كيف تتعامل مع والدك المسن؟

والدك.. والدتك.. في طريقهما إلى الشيخوخة، وأنا وأنت سنتبعهم لا محالة – إن كتب الله لنا العمر – فالله تعالى يقول: (اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً...) (الروم/ 54).

هما ينتظران منك أن تقابلهما بالتقدير والعرفان، لسنوات طوال قضياها في رعايتك، بذلا كل ما في وسعهما كي تكبر وتنضج، وتبدأ في العطاء!.. ولكن، عليك أن تعرف خصائص هذه المرحلة من العمر؛ كي تعرف كيف تعاملهما، وتحسن إليهما. فهما لا يستطيعان تغيير أسلوب حياتهما بعد هذا العمر المديد، ولا يستطيعان التكيف والتأقلم.. ويصبح المسنّ أقل استجابة، وابطأ في تفاعلاته مع الأحداث، قد يبدو غير قادر على التعبير عن مشاعره، وقد يظهر أمام الأبناء بارداً في مشاعره وانفعالاته. ربّما لا يستطيع أن يفرح بسرعة، ولا أن يحزن بسرعة، فيظن الأبناء أنه غير مبالٍ ولا مكترث بما يحيط به! وكثيراً ما يضعف السمع والبصر عند المسنين، وتضعف أجسادهم، ويصابون بالوهن، بل ربما يصاب البعض منهم بالخَرَف؛ قال تعالى: (وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْ لا يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْئًا) (النحل/ 70)، وتكثر أمراضهم؛ من مرض السكري إلى ارتفاع ضغط الدم إلى

هشاشة العظام وغيرها.. وبسبب كل هذا يحجمون عن الاختلاط بالناس، وقد يلتزمون الصمت إذا جلسوا في مجلس، فتضعف مشاركتهم لضعف سمعهم أو عدم قدرتهم على مواكبة الأحداث.. وغير ذلك. وقد يخطئ المسنّ ُ في استعمال أدويته، فيأخذ جرعة أكبر أو أقل، وهذا ما يجعلك مسؤولاً عن أدويتهم كي لا يصابوا بمكروه لا سمح ا.. ويقلّ ُ النوم عند المسنين؛ فهم ينامون مبكّ ِرين، ويستيقظون مبكّ ِرين، وقد يستيقظ المسنّ في الليل مرات عديدة للتبوّ ُل؛ فاحرص على صحته وسلامته. تذكّر: أن أباك وأمك أمانة عندك، وأنها فرصة لك كي تكسب رضاهما.. تُسعدهما وتفرحهما، فتنال رضا ا في رضاهما، وتفوز بأعلى الجنان..

المصدر: كتاب سَهرة عائلية في رياض الجنة