

الممل والروتين في الحياة الزوجية



www.balagh.com

حاولت الكثير والكثير لتغيير روتيني الممل لكن دون جدو ولا ادرى ما العمل علماً بأني متزوجة وأحب أسرتي ويزعجوني في كثير من الأحيان ولابد من وجود عقبات معهم لكن لامشكلة عندي بهذا الشئ لكن الملل والروتين يجعلاني دائمًا بمزاج معكر ولست سعيدة أفيضونني ما الخلاص من هذه الحالة وبسبب هذا الشيء الذي فكره لأكثر من مرة بالطلاق عسى ولعل يتغير شيء.

الأخت الكريمة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

تحية طيبة وبعد

ورد في الأثر عن أئمة أهل البيت : (إياكم والممل والسطح فإنهما مفتاحا كل شر، من ملل لم يؤد حقاً ، ومن سخط لم يصبر على حق) ولذا يجب العمل على أن تكون حياتنا مفعمة بالحيوية والنشاط والحب والأمل حتى لا يكون هناك متسع للملل ولا للسطح، خصوصاً في عالمنا المعاصر الذي بات الملل سمة من سماته لأن حياة الإنسان أصبحت تسير كالآلات الميكانيكية وبجفاف وجفاء بعيداً عن الدفء والمودة التي كان يعيشونها في السابق.

- وإليك خطوات لتجديد الحياة وبعث النشاط فيها:-

أولاً:- ابدأي يومك بذكر الله، بالصلوة والدعاء وقراءة كتاب الله، فإن ذلك يبعث فيك الطمأنينة (ألا بذكر الله تطمئن القلوب) يجعلك مملوءة أملًا ، لأنك ستحسین بأن لك ربًا يرعاك وأنك تعبديه وتعملی كل الأعمال في يومك لرضاه، فتكون كل خطواتك طاعة وكل اشغالك عبادة تؤجرین عليها، ويكون لحياتك هدف مقدس، فالعمل في البيت جهاد، وتربيـة الأولاد من أفضل القراءات لأنك ترعـين عباد الله الصغار، ويكون كبس العيش من المستحبـات فالكاسب حبيب الله.

ثانياً:- ابدأي نهارك بالسلام على كل من حولك على أفراد العائلة فرداً فرداً لتكون رسالة مودة ورحمة، وهي تبعث الحيوية وتعود عليك بها، سلمي حتى على الطبيعة والأشجار، لتكون حياتك صفوًا وصلاحًا ووئام، ويحسـ الانسان بأن كل شيء من حوله صديق له ورفـيق فيـا نـسـ بهـ.

ثالثاً:- إعمـلي على التجـديد في حياتك والتـغير في لباسـك وأـثـاثـك ولو بإـعادـة التـرتـيب ووضع بعض الزـهـور أو إـضـافـة بعض الرـسـومـ والـلوـحـاتـ..

جـددـيـ بعضـ الأـواـنيـ وـأـكـوابـ الشـايـ إنـ أـمـكـنـ وـاعـمـليـ عـلـىـ تـهـئـيـةـ أـنـوـاعـ جـدـيدـةـ مـنـ الغـذـاءـ وـالـحلـوـ...ـالـخـ.

رابعاً:- اسعـ لـكيـ تكونـ لـديـكـ أـوقـاتـ فـرـاغـ مـسـلـيـةـ لـلـعـائـلـةـ وـلـكـ شـخـصـيـاـ،ـ إـذـهـبـ إـلـىـ الـحـدـائقـ وـالـاسـوـاقـ،ـ وـالـأـفـضـلـ بـرـفـقـةـ الـزـوـجـ،ـ وـمـنـ الـمـفـيدـ جـداـ لـلـمـرـأـةـ الـرـياـضـةـ وـبـاـنـوـاعـهـاـ وـأـقـلـهـاـ الـجـريـ وـالـمـشـيـ،ـ وـإـنـ لـمـ يـكـنـ فـالـلـعـابـ السـوـيـدـيـ،ـ وـمـطـالـعـةـ الـكـتـبـ وـمـشـاهـدـةـ الـبـرـامـجـ التـلـفـزيـونـيـةـ مـعـ الـزـوـجـ وـالـأـوـلـادـ...ـ

خامساً:- فيـ الأـثـرـ أـيـضاـ :ـ (ـ ماـ أـذـهـبـ الـمـلـلـ سـوـيـ الـعـلـمـ)ـ وـلـذـاـ بـمـاـ كـانـتـ لـدـيـكـ طـاقـاتـ وـكـفـاءـاتـ وـلـكـنـكـ لـاتـجـدـيـنـ مـجاـلـاـ وـأـهـتمـاماـ لـلـاسـتـفـادـةـ مـنـهـاـ،ـ فـحاـولـيـ أـنـ تـسـتـنـفـذـيـ اـمـكـانـيـاتـ الـخـيرـيـةـ الـتـيـ تـسـتـفـيدـ مـنـ مـسـاـهـمـاتـ الـآـخـرـينـ فـيـ أـعـمـالـهـاـ..

سادساًـ وـأـخـيرـاـ:ـ لـابـدـ مـنـ اـضـفـاءـ بـعـضـ التـجـدـيدـ عـلـىـ أـجـوـاءـ الـعـلـاقـةـ الـزـوـجـيـةـ،ـ وـالـتـيـ قـدـ يـعـتـرـيـهاـ الـمـلـلـ بـسـبـبـ الـانـشـغـالـ بـمـشـاغـلـ الـحـيـاةـ وـتـكـرـارـ الـأـجـوـاءـ بـلـ وـرـتـاـبـتـهـاـ..ـ يـجـبـ أـنـ يـسـعـيـ الـأـزـوـاجـ لـكـيـ تكونـ لـدـيـهـمـ سـاعـاتـ بـعـيـدةـ عـنـ مـشـاغـلـ الـبـيـتـ لـيـعـيـشـاـ لـحـظـاتـهـاـ بـأـنـسـ وـمـتـعـةـ وـشـوـقـ..ـ

وـمـنـ الـمـفـيدـ تـجـدـيدـ الـأـجـوـاءـ وـالـعـطـورـ..ـ الـخـ أـوـ بـالـأـدـاءـ وـالـمـمارـسـةـ،ـ وـيـمـكـنـ الـاسـتـفـادـةـ مـنـ بـعـضـ الـكـتـبـ المـخـتـصـةـ بـهـذـاـ الـمـجـالـ،ـ وـالـاهـتـمـامـ بـهـذـاـ الـجـانـبـ يـزـيدـ فـيـ مـنـتـعـةـ الـطـرـفـيـنـ وـيـزـيدـ مـنـ عـنـقـهـمـاـ وـبـالـتـالـيـ دـيـنـهـمـاـ،ـ وـيـعـيـدـ لـهـمـاـ ذـكـرـيـاتـ الـزـوـاجـ الـأـوـلـىـ.

وـلـابـدـ أـنـ تكونـ الـعـلـاقـةـ بـيـنـ الـزـوـجـيـنـ عـلـاقـةـ رـفـقـةـ وـصـدـاقـةـ لـكـيـ يـأـنـسـ بـبعـضـهـمـاـ وـيـرـتـاحـاـ لـقـضـاءـ الـوقـتـ مـعـاـ،ـ وـأـنـ تكونـ هـنـاكـ أـحـادـيـثـ وـمـشـاوـرـ خـاصـةـ لـهـمـاـكـ الـذـهـابـ إـلـىـ مـطـعـمـ،ـ أـوـ التـجـولـ فـيـ حـدـيـقـةـ،ـ أـوـ قـضـاءـ أـمـسـيـةـ فـيـ مـشـاهـدـةـ فـيـلـمـ سـيـنـمـائـيـ،ـ أـوـ الـذـهـابـ إـلـىـ مـسـجـدـ أـوـ حـفـلـ دـيـنـيـ..ـ وـهـكـذـاـ نـتـلـابـسـ الـأـجـوـاءـ وـسـيـجـدـ كـلـ زـوـجـ رـاحـتـهـ وـسـيـاحـتـهـ عـنـ زـوـجـهـ،ـ وـيـتـحـولـ الـبـيـتـ إـلـىـ جـنـةـ بـإـذـنـ اللهـ وـعـافـيـةـ وـهـنـاءـ،ـ بـشـرـطـ أـنـ يـكـونـ الـبـيـتـ بـيـتـ طـاعـةـ وـعـبـادـةـ وـرـأـفـةـ وـرـحـمـةـ،ـ لـاـ بـيـتـ مـعـصـيـةـ وـشـقـاءـ وـخـصـومـةـ وـقـسـوـةـ..ـ وـطـبـيـعـيـ لـاـ يـكـونـ ذـلـكـ إـلـاـ بـالـأـخـلـاقـ وـأـهـمـهـاـ الـحـلـ وـالـعـفـوـ وـالـسـماـحةـ وـالـمـدارـاـةـ.

ومن أهل التوفيق.