

آثار الغضب في الحياة الزوجية



الهدف:

التعرّف على أصول الحياة الزوجية السعيدة، وآثار الغضب السلبية عليها.

محاور الموضوع

١. أصول الحياة الزوجية السعيدة في الإسلام
٢. الغضب وآثاره السلبية على الحياة الزوجية
٣. كيف نعالج الغضب في الحياة الزوجية

تصدير:

قال تعالى في سورة الروم: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْتَكِرُونَ﴾^(١).

هذه الرواية إشارة لطيفة إلى ضرورة أن تكون المرأة متعاونة مع زوجها؛ فتعينه على دنياه، كما تعينه على آخرته.

حُسن المعاشرة:

لقد حثّ الإسلام على معاشرة المرأة بالمعروف؛ وذلك من خلال عدد ضخم من المفاهيم الأخلاقية والتربية السلوكية، ومن هذه المفاهيم:

العشرة الحسنة: إنّ الحياة الزوجية السليمة هي الحياة التي يعيش فيها الزوجان بتناغم وتناغم كبيرين، والعنوان الأبرز لهما هو: ألا يسيء أحدهما للآخر، بل يحرصان على أن يكون الإحسان هو الهدف الحاكم على سير الحياة الزوجية بينهما، قال الله تعالى: ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ

بالمعروفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيجعل الله فيه خيراً كثيراً^(٤). روي عن الإمام علي عليه السلام: «إنّ المرأة ريحانة وليست بقهرمانة، فدارها على كلّ حال، وأحسن الصحة لها، فيصفو عيشك»^(٥).

الإكرام والرحمة: عن الإمام علي بن الحسين عليه السلام قال: **«لا غنى بالزوج عن ثلاثة أشياء في ما بينه وبين زوجته،**

الصفار من الأولاد؛ لما يريان ضعفهم وعجزهم عن القيام بواجب العمل؛ لرفع الحوائج الحويية، فيقومان بواجب العمل في حفظهم، وحراستهم، وتغذيتهم، وكسوتهم، وإيوائهم، وتربيتهم. ولولا هذه الرحمة لانقطع النسل، ولم يعيش النوع قط،^(٦).

التعاون والتفاهم:

إنّ أساس الحياة الزوجية يقوم على التعاون، ومساعدة كلّ من الزوجين للآخر في جوّ من الدعم المتبادل، وبذل أقصى الجهود؛ لأجل حلّ المشاكل، وتقديم الخدمات المطلوبة. وصحيح أنّ للزوج وظيفته المحددة، والزوجة هي الأخرى لديها وظيفتها المحددة، ولكنّ التعاون والتفاهم يلغيان هذا التقسيم ويجعلان كلّاً منهما نصيراً للآخر وعوناً له.

روي عن الإمام الرضا عليه السلام: «واعلم أنّ النساء شتى؛ فامرأة ولود ودود تعين زوجها على دهره لدنياه وآخرته ولا تعين الدُّهر عليه، وامرأة عقيمة لا ذات جمال ولا تعين زوجها [على خير]، وامرأة صخابة ولأجة همّارة تستقلّ الكثير ولا تقبل اليسير وإياك أن تغترب بمن هذه صفتها»^(٧). وفي

أصول الحياة الزوجية السعيدة في الإسلام:

انطلاقاً ممّا ورد في القرآن الكريم والأحاديث الشريفة، فإنّ أصول الحياة الزوجية السعيدة، يمكن أن نلخصها بالآتي:

المودة والمحبة:

ينبغي أن تسود الحياة الزوجية روح المودة والمحبة والصّفاء، لأنّ الحياة الخالية من الحبّ لا معنى لها. والمودة من وجهة القرآن؛ هي الحبّ النّفعي، لا ذلك الحبّ الذي يطفو على السطح كالزبد. فالمرأة لا تسمى كلمة الحبّ التي ينطقها زوجها أبداً، قال رسول الله ﷺ: «قول الرجل لزوجته **إني أحبك** لا يذهب من قلبها أبداً»^(٨). يقول السيد الطباطبائي قدس سره في

تفسير قوله تعالى: ﴿وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾، «المودة: كأنّها الحبّ الظاهر أثره في مقام العمل، ومن أجل موارد المودة والرحمة: المجتمع المنزلي؛ فإنّ الزوجين يتلازمان بالمودة والمحبة، وهما معاً، وخاصة الزوجة، يرحمان

(٤) النساء، ١٩.

(٥) مكارم الأخلاق، ص ٢١٨.

(٦) تفسير الميزان، ج ١٦، ص ١٦٦.

(٧) الكافي، ج ٥، ص ٢٢٣.

(٨) وسائل الشريعة، ج ١٤، ص ١٠.

وهي: الموافقة؛ ليجتلب بها موافقتها ومحببتها وهواها، وحسن خلقه معها، واستعماله استعماله قلبها بالهيئة الحسنة في عيبتها، وتوسعته عليها^(١). فمن أدنى حقوق الزوجة إكرامها، والرفق بها، وإحاطتها بالرحمة، والمؤانسة. عدم استخدام القسوة: نهى الرسول الأكرم ﷺ عن استخدام القسوة مع المرأة، وجعل من حق الزوجة عدم ضربها والصباح في وجهها، ففي جوابه على سؤال خولة بنت الأسود قال: «حَقَّك عليه أن يُطعمك ممَّا يأكل، ويكسوك ممَّا يلبس، ولا يلطم، ولا يصيح في وجهك^(٢)». وقال ﷺ: «خير الرجال من أمتي الذين لا يتطاولون على أهليهم، ويحتون عليهم، ولا يظلمونهم^(٣)».

المدارة وضبط النفس:

يؤدّي اختلاف المشارب والأذواق بين الزوجين إلى ظهور الاختلافات والنزاعات بينهما، ولهذا حثت الروايات على الصبر عند وقوع الخلاف؛ قولاً كان أم فعلاً. روي عن الإمام الباقر عليه السلام أنه قال: «من احتمل من امرأته ولو كلمة واحدة، أعق الله رقبته من النار، وأوجب له الجنة^(٤)».

الغضب وآثاره السلبية على الحياة الزوجية

إن الغضب قد يصل بالإنسان إلى حد الارتداد عن دين الله وإطفاء نور الإيمان بحيث إن ظلام الغضب وناره تحرق العقائد الحقة، فيصل إلى الهلاك الأبدي، ولذلك يمكن أن توصف هذه السجية بأنها أم الأمراض النفسية ومفتاح كل شر، على المستويين، الخلقي والعملية. ومن نماذج مفسد الغضب في الحياة الزوجية الآتي:

إن مفسد الغضب المؤثرة في الأعمال قد تؤدي إلى هتك الحرمات،

وقتل الأنفس الزكية، والافتراء على الموائل المحترمة والتسبب لها بالعار والذل، ويقضي على النظام العائلي بكشف الأسرار وهتك الأستار، وارتكاب أفجع الأعمال بين الأزواج بسبب الغضب واشتعال ناره الحارقة. ورد عن أبي عبد الله عليه السلام: «الغضب يفسد الإيمان كما يفسد الخل العسل^(٥)».

إن الغضب يخرج العاقل عن سلوك العقلاء فهو ريح تطفئ سراج الفكر، وذلك لأن العقل يتوقف وتتطلق الفرائز وتظهر الأخلاق السيئة للإنسان، ولذا تصدر الإهانة والقسوة والغلظة من الغضب حتى على أقرب الناس عليه وأحبهم على قلبه وهي زوجته ورفيقة دربه.

الغضب في الحياة الزوجية واتصاف أحد الزوجين أو كليهما بهذه الصفة المدمرة قد يؤدي إلى تفاقم الخلافات الزوجية وتضخيمها، وصولاً إلى الطلاق وتشتت الأسرة وتفرقها. وعندما تبحث عن السبب الرئيس الذي يقف خلف اشتعال نار كل المشاكل تجد بأنه الغضب، ولهذا ورد عن أبي عبد الله عليه السلام: «الغضب مفتاح كل شر^(٦)».

إن خصلة الغضب تؤدي إلى أن يعتبر أحد الزوجين نفسه وصياً على الآخر، والسيطرة عليه ويحاول تأكيد مكانته في الأسرة كندٍّ ومساوٍ في الحقوق والواجبات، ومعظم الشجارات ومناات الغضب تبدأ من هنا، لتعكس لاحقاً على سلوك الزوجين وتخرجهما عن جميع خلقيات الزوجين، لأن الغضب عندما يسيطر على أحدهما أو كليهما يخرجهم عن حدود العقل وضوابطه. ولا يدرك حينها أن الزوجة ليست جارية، وليست خادمة ومدبرة منزل ومربية أطفال فتقط نهاراً، وملبية للرغبات الجنسية ليلاً، بل هي رفيقة حياة، شريكة في كل شيء...

وزوجها ليس وليّ أمرها والقيم عليها وعلى تصرفاتها وسلوكها، والزوجة أيضاً يجب أن تدرك أن الزوج ليس ممولاً وبنكاً للأسرة، إنه الشريك والحبيب والرفيق والصديق ... وأن أهم ما في الزواج الصداقة الحقيقية التي يستطيع فيها كل طرف أن يبوّج بهومومه ومشاكله وأحلامه للآخر، والآخر يتفهم ذلك ويستوعبه محترماً مشاعر الشريك وأحلامه.

كيف نعالج الغضب في الحياة الزوجية:

التعبير الهادئ عن المشكلة: عندما ينشب خلاف بين الزوجين حول أمر ما، فإن طريقة الخلاف والتعبير عن الاستياء مهمة جداً فيجب تجنب توجيه الاتهامات والشتائم والتركيز على المشكلة ذاتها بقصد حلها ولا يجوز نبش الماضي وتذكير الآخر بما فعله سابقاً ويكون قد نسيه ولم يعد إلى سلوك مشابه، ثم إن المبالغة في تضخيم تصرف الشريك بما لا يستوجب ذلك، فلا بد من التفاوض عن بعض الأخطاء غير الهامة لأننا جميعاً نخطئ، ولن نسامح إن لم نسامح.

الحوار الموضوعي: الحوار والنقاش الهادئ هو أفضل السبل بشرط أن يؤدي إلى حل جذري للمشكلة، أما أن يرفع أحد الطرفين صوته ويغضب فلا يسيطر على لسانه أو حركاته فإنه يضحّم المشكلة وقد يكون على حق لكنه بغضبه وسوء سلوكه يصبح على خطأ وباطل، ويمنع الشريك من الحوار ويفرض عليه رأيه بالقوة وقد يسكت الطرف الآخر لاعتقاده بل عن حكمة ونفور من شجار لن يؤدي إلى أي نتيجة، وتتراكم مشاعر الغيظ المكبوت والألم وجرح الكرامة في أعماقه يوماً بعد يوم، حتى تقتل العاطفة والود، وتسبب أمراضاً جسدية نفسية المنشأ مع مرور الزمن، وتخلّف شعوراً بالمرارة لا يفلح أي اعتذار في محوه لأن الأمر يتكرر ولا يتعلم الغضوب الدرس وكيف انه بغضبه المدمر يدمر من يفترض أن يكون السكن والسكينة والحبيب والصديق.

(٥) أصول الكافي، ج ٢، ص ١٠١.
(٦) أصول الكافي، ج ٢، ص ١٠٢.

(١) بحار الأنوار، ج ٧٥، ص ٢٢٧.
(٢) مكارم الأخلاق، ٢١٨.
(٣) م، ن، ٢١٦-٢١٧.
(٤) م، ن، ٢١٦.