أسرة ناجحة :

- يجب أن يكون الأب والأم يسود علاقتهما الود والرحمة والاحترام المتبادل.
- على الأب أن يكون شخصية وقورة ولا نقصد شخصية عصبية.
- على الأم أن تكون حنونة مع كل أفراد العائلة.

### ضرورات أسرية

- المحافظة على التواجد الجماعي على الوجبة مهما كانت الظروف.
- مشاركة الأبناء في عمل جداول الأسرة الاجتماعية - المالية - الترفيهية.
- المحافظة على المشاعر الدينية أمام الأبناء وتنشئتهم على حبها، فالعلم والتعلم نتيجة المشاهدة والتأثر وليس الضرب والتهديد.

## أفكار أسرية

- تخصيص وقت ليس بالقصير للدردشة والنقاش مع الأبناء في المنزل ويفضل أن تكون بشكل يومي ؛ حتى يكسر حاجز الرهبة من معرفة الأهل لمشاكل الأبناء.
- البحث عن مصدر للثقة خارج البيت من قبل الأبناء دليل قاطع على أسلوب خطأ للأب والأم.
- اختيار الألفاظ المؤدبة في التخاطب مع الآخرين أو عنهم ينعكس على تربية الأبناء.

## أسرار أسرية

- تشجيع الأبناء على مواجهة المشاكل وعدم الخوف من مناقشتها مع الأسرة.
- عدم خلق حواجز وتفرقة بين الأولاد والبنات مهما كانت المميزات.
- حفظ الخصوصية لمشاكل الأبناء والاختصار بصاحب المشكلة إذا طلب أو طلبت ذلك.

## صور مقلوبة

- عندما تفتقدنا يوماً موأئدنا ونكتفي بوجبات خفيفة داخل الغرف لوحدنا فاعلموا أن الصورة مقلوبة.

- عندما يكتظ المنزل بأكثر من ثمانية أفراد ولا يرى كل منهما الآخر إلا في نهاية الأسبوع أو في آخر اليوم لتتحول منازلنا العامرة إلى فنادق ألف نجمة، فاعلموا أن الصورة ما زالت تصر على أن تبقى مقلوبة.

### الأسرة

كما هي مستودع الحب والتعاون، فهي مؤسّسة للتربية والتعليم. والتفاهم بين الأبناء والآباء مسألة ضرورية للعلاقة بينهم، وحلّ المشاكل التي تحدث، أو لدراسة الآراء والمقترحات التي يقترحها الأبناء، فالابن المخطئ لديه أفكار أخذها من علاقاته بأصدقائه وأقاربه، ومن حقّه على الأبوين والإخوة الآخرين داخل الأسرة أن يفتحوا قلوبهم وعقولهم لسماع ما عنده.

### الأسرة السعيدة

- هي تلك الأسرة التي تتفق منذ البداية على أن يكون تقوى الله هو أساس بنائها.
- هي التي يعم أركانها الهدوء والسكينة وتسود أرجائها لغة الحوار.
- هي التي يعرف كل فرد فيها مكانه ودوره وماذا له وماذا عليه.
- هي التي تنظم أوقاتها وتستغل الفرص لتنمية مواهب أفرادها.

### نصائح منزلية

- حتى تبقى مرايا الحمام صافية من الضباب: نظفها بمعجون الحلاقة.
- ضعي مرآة كبيرة في غرفة صغيرة حتى تظهر بأنها أكبر.

### لإزالة رائحة الدهان

اخلطي ملعقة كبيرة من الفانيليا في كل ٤ أكواب من الدهان. وهذا لا يؤذي الدهان أو قطعي بصلة قطعاً كبيرة دون تقشيرها وضعيها في وعاء به ماء بارد في الغرفة التي تدهن. حتى تتخلصي من الدموع عند تقطيع البصل لا تقصي جذر البصلة، اتركه فهذا هو القسم الذي يدمع العينين.

### من تجاربي في البيت

- لإزالة الرائحة من الأحذية : اصنع المعطرات الخاصة في البيت، وضع قليلاً من كربونات الصودا في قطعة قماش قطنية مع ربط الأطراف بقطعة مطاط. ضع واحدة في كل حذاء حتى الصباح.
- لا تخلط الأحذية ببعض إلا إذا كانت جافة من رطوبتها بعد الاستخدام.



## بيوت سعيدة

كيف يكون بيتي سعيداً محافظاً خالياً من الكآبة والضييق والعنف بين أفراد العائلة لأتفه الأسباب ؟ فإليك هذه الوصايا :

- المحافظة على الصلوات الخمس.
- تخصيص يوم خاص لاجتماع جميع أفراد الأسرة.
- تغير المكان المعتاد عليه لاجتماع الأسرة كمنزل أو استراحة أو غيرها.
- تعويد أفراد الأسرة على الصدق والمحبة والألفة فيما بينهم.

## النظافة

إن الفوضى التي تكون في بيوتنا خلال اليوم هي أمر طبيعي ولا يعني هذا وصف المنزل بأنه غير نظيف ؛ لأن هناك ساعة في اليوم أو يوماً في الأسبوع أو أسبوعاً في الشهر يكون للتنظيف حسب حجم البيت، والكل يساهم ويبادر في التنظيف والترتيب كاليد الواحدة.

## تناول الشاي

جميل أن تجتمع الأسرة يومياً على تناول الشاي مع فطائر منتقاة أو مصنوعة بيد الأم الغالية أو على أقل تقدير بطاطس ليز، كم ستكون جلسة أسرية تتجدد فيها معاني الحب والمودة الأسرية!

## العطر العائلي

جميل أن يكون هناك عطر للمنزل، وخاصة البخور أو مخلطات الزهور الفواحة. يشارك أفراد الأسرة بنثر أريجها في أنحاء البيت مما يعطي رائحة اليوم الجذابة ويعود الأبناء على النظافة والجمال الروحي.

## للتخلص من بقع الشمع على الملابس

ضعي كيساً ورقياً فوق البقعة ومرري المكواة فوقها وسيقوم الكيس الورقي بامتصاص الشمع فتختفي البقعة تماماً.

## تفهمي البنت

قد تتعمد الفتاة العناد مع أمها لا لشيء إلا لتثبت لنفسها ولمن حولها أنها فتاة ناضجة وذات شخصية مستقلة، فقد ترفض الابنة القيام بعمل ما ولو كان مفيداً لمجرد

المخالفة، ولكي تشعر بالاستقلالية والتميز وأنها نضجت.

### بيوت غير مطمئنة : الأسباب

- عدم تقدير المستقبل.
- روح اللامبالاة.
- سيطرة التقاليد الاجتماعية المتعفنة وقلة العلم بالدين.
- تسلط المرأة على التوجيه وإدارة البيت بشكل منفرد.
- الانشغال المتواصل.

### الابن العصبي

قنبلة موقوتة داخل الأسرة ويشكل خطراً كبيراً على اطمئنانها وخاصة إذا مارس الوالدان العنف ضد الابن أو البنت وبالتحديد المراهق، البيت له عالمه ودولته وأسرته وكل ما يملك في الحياة، فلنجرّب التعامل بهدوء مع الأبناء بل مع كل شيء وسنجد أنفسنا أكثر سعادة ونجاحاً في حياتنا ومع الآخرين وبالأخص أولادنا وأكبادنا.

## كم هو مؤلمٌ أن "يتذمّر" الإنسان ممّن يحبّ..

وخاصة أسرته التي عاش فيها ولها لكن قبل ذلك.. دعنا نتساءل.. كيف يحدث هذا "التذمّر" .. ولم يحدث!!.. وإذا حصل هذا منّا مع من نحب.. فماذا يحصل إذن على أرض الواقع مع من هم دونهم مكانة ومنزلة في قلوبنا... دعونا نفكر جدياً كيف نحب بيوتنا الجميلة -

### فن معاملة الناس

يقول صاحب كتاب (كيف تكسب الأصدقاء ؟) : أول ما ينبغي أن تتعلمه في فن معاملة الناس، هو ألا تعترض الطريق التي يستمدون منها السعادة ولا شك أن الحياة اليوم متشعبة ومعقدة بدرجة كبيرة، والرجل بخلاف المرأة يعمل ويكد ويجتهد، ويذهب هنا وهناك، ويكون مثقلاً بالهموم والمشاكل، والمرأة أيضاً بخلاف الرجل تعمل وتجتهد في المنزل، تنظف البيت وتطبخ الطعام وتعتني بالأطفال.

### ليس هناك مكان يضاهي البيت

ليس في العالم كله مكان يضاهي البيت السعيد جمالاً وراحة، فأينما سافرنا وأنّى هللنا لا نجد أفضل من البيت الذي تخيم عليه ظلال السعادة، والبيت السعيد هو ذلك البيت الذي لا خصام فيه ولا نزاع.. الذي لا يُسمع فيه الكلام اللاذع القاسي، ولا النقد

الميرير. هو البيت الذي يأوي إليه أفراد الأسرة فيجدون فيه الراحة والهدوء والطمأنينة.

### البيت السعيد

هو الأمل الذي يضعه الإنسان لنفسه ويتمناه المجتمع، حيث إنه اللبنة التي يقوم عليها أفضل بناء، وعلى الرغم مما يحيط به من قواعد ورسوم وضوابط فإنه أطف مكان يتزود فيه الإنسان بطاقات المرح والسعادة؛ لينطلق بعد ذلك أفضل وأفضل، والزوجة أو الأم هي عماد هذا البيت وهي مصدر نوره، وريحانة عطره، ونغم أرجائه، ولذلك يطول الحديث عن دورها.

### الخطأ والمخطفء

كي تطمئن بيوتنا وتقوم الأسرة صلبة قوية يجب أن نفرق بين الخطأ وبين الشخص الذي أخطأ، وهناك قاعدة تقول: فرق بين الفعل والفاعل، فالفاعل زوجي وحببيي والفعل تصرف خاطئ، وهذه القاعدة الجليلة هي إحدى طرق السعادة والتغيير الفعّال وحسن الاتصال.

## التغاضي عن الصفات السيئة

يجب على كل فرد من أفراد الأسرة التغاضي عن بعض فيما لا يحب أن يراه في الآخر، ويضع كل واحد في حسبانته أنه إذا كرهه في الآخر صفة فلا بد أن تكون فيه صفة أخرى تشفع له. وهذا هو بعينه ما أشار إليه الرسول صلى الله عليه وسلم حين قال: "لا يفرك مؤمن مؤمنة؛ إن كره منها خلقاً رضي منها آخر".

## أسعدوا أبناءكم

أيها الآباء والأمهات اسعدوا أبناءكم في كل لحظة ووقت؛ كي تمكنهم هذه السعادة القلبية من تحصيل الرضا النفسي والارتياح الذاتي والذي سيكون لهم عاملاً وقائياً عن كثير من الصدمات والتصدعات والأمراض. والسؤال الذي يطرح نفسه: هل أن الآباء السعداء سيكون أبنائهم سعداء أيضاً؟ أو الأمهات السعيدات ستكون بناتهن كذلك؟

## حديث للآباء والأمهات

حديثي إليك أيها الأب وأيتها الأم عن نعمة قد تنقلب نقمة! وعن منحة قد تنقلب منحة، وعن عطاء قد يكون شقاء! إنهم الأبناء!! هذه البراعم الناعمة والأكباد التي تمشي على الأرض التي إن لم نحسن رعايتها فلربما تمنى الأب أنه لم يرزق بهم وأنه كان

عقيماً - نسأل الله السلامة والعافية - بعد بلوغهم ١٥ سنة يجب عليكم أن تعطوا الأسرة كل أوقاتكم بدون تردد ؛ كي تكون بيوتنا سعيدة.

### حفظ السر

على الوالدين أن يعلموا الأبناء حفظ السر، فليست كل الأمور يُخبر بها وتخرج، وليست كل الأسرار تفضى. فعن أنس قال : أتى عليّ رسول الله - صلى الله عليه وسلم - وأنا أَلعب مع الغلمان. قال : فسلم علينا فبعثني إلى حاجة فأبطأت على أُمي، فلما جئت قالت : ما حبسك ؟ قلت : بعثني رسول الله - صلى الله عليه وسلم - لحاجة، قالت : ما حاجته ؟ قلت : إنها سر، قالت : لا تحدثن بسر رسول الله صلى الله عليه وسلم أحداً.

### ملاحظة تصرفات الأبناء وسلوكهم

على الأبوين ملاحظة تصرفات الأبناء وسلوكهم مع بعضهم بعضاً والإصلاح في ذلك قدر الاستطاعة، فليغرس في الصغير احترام الكبير وليغرس في الكبير العطف على الصغير كما وجه إلى ذلك رسولنا - صلى الله عليه وسلم - وليعلمهم جميعاً الأدب مع بعضهم بعضاً وترك السخرية والاستهزاء من بعضهم بعضاً.

## ابدأ بتربية أبنائك منذ المهد

ولا تَوَجِّلْ أية معلومة أو نصيحة أو توجيه ليوم الغد! فقد تتركه في الغد ولا يجد من يربيه كأمه وأبيه. فالعلم في الصغر كالنقش على الحجر. فاسهرا عليه من الآن وعلماه من الآن وهو طفل صغير، ولا تقولا : غداً حينما يكبر! ولا تقولا : غداً سوف نفعله! بل من الآن وهو في مهاده.

## التعب في السنوات الأولى

من تعب في الـ ١٤ سنة الأولى على أبنائه ارتاح فيما بقي، وهي بلا شك إن أطال الله في أعماركم سنوات كثيرة تتخللها أهم وأصعب مرحلة وهي المراهقة التي يفشل الكثير في السيطرة على أبنائهم ما لم يكونوا ممن اهتموا بأبنائهم منذ الصغر وأدبهم، والذين تجدهم في أواخر أعمارهم في راحة وسعادة مع أبنائهم بينما من ترك أبنائه وحين أتت سنوات المراهقة بدأ في تربيتهم تجدهم في هم وغم جراء ما يجدونه من صعوبات.

## بناء الأسرة واستقامتها

إن من أعظم ما يؤثر في ذلك على الفرد وعلى الجماعة بناء الأسرة واستقامتها على الحق، فالله سبحانه بحكمته جعلها المأوى الكريم الذي هيأه للبشر من ذكر وأنثى يستقر فيه ويسكن إليه ؛ ليسكن إليها، فقد قال : لتسكنوا إليها ولم يقل ليسكن معها، مما



يؤكد معنى الاستقرار في السلوك والهدوء في الشعور ويحقق الراحة والطمأنينة بأسمى معانيها، فكل من الزوجين يجد في صاحبه الهدوء عند القلق والبشاشة عند الضيق.

### أساس العلاقة الأسرية

إن أساس العلاقة الأسرية الصحية والاقتران القائم على الودّ والأنس والتآلف، إن هذه العلاقة عميقة الجذور بعيدة الأماد، إنها أشبه ما تكون صلة للمرء بنفسه، بينها كتاب ربنا بقوله: " هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ " فضلاً عما تهيئه هذه العلاقة من تربية البنين والبنات وكفالة النشء التي لا تكون إلا في ظل أمومة حانية وأبوة كادحة تحتسب الأجر من خالقها.

### العلاقة بين أفراد الأسرة

إن العلاقة بين أفراد الأسرة ليست علاقة دنيوية مادية، بل هي تعاون وحب ووفاء، إنها علاقة روحية كريمة فالأبناء جمعهم رحم أم واحدة من أب كريم. وحينما تصح هذه العلاقة وتصدق هذه الصفة فإنها تمتد إلى الحياة الآخرة بعد الممات " جَنَّاتُ عَدْنٍ يَدْخُلُونَهَا وَمَنْ صَلَحَ مِنْ آبَائِهِمْ وَأَزْوَاجِهِمْ وَذُرِّيَّاتِهِمْ " .

## المعاشرة بالمعروف

إن مما يحفظ هذه العلاقة الأسرية ويحافظ عليها المعاشرة بالمعروف، ولا يتحقق ذلك إلا بمعرفة كل طرف ما له وما عليه ابتداءً بالأبَاء والأمهات ومروراً بالأبناء والبنات وانتهاءً بالأطفال، مع أننا نؤمن بأن الكمال في البيت وأهل البيت أمر متعذر والأمل في استكمال كل الصفات فيهم أو في غيرهم شيء بعيد المنال في الطبع البشري.

## توطين النفس

من راحة العقل ونضج التفكير توطين النفس على قبول بعض المضايقات والغض عن بعض المنغصات، والرجل وهوربَّ الأسرة مطالب بتصبير نفسه أكثر من المرأة وقد علم أنها ضعيفة في خلقها وخلقها إذا حوسبت على كل شيء عجزت عن كل شيء، والمبالغة في تقويمها يقود إلى كسرها وكسرها طلاقها.

## صلاح الأسرة

إن صلاح الأسرة طريق أمان الجماعة كلها، وهيئات أن يصلح مجتمع وهنت فيه حبال الأسرة! كيف وقد امتنَّ اللهُ سبحانه بهذه النعمة نعمة اجتماع الأسرة وتآلفها وترابطها. إن الزوجين وما بينهما من وطيد العلاقة، وإن الوالدين وما يترعرع في أحضانها من بنين وبنات يمثلان حاضر أمة ومستقبلها، ومن ثم فإن الشيطان حين يفلح في فكِّ روابط

أسرة فهو لا يهدم بيتاً واحداً وإنما يوقع الأمة جميعاً.



### مفتاح من حولك

كلما كبر الأبناء كان عليهم اتخاذ القرار فيما يعينهم وصار دورنا هو التوضيح والنقاش، فلكل شيء مفتاح فإذا عرفت مفتاح من حولك في البيت أجدت الدخول لفهمه والتعامل معه.



### البيت المتميز

ترسيخ القناعة بضرورة التميز لدى الأسرة، وأن كل فرد من أفراد الأسرة عنده من القدرات والملكات ما يؤهله للوصول إلى ما هو أفضل مما هو عليه الآن، وأن من العيب أن يقعد الإنسان عن استكمال نقصه ولم أر في عيوب الناس عيباً كنقص القادرين على التمام، فتترسخ القناعة بالقدرة على التميز في قلب كل فرد منها.



### أيها الآباء والأمهات

- أشعروا أبناءكم بلحظات السعادة التي عشتموها أو تعيشونها الآن.
- أظهروا هذه المشاعر وعبروا عنها بفرحكم وسروركم ربما بهدايا أو غذاء معين أو سفرة ؛ ليشعر الأبناء بسعادتكم.

- حدّثوهم عن محطات التعاسة التي عشتموها وعن الضغوطات الصعبة التي مرت عليكم، انقلوا محطة التعاسة كتجربة عشتموها.

### التسويق

علّموا أفراد الأسرة من أولاد وبنات وحتى الشغالة والسائق صفة تأجيل الحاجات. لا نعطيهم كل ما يريدون، بل نؤجل أمورًا حسب نوعها ولمدة نقدرها نحن ؛ حتى يتعلموا صفة الصبر والتحمل وحتى يؤمنوا أن ليس كل ما يطلبوه من الحياة سيحصلون عليه. فماذا يفعلون إزاء ذلك ؟ حتمًا سيحركون ذهنهم نحو معالجات مبتكرة.

### متع الدنيا

قال صلى الله عليه وسلم : " مَنْ أَصْبَحَ آمِنًا فِي سِرِّبِهِ، مُعَافَى فِي جَسَدِهِ، عِنْدَهُ طَعَامٌ يَوْمَهُ، فَكَأَنَّمَا حِيزَتْ لَهُ الدُّنْيَا ". الدنيا تختزل كلها لتصبح في بيوتنا في ثلاث : مُتَعٌ بالأمان والعافية وقوت اليوم، وهي التي يجب على كل أفراد الأسرة أن يتعاونوا من أجل تحقيقها، فإن توفرت فقد امتلكت البيوت الدنيا التي تأتي إلى البيت مرغمة ولم لا ؟ وكل أفراد البيت يتعاونون ويتشاركون ويجتهدون في الوصول إليها.

## السعادة

الإسلام لا يحول بين أن ينعم الإنسان ببيت واسع، ولذلك فالبيت ليس في صغره أو كبره إنما في الإيمان والقناعة والطمأنينة والسلوك القويم، وقد فسّر رسول الله - صلى الله عليه وسلم - هذه الصورة المضيئة الجميلة في قوله: " أَرْبَعٌ مِنَ السَّعَادَةِ : الْمَرَأَةُ الصَّالِحَةُ، وَالْمَسْكَنُ الْوَاسِعُ، وَالْجَارُ الصَّالِحُ، وَالْمَرْكَبُ الْهَنِيءُ".

## إلى كل أم وأب

- لا تدع الابتسامة الحلوة تغادر شفطيك وحتى لو كانت الهموم تغلف قلبك فاصطنع الابتسامة الحانية.
- الكلمات البذيئة والشتائم الحمقاء لا تدعها تعكر صفو الجو العائلي، ولا تجعلها تسربل الأسرة بشذوذ وفساد وتعقيد.

## جدد حبك لأسرتك

أيها الأب الكريم كذلك أيتها الأم الغالية جددا حبكما لأسرتكما، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا أحب أحدكم أخاه في الله فليعلمه فإنه أبقى في الألفة وأثبت في المودة " إذا صار الحب الأسري حبًا خالصًا لوجه الله الكريم سيرضى عنهم الله تعالى، وزرع الحب في قلوبهم وجعل بيوتهم أسعد ما يكون.

## الأمان الأسري

لكلمة (الأسرة) إحياءات تتعلق بالمحبة والحنان والدفع والحماية والرعاية والإنفاق والمسؤولية، وكل هذا يحقق الأمن الذي هو ضد الخوف " وأمنهم من خوف " ! وعندما تتلازم كلمتا الأمان والأسرة عن طريق التركيب، فهذا يعني الرغبة في تحقيق وتأكيد مزيد من المعاني التي يولدها هذا الترابط (الأمان الأسري).

## الروابط العائلية المتماسكة

وشبكة العلاقات القرابية في الأسرة كانت في السابق هي المناخ الدافئ الذي يتم من خلاله صياغة شخصية الأبناء ورعايتهم وتوفير التربية الجادة لهم، وفي الوقت نفسه توفر لهم المصدر الأساس للحب شبه مفقود، ولهذا كان الحصاد جيل الآباء الذي أسهم بجدية في بناء مؤسسات المجتمع بإخلاص وحب وإتقان.

## احذر معاقبة أحد أفراد الأسرة أمام الجميع

فذلك يوغر صدره تجاهك وربما تخسره جزئياً أو كلياً، أي لا تجعل زوجك أو ابنك مثلاً كأنه مجرم وقد ارتكب جريمة لا يمكن أن تغفر ؛ لأن هذا يجعل في قلبه شيء من

الكراهية لك، بل ضع النقاط على الحروف فعندما تعاتب الابن أو البنت حدد أو حددي بدقة الأشياء التي ضايقتك منه بمعنى أن تضع النقاط على الحروف.

### التذكير بالأذكار

جميل من الوالدين متابعة الأبناء في التزامهم بالأذكار - أقصد أذكار الصباح والمساء وأذكار الأحوال : كأذكار الطعام والنوم ودخول البيت والخروج منه ودخول الخلاء إلخ - ويمكن تعيين مسؤول لأذكار الصباح وآخر لأذكار المساء على أن يكون دوره تذكير أهل المنزل بموعد الأذكار وجلسه مع من تواجد منهم لأدائها. جربوها وستشعرون بالراحة والاطمئنان.

### ما أروع أن تبقى كأسرة واحدة!

- يداً بيد لنشر الإيجابية في بيتنا وأسرتنا
- مزيد من التقدم والعطاء.
  - مزيد من الإبداع والتألق.
  - شكر لا تكفي: كلمة شكرًا لكل زوجين يمارسان دور الأبوة والأمومة بنجاح، يحاولان ربط الأسرة بعضها ببعض بعيداً عن خلافاتهما الأسرية.

### دخول الرجل إلى بيته

"إِذَا دَخَلَ الرَّجُلُ بَيْتَهُ، فَذَكَرَ اللَّهَ عِنْدَ دُخُولِهِ وَعِنْدَ طَعَامِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ: لَا مَبِيتَ لَكُمْ وَلَا عَشَاءَ، وَإِذَا دَخَلَ، فَلَمْ يَذْكُرِ اللَّهَ عِنْدَ دُخُولِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ: أَدْرَكْتُمُ الْمَبِيتَ، وَإِذَا لَمْ يَذْكُرِ اللَّهَ عِنْدَ طَعَامِهِ، قَالَ: أَدْرَكْتُمُ الْمَبِيتَ وَالْعَشَاءَ" عودوا أفراد الأسرة على هذا الدعاء.

### طرد الشيطان من البيت

إذا شعرت أن البيت قد كثرت فيه المشاكل فاعلم أن الشيطان هناك فعليك أن تجتهد بطرده ولكن كيف؟! يجيبك على هذا رسول الله صلى الله عليه وسلم. عن أبي هريرة - رضي الله عنه - أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " لا تَجْعَلُوا بُيُوتَكُمْ مَقَابِرَ، وَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَفِرُّ مِنَ الْبَيْتِ تَقْرَأُ فِيهِ سُورَةُ الْبَقَرَةِ ".

### تفقد الأسلاك الكهربائية

هناك أمر مهم يجب الانتباه له في بيوتنا وهو تفقد الأسلاك الكهربائية قبل النوم أو بعد ذهاب الأبناء للمدرسة، فكم من بيت احترق بسبب وصلة مقلدة أو مكواة ملابس



نسي الابن أن يفصلها عن الكهرباء وغيرها من الأمثلة؟!



### أسرتك تريد إنترنت وأنت تخشى عليهم !

عندي الحل : ادخل مودم نقية نت أو ما تسمى بالشبكة الخضراء فهي آمنة جداً، ولن تخشى من أي تخوف قادم.



### تربية الحيوانات في البيوت

في الأصل لا بأس بذلك وخاصة الأرانب والطيور فهي منتشرة بشكل كبير في بيوتنا، لكن يؤسفني أن هذه التربية جنت على الأسرة بأمراض لا حصر لها من أخطرها الحساسية أو حتى أنفلونزا الطيور. إضافة للتقصير في العناية بها مما يجعلنا نحمل أنفسنا ما لا نطيع، فدعونا نتأمل تربيته بشكل منطقي وواقعي.



### روح الدعابة والمرح

مما يجعل البيوت مطمئنة نشر روح الدعابة والمرح في البيت بشكل ليس فيه سخرية من أحد أو غيبة أو استهزاء، فلقد كان النبي - صلى الله عليه وسلم - ضحاكاً بساماً يمازح أهل بيته. فعن عائشة - رضي الله عنها - أنها كانت مع رسول الله - صلى الله

عليه وسلم - في سفر، قالت: فسابقته فسبقتُهُ على رِجْلي، فلما حملت اللحم سابقته فسبقتني قال: "هذه بتلك السبقة".

### تقوية العلاقات بين كل طرف وأسرة الطرف الآخر

لأن الزواج هو امتزاج وتداخل وانصهار بين الأسر، لذلك على الزوجين محاولة توضيح الخطوط العريضة التي اتفقا عليها لتربية أبنائهم، وشرحها لأسرتيهما ؛ لأن الأبناء لن ينشؤوا في معزل عن الأخوال والأعمام والأجداد، لذلك لا بد أن يكون مسار التربية الذي اتفق عليه الزوجان واضحاً أمام الجميع حفاظاً على التوازن المطلوب.

### الانسجام والتوافق الأسري

قال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "حُبِّبَ إِلَيَّ مِنْ دُنْيَاكُمْ: النَّسَاءُ وَالطَّيِّبُ، وَجُعِلَتْ قُرَّةُ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ" فقد جمع بين قررة العين في الصلاة، ومعناها قمة القرب من الله وبين حب الزوجة، كما حقق الرسول - صلى الله عليه وسلم - ذلك الربط عملياً عندما كان يصلي على فراش عائشة، وهذا معناه أن المكان الذي يكون فيه الإنسان مع زوجته من الممكن أن يكون هو بذاته مكان قرب الإنسان من ربه دون تعارض.

## همسة للأب

إن القوامة التي جعلها الإسلام لك لا استبداد فيها ولا استعباد للأسرة، بل هي مبينة على الشورى والتفاهم بين شركاء النجاح فاحرص على أن تكون رجلاً في بيتك، فالمرأة لا تحترم الرجل صاحب الشخصية الضعيفة مهما كانت قوية الشخصية تظل بداخلها الأنثى وترغب دومًا أن تشعر بأنها أنثى يحتويها زوجها بحبه وحنانه ورعايته وشخصيته القوية. لا تكن ديكتاتورًا فتكره منك سيطرتك واضطهادك.

## همسة للأم

أنتِ نصف المجتمع وتربين النصف الآخر، إذا أنتِ المجتمع كله ولك دورك الهام بالحياة والنجاح في أسرتك وعملك وتحقيق ذاتك، ولكن لا تنسي أنكِ أنثى رقيقة حنونة تخلصي من هذه النزعة الرجولية التي تسكن داخلك وتغير ملامحك التي فطرت عليها وتشوهيها أنتِ، وزوجك قائد سفينة الأسرة، وكي تصل لبر الأمان لا تنسي الفرق أنتِ امرأة وهو رجل.

## التسامح الأسري

صفة رائعة ومملكة عظيمة قلما يتمتع بها أحدهم مهما بلغ من الطيبة والإحسان، فالتسامح أمر آخر أمر يتطلب قوة غريبة لا تتوفر إلا في أسرة لها مميزات عالية وخاصة،

كيف لا وقد خص الإسلام التسامح بأهمية كبيرة وعظم الله ثواب المسامح والكاظم الغيظ قال تعالى : "الذين ينفقون في السراء والضراء والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس والله يحب المحسنين" فكيف إذا كان داخل الأسرة الواحدة؟!

### عجائب النفس البشرية

من عجائب النفس البشرية أن نجدها وقد اكتظت بالمشاعر السلبية والحنق على أحد أفراد الأسرة تكرهه وتقاطعه وقد تدعو عليه خاصة إن وجدته يعيش حياته غير مبال بما سببه، فإن سمعت خبر وفاة ذلك الشخص انتابتها الصدمة والحزن فجأة وتبكي أياماً لم تصله فيها وانتهدت أيامه في هذه الدنيا وانتهدت حياته فنجدها وقد سامحته وتواردت فجأة إليها محاسنه وصفاته الحميدة، لماذا بعد فوات الأوان وخاصة إذا كان الأب؟

### الخرس الأسري

بيوت عامرة يسكنها الصمت، تعاني الكثير من البيوت من صمت أهلها حيث تتعطل لغة الكلام بينهم، تتصحر الألسن من الكلمات بينما يتسم كل فرد منهم مع الأصدقاء بالحديث المتدفق والكلمات الجذابة. لماذا يلوذ بعض البيوت بالصمت داخل جدرانها،

بينما يُفترض أن يكون حديقة مليئة بالأصوات الجذابة، وليس صحراء تلفها رياح الصمت؟!

### البدء بالأقرب فالأقرب

علّمنا رسول الله - صلى الله عليه وسلم - أن يبدأ الإنسان بتعليم أقرب الناس إليه ثم من يليهم وهكذا، كما هو الحال في الصدقات قال: " خير الصدقة ما كان عن ظهر غنى وابدأ بمن تعول " وقال: " ما نحل والد ولده نحلاً أفضل من أدب حسن " .

### الابتسامة بين أفراد الأسرة

تخفف ضغوطات الحياة وتعيد التوازن النفسي عند فقدانه، وبلا شك لها جمال يخترق القلوب.

الابتسامة الجميلة حينما تغيب بين الزوجين ففي الغالب ينعكس ذلك سلباً على الأبناء والنتيجة نشأة أسرة يعادي بعضها بعضاً بلمحات الوجه القاسية. الابتسامة خلق نبوي حث عليه محمد صلى الله عليه وسلم: " وتبسمك في وجه أخيك صدقة " .

## ترك الطفل وحده في البيت

- ترك الطفل وحده في البيت مغامرة محفوفة بالمخاطر؛ لأنه قد يحدث ظرف طارئ.  
هذه النصائح يجب أن تضعيها في الاعتبار:
- بصفة عامة لا ينبغي ترك الأطفال الرضع والأطفال الصغار وحدهم في البيت تحت أي ظرف من الظروف.
  - إن كان طفلك في سن تسمح له باستخدام الهاتف، يجب التأكد من أنه يحفظ رقم هاتفك للاتصال بك عند حدوث طارئ.
  - تفعيل جوال العائلة.

## الشخصية القيادية

هناك بيوت ممتلئة بالمشكلات والخلافات ومع هذا يوجد فيها واحد يحمل هم الأسرة ويحاول قدر الإمكان حلها، لكنه يفشل ويعيد المحاولة حتى ينجح. فكم هو جميل أن توجد في بيوتنا الصغيرة مثل هذه الشخصية القيادية التي يجب دعمها وقبل ذلك احترامها! فكم أصلح الله بين زوج وزوجة بسبب الابن أو البنت بدلاً من نشر الأسرار!

## المرح في بيوتنا

كثير من البيوت لا تعرف المرح إلا بحالاته الفردية، وربما ذهب الأبناء والبنات للبحث عنه عند الجيران وربما في الشارع دون مراعاة للجوانب التربوية، مما يجعل مرح البيوت مشاكل لا تنتهي مع الآخرين.



## بيوتنا والمرض

دقيقة تأمل مع المرض الذي يزور أحد أفراد أسرتنا الصغيرة وربما زارها كلها في وقت واحد، الذي بسببه نعود لخالقنا ونسأله الشفاء العاجل لمن أصيب منا. فكم هو جميل أن نعمل الرقية الشرعية مع اتخاذ الأسباب وقبل ذلك التحصين الإلهي!



## بيوتنا والمكسرات

جميل اجتماع الأسرة الكريمة يومياً على تناول الشاي مع المكسرات اللذيذة وإن كان معها بعض الحلويات فلا بأس، مما يجعل القلوب تتألف وتقرب لبعضها، فتحن نهمل ذلك مع أهميته ولو على المدى البعيد فمن الآن جربوها فإنها تقرمش.



## لا للمقارنة

يخطئ الزوج إذا قارن زوجته بأمه في تديرها للمنزل، فالذي ينصح به أن لا تقارن زوجتك بأمك في تدير المنزل، فأمك عمرها خمسون سنة أو أكثر فهي خبرت الحياة، أما زوجتك فعمرها ٢٥ سنة وهي جديدة في هذه المسألة، وأنت كذلك أيتها الزوجة لا تقارني زوجك بأبيك في إنفاقه على البيت أبوك له من العمر ٦٠ سنة وما يملكه من المال في الغالب أكثر مما يملكه زوجك، فلا تطلبي من زوجك أن ينفق عليك كما ينفق أبيك على بيته.

## الحب الأسري عند الأب أو الأم

هو المفتاح الذهبي لحلّ المشكلات مهما كانت، فعندما تمتلك ذلك الشعور الودّي تجاه الأسرة فهذا يعني أنك امتلكت المفاتيح الذهبية لحل مشكلاتك الأسرية بسهولة، ولا شك أن هذا الحب سيسهم في تذليل الصعاب التي قد تواجه أي أسرة دبّ بينهم الخلاف وتباين وجهات النظر. يجب أن تراجع نفسك في مقياس حبك لأسرتك ؛ كي تعرف أهدافك الجديدة.



## مشاعرك وحالاتك العاطفية

تؤثر في أسرتك فكن حذراً، فتربية الأبناء ليست بالأمر السهل دائماً فقد تكون واحدة من المصاعب والمشكلات الخاصة بك تقلب المنزل ظهراً على عقب، فقد تكون نفسية الأم الحنونة سيئة فتعكس على جميع أفراد الأسرة، وكذلك الأب الكريم قد يعاني همماً لا يطاق فينفجر به أمام أسرته فيقلب فرحهم حزناً وسعادتهم بؤساً، فدعونا نتعلم مهارة المجاملات الأسرية.

## المسنون

هم آباؤنا وأمهاتنا وسنكون مثلهم يوماً ما، ليتخيل كل واحد منا أن عمره سبعون عاماً ليتخيل تلك الأحاسيس تلك الآلام والتي عادة تخرج ولكننا لا نراها ولا يحس بها غيرهم. المسنون لهم الفضل بعد الله في تربيته وتنشئته التنشئة الصحيحة السليمة، هؤلاء الكبار هم الذين خاضوا متاعب الحياة وحملوا أبناءهم على أكتافهم ؛ حتى أوصلوهم إلى شاطئ النجاة فلهم منا كل الدعاء بأن يحفظهم لنا بركة الأسرة.

## الضغوط المالية

إن كثيراً من الأسر تعاني من ضغوط مالية تؤثر في استقرارها وسعادتها، لكن أغلب الضغوط المالية هي من صنع أيدينا، فنحن الذين جلبناها لأنفسنا بسوء تدبيرنا للموارد

المالية التي لدينا وبكثرة المصروفات وعدم تقديرها والتخطيط لها، ولو دققنا في المشاكل المالية في الأسرة لوجدنا أن عدم وجود بند الميزانية أو وضوحه مع أن هناك برامجًا تحتاجها الأسرة.

### العائلة وروح العمل

توجد أنواع مختلفة من العائلات، فهناك عائلة مكوّنة من أب وأم فقط وأخرى من أب وأم وأبناء، كما توجد العائلة الممتدة التي تضم الآباء والأجداد. وبغض النظر عن حجم أو شكل عائلتك فإنك بحاجة للتخطيط ووضع أهداف تسعين لتحقيقها مع أسرتك، فالأشخاص الذين لهم نفس القيم ويعملون مع بعضهم لتحقيق هدف مشترك يتعلمون الحب لبعضهم بعضًا وروح العمل الجماعي والتعاون والانسجام.

### ابتسامة الحب الأسري

عن عبد الله بن الحارث قال: ما رأيت أحدًا أكثر تبسّمًا من رسول الله صلى الله عليه وسلم. ابتسامة الحب الأسري تكون عند المداعبة اللطيفة مع الأولاد والمفاجآت السارة للبنات والتعليق المؤدب والذكريات الجميلة والانفعال الشديد والقلق والضيق، فترجم الابتسامة واجعلها على محياك فأنت بذلك تؤلف بين القلوب وتصنع الحب والمودة، وصدقني أنها تأتي حينما تتعود على ذلك وتوقن بأنها نتائجها مثمرة.

### قتل الذباب والناموس

في الصيف يكثر الذباب والناموس وقد يستخدم بعضنا الكهرباء في قتلها وحرقتها، والأحوط ترك ذلك واستخدام المبيدات الأخرى وهي أفضل وتبعث في النفس الارتياح من قتلها بهذه الصورة السيئة ولو كانت مؤذية لنا.

### دعامات البناء الأسري

أي بناء لا بد وأن يقوم على أركان ودعامات تشده وتحفظه عن السقوط، ولذا يعتبر كل عضو من أعضاء الأسرة ركنًا يشد على ركن آخر من أجل تماسك البناء الأسري، الأب يعتبر الركن الأهم الذي يقوم عليه هذا البناء فمتى توفر عنصر القوة في أبوته كان البناء قويًا وحصينًا؛ لأن الأبوة هي الركن الذي يشكل حجر الزاوية للبناء الأسري، والأم والأبناء يساهمون تلقائيًا بأن يأخذ دوره بنجاح.

### منهج التربية عند الأمهات

يحتاج إلى الحزم والشدّة الممزوجة بالحب والحنان، وبما أن الأم تتمتع بطاقة عالية من الحنان والعاطفة تجاه الأولاد فقد تؤدي بك العاطفة المفرطة في حال من الأحوال

إلى الإسراف في دلال الأطفال، مما يؤدي إلى إخفاء الخلل في الوقت الذي يتوجب عليك إذا شذ بعض الأولاد أن يحاط الأب ؛ ليقوم بمتابعة الأمر ويكفيك ما قد يستعصي عليك إصلاحه.

### الحب المتبادل

يشكل سوراً عاطفياً يحيط بأفراد الأسرة ويشيع أجواء الألفة والودّ فيما بينهم، وقد أبرزت الدراسات أهمية الحب المتبادل بين الأسرة وأطلقت عليه مصطلح الوظيفة العاطفية، ولقد سبق الإسلام الدراسات الاجتماعية الحديثة فأكد على أهمية الحب المتبادل بين أفراد العائلة وحدد العوامل التي تورث المحبة وتساعد على استمرارها كالإحسان والخلق الحسن والبشر وطلاقة الوجه.

### الأسرة الأوروبية

أصبحت الأسرة الأوروبية لا معنى لها بعد أن ضعفت عاطفة الأمومة وانحلت الرابطة الزوجية، بل يكاد يختفي رسمها وإن بقي اسمها في سجلات القانون، ففي ظلّ علاقات اجتماعية متحررة فقدت الرابطة الزوجية قدسيته من جراء موجة تبادل الزوجات التي انتشرت في أوروبا انتشار النار في الهشيم، مما يزيد التردّي الأخلاقي الذي لا تقتصر آثاره الضارة على الفرد بل تطلّ المجتمع بأكمله.

## التماسك الأسري

يُتّصف المجتمع الإسلامي عمومًا بالتماسك الأسري بالمقارنة مع مثيله الغربي ؛ نتيجة للمناعة الذاتية التي يحصل عليها أفرادها من خلال تمسّكهم بالأخلاق الحميدة التي تدفع الوالدين إلى الاحترام المتبادل، وتحت الآباء على إحاطة أولادهم بسيّاح من الحماية والرعاية، وبالمقابل تلزم الأولاد على البر والإحسان إلى الوالدين فتصبح الأسرة والحال هذه متلاحمة كسبيكة صلبة يصعب تفكيكها.

## شخصية القائد

إذا أردت أن تعرف العلاقات داخل الأسرة فانظر إلى رب الأسرة، ما هي علاقته بزوجته ؟ وما مدى قوة شخصيته ؟ وكيف يتعامل مع أفراد أسرته ؟ يقول الله سبحانه وتعالى : " الرجال قوامون على النساء بما فضل الله بعضهم على بعض وبما أنفقوا من أموالهم " فما أكثر ما قرأنا وسمعنا أن الزوجة تطلب الطلاق وعذرها أن الزوج ليس له شخصية في الأسرة.

## سفينة الأسرة

كل سفينة بحاجة إلى ربان وربان سفينة الأسرة هو الزوج، فيجب أن يعطى أحقية القيادة ويجب أن يكون ذو شخصية قوية قادراً على إدارة شؤون الأسرة وعلاقاته بكل أفراد الأسرة متينة وقوية وتكون كلمته مسموعة، أما إذا كان الأب ضعيف الشخصية بلا إرادة فلا تتوحد الآراء ولا الحلول ومن ثم تتشابك الأيدي لفرض الرأي الأقوى، وتنتهي العلاقات بانفصال بين الزوج والزوجة.

## الفروقات السطحية

كل أسرة معرضة أن تواجه المشاكل والصعاب سواء على صعيد العلاقة بين الزوجين أو على صعيد علاقة الأسرة بالمحيط الخارجي، ومن المشاكل التي ارتفع معدلها بين الزوجين هو وجود الفروقات والتباين (الشكلي). والإسلام دعا إلى نبذ هذه الفروقات السطحية والفهم الواعي والمسؤول لكل منهما للآخر، وهنا يأتي أهمية اللقاء الأسبوعي للعائلة؛ لأجل حل إشكالات الاختلاف الشكلي بطريقة سريعة قبل تطورها.

## ولا تتابزوا بالألقاب

للأسف كم كانت دائماً وسيلة لتهديب النفس وتذويب الفوارق والبغضاء مع أن المسلم لا يتنابز بالألقاب، فالسب والشتم واللسان البذيء أمور غير مقبولة في العموم،

فكيف به وهو بذئ الكلام مع زوجته وأسرته ؟ فهي من أسوأ الصفات الأسرية، لقد فصل أحد القضاة في أربعين ألف قضية خلاف زوجي، وبعدها قال هذه الجملة: (إنك لتجد التوافه - دائماً - في قرارة كل شقاء زوجي).

### العنف والتطاول في بيوتنا

لقد دعانا المعلم الأول رسول الله - صلى الله عليه وسلم - لاستعمال الكلمة الطيبة في علاقاتنا داخل الأسرة فقال: " خير الرجال من أمتي الذين لا يطاولون على أهلهم ويحنون عليهم ولا يظلمونهم " وقال: " إن الرفق لم يوضع على شيء إلا زانه ولا نزع من شيء إلا شانه " وأترك التعليق لكل فرد في بيوتنا المطمئنة أن يعبر عن شعوره بكل حيادية. هل بيتكم خال من العنف والتطاول ؟!

### الكفاح في الحياة

عندما تخسر جولة في رحلة حياتك الأسرية مع أولادك وزوجك لا تخسر التجربة ! وانهض فوراً مستبشراً، فتلك هي أولى درجات النجاح.

## الحدث في الهاتف

عندما يرن جوالك وتشاهد رقم بيتك ابتمس وأنت تتلقى السماعه، فإن محدثك على الطرف الآخر سيرى ابتمامتك من خلال نبرات صوتك.

## الحوار الأسري

فكر كثيراً، واستنتج طويلاً، وتحدث قليلاً، ولا تهمل كل ما تسمعه! فمن المؤكد أنك ستحتاجه في المستقبل.

## الاعتذار الأسري

لا تتردد في أن تتأسف لمن أخطأت في حقه، وانظر لعينيه وأنت تتطرق بكلمات الاعتذار؛ ليقرأها في عينيك وهو يسمعها بأذنيه.

## مشاعر الحب بين أفراد الأسرة

تبادل مشاعر الحب بين أفراد الأسرة يقوي رابطتها، فالحب أمر فطر الله الناس عليه، وهو رباط قوي شديد فهو السلاح الذي تشق الأسرة به طريقها المجهول في الحياة، وهو الذي يساعدها على تحمل مشاق الحياة ومتاعبها، وقد اهتم الإسلام بعلاقة الرجل والمرأة قبل الزواج وبعده وكان حريصاً على أن يجعل بينهما حداً معقولاً من التعارف



يهيئُ الفرصة المناسبة ؛ لإيجاد نوع من المودة تنمو مع الأيام مشاعر أسرتهما.

### العلاقات في الأسرة

قامت لكي تستمر مدى الحياة فهي ليست علاقة مؤقتة ليوم أو يومين، بل إنه اتصال مدى العمر وفي مسيرة الحياة الصعبة يحتاج الإنسان إلى رفيق حياة يؤنسه ويسكن إليه ويشترك معه ويؤازره في مصائبه. ولاستمرار هذه العلاقات يجب أن تكون المعاملة بين أفراد الأسرة بالحسنى ووفق الأخلاق الإسلامية الحميدة، بحسن العشرة تدوم الوصلة وتستديم المودة وتأنس الأسرة.

### التمسك بالحقوق والواجبات

إن التمسك بالحقوق والواجبات يجلب الخير لأفراد الأسرة، فبالحقوق والواجبات يعرف كل من الزوج والزوجة مسؤوليتهما تجاه الآخر، وبهذه الحقوق يستتب النظام داخل الأسرة فلا يحق لأحد أن يتصرف حسب أهوائه ويفرق الأسرة في بحر من المزاجية، حيث إن اتباع الحقوق يساعد على الاستقرار والأمان داخل الأسرة وتوضح معالم التعامل ضمن إطار من الواجبات والحقوق.

## الأبوة والأمومة

إن الأبوة والأمومة نبض الأمان الأسري ومنبع السجايا والخصال الحميدة والمرجع الوحيد للأسرة الذي به تقوم مكونات البناء فيها. كيف لا ؟ والأبوة والأمومة تمثل جانباً من جوانب الرعاية والعناية وإفاضة الحنو والرحمة على الأسرة المطمئنة. تخيلوا بعض الأسر التي فقدت الوالدين أو أحدهما كلياً أو جزئياً كيف هي حالها !!

## سوء التفاهم بين الزوجين

قد يسوء التفاهم بين الزوجين في حال من الأحوال، فعليك أيتها المرأة الأم أن تتحاشي إعلان المشادة الكلامية أمام الأولاد، كما كان على الزوج ذلك؛ لأن إعلان النزاع يخلق جواً من البغضاء والكراهية بينهم، إذ لا بد أن ينحاز بعضهم إلى أحد الأبوين، بل قد ينعكس على نفسية الأولاد الذين شعوراً بالمخاوف، مما يهدد الأسرة من مصير الفرقة والتشتت بين محوريها الرئيسيين.

## منهج الإسلام الأسري

يتصف منهج الإسلام الأسري بالثبات وعدم التغير وبالصلاحية لكل زمان ومكان، وبالمقابل إذا نظرنا إلى القوانين الوضعية في أصل نشأتها نجد أنها على الإطلاق ضيقة بحسب الجماعة التي وضعت من أجلها، ثم أخذت تنمو مع الزمن فهي عرضة للتغير

والتبديل ما تغير الزمن وتبدل، وهي تختلف باختلاف البيئة أيضاً فلكل دولة الحق في وضع القانون الملائم لها، ومن أجل ذلك لا تجد قانون دولة يصلح لدولة أخرى.

### الأخلاق

تشكل الأخلاق حجر الزاوية في إدامة التماسك والألفة بين أفراد الأسرة كمجتمع صغير وبينها وبين المجتمع الكبير، بل إن سوء الخلق يفرس في محيط العائلة بذور الخلاف، وينتج النفرة من البيت، ويولد الملل للأهل ولهذا يكثر الهروب من البيت أو الشعور بالوحدة داخل الأسرة.

### تساؤلات الأسرة

جميل أن يتسع صدر الوالدين لاستقبال تساؤلات الأسرة واستفساراتها المتكررة بكل رحابة صدر وبكل صبر وسعة بال، وحاولوا أن لا يحدث أي نزاع أو شجار واعملا على تحقيق التفاهم المطلوب بصورة تدريجية. وبالطبع فإن عليكما أن لا تكشفوا أي سر من أسرار أفراد الأسرة متجاوزين هذه القضية بكل لطف ومحبة، أسرار الأبناء أمانة عند الآباء والأمهات لا يحق نشرها وكشفها للآخرين.

## الأب المثالي

هو الرجل الكفء الذي تسعد الأسرة في ظلّاه وتتم بحياة أسرية هانئة، فليست المثالية كما يتوهمها غالب الناس منوطة بالزخارف المادية فحسب : كالقصر الفخم أو السيارة الفارهة أو الرصيد المالي الضخم، وليس هي كذلك منوطة بالشهادة العالية أو الوظيفة المرموقة أو الحسب الرفيع. كم من أب موجد في بيته، لكنه خارج الخدمة مؤقتاً أو وجوده كعدمه !

## الأم المثالية

هي التي يحترمها أبناؤها ويعطونها حقها بناء على ما تربو عليه، وهي التي تحافظ على بيتها وتسهر على راحته وكما قيل في الزوجين : إذا بحث كل واحد عن إسعاد الآخر عاشوا في سعادة، وإذا بحث كل واحد عن سعادة نفسه تعسوا جميعاً، هذه النتيجة التي نعرف بها مثالية الأم.

## حاول أن تتقرب من أسرتك

ولو بكلمة اللطف فإن في ذلك إشعاراً لها بكرامتها وقدرها عندك وعند الناس الأمر الذي يساهم في بناء شخصية لأفرادها، فهناك من يقسو على ولده بعقلية إنه إنما تربى وصار أباً مريباً ووصل إلى ما وصل إليه من الإدراك والمكانة الاجتماعية بعنف أبيه

معهُ وقسوته عليه، فالدكتاتورية أيها الأب قد تبدأ من واقع الأسرة وذلك حين يعيش رب الأسرة لنفسه ولذاته فقط.

### لا تكن ازدواجياً في أمرك ونهيك

الازدواجية أيها الأب أن تأمر بشيء وتعمل خلافه أو تنهى عن شيء وأنت تزاوله، فإن هذا يؤثر سلباً على أولادك وأسرتك؛ لأن الولد ينظر إليك على أنك قدوة له في هذه الحياة فإذا ما رأك تمارس ما تنهى عنه فستحدث عنده ردة فعل عنيفة من نتائجها: التمرد وعدم الطاعة لك.

### ما البركة؟

- البركة في المال زيادته وكثرته.
- وفي الدار فساحتها وسكينتها وهدوؤها.
- وفي الطعام وفرته وحسنه.
- وفي العيال كثرتهم وحسن أخلاقهم.
- وفي الأسرة انسجامها وتفاهمها.
- وفي الوقت اتساع وقضاء الحوائج فيه.
- وفي الصحة تمامها وكمالها.

- وفي العمر طوله وحسن العمل فيه.

- وفي العلم الإحاطة والمعرفة.

فإذا البركة هي جوامع الخير وكثرة النعم، فلا غرابة بعد ذلك أن نطلب البركة ونسعى إليها في بيوتنا.

### التخطيط يجلب البركة

وعد الله نبيه بالنصر مسبقاً وبشّره به، فكيف يمكن بعد ذلك لأي كان أن يعطل التخطيط والإعداد بمظنة منه أن البركة هي التي تسهل الأمور في حياته؟ وهل نرى اليوم العائلات تخطط لمستقبلها ومستقبل أبنائها، أم أنها تدع الأمور على البركة؟! لا شك أننا بحاجة لإعادة النظر في هذا المفهوم وبحاجة أن نخطط ونستعد للمستقبل، وبعد ذلك نتوكل على الله ونطلب منه البركة.

### بناء الأسرة

مشاركة بين فردين ولا يمكن للنجاح أن يخلق بجناحيه في سماء الأسرة إلا إذا رغب الطرفان في ذلك وسعياً من أجل تحقيق هذه الرغبة، لذا سمي كل فرد منهما زوج. فالمرأة المكونة للأسرة زوج، والرجل المكون للأسرة زوج. وكلمة زوج تعني شيئاً متشابهين لكنهما ليسا متطابقين، بل يكمل كل فرد الآخر. نجاح الأسرة يحتاج إلى دافعية إلى

النجاح واحترام متبادل وحب شديد عميق كل ذلك مدعوم بثقافة زوجية أسرية سليمة.



### الأسرة نواة المجتمع

إذا صلحت صلح المجتمع وإذا فسدت كان الخلل، لذا كان لزاماً علينا أن نحصر على توازن الأسر الفكري والاجتماعي والعاطفي؛ حتى تكون نواة المجتمع مكتملة النمو كاملة البناء، فتكون موفورة العطاء لنفسها ولكيانها الكامل حينها نستطيع أن نقول: نحن أبناء أمة تريد أن تنشئ حضارة جديدة لنفسها، أحب أسرتك تسعد أنت أولاً.



### الأسرة المثالية

- تسكن بيتاً يخلو من الضغوط والصراعات ويسوده السلام والوئام في كل زمان ومكان.
- أعضاء الأسرة المثالية منفتحون ومتفاعلون مع بعضهم.
- تبادل كلمات الود والابتسامة؛ حتى في ظل الاختلافات من أهم أخلاقياتهم.
- لا يرفعون أصواتهم في وجه بعضهم ولا يقاطع أحدهما الآخر أثناء الحديث أو التعبير عن رأيه.
- تسود أحاديثهم أجواء من الدفء الأسري والعائلي، ومن ثم الاستقرار والسكن.
- تسود أحاديثهم كلمات المدح والتندر والفكاهة والتودد.

## الأسرة الواعية بدينها

تمثل قلعة من قلاع الدين، إنها أسرة مؤمنة في سيرتها، متماسكة من داخلها، حصينة في ذاتها، مثلها الأعلى أسوة وقدوة رسول الله صلى الله عليه وسلم، أسرة قائمة على الاستمسك بشرع الله المطهر الصدق والإخلاص والحب والتعاون والاستقامة والتسامح والخلق الزكي.

## بناء الأسرة

يبقى بناء الأسرة كبناء المباني كلما كانت الأساسات سليمة كلما أطل هذا في عمر البناء وقوى دعائمه، وقد بين الإسلام أن الزواج سكن ومودة ورحمة. وقال رسولنا الكريم محمد صلى الله عليه وسلم:

" خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي " وكما بين الإسلام لكل الأطراف ما لها من حقوق وما عليها من واجبات بحيث يتحقق التكامل الأسري الشامل.

## أيام الاختبار

أيام استنفار عام، فالأسرة بأكملها تكون مقبولة رأساً على عقب في أوقات المذاكرة. الكل يريد الهروب من مطالعة أي كتاب، يريد اللعب لبضع دقائق؛ ليقتل الروتين السائد



في المنزل. يريد مشاهدة التلفاز، يتمنى أن يخرج للفسحة أن يُطالع الصحف والمجلات، فكلُّ شيء له لذته في هذه الفترة؛ حتى إن بعض الفتيات تحنُّ للطهي الذي كانت لا تطيقه وإلى التنظيف ومسح الأرضيات. عجيبٌ هرباً من المذاكرة!

### الثقة المتبادلة منشأ البيوت السعيدة

لا يمكن أن تنشأ البيوت السعيدة بدون الثقة المتبادلة بين أفرادها وفي مقدمتهم قطباً العائلة الزوج والزوجة، فالثقة هي التي تترجم القول الكريم: "هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ" ومن هنا تأتي الثقة ويفضي كل من الزوجين إلى بعضهما بعضاً، فيتبادلان المشورة ويتقاسمان الأفراح بمثل ما يتشاركان الهموم.

### بيوتنا وقيام الليل

كان للحسن بن صالح جارية فباعها من قوم، فلما كان جوف الليل قامت الجارية فقالت: يا أهل الدار الصلاة، فقالوا: أصبحنا؟ أطلع الفجر؟ فقالت: وما تصلون إلا المكتوبة؟ قالوا: نعم. فرجعت إلى الحسن فقالت: يا مولاي، بعني من قوم لا يصلون إلا المكتوبة، ردني. فردها.

## الكيان الأسري

ليس امرأة فقط وليس رجلاً أيضاً، إنما هو كيان متكامل للمرأة ووظيفة أنثوية وللرجل وظيفته المكملة، ولو تعاضدا وتشاورا وأدى كل منهما رسالته في التربية والبناء لما أصيب السواد الأعظم من الأسر بالخور والفشل والضعف والهلاك، وحينها تنشأ الأسرة على قاعدة هشة من الجهل بمقاصد الزواج السامية والحقوق الشرعية المتبادلة وفن التعامل.

## أين قيم الأسرة؟ وأين قائدها؟

إنه في الصباح يكد في عمله، وفي الظهيرة مستقل على فراشه ثم ينطلق مساء في لهو أو دنيا ولا يعود إلا مكدود الجسم مهدود الفكر، وبهذا يفقد القدرة على تربية الأولاد ويزداد الخطب حين تخرج المرأة للعمل، فيصبح البيت حديقة مهجورة على بعض أشجارها طيور يتيمة محرومة من الأب والأم، وأصبحت بعض البيوت محطة استراحة للزوجين، أما الأبناء فعلاقتهم بالآباء علاقة حسن الجوار.

## القوامة في البيوت

إن القوامة في البيوت ليست مجرد توفير طعام وشراب وملبس ومسكن، إنها مسؤولية الاضطلاع بشؤون أسرة كاملة تبدأ من الاهتمام بشؤون شريكة الحياة الزوجة أخلاقها وسلوكها، ثم لا تلبث أن تشمل الأبناء والبنات. إنها مسؤولية صنع أبناء الأمة وبناتها وإعطاء الأمة انتماءها بالحفاظ على كيان الأسرة.

## النقد الأسري في إطار المحبة

تحتاج الأسرة المسلمة إلى ممارسة النقد الذاتي والنقاش الحر في أوضاعها وشؤونها المختلفة، ومسوغ النقد هو تلك الفجوة الأبدية بين ما نفعله على أرض الواقع وبين ما يجب أن نفعله، حيث لا تستطيع أي أسرة أن تقول إن أوضاعها على ما يرام وإنها لا تشكو من أي مشكلة.

## الاستمتاع بالحب الأسري

ليس لحظة وإنما هو إحساس باللحظة، وليس هناك فارق بين عمق الأنثى وعمق الرجل وإنما الفارق بين محتوى العمق واحتماله ؛ لتراكم الأشياء القديمة وتدفق الأشياء الجديدة، لكن بعد الإنجاب فإن الأولاد لهم كذلك حب أسري لكنه من طابع آخر.

## الثقافة الأسرية الجميلة

هي ثقافة الضمير نحن، إنها ثقافة تعكس هذا التحرك من أنا إلى نحن، إنها الثقافة التي تمكنكم من العمل معاً من أجل اختيار الوجهة والتحرك إليها والمشاركة وتحقيق فرق في المجتمع عامة وربما في أسر أخرى خاصة، وإنها ثقافة تجعلك قادراً على التعامل مع القوى المؤثرة التي قد تطيح بك خارج المضمار، مثل : الطقس المتقلب خارج الطائرة.

## حاجة الابن إلى الحنان

إن الابن بحاجة دائماً إلى الحنان الأسري وعلى الأهل إعطاءه كمًّا هائلاً منه وعدم المزايدة في إرشاده بطريقة التوبيخ أو الأمر، فهناك أسلوب عليهم مراعاته بعدم فرض العقاب المباشر، وعليهم معرفة كيفية التوفيق بين استعداداتهم وبين احتياجات طفلهم في الصراعات التي يمكن أن تكون في الحياة الأسرية دون صراخ أو اللجوء إلى الضرب.

## لا فضاظة ولا خشونة

جميل أن يرفع دائماً شعار لا فضاظة ولا خشونة ؛ ليعلم أفراد الأسرة أن لا شيء يحطم سعادتهم مثل القسوة. فالحب الكبير والحنان والملاطفة والرقّة والمودة والمعاملة الراقية مهمة جداً ؛ لبناء علاقات أسرية سليمة ملؤها الدعوات الصادقة بأن يجعل بيوتنا مطمئنة.

## المحافظة على توازن الأسرة

إن المحافظة على توازن الأسرة وتقوية دعائمها مسؤولية جميع أفرادها، ولو واجهت الزوجة التي هي تمارس دور الأم على سبيل المثال صعوبة ما سببت لها الإنهاك، في الوقت

الذي يقف فيه باقي أفراد الأسرة موقف المتفرج يعطون الإرشادات والنصائح التي تأزم الموقف فتمهد لظهور الجفاء والفتور بين الزوجين، وهذا يترك أثراً سلبياً عسير الزوال.



### خصوصية الأسرة

تميز كل أسرة خصوصية فريدة تختلف عن غيرها، لكن خلق مناخ أسري يتوقف على :

- وقت الفراغ.
  - المستوى الثقافي.
  - التواصل النفسي.
- انطباعات متنوعة وبمقدور الأب والأم أن يرفع أحدهما من شأن الآخر أمام إرادة الأسرة، فإن المساعدة على إزالة عيوبهما ونقائصهما تتوقف على مستوى ذكاء كل منهما وعلى المودة التي يكنها أحدهما للآخر.



### لكي نكون أسرة ناجحة

- لن يكلفك ذلك الكثير فقط علينا اتباع الآتي :
- عدم كشف الخصوصية الأسرية أمام الغرباء.
  - ضرورة التقدير والاحترام المتبادل.

- التخفيف قدر الإمكان من أشكال اللوم والعتاب الأسري.
- عدم توجيه أي ملاحظات لأي فرد من الأسرة بحضور أناس غرباء؛ لأن هذا قد يسبب الأذى لعزة النفس والمشاعر.
- القدرة على ضبط الانفعالات والتحكم بأعصابك أثناء ثورات الغضب.



### تسليح بنيان الأسرة

- قام علماء الاجتماع بدراسة شملت مائة من الزوجات بعرض بعض الأسئلة المتعلقة بأفضل الطرق والإستراتيجيات التي تقوى العلاقات الأسرية وتمتها، كانت النتائج أن ٧٥٪ منهن أشارت إلى أن ما يسليح بنيان الأسرة هو الآتي:
- الاستعداد لمساعدة كل منهما للآخر.
  - العفو السريع.
  - توافر سمات مثل النزعة العملية والاقتصاد المنزلي.
  - وأخيراً التنظيم وتوزيع الأدوار.



### ضع نفسك مكان الآخر

- جميل أن يضع كل فرد في الأسرة نفسه مكان الآخر ويحاول أن يغوص في عالمه الخاص ويساعده على فهم ما هو جوهرى وأساسى، فقد لا يتمكن أحدهما من رؤية

تفاصيل الحياة من منظوره الشخصي :

- عدم الاختلاف بسبب أمور صغيرة.
- عدم السماح بظهور صعوبات وتعقيدات تولد الصراع.
- العمل قدر المستطاع على إيقاف الخلاف ؛ كي لا يتطور متخذاً منحى أشد خطورة، والإنسان الذكي هو الذي يعمل جاهداً على وقف الخلاف واجتثاث جذوره.

### عجز التواصل الأسري

إن عجز التواصل الأسري يعتبر حقيقة كئيبة في هذا العصر المعقد، لقد أحصى العلماء مدة التواصل الأسري فكانت حوالي مس عشرة دقيقة كل يوم، لكن كيف يمكن أن توفر الوقت الكافي للتواصل مع أبنائنا وخصوصاً بالنسبة للأسر العاملة؟ إن المخرج الوحيد لهذه المشكلة هو استخدام يوم عطلة يخصص بأكمله للأسرة.

### وصية مستشار أسري

- أن يكون باستطاعتك التنازل والتساهل، هذا شرط من الشروط الأكثر أهمية بالنسبة لنجاح العلاقات الأسرية.
- عدم التسرع في قذف بعضكم بكلمات قاسية وفضة، بل يجب أن نستخدم قدر المستطاع كلمات حسنة وجميلة فكلمات المديح والثناء مسألة مهمة جداً.

- عدم كتمان الإساءة وكتمها داخل الذات، كلما كشفتم لبعضكم عن حالات الصراع بصورة أسرع كان تأثير ذلك أقل شدة في بنیان الأسرة.

### للأم فقط

أشعري زوجك دائماً بالأمان والثقة وبأنك تتمنين أن تطول الحياة بكما معاً ومع أطفالكما، وابتعدي عن الأحقاد الأسرية فلا تحقري أعماله ولا تقللي من شأنه أو من شأن وظيفته أو شهادته، فهذه الأعمال إن وقعت فيها سوف تنسف كل عوامل المحبة والاحترام داخل الأسرة.

### لماذا نجد التحذير برقعة وإيثار مع الناس ولا نتحدث بذلك في بيوتنا ؟

من اليوم دعونا نستبدل طريقة التحدث العدائية بين أفراد أسرتنا - بل حتى مع الخادمة - تحدث بكل هدوء ومنطقية وبما يفيد ولا تكرر الكلام بدون فائدة، وابتعد عن الدعاء على الآخرين بالسوء ومن التهديد فكلا الطريقتين لا فائدة منها إلا زيادة الحقد والمشاكل، بل أهدأ الجدل بالتفاهم وأبدل الدعاء السيئ بالنصح والإرشاد. جرب ذلك وسوف تكسب.



## أعظم البلىا

قال أحد الحكماء : إن من أعظم البلىا معاشرة من لا يوافقك ولا يفارقك ، وهذا المثل ينطبق تماماً على بيوتنا الصغيرة وذلك لأن كل واحد من أفراد الأسرة يجمعه بالآخر هدف واحد ومصير واحد ، فلو وجد أحدهم سلوكاً وطباعاً لا تعجب الطرف الآخر وجب أن يعيش معه من باب المسامحة والتغافل. قال عمر بن الخطاب: أوكّل البيوت تبني على الحب؟ فلا بد من المداراة والمجاملة والمسامحة.

## زن كلامك وجمال

ليس من الحكمة أن تقول للأعور : أنت أعور ؛ لأنك إنسان صريح وبطل ولا تخاف من أحد ، بل العكس من العقل والحكمة أن تتجمل في القول ولا تقول ما يجرح المشاعر أو يكسر خاطر ، بل من الحكمة أن تجد في نفسك شعور الكراهية أو عدم المحبة والارتياح لشخص ما ومع ذلك تبش في وجهه وتتلفظ معه وتلين له القول - للأسف يوجد في بيوتنا ما هو أشد من كلمة أعور.

## الماضي صندوق من الخبرات

علينا أن نتعلم منه في حياتنا الأسرية، تجارب الحياة نكتسب منها الخبرة فلا نعيش في الماضي؛ لأننا إذا كنا نعيش مع الماضي فهو سبب أساسي من أسباب الفشل الأسري، حيث إن الماضي قد انتهى إلى الأبد ويمكننا فقط أن نتعلم منه ونستفيد من المعرفة التي اكتسبناها لا أن يخيم علينا الهم والحزن من تذكره.

## الاحترام

قيمة عالية وراقية تعبر عن الفطرة السوية وصدق المشاعر والذوق. الاحترام والتقدير من الحاجات العاطفية التي يحتاجها الوالدين، فالأب يحتاج إلى التقدير بينما الأم تحتاج إلى الاحترام. البداية من الوالدين لتأصيل أسس الاحترام الأسري والتقدير الأبوي والحنان العاطفي عند الأم، فلا ترفع البنت أو الابن صوته على واحد منهما حتى ولو بكلمة أف "وقل لهما قولاً كريماً".

الاجتماع الأسري: إن تناول طعام الغداء أو العشاء في جو أسري يمنحك فرصة رائعة للجلوس معاً وجهاً لوجه، وهذه النعمة محروم منها كثير من بيوتنا فاحمدوا الله عليها. الالتقاء اليومي على وجبات الأكل الثلاث تخلق أرواحاً بروح واحدة، فلا تتنازلوا عن هذا الاجتماع مهما كانت المصاعب والظروف.

## اختلاف وجهات النظر في الأسرة

أمر إيجابي ويعطي الأجواء العامة للبيت طبيعة ديمقراطية نسميها عندنا في الإسلام الشورى، ولكن التمسك بالرأي والإصرار على تنفيذه لا يؤدي إلا إلى المشاكل. تحدث في المواضيع التي تثير الجدل ولكن لا تتخذوا القرارات وأنتم غاضبون، هناك أمور يجب أن يكون فيها الوالدان دكتاتوريين؛ لأنه هو الأفضل للأسرة ويطول المقام بذكرها.

## احتساب النفقة

عن ابن مسعود البديري - رضي الله عنه - أن النبي - صلى الله عليه وسلم - قال :  
" إذا أنفق المسلم نفقة على أهله وهو يحتسبها كانت له صدقة " متفق عليه. (يحتسبها) :  
أي يقصد بها وجه الله تعالى والتقرب إليه. (كانت له صدقة) : أي كان له ثواب الصدقة.

## كلكم راع

الأسرة تشعر أن الوالد الكريم هو ظهرها وحماها ومصدر الأمان لديها، فإذا ما تخلى عن مسؤوليته بالنفقة على جميع أفرادها كان حتمياً أن تفقد كل إحساس بالأمان والثقة والحب لهذا الشخص، الذي تولى وأدار ظهره عن الوفاء بمسؤوليته تجاه أسرته.  
قال صلى الله عليه وسلم : " ألا كلكم راع وكلكم مسؤول عن رعيته، الرجل راع على أهل بيته وهو مسؤول عن رعيته " .

### سقوط بعض من قطرات الزيت على ملابسك

عند سقوط بعض من قطرات الزيت على ملابسك رشي القليل من البودرة - بودرة الأطفال - على بقعة الزيت واتركيها، ثم قومي بغسله ستختفي بقعة الزيت نهائياً.

### للتخلص من بقع الحبر التي على الملابس

يجب قبل غسلها أن يوضع عليها ليمون أو خل أو زيت ذرة، ثم فركها حتى تختفي البقعة ثم تغسل مع باقي الملابس.

### البيوت الهادئة

ليست كل البيوت أسقفها منهاره وأعمدتها غير ثابتة، فهناك البيوت الهادئة المستقرة وهناك الآباء والأمهات القدوة كما أن هناك ما هو خلاف ذلك.

### تأرجح الحُبِّ الأسري

إنَّ تأرجح الحُبِّ الأسري وتوسُّطه بين المتناقضات يجعل منه حالةً مأزومةً قلقة الحركة وغير مُستقرة، فهو لا يعرف الأماكن المُستقرَّة ولا يستطيع العيش في البيوت الهادئة.

## الفهرس

٥	المقدمة
٧	الزوجة
٧	الهدية
٨	بلابل وطيور
٨	أسرار الاستحمام !!
٨	دولة بدون أطفال
٩	المرأة كالنحلة
١٠	المفاتيح العشرة بين الزوجين
١٠	النساء
١١	سياسة السحر الحلال
١١	مفتاح الزوجة
١٢	مصالح مشتركة
١٢	ذاك هو الحب

١٣	جمال دائم
١٣	هي تحتاج الطمأنينة وهو يحتاج التشجيع
١٤	من المستحيلات
١٤	نفسيات زوجة
١٤	١٠ X ١٠
١٥	أصول الإتيكيت
١٦	أفضل النساء
١٦	ديكتاتورية
١٧	منظار واحد
١٧	قنبلة نووية
١٧	خاص وعاجل
١٨	ملكة البيوت
١٨	اللباقة
١٩	تزوجا من جديد
١٩	سر جمال المرأة

٢٠	المملكة
٢٠	الزوجة العاملة
٢٠	السامة
٢١	فيروس الكذب
٢١	امرأة ورجل
٢٢	أخطاء الزوجة العشرة
٢٣	أم زوجي
٢٣	ماما متى تخبريني بإجابة سؤالي ؟
٢٤	زوجي الغالي
٢٥	أحسن الزوجات
٢٥	بلوغ البنت
٢٦	آسف لصراحتي
٢٦	الاحترام
٢٦	الزوجة المخلصة
٢٧	قلب زوجتك

٢٧	خاص جداً
٢٨	العناد
٢٨	ستر العورة
٢٩	للموظفات فقط
٢٩	رسالة من زوجة لزوجها بعد وفاتها
٣٠	الهايديروكينون
٣٠	زوجتي العزيزة
٣١	صوتان لا يحبهما الزوج
٣١	الحب المستورد
٣٢	أمي
٣٢	من الأخطاء الشائعة
٣٣	سعادتك في قناعتك
٣٣	جزاك الله ألف خير
٣٣	الزواج يحتاج إلى قلوب تفيض بالمودة والرحمة
٣٤	المصاصة المطاطية



٣٤	الأطفال
٣٥	رسيضر الفلك الإسلامي
٣٥	لقمة الحب
٣٦	ذهبت ربّات البيوت بالأجور
٣٦	تَعْدِلْ ذَلِكَ كُلَّهُ
٣٧	قتل النمل داخل البيوت
٣٨	المشاعر الزوجية
٣٨	اللباقة
٣٨	نموذج فريد
٣٩	دفاء الحياة
٣٩	العاطفة
٤٠	الأب الناجح
٤٠	كن مع ولدك
٤١	الأب الناجح
٤١	احذر الدعاء على أولادك

٤٢	بدون تعليق
٤٢	المكافأة
٤٣	اتفاقية
٤٣	الزوجة الصالحة
٤٤	الرجل واقعي بطبعه
٤٤	عدم التصريح
٤٤	خلل
٤٥	التفهم الزوجي
٤٥	المرأة
٤٦	فهم خاطيء
٤٦	هدية غير
٤٧	تغير طبيعة المرأة
٤٧	الأم وابنتها
٤٧	أيتها الأم اعرفي
٤٨	هل تتحكّم الأم دائماً بابنتها؟

٤٨	كي تحبكِ ابنتك
٤٩	كي تحبكِ ابنتك
٤٩	تواصل
٥٠	العناد في بيوتنا
٥٠	صرحاء
٥١	المودة بين الزوجين
٥١	حنان لا يفقد
٥١	التشاجر أمام الأبناء
٥٢	امنح أطفالك ما بيئاً آمناً
٥٢	لأجل عين تكرم مدينة
٥٣	جميلان أنتما معاً
٥٣	حنو الزوج
٥٣	المرامية
٥٤	صمت الرجل
٥٤	هدية النجاح

٥٥	الحب الأسري
٥٥	الحب بين الزوجين
٥٦	الحب الحقيقي
٥٦	الحب غير المشروط
٥٦	استخدام الطفل للهاتف النقال
٥٧	الطفل العنيد
٥٧	شخصية غير عادية
٥٨	أتراني أديت حقها ؟
٥٨	همسة في أذن الأهل
٥٨	إزالة بقع الحبر
٥٩	تجنب بقايا الأدوية في الثلاجة
٥٩	تراكم الروائح المزعجة
٥٩	متى نعاتب أبناءنا؟
٦٠	في بيتنا مراهق
٦٠	احترام أطفالنا

٦١	الزوج والخدمة
٦١	الخدمات
٦٢	كلوا جميعاً
٦٣	حديث الأسرة
٦٣	اجتماع أفراد الأسرة
٦٤	بين الأبناء والآباء
٦٤	إذا كنت تريدان
٦٤	الطفل
٦٥	عقل الأبوين + عقل الأبناء =
٦٥	كيد شيطان
٦٦	بيوت الفقراء
٦٦	الحديث عن الصيف
٦٦	العطلة الصيفية
٦٧	نخطط للصيف
٦٧	مشكلة الحوار

٦٨	لغة الحوار
٦٨	فلنكنُ أصدقاءً أبنائنا
٦٩	أسرتك متميزة
٦٩	تهيئة البيئة الأسرية
٦٩	إتقان فن التربية
٧٠	إجازة غير سعيدة
٧٠	جلسة العائلة
٧٠	أوجب لها الجنة
٧١	الترابط الأسري
٧١	محرم المرأة
٧٢	أرهقني هذا المراهق
٧٢	البيت المثالي
٧٢	دثار الحب
٧٣	أتقبلون صبيانكم !؟
٧٣	أخطار تهدد البيوت

٧٤	تنظيف الأذن عند الطفل
٧٤	غضب معاوية
٧٤	يقولون
٧٥	العطلة الصيفية كابوس أسري
٧٥	بناء الأسرة
٧٦	قبل أن تعبر الطريق
٧٦	العقوبة لغرض التأديب
٧٦	صلة الرحم بثوبها الجديد
٧٧	حب وحنان
٧٧	طفولة
٧٨	صفحة بيضاء
٧٨	عقاب وخطأ
٧٨	خطأ وكره
٧٩	ولي أمره وصديقه
٧٩	٢+٢ بلا محاضرات

٧٩	أمي لا تضربيني
٨٠	إسعاف الطفل فاقد الوعي
٨٠	درجة حرارة الطفل
٨١	هزهزة الطفل
٨١	لا تقم بتحريك الطفل
٨١	إسعاف الرعاف
٨٢	إسعاف الكدمات
٨٢	أمر لا يجب أن تكون من شخصياتنا
٨٢	ضم طفلك إليك
٨٣	لا تحمليهم فوق طاقتهم
٨٣	حتى عند الغضب
٨٣	أنا وأبي
٨٥	أطفال بدون أسرة
٨٥	التدخل في حياتنا الشخصية
٨٦	بيوت غير مطمئنة



٨٦	للأزواج فقط
٨٦	الآباء المدخنون
٨٧	فيروس تدخل الأهل
٨٧	إجبار الفتاة على الزواج
٨٨	الإنصات إلى الأطفال
٨٨	رسول الإنسانية
٨٩	تحسين سلوك الأبناء
٨٩	عندما ترين زوجك غاضبًا ومتضايقًا
٩٠	علاج الفوضى العارمة في البيت
٩٠	بيت العنكبوت
٩٠	بيت العنكبوت
٩١	بيت العنكبوت
٩١	إذا أصيب الطفل بالغصة
٩١	بيت يقوم على الطاعة
٩٢	وهن بيت العنكبوت

٩٢	القوامة في بيت المسلم للرجل
٩٣	أمام طفلك
٩٤	الطفل كتلة من المشاعر والأحاسيس
٩٤	قد يلين قلبك
٩٤	فرق شاسع
٩٥	السكون، المودة، الرحمة
٩٥	قانون الحياة
٩٦	مساحة البيت
٩٦	اتساع المكان
٩٧	حق الجار
٩٧	العصبية الزائدة في البنت
٩٨	الأسرة السعيدة
٩٨	جلسة مع الأولاد
٩٨	تعويد الصغار على صوم رمضان
٩٩	تكليف الزوجة ما لا طاقة لها به

٩٩	كن تاجرًا في رمضان
١٠٠	أهل الزوج
١٠٠	إلى كل أب مدخن
١٠٠	الجوع لا يرحم
١٠١	لا تتخمي زوجك بالطعام
١٠١	حاولي دفع زوجك
١٠١	هل تحب أسرتك
١٠٢	علموا أولادكم ثقافة ثلاث كلمات
١٠٢	أخت الزوجة/الزوج
١٠٢	قواعد البيت
١٠٣	عندما يكبر الحب في بيوتنا
١٠٣	أוכל البيوت بني على الحب ؟
١٠٣	في بيوتنا البسيطة
١٠٤	بيوتنا والقرآن
١٠٤	بيوتنا في رمضان

- ١٠٤ صيام الطفل
- ١٠٥ مريض في الأسرة
- ١٠٥ الشغالة الكافرة
- ١٠٦ بصراحة هل يستحق الضرب؟
- ١٠٦ تريدين أن تعاقبي طفلك لن أمنعك
- ١٠٧ بيوت الأيتام
- ١٠٧ للتذكير فقط
- ١٠٧ ليالي العشر
- ١٠٨ أدعوت عليه؟
- ١٠٨ كن في حاجة أهلك بالعيد
- ١٠٨ العيد فرحة للصغير والكبير
- ١٠٩ الشراء في حدود الإمكانيات
- ١٠٩ جانب آخر من فرحة العيد
- ١١٠ التخطيط الذكي
- ١١٠ في أول أيام العيد

- ١١٠ الألعاب النارية
- ١١١ لا تنسي أطفالك بالعيدية
- ١١١ المنزل
- ١١٢ بكل صراحة
- ١١٢ الأسرة المثالية
- ١١٣ لا توجد أسرة مثالية أو واقعية
- ١١٣ أسرتي
- ١١٣ الاعتناء بالأطفال
- ١١٤ أولادنا
- ١١٤ لا يوجد شيء مثالي
- ١١٥ الأسرة المستقرة الثابتة المطمئنة
- ١١٥ الشدة في التربية
- ١١٥ المنزل النابذ للمراهق
- ١١٦ نظرة المراهق للمنزل الديمقراطي
- ١١٦ مرض الأطفال

١١٧	الحب في الأسرة
١١٧	الغضب والانفعال
١١٨	الواقع المدرسي الجديد
١١٨	احذروا عشوائية العقوبات
١١٨	الكلمة الطيبة
١١٩	عصر الانفتاح
١١٩	منعهم من اللعب خارج المنزل
١٢٠	الخلافاة الأسرية
١٢٠	محافظة الابن على الصلاة
١٢٠	تعب الحصول على المال
١٢١	غضب الأب
١٢١	افهما نفسية بعضكما
١٢١	البيت السعيد
١٢٢	وجهة نظر
١٢٢	تعطير المخدات

١٢٢	تعطير الكنيسة الكهربائية
١٢٣	الدرجة المناسبة للثلاجة
١٢٣	عملية النقد تجاه الأبناء
١٢٤	توجيه الوالد لأبنائه
١٢٤	الأمهات العاملات
١٢٤	مما لا تتم السعادة الزوجية إلا به
١٢٥	قلب الأم / الجدة
١٢٥	الكلام عن الأم
١٢٦	جلسة عائلية أسبوعية
١٢٦	لا تفرض آراءك
١٢٦	إلى كل أب وأم
١٢٧	كيف نعيد البركة إلى بيوتنا؟
١٢٧	البيت السعيد
١٢٨	بناء الأسرة السعيدة
١٢٨	المناخ المضطرب داخل الأسرة

١٢٨	الأسرة المثالية
١٢٩	لا تستعجل النتائج
١٢٩	نصائح منزلية
١٣٠	حاربي البقع بهذه الطرق
١٣٠	الحنوُ على أهل البيت
١٣١	عطري بيتك
١٣١	لتلميع الممرات وأرضية المنزل
١٣١	لإزالة خيوط الأقمشة و الشعر من السجادات
١٣١	لتدوم رائحة البخور في المنزل
١٣٢	لتفادي ضرر المعادن
١٣٢	البيوت الربانية
١٣٢	التلفزيون
١٣٣	النجاح الأسري فنّ وإدارة
١٣٣	تحديد وقت خاص للاستماع إلى الأولاد
١٣٤	ماذا تريدان من بعضكما ؟



١٣٤	الحياة المشتركة
١٣٤	مربط الفرس في البيوت المثالية..
١٣٥	بيتنا مرح
١٣٥	متابعة الأهل للمشاكل الأسرية
١٣٦	قائد الأسرة
١٣٦	تنظيم الأمور
١٣٧	العنف الأسري
١٣٧	التسامح
١٣٨	البيت الهادئ المطمئن
١٣٨	لا يوجد بيت بلا مشاكل
١٣٨	رحلة الحياة الزوجية
١٣٩	الغيرة والاختلاف
١٣٩	تنظيم العلاقات
١٤٠	رسم برنامج الحياة
١٤٠	الأب

١٤١	الحوار
١٤١	الحوار الأسري والمناقشة
١٤١	الشدة والعنف
١٤٢	صراخ الأمهات في البيوت!
١٤٢	لماذا يولد الطفل منغولياً؟
١٤٢	التسامح والعضو
١٤٣	الطلاق العاطفي وبرود المشاعر بين الأزواج
١٤٣	كن كبيراً
١٤٤	عد إلى البيت
١٤٤	احترم والديك
١٤٤	وفر مالك
١٤٥	استمتع بالحياة
١٤٥	كن صغيراً
١٤٦	تمهل أيها الأب
١٤٦	لا تصنع نسخاً مصغرة منك

١٤٧	الأطفال بحاجة إلى وقت للمرح
١٤٧	سؤال محرج
١٤٨	عيد الأضحى
١٤٨	عواصف الحياة
١٤٨	يوم عرفة
١٤٩	راتب الزوجة حق لها أم للعائلة؟
١٤٩	المحبة الأسرية
١٤٩	طرد الأب لولده
١٥٠	اترك ابنك لزمناه
١٥٠	مواطن القوة والضعف
١٥٠	المال والسعادة
١٥١	المرح
١٥١	التكيف مع الأعباء والضغط
١٥٢	البيت المثالي
١٥٢	فائدة الأعمال المنزلية

١٥٣	البيت المثالي
١٥٣	الشورى
١٥٣	الحوار الأسري
١٥٤	شاوروههم وخالفوهم
١٥٤	ما معنى الأسرة ؟
١٥٥	البيت المثالي
١٥٥	البيت المثالي
١٥٦	البيت المثالي
١٥٦	يجعل لكل واحد من الأبناء فراشه الخاص به
١٥٦	بين البيوت المطمئنة والبيوت الموحشة
١٥٦	حقوق وأولويات
١٥٧	الأسرة المثالية
١٥٧	الاستقرار الأسري
١٥٨	المساواة بين الأبناء
١٥٨	أروع مثال

١٥٩	إزالة بقع الدهون عن السجاد
١٥٩	تعرف إلى الناجحين
١٥٩	الابن الأكبر
١٦٠	أولادنا في حاجة لأمر كثيرة
١٦٠	حب الأطفال للتقليد
١٦١	أساس النجاح الأسري
١٦١	الكلمة الطيبة في بيوتنا
١٦١	أحب زوجتك وأبناءك كما هم
١٦٢	اتصال المحبة الأسري
١٦٢	الالتزام المالي
١٦٢	ميزانية الأسرة
١٦٣	خطة مالية
١٦٤	الاستشارات الأسرية
١٦٤	الاستشارات الأسرية
١٦٤	إلى كل أفراد البيت المثالي

١٦٥	للاستمتاع بأسرة ناجحة
١٦٥	واقعية الأسرة
١٦٥	فن الصداقة مع العائلة
١٦٦	الآباء في حياة الأبناء
١٦٦	الجدل والإصرار داخل الأسرة
١٦٧	إلى كل أب وأم
١٦٧	المصارحة بين الأولاد ووالديهم
١٦٨	البيت السعيد
١٦٨	السعادة بوجود الأب
١٦٨	تبادل مشاعر الحب بين أفراد الأسرة
١٦٩	سوء التصرف
١٦٩	الصمت
١٧٠	قوانين الحب
١٧٠	بيوتنا جميلة
١٧٠	درس حلو

١٧١	تعطير
١٧١	إزالة آثار الشمع عن الجدران
١٧٢	وجود المربيات والخدمات
١٧٢	قد تكون الخادمة رحمة في بيوتنا.. لكن كيف ؟
١٧٢	الجوال العائلي
١٧٣	بيوتنا كيف تكون سعيدة ؟
١٧٣	السعادة
١٧٣	قرارات أسرية
١٧٤	ابنتنا مراهقة
١٧٥	التربية بالحب
١٧٥	استقرار البيوت
١٧٥	دمار البيوت
١٧٦	سعادتك في الابتسامة
١٧٦	العدل بين الأولاد
١٧٦	التفكك الأسري

١٧٧	أعمال الحب
١٧٧	أولادنا وحرب البطاطس
١٧٨	أسرار البيوت
١٧٨	ثقافة الإحباط بين الأسر
١٧٨	مقومات الأسرة الناجحة
١٧٩	الثقة
١٨٠	استقرار وسعادة الأسرة
١٨٠	تحديد النسل
١٨١	إنشاء البيت السعيد
١٨١	الاحترام المتبادل
١٨١	التواصل الأسري
١٨٢	كوني خفيفة الحركة
١٨٢	غياب الدور التوجيهي
١٨٣	شكوى الآباء من تمرد الأبناء
١٨٣	الأولاد غرس الآباء



١٨٣	إحكام الزمام
١٨٤	نظام وقواعد البيت
١٨٤	الزواج
١٨٥	معالم البيت المسلم
١٨٥	الخبرات الحياتية الضحلة
١٨٥	الهدف من الأسرة
١٨٦	أسباب استقرار الأسرة
١٨٧	حمل سقف البيت
١٨٧	الحب مادة البيت اللاصقة
١٨٧	الزلازل والمياه الجوفية
١٨٨	البيوت العامرة بالحب
١٨٨	المشاحنات اليومية
١٨٩	الشوق الأسري
١٨٩	الخلافات الأسرية
١٩٠	البيت السعيد

١٩٠	البيت السعيد
١٩٠	رعاية شجرة الحب
١٩١	دعوا الهموم خارجاً
١٩١	السعادة
١٩١	السعادة الشخصية
١٩٤	الحوار بين أفراد الأسرة
١٩٤	الترايط الأسري
١٩٥	الأب بين اليوم والأمس
١٩٥	ابحث عن هدف لأسرتك
١٩٦	رياح المشاكل العائلية
١٩٦	إذا غضبت فاصمت
١٩٦	المحبة الأسرية
١٩٧	الحب بين الزوجين
١٩٧	صلاح الأسرة
١٩٨	البذرة الأولى

١٩٨	معوقات الإبداع في الأسرة
١٩٨	البطالة العاطفية
١٩٩	الأسرة المفككة
١٩٩	المشكلات الأسرية
٢٠٠	الأسرة عماد المجتمع
٢٠٠	وقت لكل واحد
٢٠٠	نصائح للأمهات
٢٠١	الأسرة في هذا العصر
٢٠١	لكل أم وأب
٢٠٢	القناعة كنز لا يفنى
٢٠٢	الصراحة
٢٠٢	الحب الأسري
٢٠٣	الثقة داخل الأسرة
٢٠٣	الخصام يجا في المودة
٢٠٤	الاحترام

- ٢٠٤ ميزانية الأسرة
- ٢٠٤ المصارحة بين الأم وابنتها
- ٢٠٥ لمة الأهل
- ٢٠٥ التغافر والتسامح حصانة البيت المسلم
- ٢٠٦ كيف نشيع التسامح في بيوتنا؟
- ٢٠٦ لماذا هذه الثنائية في حياتنا الأسرية؟
- ٢٠٧ الأسرة
- ٢٠٧ ثقافة الهدية
- ٢٠٧ الإساءة اللفظية في الأسرة على تسعة إشكال هي
- ٢٠٨ التواصل السلبي
- ٢٠٨ الانطواء والصمت
- ٢٠٩ السعادة الأسرية
- ٢٠٩ الكلمات الجميلة والأحاسيس الدافئة
- ٢١٠ الكورتيزول
- ٢١٠ مشاكل بداية الزواج

٢١٠	اختلاف العلاقة
٢١١	جمال المنزل
٢١١	البيوت القديمة
٢١٢	تجنب سرطان المشاعر
٢١٢	هرم التأثير
٢١٢	كيف تتقي الله في البيت ؟
٢١٣	النجاح الأسري
٢١٣	ضرورات أسرية
٢١٤	أفكار أسرية
٢١٤	أسرار أسرية
٢١٤	صور مقلوبة
٢١٥	الأسرة
٢١٥	الأسرة السعيدة
٢١٦	نصائح منزلية
٢١٦	لإزالة رائحة الدهان

٢١٦	من تجاربي في البيت
٢١٧	بيوت سعيدة
٢١٧	النظافة
٢١٨	تناول الشاي
٢١٨	العطر العائلي
٢١٨	للتخلص من بقع الشمع على الملابس
٢١٨	تفهمي البنت
٢١٩	بيوت غير مطمئنة : الأسباب
٢١٩	الابن العصبي
٢٢٠	كم هو مؤلم أن يتذمر الإنسان ممَّن يحبّ..
٢٢٠	فن معاملة الناس
٢٢٠	ليس هناك مكان يضاهي البيت
٢٢١	البيت السعيد
٢٢١	الخطأ والمخطيء
٢٢٢	التغاضي عن الصفات السيئة

٢٢٢	أسعدوا أبناءكم
٢٢٢	حديث للآباء والأمهات
٢٢٣	حفظ السر
٢٢٣	ملاحظة تصرفات الأبناء وسلوكهم
٢٢٤	ابدأ بتربية أبناءك منذ المهد
٢٢٤	التعب في السنوات الأولى
٢٢٤	بناء الأسرة واستقامتها
٢٢٥	أساس العلاقة الأسرية
٢٢٥	العلاقة بين أفراد الأسرة
٢٢٦	المعايشة بالمعروف
٢٢٦	توطين النفس
٢٢٦	صلاح الأسرة
٢٢٧	مفتاح من حولك
٢٢٧	البيت المتميز
٢٢٧	أيها الآباء والأمهات

٢٢٨	التسويق
٢٢٨	متع الدنيا
٢٢٩	السعادة
٢٢٩	إلى كل أم وأب
٢٢٩	جدد حبك للأسرتك
٢٣٠	الأمان الأسري
٢٣٠	الروابط العائلية المتماسكة
٢٣٠	احذر معاتبة أحد أفراد الأسرة أمام الجميع
٢٣١	التذكير بالأذكار
٢٣١	ما أروع أن نبقى كأسرة واحدة!
٢٣٢	دخول الرجل إلى بيته
٢٣٢	طرد الشيطان من البيت
٢٣٢	تفقد الأسلاك الكهربائية
٢٣٣	أسرتك تريد إنترنت وأنت تخشى عليهم !
٢٣٣	تربية الحيوانات في البيوت



٢٣٣	روح الدعابة والمرح
٢٣٤	تقوية العلاقات بين كل طرف وأسرة الطرف الآخر
٢٣٤	الانسجام والتوافق الأسري
٢٣٥	همسة للأب
٢٣٥	همسة للأم
٢٣٥	التسامح الأسري
٢٣٦	عجائب النفس البشرية
٢٣٦	الخرس الأسري
٢٣٧	البدء بالأقرب فالأقرب
٢٣٧	الابتسامة بين أفراد الأسرة
٢٣٨	ترك الطفل وحده في البيت
٢٣٨	الشخصية القيادية
٢٣٩	المرح في بيوتنا
٢٣٩	بيوتنا والمرض
٢٣٩	بيوتنا والمكسرات

٢٤٠	لا للمقارنة
٢٤٠	الحب الأسري عند الأب أو الأم
٢٤١	مشاعرك وحالاتك العاطفية
٢٤١	المسنون
٢٤١	الضغوط المالية
٢٤٢	العائلة وروح العمل
٢٤٢	ابتسامة الحب الأسري
٢٤٣	قتل الذباب والناموس
٢٤٣	دعامات البناء الأسري
٢٤٣	منهج التربية عند الأمهات
٢٤٤	الحب المتبادل
٢٤٤	الأسرة الأوروبية
٢٤٥	التماسك الأسري
٢٤٥	شخصية القائد
٢٤٦	سفينة الأسرة

٢٤٦	الفروقات السطحية
٢٤٦	ولا تنابزوا بالألقاب
٢٤٧	العنف والتطاول في بيوتنا
٢٤٧	الكفاح في الحياة
٢٤٨	الحديث في الهاتف
٢٤٨	الحوار الأسري
٢٤٨	الاعتذار الأسري
٢٤٨	مشاعر الحب بين أفراد الأسرة
٢٤٩	العلاقات في الأسرة
٢٤٩	التمسك بالحقوق والواجبات
٢٥٠	الأبوة والأمومة
٢٥٠	سوء التفاهم بين الزوجين
٢٥٠	منهج الإسلام الأسري
٢٥١	الأخلاق
٢٥١	تساؤلات الأسرة

٢٥٢	الأب المثالي
٢٥٢	الأم المثالية
٢٥٢	حاول أن تتقرب من أسرتك
٢٥٣	لا تكن ازدواجياً في أمرك ونهيك
٢٥٣	ما البركة؟
٢٥٤	التخطيط يجلب البركة
٢٥٤	بناء الأسرة
٢٥٥	الأسرة نواة المجتمع
٢٥٥	الأسرة المثالية
٢٥٦	الأسرة الواعية بدينها
٢٥٦	بناء الأسرة
٢٥٦	أيام الاختبار
٢٥٧	الثقة المتبادلة منشأ البيوت السعيدة
٢٥٧	بيوتنا وقيام الليل
٢٥٨	الكيان الأسري

٢٥٨	أين قيم الأسرة ؟ وأين قائدها؟
٢٥٨	القوامة في البيوت
٢٥٩	النقد الأسري في إطار المحبة
٢٥٩	الاستمتاع بالحب الأسري
٢٥٩	الثقافة الأسرية الجميلة
٢٦٠	حاجة الابن إلى الحنان
٢٦٠	لا فظاظة ولا خشونة
٢٦٠	المحافظة على توازن الأسرة
٢٦١	خصوصية الأسرة
٢٦١	لكي نكون أسرة ناجحة
٢٦٢	تسليح بنيان الأسرة
٢٦٢	ضع نفسك مكان الآخر
٢٦٣	عجز التواصل الأسري
٢٦٣	وصية مستشار أسري
٢٦٤	للأم فقط

- ٢٦٤ لماذا نعيد التحدث بركة وإيثار مع الناس ولا نتحدث بذلك في بيوتنا ؟
- ٢٦٥ أعظم البلايا
- ٢٦٥ زِنْ كلامك وجامل
- ٢٦٦ الماضي صندوق من الخبرات
- ٢٦٦ الاحترام
- ٢٦٧ اختلاف وجهات النظر في الأسرة
- ٢٦٧ احتساب النفقة
- ٢٦٧ كلكم راع
- ٢٦٨ سقوط بعض من قطرات الزيت على ملابسك
- ٢٦٨ للتخلص من بقع الحبر التي على الملابس
- ٢٦٨ البيوت الهادئة
- ٢٦٨ تأرجح الحُبِّ الأُسري
- ٢٦٩ الفهرس

