



الجفاف الزوجي " القاتل الصامت للحياة الزوجية "

#قناة_المرأة

https://telegram.me/rasael_amaratia_almarah



• [المقدمة] •

حينما يحصل الجفاف، فهذا يعني أن المشاعر الإيجابية دفنت

بركام المشاعر السلبية القديمة!

من أكبر معاول الهدم للعلاقة الزوجية وللأسرة كاملة

" جفاف المشاعر بين الزوجين "

معالجة هذا الجفاف تكون بوابل من العاطفة، التي تعيد إلى البيوت

الحياة والأمل.

• [الطلاق العاطفي] •

والزوجان هما المحرك الرئيس لحياتهما،

وحينما تستحيل الحياة بينهما إلى جليد عاطفي،

وقحط في المشاعر، تبدأ المشاكل في الظهور،،

ويقل الشعور بالأمان بينهما،، وتتحول الحياة من ربيع المشاعر

إلى خريف بائس وشتاء قارس،،

وخاصة أن جفاف المشاعر يُفضي أحياناً إلى الطلاق العاطفي

والطلاق العاطفي هو:

" استمرار الزوجين في العيش تحت سقف واحد، لكن كلاً منهما

له حياته الخاصة التي لا يعرف عنها شريكه إلا القليل " !!!

• [المشاعر فيض لا ينضب] •

" لا شك أن المشاعر فيض لا ينضب ،،

لكن قد تساعد قسوة الظروف ،،

وسوء التعامل مع المشاعر في أن

تكبت هذا النبع وتغطيه..

تغلفه بقسوة لتبرد الحياة وتصبح **بلا لون ولا طعم ولا روح!**

هنا نستطيع أن نقول إن العواطف جفت!

والحياة الزوجية أكثر حياة تقوم على المشاعر وعلى المودة والرحمة ،،

فحينما تفتقد المودة تبقى الرحمة،،،

وحينما تفتقد الرحمة يفتقد المعنى الحقيقي للزواج!!

ويصبح الزوجان منفصلين عاطفياً برغم أنهما تحت سقف واحد!!".

• [من أسباب جفاف المشاعر بين الأزواج] •

من الصعب أن نحصر أسباب الجفاف كلها، فنذكر منها:

▪ الاختيار الخاطئ للزوج والزوجة.

▪ غياب الحب أو انطفأؤه رويدًا رويدًا بين الزوجين، حتى يرى البعض أن كلمة "الحب"، "وحبيبي"، "وأحبك"، عيب وفضيحة!!...

▪ إثارة الزوج نفسه، وانشغاله بعمله وأصدقائه وطلعاته..

▪ إثارة الزوجة نفسها، وانشغالها بأهلها، وصديقاتها، وزياراتها....

▪ انشغال الزوجة الكامل بالأولاد....

▪ استهانة الزوج بأهل الزوجة، وأقاربها باللفظ أو الفعل...

▪ استهانة الزوجة بأهل الزوج، وأقاربه، باللفظ أو الفعل....

▪ أن يُسْمِعَ الزوج زوجته ألفاظًا بذيئة وقاسية، أو يضربها....

▪ أن تُسْمِعَ الزوجة زوجها كلمات بذيئة وقاسية، أو تحاول ضربه وإهانته

وأن ترفع صوتها عليه.....

■ نسيان الزوجين أو تناسيهما لواجباتهما الزوجية.....

■ تعالي * الزوجة على زوجها، * وعلى أهله بمالها، ووظيفتها، ومكانة قومها....

■ التضجر وكثرة التشكي من حياتها معه، وقلة ذات يده.....

■ غياب ثقافة الإحسان للزوجة والزوج...

■ منع الزوج ومعارضته أن يرفد أهله وأرحامه بالمال والزيارة.....

■ عدم التودد بينهما، وإصرار كل منهما على أن يكون الطرف الآخر هو المعتذر

دائماً...

■ عدم شكر الزوج على ما يقوم به من عمل وجلب أغراض لها وللبيت....

■ محاسبة الزوجين لبعضهما على الصغيرة والكبيرة.....

■ غيبة أحد الزوجين شريكه أمام الأبناء.....

■ افتقاد فن حل المشكلات الأسرية بين الزوجين.....

■ إهمال العلاقة الشرعية في الحياة الزوجية..

■ وكذلك ... إن لإهمال الزوج والزوجة نفسيهما أثراً في جفاف المشاعر

● [[الإهمال من قبل الزوج]]:

- إهمال مظهره وعدم التزين:

قال ابن عباس - رضي الله عنه -:

((إني أحب أن أتزين للمرأة، كما أحب أن تتزين لي المرأة))

[صحيح/ابن أبي شيبة ١٩٦٠٨]

- قلة النظافة الشخصية ...

- إهمال أمر المداعبة...

● [[الإهمال من قبل الزوجة]]:

- إهمال مظهرها وعدم التزين لزوجها:

- ولكي يزداد الحب بين الزوجين ويظل مخزونه في ازدياد ...

لذلك ينبغي أن تحافظ على جمالها وزينتها، بالنظافة والتعطر والزينة المباحة،

ولو كانت يسيرة مثل تصفيف الشعر والكحل وغيرها ."

● [ما هو علاج الجفاف الزوجي؟] ●



الحل بإعادة جذوة الحب والحنان بين الأزواج وسقي المشاعر

لتزهر ربيع المشاعر..

بداية علينا ألا نغفل أجر النية...، وأن نحتسب الأجر بسعيينا لإعادة الروح للحياة

الزوجية...، فالعواطف هي الروح التي تساعدنا على الاستمرار في الزواج...،

نقطة البداية من أنفسنا:

((سواء كان القارئ زوجًا أو زوجة، فعليه هو أن يبدأ ولا ينتظر مبادرة الطرف الآخر))..

حينما يحصل الجفاف فهذا يعني أن المشاعر الإيجابية دفنت بركام المشاعر السلبية

القديمة...

● وحتى تشرق من جديد وتعود للتدفق علينا معالجة المشاعر السلبية والاعتراف بها!

● وهنا لا شك أن الصراحة والحوار والصبر والحكمة لهما الأثر البالغ بإذن الله...

♡ **الحب حينما يفتر قد يكون ذلك من قلة استخدامه وعدم استشعاره...،،،**

♡ **فيكون إيقاظه بأمر عكسي...،،،**

● [أفكار لإيقاظ الحب بينكما] ●

أيها الزوج:

هذه همسات لك لتهمس بها لأم أولادك ورفيقة دربك: همس لها: "أحبك"، "حبيبتي"،

اربت على كتفها، أناديها بأحب الأسماء إليها، أناديها بكنيتها،،

وليكن نظرك لها نظر محبة،،

وثق تماماً أن هذه التصرفات اليسيرة تساعد في التقارب بينك وبين زوجتك.

أيها الزوجة:

هذه همسات لك لتهمسي بها في أذن زوجك، وأب أولادك، ورفيق دربك: أشعريه بحبك،،،

قولي له: "أحبك" ♥،،، قولي له: "حبيبي"،،، "عمري" ..

فهذا كلام تأخذين عليه الأجر من رب الأرض والسموات....

▫ أبدي اهتمامك به، ولهفتك عليه، وشوقك له.

▫ انتبهي،،، وتجنبي أن تظهر أي نوع من التعالي عليه،،

فهو معول هدم عظيم لعلاقتك به.....



لقاء الحب والحنان:

ليكن لكم جلسات حب وحنان،،، وليتقن كل واحد منكم عمله،،، فيجعل من غرضه عند لقائه بحبيبه: كيف يسعد الطرف الآخر؟

الحوار العقلاني:

شارك زوجتك في التخطيط لمستقبلكم،،، واسمح لزوجتك بالتعليق والحديث والبوح بما في داخلها،،، واستمع لها،، ثم بين رأيك بلطف...
وأنت أختي الزوجة **انتبهي،،، وتجنبي** أن تجرحي زوجك أو تتطاولي عليه أو على أهله.

بطاقات حب:

ليكن بينكم هدايا ولو بشيء يسير،،، وثقوا تمامًا أن قيمتها ليست في ثمنها بل في الإحساس والشعور نحو زوجك أو زوجتك.

التسامح والتجاوز عن الزلات:

اجتنبوا تصيد الأخطاء،،، كل واحد يبحث عن زلات الطرف الآخر!! فكم من مشكلة مصدرها أمر تافه؟..



طلعات ونزهات وترفيه:

تخصيص يوم في الأسبوع للعائلة تخرجون فيها، للمنتزهات وأماكن اللهو المباح لترفيه الأولاد
والزوجة....

عشاء خاص وسهرة لطيفة:

ليكن لكم كل فترة طلعة خاصة لك ولزوجتك بعد أن ينام الأولاد، تأخذها لمطعم عوائل أو جلسة في
حديقة أو تجول معها في سيارتك،، أو تسهر معها في فناء بيتك أو في غرفة الجلوس (راعي قضية
التغيير فهي مهمة)....

حسن الاستقبال والوداع:

ليكن بينكم نظرات وكلمات حب عند الدخول والخروج،، وعند السفر والقدوم،، وعبر الهاتف....

التفاعل الإيجابي وقت الأزمات:

كحالات المرض والوفاة والحمل،، أو مشاكل العمل للزوج،، ولنعلم أن إحساس الزوجين ببعضهما
ووقوفهما مع بعضهما في الأزمات من أسباب المودة والقرب بين الزوجين...

مدح الزوج من قبل الزوجة ومدح الزوجة من قبل الزوج:

على الزوجين مدح بعضهما أمام الآخرين وخاصة أهل الزوج والزوجة،
وعدم جرحهما لبعضهما أمام الآخرين مهما عظم الخطب...



الاحترام المتبادل بين الزوجين:

الاحترام بين الزوجين من الأسباب الرئيسة في الاستقرار الزوجي والسعادة الزوجية.

التجاوب والتعاون:

ينبغي أن يكون هناك تعاون بين الزوجين كترتيب البيت،، والمساعدة في المطبخ أحياناً، وحسب فراغ الزوج.... فقد كان النبي - ﷺ - يخصف نعله، ويرقع ثوبه، ويحلب شاته.

تذكر اللحظات السعيدة بين الزوجين:

كلما أحسست بشيء من الجفاء منك أو منه، تذكري وذكره باللحظات السعيدة بينكما، سواء في أول زواجكما أو بعده...

ليس الخطأ بعيب، ولكن العيب الاستمرار في الخطأ:

- الخلاف بين الزوجين أمر واقع، ومن الذي خلا من الأخطاء والعيوب؟؟
- ولكن هناك فرقاً بين العتاب وتصحيح الخطأ، وبين القسوة وجفاف المشاعر فلنبادر بالتصحيح....

الكلمة الطيبة والابتسامة اللطيفة:

ينبغي للزوجين الحرص على الكلمة الطيبة والابتسامة اللطيفة....

- فالكلمة الطيبة صدقة، وتبسمك في وجه أخيك صدقة، فكيف يكون أجر

وأثره إذا كانت هي زوجتك؟ أو كان هو زوجك؟



تذكر أو تذكري ..

أن الأمر كاحتكاك الصخور لنشعل النار؛؛ قد يبدو مستحيلاً،، لكن الإصرار والخبرة به بعد توفيق الله،، تجعله ممكناً ..

ختاماً - وهو الأهم - ..

نبع المشاعر الحقيقية الصادقة لا يكون إلا بحب الله ،، والقرب منه ،، ليقرب كل بعيد ،، ويهون كل صعب ،،

فلا يفغل المرء، عن تحري أوقات إجابة الدعاء " .

تمنياتنا للجميع بحياة عامره بطاعة 

الله وبالحب والسعادة. #منقول

