

اللقاء الثالث

هل يوجد حب من أول لحظة؟ الحب الرومانسى

- كيف يتحول الشعور بالحب إلى فح خطير؟

- لماذا يصاب كثير من الأزواج بنوع من خيبة الأمل بعد قليل من فترة شهر العسل؟

- هل يحدث لله الحب من النظرة الأولى لله دائماً؟

- هل يعين الله لنا شخصاً محدداً كي نرتبط به ثم يقولنا معاً؟

- كيف نحافظ على الحب دائماً؟

الحب الرومانسى: النشوة الذى أصاب الواقع

أن العديد من الشباب قد نمت محتفظاً بفكرة مشوهة جداً عن الحب الرومانسى. فقد تعلموا خلط الواقع بالأحلام وجعل الزواج فى صورة مثالية. لا يمكن أن تكون. وللمساعدة فى علاج هذا الموقف وضعنا إختبار مختص يستخدم فى تعليم المراهقين. ولكن من آثار دهشتى أن البالغين لم يحققوا نتائج أعلى من أولادهم. قد تحتاج لهذا الإختبار لتقيس مدى فهمك للرومانسية والحب والزواج وستجد مناقشة حول كل جملة لمساعدتك فى اكتشاف الفرق بين الحب المشوة والواقعى:

ماذا تفتقد فى الحب؟		من فعله علم على العمود
✓	x	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	١. يحدث لله الحب من أول نظرة لله عند بعض الناس.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	٢. إنه من السهل أن تشرق بين الحب الحقيقى والإعجاب.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	٣. إن الناس الذين يحبون بعضهم بإخلاص لا محاربون أو يتنازعون
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	٤. يعين الله لكل منا شخص معين للإرتباط والزواج وسوف يقر لنا معاً.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	٥. لو أن رجلاً وامرأة أحبوا بعضهم بالفعل سيكون للمشاكل والمصاعب تأثيراً طفيفاً على علاقتهما
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	٦. من الأحسن أن تتزوج الشخص الغير مناسب بدلاً من أن تقضى حياتك فى وحدة وعزلة.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	٧. ليس من الضار أن تدخل فى علاقة جنسية قبل الزواج لو أن العلاقة بين الطرفين لها معنى.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	٨. لو أن الطرفين فى حب حقيقى سيستمر الحال هكذا حتى نهاية العمر.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	٩. العلاقات القصيرة هى الأفضل (٦ شهور أو أقل).
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	١٠. للمؤمنين أكثر قدرة على الحب من الناس الأكبر سناً.

يقابل الصبى الفتاة فيتحمسون للحب! (فيحتاج الحب)

بينما تختلف الآراء بلا شك حول إجابات الإختبار فأنا أشعر بقوة بما أتوقعه من ردود أفعال وإستجابات حول كل سؤال. وأعتقد تماماً أن العديد من المشاكل الزوجية الشائعة تنمو من عدم فهم واضح لهذه الجمل العشرة. فدعونا نلقى نظرة على هذه العلاقات التى يفتقر فيها معنى الحب إلى الفهم الصحيح.

يبدأ الإرتباك عندما يقابل الصبى الفتاة فتضىء السماء كلها بسيل من الرومانسية وتتوالى البروق والرعود حيث يجدا أنفسهما غارقين بعمق فى حب حقيقى عميق. ويضخ الأدرنالين فى الجهاز الدورى وتصبح

شحنة كل عصب ١١٠ فولت ويتبارى كل منهما فى عبارات الغزل المفرحة: "هذا هو، لقد إنتهى البحث لقد وجدت الإنسان المناسب. هيا نحب ". أماهما فيريدون أن يبقون مع بعضهما طول الـ ٢٤ ساعة يومياً. أن يتمشوا مع بعضهما تحت المطر وأن يجلسوا بجوار النار ويتبادلون القبل الأحضان. ويتوقف كل تفكيرهما ويثبت على تفكير كل فهم فى الآخر. ولا يمر وقتاً كثيراً حتى يعرض موضوع الزواج نفسه فيحددون الميعاد ويحجزون الكنيسة ويطلبون القس ويوصون على الورود والزهور. وتصل اللية الكبيرة وسط دموع الأم وتجهم الأب ووصيفات العروس الغيورين والفتيات اللاتي يحملن الورود فتضاء الشموع ويبدأ إخوان العروس فى غناء الأناشيد الجميلة. تنهال الوعود وتوضع الخواتم فى الأصابع الصغيرة المرتجفة ويقول الواعظ للعريس أن يقبل زوجته الجديدة ثم ينطلقون فى الممر بإبتسامات عريضة فى طريقهما إلى حجرة الاستقبال. ويبدأ أصدقائهم فى معانقة العروس وتقيلها وتتناقل أعينهم حول العريس متى يأكلون تورتة الزفاف متبعين تعليمات المصور. ثم ينطلق السيد والسيدة الجدد من الكنيسة إلى شهر العسل. وإلى الآن يستمر الحلم الجميل.

لا تكون اللية الأولى فى الفندق فقط أقل إثارة عن ما هو معروف ولكنها تتحول إلى كارثة كوميدية. فتكون العروس مجهدة ومتوترة ويكون العريس فى حالة من الخجل. ويكون واضحاً من البداية أن العلاقات الزوجية مهددة بفشل بائن. وتقودهما توقعاتهما إلى الخوف والفشل حيث أن كل إنسان بطبيعته له رغبة فى الإكتفاء الجنسى ويميل كل فرد للوم

الآخر بسبب مشاكل الجماع الخاصة به وهذا التصرف يضيف شىء من الغضب والرفض لطبيعة العلاقة بينهم.

وفى حوالى الثالثة بعد ظهر اليوم التالى يفكر الزوج الجديد فى سؤال خطير "هل إرتكبت خطأ فادحاً؟" ويثير سكوته مخاوفها وتبدأ الغشاوة فى أن تزال ويقضى كل من الزوجين وقتاً مفكراً فى توابع هذه العلاقة الجديدة ويشعر كل منهما بالقلق. ويتبع ذلك مناقشة سخيفة حيث يتشاجران حول كم من النقود سوف تخصص لعشاء ثالث أيام شهر العسل. فتريد هى أن تذهب لمكان رومانسى مناسباً لجو شهر العسل ويريد هو أن يأكل فى MC Donalds ماكدونالدز وينتهى هذا الشجار بعد قليل ويتبعه سيل من الاعتذارات ولكن بعد إستخدام بعض الكلمات القاسية التى قد تكون قد كسرت الحلم الجميل. فسوف يتعلم كل منهما بعد قليل كيف يجرح الآخر. وبطريقة أو بأخرى يتعرضون لهذا أثناء الرحلة ذات الستة أيام ثم يرجعون إلى منزلهما للإعتناء به سوياً. ثم يبدأ العالم فى الإحلال أمام أعينهما وتكون المشاجرة التالية أكبر فيترك هو المنزل لمدة ساعتين وتطلب هى أمها. وينشغلون خلال السنة الأولى من حياتهما بالعديد من الرغبات المتنافسة فيتبارى كل منهما على القيادة والسلطة. ووسط كل هذا الشجار والنزاع تخرج من عيادة طبيب النساء والتوليد بكلمات ترن فى أذنها "عندى أخبار سارة لك يا مدام عماد" ولو كان هناك شيئاً لا تريد مدام عماد فى هذا الوقت لكان هو هذا الخبر السار الذى يحمله لها الطبيب.

ومن هنا وحتى العقدة الأخيرة ترى شابين فى حالة من الإحباط والخوف ونجدهما لا يستمتعون بالبيئة المستقرة.

إن الصورة التى رسمتها لا تمثل كل زواج حديث ولكنها تمثل معظمهم ويرتفع معدل الطلاق فى أمريكا عنه فى أى دولة أخرى متحضرة فى العالم وما زال المعدل فى الإرتفاع. فى حالة هؤلاء الأزواج الشباب ماذا يحدث لحلمهما الرومانسى؟ وكيف تحولت هذه العلاقة التى بدأت بكل هذا الحماس إلى كراهية وعداء؟ لم يستطيعوا مقاومة الحب فى البداية ولكن سرعان ما إنفجرت سعادتهما فى وجوههما. لماذا لم تستمر السعادة؟ كيف يمكن للآخرين تجنب هذه المفاجأة الغير سعيدة؟ نحن نحتاج أولاً لفهم معنى الحب الرومانسى وربما تساعد إجابات هذا الاختبار فى إنجاز هذا الهدف.

المعتقدات حول الحب

السؤال الأول: يحدث الحب من أول نظرة عند بعض الناس صح أم خطأ؟ ربما لا يوافقنى فى هذا بعض القراء، أن الحب من أول نظرة هو إستحالة عاطفية وجسدية. لماذا؟ لأن الحب ليس ببساطة إثارة رومانسية ولكنه يمتد لما هو أبعد من الإنجذاب الجنسى وهو أيضاً يتعدى الإثارة التى تشعر بها عند الفوز بجائزة إجتماعية كبيرة. كل هذه المشاعر نطلق لها العنان من النظرة الأولى ولكن أحداً منهم لا نسميه حباً. وأتمنى لو يعرف

كل العالم هذه الحقيقة. وتختلف كل هذه المشاعر المؤقتة عن الحب فى أنها تلقى الضوء عن الشخص الذى يختبر هذه المشاعر.

ماذا يحدث لى؟ هذا هو أكثر المشاعر إثارة التى مررت بها فى حياتى! أعتقد أنى وقعت فى الحب!! أنظر معى! إن كل هذه المشاعر أنانية بمعنى أنها تكون بدافع شخصى جداً وهى لا تهتم كثيراً بهذا المحبوب الجديد. فمثل هذا الشخص لم يقع فى حب شخص آخر ولكن وقع فى حب الحب. وهناك إختلاف هائل بين الإثنين. وتكشف الأغانى الشعبية فى عالم المراهقين عن جهل كثير بمعنى الحب. فمنهم ما يؤكد "قبل أن تبدأ الرقصة كنت أعرف أنى أحبك" وأتعجب لو أن المعنى سيكون على نفس القدر من الثقة فى ذلك!

ويعترف آخر: لم أعرف ماذا أفعل فهمست "أنا احبك". إن فكرة أن يعتمد إلتزام حياتى على إرتباك عاطفى يبدو هذه كبيرة على أفضل تعبير. وقد سجلت أحد الفرق أغنية أخرى تمثل نقص فى فهم المعنى الحقيقى للحب وتقول: "لقد استيقظت اليوم غارقاً فى الحب لأننى بت الليلة نائماً معك فى عقلى" فهل ترى معى أن الحب هنا لا شىء أكثر من إطار عقلى وأخيراً نجد أن فرقة تسمى The Doors فى الستينات قد أخذت جائزة عن أكثر الأرقام مبيعاً فى القرن وكانت الأغنية تسمى "أهلاً، أنا أحبك، هل ستخبرنى باسمك!".

والإجابة هنا أيضاً خطأ. فإن الشخص في بداية المغامرة العاطفية يحمل كل الأحلام التي تعبر عن رحلة الحياة. فقط حاول أن تقول لأحد الحالمين في سن السادسة عشر أن ليس في الحب الحقيقي ولكنه فقط إنجذاب فسوف يخرج لك جتيرة ويغنى لك أغنية "الحب الشبابي الحب الحقيقي يكتمل بالمشاعر الحقيقية. الحب الحقيقي الحب الشبابي يكتمل بالإخلاص والتفانى" فهو يعرف ما يشعر به وهو يشعر بشيء عظيم ولكن قد يستمتع أكثر بركوب الأفعوانة (لعبة السكة الحديد بالملاهي) ذلك لأنها لها نقطة نهاية محددة. ويجب أن ألقى كثير من التأكيد على هذه الحقيقة. فالإبتهاج الناتج عن الإنجذاب لا يتصف أبداً بالثبات والاستمرارية. لو أنك تتوقع أنك ستعيش على قمة هذا الجبل، سوف تنسى هذا عاماً بعد عام! فإن المشاعر تتأرجح من الأعلى إلى الأقل إلى الأعلى مرة أخرى في إيقاع دائري ربما لما كانت الإثارة الرومانسية هي أيضاً عاطفة ومشاعر فبالإكيد ستتذبذب هي أيضاً. ولو أن الإثارة الجنسية تعرف على أنها حب صادق فإن خيبة الأمل والإحباط يدقون على الباب. فكم من الزواج الشباب الضعفاء "الذين يقعون في الحب مع الحب" من التاريخ الأول ويقيدون أنفسهم بالزواج قبل أن يتطور منحنى مشاعرهم حتى إلى المنحنى الأول، فيستقظون ذات صباح بدون هذا الإحساس الحاد وينتهون إلى أن الحب قد مات. ولكن في الواقع لم يكن هناك حب أبداً ولكنهم خدعوا بسبب إحتياج عاطفي. وقد حاولت شرح ظاهرة العلو والإنخفاض في طبيعتنا النفسية لمجموعة من أزواج من الشباب وفي خلال المناقشة سأل أحدهم أدد

هل تعرف أن فكرة الزواج المعتمد على الإحساس الرومانسي هو تطور حديث جداً في حياة الإنسان؟ فقبل عام ١٢٠٠ بعد الميلاد كانت الزيجات بناء على ترتيبات يقوم بها أسر العروس والعريس ولايسمع أبداً عن شخص يعتقدون أنه وقع في الحب. وفي الحقيقة أن فكرة الحب الرومانسي قد شهرت عن طريق وليام شكسبير. فأحياناً كثيرة أتمنى لو أن هؤلاء القدامى أن يأتوا الآن ليساعدونا في تعديل الفوضى التي إبتدأوها. أما الحب الحقيقي فهو عكس كل هذه المفاهيم السابقة، حيث أنه تعبير عن تقدير عميق لكائن إنساني آخر وهو إدراك شديد لإحتياجات وإشتياقات الطرف الآخر سواء الماضية أو الحاضرة أو المستقبلية. وهذا الحب يكون غير أناني، معطاء، معتنى بالآخر. وصدقني عن ما أقول إنه لا يقع في الحب من أول نظرة ولكنه يقع في حفرة عميقة! لقد أحببت زوجتي طول العمر ولكني لم أقع في هذا الحب فقد عنيت فيه وقد أخذت هذه العملية وقتاً كبيراً. فقد كان على أن أعرفها قبل أن أتمكن من تقدير مدى عمق و إستقرار شخصيتها. ولكي أتمكن من معرفة مفاتيح شخصيتها والتي أعتز بها الآن وأتعلق بها. فالألفة التي يبدأ الحب من عندها لا يمكن أن تتكون ببساطة "في مساء" ولا يمكن لإنسان أن يحب شيئاً غير معروف بصرف النظر عن مدى جاذبيته أو نضوجه.

السؤال الثاني: أنه من الصعب أن نفرق بين الحب الحقيقي - صح أم خطأ؟

الشباب عن سبب زواجه المبكر وقد آجاب: "لأنى لم اكن أعرف بهذا الخط المتذبذب حتى أصبح الوقت متأخراً!" وقد أوقع هذا الخط المتذبذب أكثر من رومانسياً فى الفخ. الخط المتذبذب يتأرجح بين العلو والإخفاض تبعاً لظروف الحياة. حتى عندما يكون الرجل أو المرأة فى حب عميق حقيقى سيجدون أنفسهم فى شحنة عاطفية أحياناً وأحياناً أخرى يضعف هذا الحب. والآن لاحظ أن حبهم لا يعرف بالعلو والإخفاض ولكنه قائم على إلتزام بنا أرادوه والإستقرار ينتج من قرارهم بنجاح الزواج وحفظ الحب متوهجاً مهما كانت الظروف. ومن سوء الحظ أنه ليس جميع الناس يؤمنون بفكرة الزواج الثابت.

والآن نعود إلى السؤال المطروح أمامنا لو أن الحب الصادق يتأصل فى إلتزام إرادى كيف للمرء أن يتعرف عليه؟ كيف لنا أن نفرق بينه وبين الإجتذاب الوقتى؟ كيف نقيس الشعور لو أنه غير ثابت؟ إن هناك إجابة واحدة لهذه الأسئلة: إنه يأخذ وقت. فأفضل نصيحة يمكن إعطاؤها للمقبلان على الزواج (أو المقبلان على أى قرار مهم) هى: لا تأخذ أى قرارات مهمة مؤثرة فى حياتك بشكل سريع غير متأنى وإذا كنت فى حيرة أو تردد فأخذ وقتاً كافياً. إنها ليست نصيحة سيئة أو صعبة لكل منا حتى يطبقها.

السؤال الثالث: إن الذين يحبون بعضهم بعضاً لا يتنازعون - صح أم خطأ؟

أنا أشك أن هذا السؤال يحتاج لإجابة. بعض المشاكل الزوجية تكون حتمية من حتمية شروق الشمس حتى فى الزواج الذى يسبقه قصة حب. ولكن هناك إختلاف بين الخلاف الصحى والخلاف الغير صحى وهذا يعتمد على الطريقة التى نعبر بها عن الخلاف. ففى حالة الزواج الغير مستقر يكون الغضب موجه بطريقة قاسية ومباشرة إلى الشريك فيصوب الطرف الأول جملة المثنية بالكره والعداء إلى الطرف الثانى: "أنت لا تفعل أى شىء صواب" "لماذا تزوجت منك؟" "كيف لك أن تكون بهذا الغباء (أو بهذا الظلم أو بهذه الحماقه)". "أنت تشبه أمك كل يوم بدرجة أكبر مما سبق". وغالباً ما يجب الطرف المجروح بنفس الطريقة مجيباً على كل كلمة جارحة بمثلها مختلطة بالدموع. يكون سبب مثل هذا الشجار هو إيلام الطرف الآخر وهى غالباً ما تحقق هدفها. أما عن الكلام الجارح فهو عادة لا ينسى حتى لو أنه قيل فى لحظة غضب. هذا النوع من الشجار ليس فقط غير صحى ولكنه قاسى وردىء فهو يضر بعلاقة الزواج وقد يحطمها أما عن الخلاف الصحى فهو دائماً يدور حول نقطة الخلاف بتركيز وعندما يتكلم أحد الأطراف مركزاً على نفسه فإن هذا لا يجعل الطرف الآخر يشعر أنه هو الهدف الأساسى. فمثلاً "أنا قلق فيما يتعلق بهذه الفواتير"، "أنا أشعر بالغضب عندما لا تخبرنى بتأخرى على العشاء"، "لقد فوجئت بما قلته فى الحفلة فى الليلة الماضية وقد شعرت أنى أحمق" فأى

سبب للخلاف سواء القلق أو الغضب أو الإحباط قد تسبب بعض التوتر العاطفي ولكنها تكون أقل الخسائر عندما يركز كل من الطرفين على سبب الخلاف ويحاولان حل المشكلة مع بعضهما ويستطيع الزوجان الحكيمان المحبان التخلص من المشكلة ببعض المفاوضات. قد تزال سبباً لبعض الألم والحيرة ولكنها سرعان ما تتلاشى في الصباح التالي مباشرة. القدرة على الشجار قد تكون هي الفكرة الأكثر أهمية التي يجب تعليمها للمتزوجين حديثاً. أما عن هؤلاء الذين لم يتفهموا هذا الفن فلهم واحد من إختياراتين:

١. أن تحتفظ كل منهم بالغضب بداخله بهدوء حيث يعرّكم عبر السنن
٢. أو يشجر في شخص الطرف الآخر. وتغلىء ساحات المحاكم بكل من النوعين

السؤال الرابع: يعين الله لكل منا شخص معين للإرتباط والزواج وسوف يقودنا معاً - صح أم خطأ؟

لقد أخبرني أحدهم ذات مرة أنه استيقظ في منتصف الليل وقد اعتراه شعور قوى بأن الله يريد أن يتزوج من فتاة قد التقى بها قليل من المرات في مقابلات عامة. فهم بالكاد يعرفون بعضهم بعضاً. فدعاها الصباح التالي وأخبرها بما يفترض أن الله يريد منه وأخبره به أثناء الليل. فأجابته الفتاة أنها لا تناقش ما يريد الله منا فقبلت العرض فوراً. وهم الآن متزوجين منذ ٧ أعوام وقد تشاجروا على أحوال المعيشة المختلفة منذ يوم زواجهما. فكل منا يعتقد أن الله يضمن زواجاً ناجحاً لكل مسيحي قد يصطدم بغير ذلك. وأنا لا أعنى أن الله قد لا يعجبه إختيار

الشريك أو أنه لا يجيب على طلبنا للإرشاد في كل هذه القرارات المهمة ولكن بكل تأكيد تتدخل إرادة الله في كل هذه الأحداث وقد طلبت منه الإرشاد بإلحاح قبل أن أتقدم للزواج من زوجتي. ولكنى لا اعتقد أن الله يؤدي خدمة الجمع بين الناس في طريق الزواج بشكل روتيني لكل من يتعبد له. فالله أعطانا وصايا وحس وقدرة على التمييز وهو يتوقع أن نستخدم هذه القوة في التمييز في موضوع الزواج. أما الذين يفكرون بالطريقة الأخرى فهم يعتقدون أن "الله سيتدخل ليوفقنا في الوقت المناسب لو أنه لا يوافق على هذا الإرتباط" ولهؤلاء الوثائقين أتمنى الحظ السعيد.

السؤال الخامس: لو أن رجلاً وامرأة أحبوا بعضهم بالفعل سيكون للمشاكل والمصاعب تأثيراً طفيفاً أو لا تأثير على علاقتهم - صح أم خطأ؟

وهنا نتعرض لمفهوم خاطيء آخر شائع عن الحب الحقيقي حيث يعتقد العديد من الناس أن الحب هو قدر لا بد أن يصيب الجميع وقد تناول فريق الـ The Doos هذه النزعة في أغنياتهم "كل ما نحتاجه هو الحب، الحب، الحب هو كل ما نحتاجه" ولسوء الحظ أننا نحتاج أكثر من هذا قليلاً.

وقد يضعف الحب أيضاً نتيجة لكثير من المشاكل مثل الصعوبات المادية أو المرض أو فقدان العمل أو الانفصال لمدة طويلة. ونصل هنا إلى نهاية وهي أن الحب يتحول إلى ألم ومشاكل عندما يتقابل مع الحياة.

السؤال السادس: من الأفضل أن تتزوج الشخص الغير مناسب بدلاً من أن تقضى حياتك فى وحدة وعزلة - صح أم خطأ؟

وهنا أيضاً تكون الإجابة "خطأ" وبشكل عام إن الأقل ألماً هو أن تبحث عن نهاية للوحدة من أن تبقى مقيداً بعاطفة الزواج الخاطيء. الخوف الذى يملك كل فتاة تخشى من أن تسمى "عانس" (اللفظ الذى لا أوافق عليه) هو السبب الذى يجعل الفتاة توافق على أول من يدق بابها قبل أن يفوتها قطار الزواج. وبهذا فإنها غالباً ما تحصل على تذكرة ذهاب فقط فى طريق كارثة محققة. إن الخوف من عدم إيجاد الشريك المناسب للحياة قد يسبب لكثير من الناس التخلّى عن حكمه على الأمور وعن المقاييس التى حددها لنفسه. وخاصة الفتيات فقد نجد هذه المناقشة تدور بين إحداهن فى نفسها: "جون ليس مسيحياً ولكن ربما أستطيع التأثير عليه بعد الزواج هو يشرب الكحوليات أكثر من اللازم ولكن قد يكون هذا بسبب صغر سنه وعدم عمله وإلى الآن لم نحب بعضنا كثيراً ولكنى متأكدة أننا سوف نزيد فى حبنا لبعض كلما تقدم بنا الوقت. والأكثر من هذا لا يوجد ما هو أسوأ من نعيش فى وحدة؟" ويعتمد هذا النوع من التفكير على امل يأس فى معجزة لنجاح الزواج ، فعندما يقدم الإنسان على زواج بالرغم من التميزات الواضحة فهو يجازف بما تبقى من سنى عمره. إننى أناشد القراء الذين لم يتزوجوا بعد ان يستمعوا لهذه النصيحة وهى أن يصدوقنى فى أن الزواج الخاطيء هو واحد من أكثر الخبرات البائسة على وجه الأرض. فهو ملء بالرفض والمشاعر السيئة والكره والأطفال

المكسورين وليالى بلا نوم. وبكل تأكيد أن الوحدة قد تثمر إلى حياة ناجحة وعلى الأقل إنها لا تؤدى ء "إلى بيت منقسم على ذاته".

السؤال السابع: ليس من الضار أن تدخل فى علاقات جنسية قبل الزواج لو أن العلاقة بين الطرفين لها معنى - صح أم خطأ؟

ويمثل هذا السؤال أكثر المفاهيم الخاطئة خطورة عن الحب الرومانسى ليس فقط على الأفراد ولكن بالأكثر على مستقبل الأمة. ففى خلال الـ ١٥ عام السابقين قد شاهدنا الإتحلال التدريجى فى الأخلاق التى اعتدنا عليها. ونتيجة لوسائل الإعلام والتسلية أبتدأ الناس فى الإعتقاد بأن العلاقات الجنسية قبل الزواج هى تجربة حميدة وأن العلاقات الجنسية خارج الزواج مفيدة وصحية والشذوذ الجنسى مقبول والعلاقات الثنائية أفضل. وتسمى هذه الآراء "بالأخلاقيات الجديدة" وهى تعكس الغباء الجنسى الذى يعيشه عصرنا هذا وللأسف يقبلها ملايين من المواطنين الأمريكين. وكما قلت فى الجزء الأول أن الدراسات الحديثة على الطلبة قد كشفت أن نسبة ٢٥% منهم يشاركون حبرات النوم مع أفراد من الجنس الآخر لمدة على الأقل ٣ شهور. وتبعاً لتلك الإحصائية فإن نسبة ٦٦% من الطلبة يعتقدون فى أن العلاقات الجنسية فيما قبل الزواج شىء مقبول بين أى إثنين يعتنى كل منهم بالآخر.

لم أعتبر نفسى أبداً رسول أو قديس ولكنى أنذر بهذه العلاقات فأنا أنظر لهذه العلاقات بخوف وأرى فيها الموت المحقق لمجتمعنا وحياتنا. وقد عرفت البشرية على مدى ٥ قرون مضت أن العلاقات الجنسية غير

الشرعية تهدد بقاء الأفراد بشكل حقيقى. وينقل لنا التاريخ هذا فمثلاً ما قدمه أحد علماء الإنسانيات من دراسة عام ٨٨ حضارة كانت موجودة فى تاريخ العالم وكل ثقافة منها تمر بنفس هذه الدائرة الحياتية مبتدئة بحدود صارمة لممارسة الجنس بطريقة شرعية ومنتهية بطلب كامل للحرية المطلقة للتعبير عن عاطفة الأفراد وقد قرر هذا العالم أن كل مجتمع ممن سمحوا بالحرية الجنسية لأفراده قد تلاشى وهلك سريعاً ولم يكن هناك أى إستثناء لماذا نفترض أن الحافز التناسلى بداخلنا له علاقة بإحياء الحضارة؟ هذا لأن الطاقة التى تجمع بين الناس هى جنسية بطبيعتها. الإجتذاب الجسدى بين الرجل والمرأة هو الذى يدفعهم إلى تكوين أسرة وإلى بذل أنفسهم فى تطويرها وتنميتها. وهذا يشجعهم على العمل لتوفير حياة آمنة لعائلاتهم. فطاقاتهم الجنسية هى التى تمدهم بقوة دافعة لتربية أطفال فى جو صحى ولنقل القيم والأخلاق من جيل إلى الجيل الذى يليه. الطاقة الجنسية تلزم الرجل أن يعمل حينما يريد اللعب والمرأة أن تدخر حينما تريد أن تنفق وبإختصار الناحية الجنسية التى فى طبيعة الإنسان عندما تجد ملاذها بداخل العائلة فإنها تحقق الإستقرار والإحساس بالمسئولية والتى لا تتحقق إن لم يحدث هذا. وعندما تتألف الأمة من عائلات مستقرة متحملة للمسئولية فإن المجتمع بأكمله يشعر بالإستقرار. لو أن الطاقة الجنسية بداخل الأسرة هى مفتاح المجتمع الصحى فإن إنطلاقها خارج هذه الروابط يبدو كارثة. حيث تصبح القوة التى تربط الناس ببعضها عامل مساعد على تحطيمهم.

وقد يمكننا تحليل المعنى تناظرياً بين الطاقة الجنسية والطاقة الطبيعية داخل الذرة. إن الألكترونات والنيوترونات والبروتونات توجد بتوازن عن طريق قوة كهربية داخل كل ذرة ولكن عندما تنقسم الذرة وتتدخل فى تركيب ذرية مثل المفرقات فإن الطاقة التى كانت تحقق الإستمرار الداخلى للذرة قد إنطلقت بقوة هائلة مدمرة. وقد يوضح هذا مدى الشبه بين الذرة والأسرة. من يستطيع أن ينكر أن المجتمع يتعرض لضعف محقق عندما يتعرض الإلتزام الجنسى بين الرجل والمرأة إلى شك وريبة وخديعة بداخل ملايين من الأسر:-

- ✧ عندما لا تعرف المرأة أبداً ما يفعله زوجها خارج المنزل
- ✧ عندما لا يثق الرجل فى زوجته أثناء غيابه.
- ✧ عندما نجد نصف العرائس حوامل أمام المذبح يوم الزفاف.
- ✧ عندما يكون المتزوج من حديثاً قد شاذكوا عدد هائل من قبل فى العلاقات الجنسية فاقدين كل اشتياق للسريير الزوجى.
- ✧ عندما يفعل كل شخص ما يكفيه وخصوصاً هذا الذى يعطيه نشوة حسية وقتية.

ولسوء الحظ إذ الضحية الأكثر تدميراً فى المجتمع اللاأخلاقى هو هذا الطفل الذى يسمع أبواه دائماً فى شجار. تفتح كل هذه الخلافات والإحباطات عالمه الصغير ويترك عدم الإستقرار مخاوف عظيمة تترسب فى عقله الصغير. ثم يرى أبواه ينفصلان فى غضب ويفطر لتوديع أبيه الذى يحبه ويحتاج إليه. وربما يجب أن نتكلم هنا عن آلاف من الأطفال

الذين يولدون لأمهات من المراهقات كل عام واللاتى قد يعانى معظمهم من معرفة المنزل الجافىء المستقر.

يجب أن نذكر الأمراض التناسلية المنتشرة والتي أصابت الكثير من الشباب الأمريكى، ميلاد غير شرعى، قلوب مكسورة، اللامسئولية، إجهاض، مرض وحتى الموت هذه هى النتائج الحقيقية للثورة الجنسية الحديثة وقد شعرت بالملل من كثرة تسميتها بالرومانسية والنشوة. وقد حرم الله كل التصرفات الجنسية الغير مسنولة ليس ليجرمننا من النشوة واللذة ولكن ليجنبنا النتائج المأسوية التى تلى هذه الحياة المستهتره. وأما عن هؤلاء الأفراد والأمم الذين أختاروا أن يرفضوا وصاياهم بهذه الطريقة سيدفعون ثمناً غالياً لغنائهم.

السؤال الثامن: لو أن الطرفين فى حب حقيقى هل سيستمر الحال هكذا حتى نهاية العمر - صح أم خطأ؟

إن الحب حتى الحقيقى منه هو شيئاً رقيقاً. يجب أن نحمله ونتمسك به لو أردنا له البقاء. قد يتلاشى الحب لو عمل الزوج لمدة ٧ أيام فى الأسبوع مع عدم تبقى وقت للرومانسية عندما ينسى هو زوجته كيف يتكلم كل منهما مع الآخر. حيث أن الحب قد يتأثر بروتينية ضغوط الحياة كما إختبرته أنا فى بدء حياتى الزوجية مع شيرلى. حيث كنت أعمل طول الوقت مجاهداً حتى أنتهى من الدكتوراه فى جامعة جنوب كاليفورنيا. وكانت زوجتى تعمل مدرسة وتراعى شئون المنزل. فأنا أتذكر جيداً هذا المساء الذى أدركت فيه أثر هذه الحياة المشغولة على علاقتنا فنحن مازلنا

نحب بعضنا بعضاً ولكن فات وقتاً طويلاً منذ أن أحسسنا بدفء روحى. وفى هذه الليلة دفعت بكتبى جانباً وذهبت فى تمشية طويلة وفى الفصل التالى خففت حملتى فى المدرسة وآخرت بعض أهدافى الأكاديمية حتى أحتفظ بما أعطيه تقديراً أفضل. أى موقع يحتل زواجك فى تقيمتك؟ هل تخصص له ما تبقى من وقتك بعد عناء جدول مشحون أم أنك تعطيه قيمة كبيرة فتبذل جهداً لتحافظ عليه؟ قد يموت لو أنك لم تراعيه.

السؤال التاسع: العلاقات القصيرة هى الأفضل (٦ أشهر أو أقل) - صح أم خطأ؟

الإجابة على هذا السؤال سيق وتضمناها فى السؤال الثانى فيما يخص الإعجاب أو الإندجاب. فالعلاقات القصيرة تتطلب قرارات سريعة فيما يخص إلتزامات الحياة وهذا شىء محفوف بالمخاطر.

السؤال العاشر: المراهقين أكثر قدرة على الحب الحقيقى من الناس الأكبر سناً - صح أم خطأ؟

لو كانت الإجابة على هذا السؤال بـ "صح" فقد نكون أخفقنا فى شرح لماذا تنتهى نصف زيجات المراهقين بالطلاق فى الخمس سنين الأولى بعد الزواج. وبالنسبة للعكس فإن الحب الذى قمت بوصفه غير أنانى، معطاء، معتنى بالآخر يتطلب قدر معين من النضوج حتى يتحقق والنضج هو عملية نسبية بين المراهقين فالرومانسية هى مرحلة إثارة فى فترة النمو ولكنها نادراً ما تقابل المجال الذى يسمح بعلاقات أعمق وهى التى يتكون منها الزواج الناجح.

أنا أقدم نفسي لله

بإختصار إن العشرة أسئلة "خطأ" لأنهم يمثلون العشرة مفاهيم الخاطئة الشائعة عن معنى الحب الرومانسى أحياناً أتمنى فى أن يكون هذا الاختبار هو المحدد لإعطاء تصريح للزواج. فالذين يحققون رقم ٩ أو ١٠ يكونوا ناجحين أما الذين يعطون إجابات صحيحة من ٨:٥ يطلب منهم الإنتظار لمدة ٦ أشهر قبل إتمام الزواج أما هؤلاء الذين يعطون ٤ إجابات صحيحة أو أقل فقد إختلطت أحلامهم وينصحون بطول فترة العزوبية (إن ما تحتاجه بجدية هو تعريف كل القادمين على الزواج بهذه المفاهيم).

فى النهاية أريد أن أشارككم فى الكلمات التى كتبتها لزوجتى وإحتفالنا بالسنة الثامنة للزواج. إن ما قلته لها قد لا تستخدمه أنت فى التعبير عن مشاعرك مع شريكك ولكن ما أتمناه بالفعل أن تعبر هذه الكلمات عن الحب الحقيقى الذى أردت وصفه:-

إلى زوجتى الحبيبة شيرلى بمناسبة عيد زواجنا الثامن

إنى متأكد من أنك تتذكرين العديد من المناسبات التى إرتقع فيها رباط الحب بيننا إلى ذروته، الأوقات التى فاقت فيها مشاعرنا زجاء بعضنا البعض كل الحدود وهذا النوع من العواطف الجياشة لا يأتى هكذا طولعية ولكنه يكون مصاحباً لأوقات من السعادة الخاصة. شعرنا به عندما فزت بأول موقع وظيفى. وشعرنا به عندما وصل أول طفل إلى بيتنا من قسم الولادة بمستشفى هنتيجتون. شعرنا به عندما منحتنى جامعة جنوب كاليفورنيا درجة الدكتوراة. ولكن

المشاعر كانت قوية! فقد شعرنا بنفس درجة القرب والمحبة عندما مررنا بأحداث عكسية لها سبق. عندما هددت حياتنا كارثة كبلالة. شعرنا بقربنا وحبنا عندما هددت بعض المشاكل الطبية فى تأخله زواجنا شعرنا به عندما دخلنا المستشفى العام الماضى. وقد شعرنا به بشدة عندما كنت مصابة فى حادث سيارة فأنا أحاول أن أقول: كل من السعادة والخطر يجلبان هذا الحب العميق والتقدير لشخص المحب. ولكن الحقيقة هى أن معظم أحداث الحياة ليست عبارة عن أخطار أو سعادات ولكنها تتألف من أحداث روتينية يومية هادئة. وخلال هذه الأوقات أنا أستمتع بهذا الحب الهادى الذى يعبر عنه كل يوم بطرق عديدة. فقد يكون لابس غزيراً ولكنه عميق وصلب. وأنا أجد نفسى تماماً فى هذا النوع من الحب بحلول العيد الثامن. واليوم أنا أشعر بهذا الإحساس الهادى الثابت الذى يأتى من القلب المتييم. أنا أقدم نفسى لك وأبذلها لسعادتك الآن وأكثر مما كنت دائماً. وأريد أن أبقى حبيبك دائماً. وعندما تقذفنا الأحداث سوياً فى غمرة العواطف الجياشة سنستمتع بها سوياً ولكن أثناء الحياة اليومية الروتينية ومثل اليوم سيقف حبى ثابتاً.

أتمنى لك عيد زواج سعيد يا زوجتى الرائعة.

أما عن أهم جملة فى كتاباتى لشيرلى فهى "أنا أقدم نفسى لك" فإن

حبى لزوجتى لا يهتز تبعاً لرياح التغيير أو تبعاً للظروف والتأثيرات البيئية المحيطة حتى لو تقلبت مشاعرى مرة بعد أخرى. تبقى نفسى ملتزمة

نحوها راسخة على أسس صلبة. إنى قد اخترت أن أحب زوجتى وهذا الاختيار مثمر بإرادة ثابتة. أما عن الجوهر الضرورى فى الإلتزام فهو مفقود فى معظم الزيجات الحديثة. أنا أحبك ولكن يبدو أنها ملازمة لجملة طالما أنا منجذب لك - أو طالما لا يبدو آخر أفضل منك - أو طالما أنه من مصلحتى أن أستمر فى هذه العلاقة. فعاجلاً أم آجلاً سيتلاشى هذا الحب ويضعف. (فى الصالح والطالح، فى الفقر والغنى، فى المرض والصحة، فى الحب والكره، وحتى الموت نكون معاً....) هذا الشعاع الشائع منذ القدم مازال يقدم الأساس الصلب الذى يمكن أن يقوم عليه زواجاً ناجحاً ويمكن فيها المعنى الحقيقى للحب الرومانسى الصادق

أفكار للمناقشة والتعليم

هل تقرأ هذا الكتاب بمفردك؟ مع قرينك؟ مع مجموعة دراسية؟ مهما كان الموقف فإن الأسئلة التالية ومواقف الحياة والدراسات الإنجليزية سوف تساعدك فى أن تعمل مع أفكارنا حيث ناقشنا العشرة مفاهيم الخاطئة الشائعة عن الحب والزواج. إحتفظ بقلم وإنجيل و مفكرة صغيرة والآن انت جاهز لدراسة هذه الأفكار التعليمية:-

السؤال الأول: يقع بعض الناس فى للمال حب من أول نظرة الله - صح أم خطأ؟

١. هل توافق معنا أن "الحب من أول نظرة" هو إستحالة عاطفية وجسدية؟ هل نوع العلاقة المذكور فى الرسالة إلى فيلبى ٢:٢ يتوفر فى "الحب من أول نظرة"؟ لماذا؟ لماذا لا؟.
٢. هل توافق معنا أن الأغانى الشعبية ساعدت فى تشويه مفهوم الحب عند الكثيرين؟ ماذا عن الأفلام؟ التليفزيون؟ قصص المجلات؟ كيف يمكن أن نفرق بين "الوقوع فى حب الحب" وتطوير علاقة حب حقيقى مع شخص آخر؟ كيف يمكن. فى كولوسى ٣:١٢-١٥ أن تساهم فى فهم مفهوم الحب الحقيقى غير الزواج؟
٣. هل الأنانية من سمات "الحب من أول نظرة"؟ لماذا؟ لماذا لا؟ لإيجاد أفكار عن الحب والأنانية أقرأ الرسالة إلى فيلبى ٢:٢-٤.
٤. إقرأ الفقرتين الأخرتين فى المناقشة عن "الحب من أول نظرة" (الفقرة التى تبدأ بـ "الحب الحقيقى") أذكر أسباب أهمية كلمات "الوقت" "ينمو" بالنسبة للحب الحقيقى. إقرأ ترجمات مختلفة لكورنثوس اولى ١٣:٤-٧ ثم دون الكلمات والجمال التى تشعر ان لها علاقة لفكرة أن تأخذ وقتك لتنمو فى الحب.

السؤال الثانى: إنه من السهل ان نفرق بين الحب الحقيقى والإعجاب. صح أم خطأ؟

١. هل توافق أم لا توافق معنا فى أن "الإعجاب ليس ثابتاً"؟
- أفكار للمناقشة:** هل أى علاقة تتأرجح بين العلو والهبوط؟ هل من سمات أى موقف الثبات؟ هل يمكن لأى شخص أن يقول بثقة "أنا سوف لا أتغير" إقرأ ملاخى ٣:٦ وعبرانيين ٨:١٣ كيف أن عدم تغير الله تقوى وتعطى إستقراراً للعلاقات الإنسانية؟

٢. هل إستوقفتك هذه الكلمات: غير رومانسى، محير، غير حقيقى، قاعدة صلبة للزواج؟ "الإستقرار (فى الزواج) يأتى من الرغبة الغير مندفة فى نجاح الزواج وفى البقاء على شعلة الحب متقدة بين الطرفين بعض النظر عن الظروف المحيطة" إشرح رد فعلك على هذه الجملة ثم قارن بين هذه العبارة وبين ما ورد فى رومية ١٥:٥ والرسالة الأولى إلى تسالونيكى ١١:٥.

٣. تبعاً لما قلنا من قبل ما هى العوامل التى يجب أن تأخذها فى الاعتبار قبل أن تحدد ما إذا كان هذا الشخص فى ندوة إعجاب فقط أم حب حقيقى؟ أمثال ١٩:٢ وهى تحدثنا عن حكمة أن تأخذ وقتاً فى التفكير فى أى خطوة هامة فى حياتنا وهى تقول: "لا يجدر بالمرء أن يخلو من المعرفة ومن يتعجل الأمور يخطئ الغرض" كيف يمكن تطبيق هذا على الإعجاب والتقدير ولحب الحقيقى وما هى الأشياء الغير معروفة؟

السؤال الثالث: إن الناس الذين يحبون بعينهم حباً مخلماً لا يتنازعون- صح أم خطأ؟

١. إن بعض المشاكل الزوجية حتمية "ما هى الطريقة التى تحفظ طريق الحوار الصحيح؟ إقرأ التعليقات المكتوبة فى الفقرتين التاليتين للسؤال الثالث ولأفكار إضافية إقرأ أمثال ١٥:١، ١٧:١٨-٤ والرسالة إلى أفسس ٢٦:٤-٢٧.

٢. صح أم خطأ؟ هل يستطيع الزوجان أن يتناقشوا مع طاعة الوصية المذكورة فى أفسس ٣١:٤؟

٣. ناقش الفرق بين أن تكون غاضب مع قرينك أو أن تكون غاضب أو متألم من مشكلة ما. هل من الممكن دائماً أن تفصل بين المفهومين؟ ما الذى يقود للمشكلة ستجده فى غلاطية ٥:٥، بطرس الأولى ٤:٨ ويعقوب ٥:١٦ إقرأ الآيات جيداً فى كل الترجمات الممكنة ثم أذكر ثلاثة أفكار منها؟

٤. لو أنك تجرى دراسة مع مجموعة أطلب منهم أى تمثيل مناقشة عن هذا المبدأ: "الجدال الصحى يظل دائراً حول المشكلة الذى إبتدأ من أجلها الخلاف" وكل مجموعة تختار من الثلاثة مواضع التالية :-
"أنا قلق بشأن كل هذه الفواتير".

"أنا أشعر بالغضب عندما لا تخبرنى أنك ستتأخر على العشاء".

"لقد فوجئت بما قلته فى الحفلة الليلة الماضية، وشعرت بالغباء".

بعد كل تمثيلية وفى دقائق قليلة أطلب تقييماً من المجموعة كلها: هل ظلت المناقشة حول الموضوع أم تحولت إلى نقاش شخصى؟

السؤال الرابع: يعين الله لكل منا شخص للإرتباط به والزواج وسوف يقودنا معاً- صح أم خطأ؟

١. كيف يقدم الله المعونة فى إختيار شريك الزواج؟ قبل الإجابة

إستن بـ أرميا ٣:٣٣ واخبار أيام أول ١٦:١١ وفيلبى ٤:٦ ورسالة يعقوب ١:٥-٨ هل قدمت هذا شرطاً خاصاً؟

٢. كيف كشفت رسالة كورنثوس الثانية ٦:١٤ عن إرادة الله فى

إختيار شريك الزواج؟ وفى رأيك ما هو الأكثر أهمية؟ أن يكون الشريك مسيحياً أم أن يكون ناضجاً، طيباً، صبوراً

وهكذا إلخ؟ إعطى أسباب لإجاباتك.

٣. لقد ذكرنا فيما سبق هذه العبارة " إن الذى يعتقد أن الله يضمن زواجاً ناجحاً لكل مسيحي يصدّم" ماذا ترى أنه يقصد بهذه العبارة؟ هل توافق أم لا توافق؟

السؤال الخامس: لو أن رجلاً وامرأة أحبوا بعضهما حباً حقيقياً صادقاً سيكون للمشاكل والمصاعب تأثيراً طفيفاً أو لا تأثير على علاقتهم مع أم خطأ؟

١. هل توافق أم لا توافق معنا أن الضغط العاطفى الناتج من مشكلة ما قد يكون مدمراً حتى فى الزوجات المستقرة القائمة على الحب؟ لماذا؟ إستشهد بدليل من الحياة الواقعية (قد رأيته) لتدعم به رأيك.
٢. ما هى المصادر التى يجب أن يستعين بها الزوجين المسيحيين للتغلب على مشاكلهم؟ ما هى أكثر الشواهد الإنجيلية التالية التى تعطيك الشجاعة عند مواجهة المشاكل؟ يشوع ٩:١ مزمور ٣، كولوسى ٢:٦-٧، بطرس الأولى ٥:٨-١١.
٣. لقد تكلمنا عن "الحاجز الفاصل" الذى قد يتخلف عن المشاكل بين زوجين أو أبوين. تعرف على ثلاثة مبادئ على الأقل من خلال قراءتك لـ يوحنا الأولى ٣:١٨، ٤:٧، تسالونيكى الأولى ٥:١١، فيلبى ٢:٤، لمساعدة الطرفين للوصول إلى بعضهما البعض وقت المشكلة وتجنب هذا الحاجز الفاصل.
٤. أذكر طرق لطلب حماية الحب من "ألم المشاكل" ومن هذه الشواهد الكتابية إخترا طرقاً لحماية الحب وتقويته فى: غلاطية ٦:٢، رومية ١٢:١٥، بطرس الأولى ٣:٨-٩ أى من هذه الطرق ستلجأ إليها خلال هذا الأسبوع؟ أى منها سيترك تغييراً واضحاً فيك؟

السؤال السادس: من الأحسن أن تتزوج الشخص الغير مناسب بدلاً من أن تقضى حياتك فى وحدة وعزلة- مع أم خطأ؟

١. هل توافق معنا أنه من الأفضل دائماً أن تبحث عن نهاية للوحدة من أن يغمرك ضغطاً عاطفى فى الزواج لغير مستقر أم لا؟ لماذا؟
٢. هل تفضل العبارات فى أمثال ١٥:١٧، ١٧:١ وفى جامعة ٤:٦ الوحدة أم الزواج من الشخص الغير مناسب؟
٣. أذكر ٥ إقتراحات بنائة لرجل يستطيع بها التغلب على الوحدة، و ٥ طرق تستطيع بها امرأة تشكو الوحدة أن تشغل أوقاتها بنشاطات لها معنى. أذكر أفكارك تحت عنوين مناسبة مثل: تحسين حالتها الشخصية، الإعتناء بالآخرين، إكتشاف أشياء جديدة، النمو الروحى.
٤. فى كرونثوس الأولى ٧:٨-٩ يشجع بولس لرسول المسيحيين على الإحتفاظ بالبتولية كلما أمكن. ما هى هذه الفوائد الروحية التى يتمتع بها الغير متزوجين؟

السؤال السابع: ليس من المنار أن تدخل فى علاقة جنسية قبل الزواج لو أن العلاقة بين الطرفين لها معنى- مع أم خطأ؟

١. ناقش الطرق المحددة التى تستخدمها وسائل الإعلام والتسلية فى نشر الرأى الذى يؤيد قبول العلاقات الجنسية قبل الزواج بين أى إثنين بينهم قبول.
٢. لقد ذكرنا بعض الدراسات الإنسانية التى تعرض تدهور كل الحضارات التى تحولت من روابط صارمة لممارسة الجنس إلى حرية جنسية واسعة. كيف يحافظ المجتمع على أحكام صارمة لممارسة الجنس مع تحقيق الحرية للأفراد؟

٣. هل توافق أم لا مع العبارة التي تقول "عندما تتكون الأمة من ملايين من الأسر المسؤولة سيكون المجتمع كله مستقراً"؟ كيف يصل مجتمعنا إلى هذا المستوى؟

٤. تذكر دائماً أن الزنا يعرف على أنه العلاقة الجنسية بين طرفين غير متزوجين. ثم استخدم الشواهد الإنجيلية التالية كمصادر لكتابة فقرة مختصرة شارحاً لرأى الإنجيل في العلاقات الجنسية قبل الزواج مرقس ٢١:٧، كرونثوس الأولى ٦:١٣-٢٠، غلاطية ٥:١٩-٢١، أفسس ٥:١٣.

السؤال الثامن: لو أن الطرفين في حب حقيقي سيستمر الحال هكذا حتى نهاية العمر- صح أم خطأ؟

١. لقد ذكرنا "الحب حتى الحقيقي منه شيء رقيق لا بد أن نتمسك به ونحميه لو أردنا له لبقاء" لو كنت متزوجاً أذكر من ٣:٥ أشياء إختبرتها أثناء زواجك ومساعدته في توتر مشاعرك ثم أذكر من ٣:٥ أشياء إختبرتها وقد ساعدتك على تقوية مشاعر حبك لقرينك (لو إنك خاطب أو على علاقة جادة بأسس ثابتة حاول أن تتكلموا معاً عن المشاكل التي قد توتر علاقة الحب في الزواج).

٢. إقرأ كرونثوس ١٣:٤-٧ في كل الترجمات الممكنة ومن هذه الفقرة الإنجيلية أكتب تصورك عن الحب القوي.

٣. راجع بسرعة ما قمت به من نشاطات في الأيام القليلة الماضية. وبناءً على ما فعلته قرر أين يقع زواجك بالنسبة لقيمك! هل تخصص له ما تبقى من جدولك المشغول؟ أم أنك تعامل زواجك على أنه شيء نو قيمة عالية؟ إصنع قائمة بما يجب أن تفعله خلال الثلاث أيام القادمة

واضعاً في إعتبارك أعباء العمل، مطالب الأسرة.... إلخ. هل تشتمل هذه القائمة على أوقات محددة تقضيها مع قرينك؟ هل تعطى هذه الأوقات الأولوية الأولى؟ لماذا؟ لماذا لا؟

السؤال التاسع: العلاقات القصيرة هي الأفضل (٦ شهور أو أقل)- صح أم خطأ؟

١. لتفكر في مدى صحة هذه العبارة استخدم الأسئلة الخاصة بالسؤال الثاني.

٢. أننا نعتقد أن مدة ٦ شهور قليلة جداً على أي علاقة ماذا عن المدة المناسبة لأي علاقة في رأيك؟ كم من الوقت إستمرت علاقتك؟ هل إستغرقت مدة أكبر لكي يتعرف كل منكما على الآخر؟

٣. هل من الممكن أن تستمر علاقة ما لمدة طويلة جداً؟

٤. لو أنك متزوج ماذا عرفت عن شخصية وصفات قرينك بعد أن أصبحتما زوجاً وزوجة؟

السؤال العاشر: إن المراهقين أكثر قدرة على الحب الحقيقي من الناس الأكبر سناً- صح أم خطأ؟

١. إن الحب الحقيقي يتطلب إعتناء بالشخص الآخر، الإلتزام نحوه وبذل النفس لأجله لماذا هذه المتطلبات صعبة على المراهقين؟

٢. قارن بين ما هو مكتوب في كارت عيد الزواج وبينه وبين أفسس ٥:٢٨-٣٣ ماذا قال هذا الشاهد الإنجيلي تقديم كل نفسه واحد

إلى الآخر؟ عندما تقدم نفسك لآخر بماذا تشعر؟ ماذا تفعل وماذا تقول؟

٣. إقرأ تكوين ٢:٢٤ ونقش: ماذا يعنى أن يصبح الإثنين جسداً واحداً؟ حدد نواحي معينة تكون فيها أنت وقرينك جسداً واحداً.

أحبك كيف تقولها عملياً

اللقاء
الرابع

شرحت "أليس شاين" خبيرة الاستشارات الأسرية:- إنها وضعت قاعدة أساسية بأن فيضان العطاء والحب المتزايد لا بد أن ينعكس على الطرف الآخر، وأن المحبة تنتج وتثمر محبة، بمعنى أنه لا ينبغي أن تنشغل الزوجة بأن زوجها لا يعبر لها عن حبه ولا يسعى لإسعادها.. وإنما عليها أن تبادر هي بذلك دون حدود.. قطعاً سيأتي رد الفعل الإيجابي حتى وإن تأخر قليلاً.. وأن تقول لنفسها دائماً "إن أردت لزواجي النجاح فلا بد أن أكون عفورة حقاً".

ففى إيقاع الحياة اليومية عندما يخرج زوجك للعمل- إن كان يخرج قبل موعدك- وصليه إلى باب الشقة وتمنى له يوماً سعيداً، ثم



أنظري إليه من الشرفة أو الشباك، وبنفس اللفة والشوق إستقبليه عند عودته من العمل، وعلمي أولادك أن يعانقوا أباهم مرحبين بعودته للمنزل.. احتفظي بصورته في حافظتك وعلى المرأة أو على مكتبك في العمل.. لا تطلبي منه أبداً أن يفعل شيئاً يمكنك أن تفعليه بنفسك.. لا تقارني زوجك بأصدقائك من الجنس الآخر أو حتى بوالدك.. أمدحيه دائماً وعبري له عن أنه أعظم رجل في نظرك.. كوني مدبرة في نفقاتك وأجيدى إدارة ميزانية المنزل بما يسمح بتوفير مبلغ للنزهة والترفيه.. استخدمى لفظ "ملكنا". بدلاً من "ملكى" فى أى شىء يخصك أو يخصكما معاً.. كوني رقيقة وحساسة تجاهه.. إذا وجدته منشغلاً بمشاهدة التلفزيون أو قراءة صحيفة فلا تتهميه بالإشغال عنك فقط قبله برقة.. إذا أردت منه أن يرتدى ملابس معينة أو يخلق شعره ويهندمه إياك ان تنتقدي تصرفه وإنما قولى له: إنك ستكون أجمل لو فعلت كذا.. إكتبى له رسائل مختصرة من جملة واحدة تعبر عن حبك وضعيها فى أوراقه الخاصة.. على امرأة دولابه. فى علبة معجون الأسنان أو الحلاقة، وفى أماكن لا يتوقعها.. أعدى أصناف الطعام التى يفضلها.. كللى كل هذا بالصلاة من أجله ومن أجل مستقبلكما وضعى كل مشاكلكما أمام الله.

تضيف أليس قائلة: من مقومات السعادة الزوجية أن يستمر أسلوب الحوار المتبادل بين الزوجين، ولذلك دربي نفسك على الإستماع الجيد المنصف لزوجك، ولا تهملى حديثه مهما كان خارج نطاق اهتمامك، وقد يتطلب ذلك أن تلمى بطبيعة عمله وبهواياته الخاصة، وإذا إشتكى

زوجك لوقوعه فى مشكلة ما فى العمل لا تتهميه بالتقصير فى واجبات عمله أو لومه باستمرار بأنه السبب فى كل ما يحدث له من مشاكل.

ومن الأساليب الإيجابية التى تعبرين فيها لزوجك عن حبك أن تقدمى الحب والمودة لعائلته، وأن تشاركيه زيارتهم.. بل تذكرينه بتلك الواجبات العائلية إذا نسيها، إحتفظى بصورة لزوجك بين أفراد عائلته فى برواز على المكتب.. رحبى بزيارة والده ووالدته فى منزلك.. إسألنى والدته عما يسعده وعن أطباقه المفضلة.. إحذرى من شكوى زوجك لوالدته، ومن جهة أخرى لا تفتخرى بأقاربك ولا تجرى مقارنات بين أقاربك وأقارب زوجك.. ثم تذكرى أنك ستصبحين يوماً حماً.

إذا استعد زوجك للسفر فى رحلة عمل رتبى له حقيبته بنفسك، وأعدى له وجبات خفيفة يمكن أن يعتمد على تناولها بعض الوقت، ولا تثقلى عليه بالمسئوليات التى تنتظرك عند سفره.. واتصلنى به لتطمئنى عليه وعند عودته إستقبليه فى أبهى صورة يحبها فيك، وأطلبى من أولادك الهدوء عند استقبال والدهم وعدم الإكثار من الأسئلة.

وتنصحك أليس بالحرص على العلاقة الزوجية الحميمة التى تربطك بزوجك، وأن تسعى بكل الوسائل لإسعاده وإشباعه.

فماذا عن أوقات الغضب؟- أيضاً فى هذه الأوقات الحرجة تمسكى بقوة بلهجة الحب، وعندما تكونين متأمة أو غاضبة من زوجك تذكرى بعض المواقف السعيدة التى ربطتكما سابقاً، وذكرى نفسك بأن كل زواج

يتعرض لبعض العواصف، ثم حاولى أن تفهمى وجهة نظره، ولا تظنى أنك على صواب دائماً، لا تسمى أبداً للكراهية أن تتسلل إلى نفسك، وتذكرى أن هناك طرفاً ثالثاً ورئيسياً فى هذه العلاقة هو الله، وحاولى أن ترفعا معاً صلوات ليقرب الله بينكما.. ولذلك فلا تسترجعى كل المواقف السيئة ولا تفجرينها فى أى مناقشة.. أيضاً لا تتوانى فى المبادرة بالصلح فمعظم الرجال لا يتقنون هذا الفن.. وفى مثل هذه المواقف العصبية إرفعى هذه الشعارات: * إذا كنت مخطئة سأعرف مخطئى وإذا كنت على صواب سأسكت.

- * قولى لله أنا آسف لله صراحة عندما مخطئ فى حق زوجك، ولا تعتمدى فى الصلح على طبق الحلوى للفضلة لديه فقط.
- * إقرحى أن تصليا معاً بعد النزاع لأنه من الصعب أن تحتفظى مشاعر سيئة أثناء الصلاة.
- * وأخيراً تنبه إلى أن هذه النصائح واجبة ولازمة عندما يكون الزواج تحت مظلة توافق وإنسجام وتوضيحات متبادلة.

من أجل الحب يتقاتل رجالان ويتنازل ملوك عن عروشهم ويغزو البعض عوالم مجهولة - باسمه تعلقو لأعلى الدرجات، وبأسم الحب المزيف يرتكب البعض أبشع الأخطاء!

إن الحب يصعب تعريفه ولكنه يعاش، إن الكتاب المقدس يعرف الحب بأنه عمل أو سلوك:-

١. أحب الله العالم فماذا فعل له؟ أنظر (يو ٣: ١٦).
٢. كيف أظهر لنا الله حبه بحسب (رومية ٥: ٨)؟

هل توافق

ليس من الغريب، أن الأبحاث الحديثة قد أيدت ما أعلنه هذا المثل منذ ٣٠٠٠ سنة. درس بلين فلورز (Blaine Flowers) بجامعة ميامى ما يدعوه "الأوهام الزوجية" - الخيالات والأفكار غير الواقعية التى يتمسك بها الناس عن الزواج عموماً وشركاء حياتهم بنوع خاص. ووجد أن الأزواج السعداء أكثر احتمالاً وتفاؤلاً من نظرائهم من الأزواج غير السعداء. فهم يتفقون على إضفاء أوصاف وردية على زواجهم، وهم ينظرون إلى شركاء حياتهم كمثل عليا، وينسبون إليهم صفاتاً أكثر إيجابية من أى أشخاص آخرين، ويعطون لشركاء حياتهم الفضل فى تحقيق جوانب أكثر إيجابية فى زيجاتهم من أنفسهم.

وبمعنى آخر، فكلما زادت قدرة الزوجين على التغاضى عن الكلمات التى تحمل نذر الغضب، زاد استمتاعهما بالسعادة الزوجية. وهذا ينطوى على إدراك سليم. وكما جاء فى أم ١١: ٢٧ "من يطلب الخير يلتمس الرضا ومن يطلب الشر فالشر يأتيه".

فإذا كنت تبحث عن كلمة مهينة من شريك حياتك، اتح لها وقتاً، ومن المرجح أن تجدها. ولكن إذا كنت تبحث عن الرضا من شريك حياتك، فاترك المضايقات جانباً وركز على كلمات المديح وسوف تدهش لكثرة عددها.

الفرق بين الحب والزواج



الرومانسية أم الواقع

أ.د عادل صادق رئيس قسم الطب النفسى عين

شمس

ولابد أن نفرق بين علاقة الحب وعلاقة الزواج.. الحب تغلب عليه الرومانسية.. ولكن هذا ليس معناه انه لا رومانسية فى الزواج وإنما الزواج تغلب عليه الواقعية.. أى فى الحب كثير من الرومانسية وقليل من الواقعية.. وفى الزواج كثير من الواقعية وقليل من الرومانسية.. وليست الرومانسية عكس الواقع.. ولكنهما مكملان لبعضهما البعض.. فلا أحد يستطيع أن يعيش برومانسية خالصة.. ولا أحد يستطيع أن يعيش بواقعية مطلقة.. والرومانسية ليست هى الرفاهية المتناهية والشاعرية المفرطة والبكاء الذى يوجع القلب.. الرومانسية ليست التغنى بالعذاب واستحسان الألم واستعذاب الهجر والاحتراق بالاشتياق..

الرومانسية هى ظل الشجرة وهى رائحة الورد وهى النسمة الحانية وهى اللحن المرح وهى الكلمات المتفائلة وهى الأمانى والأحلام والخيال دون إفراط ودون إبتعاد أحقق عن الواقع..

الرومانسية هى الحنان المتوازن والمودة فى موضعها والرحمة فى مكانها.. الرومانسية هى الصورة الجميلة للحياة بإشراقها وضئائها.. الرومانسية هى المتكأ المريح وليست الدعة والكسل والاسترخاء والملل.. الرومانسية هى حالة من الرضا التام وتبسيط الأمور المعقدة دون إخلال، والتسامح دون تفريط.. الرومانسية هى لذة العطاء ونشوة الإيثار وعذوبة التضحية.. الرومانسية هى الألوان الزاهية المبهجة المنسجمة.

الرومانسية هى حالة وجدانية تسيطر علينا فى أفعالنا وحركتنا وسكناتنا.. الرومانسية لا تعرف لغة الكمبيوتر الجامدة حيث تعكس النتائج

تماماً ودقة المعطيات.. والرومانسية لا تعرف لغة الحساب حيث الربح والخسارة ولا تعرف لغة الأسواق حيث المغالاة حين يزيد الطلب ويقل العرض وحيث الابتزال حين يقل الطلب ويزيد العرض.

إذاً الرومانسية حنان ورحمة ومودة وجمال وخيال وعطاء وإثار وتسامح وتبسيط ورضا وفرح وأمل.. ولكن.. ولكن دون تحريف للحقيقة وإخلال بالواقع..

أما الواقع، فهو الاعتراف والتسليم بالجانب المشكدة فى الحياة والتصدى لهذه المشاكل بفهم وموضوعية وبالحسابات الدقيقة والتقدير السليم.. الواقع هو قبول الحياة كما هى بطلوها ومرها.. وحين نقبل مرارة الحياة، فهذا هو بداية الطريق السليم ناحية التخفيف من شدة هذه المرارة ولكن لا نتطلب أن تكون حياة حلوة المذاق فى كل الوقت..

الواقعية هى قبول الصعوبات والصعاب ومواجهتها والبحث عن حلول منطقية ومقبولة.. ولا نتصور حياة سهلة وبسيطة.. بل قد تتعقد الأمور أحياناً وتتشابك مثل مريض تعددت لديه الأمراض فى أكثر من عضو من أعضاء جسده، الواقعية هى السعى الدائم ناحية التوازن.. الواقعية هى الوسطية وعدم التطرف وعدم التمدادى وعدم الإغراق.. والواقعية هى التحمل والصبر ومحاولة الثبات أمام الكروب والشدائد والواقعية هى التوقع والتحسب والتحفز دون خوف أو وجل، والواقعية هى القلق فى حدود الذى يتيح الاستعداد والتهيؤ.. الواقعية هى السعى حتى إن اضطررنا للمشى فوق الأشواك وتحمل الهجير..

والواقعية تقبل أيضاً أن الإنسان من الممكن أن يخطيء وأن تذل
قدمه وأن يرتكب المعصية وأن يضل الطريق وينحرف بعض الوقت..
وتلك امتحانات صعبة وعسيرة للحياة الزوجية تحتاج إلى ثبات
وإتزان وحكمة وتقتضى عدم التسرع والإندفاع أو اللجوء إلى العنف أو
التفريط فى الحياة أو هدم البيت وتخريبه.. الواقعية تقتضى دراسة
الأسباب بموضوعية وأن يكون الإنسان عادلاً ومنصفاً وأن يقدر دوره
وإسهامه فى المصيبة التى ألمت بهما.. وأن يتعاونوا معاً لتخطى الأزمة
وعلاجها ومنع تكرار حدوثها.. وقد تقع مصائب حقيقية فى حياة الزوجين
مثل أن تكتشف الزوجة أن زوجها على علاقة بإمرأة أخرى سواء إذا
كانت علاقة كاملة أو علاقة نصفية.. وقد يكتشف الزوج أن امرأته تهتم
برجل آخر أو ربما شىء أكثر من الاهتمام.. هنا قد تنهار الحياة الزوجية
تماماً.. وفى أحيان أخرى قد تستمر.. وهذا يتوقف على مدى الحب
المتبقى بينهما وعلى مدى نضج كل منهما وقبولهما للواقع وتناولهما
لأمور حياتهم بموضوعية ومدى ما يتمتعان به من رباطة الجأش والثبات
فى مواجهة المصائب.

هذه هى واقعية الزواج..

أما رومانسية الحب فهى تتركز أساساً فى الأحلام والتمنى.. وتكون
هذه الأحلام مرصعة بالزهور محملة برائحة الورود ذهبية بفعل نور القمر
مزركشة بألوان الطبيعة.. إنها السياحة الجميلة فى الأرض السهلة
والسباحة الممتعة فى البحيرة المسالمة والإنتشاء باللحن واستعذاب

ولهذا، فالحياة تكون شديدة الصعوبة إذا تخلينا عن الرومانسية ..
مثلما يكون من الصعب أن يمضى الإنسان فى الصحراء دون أن تلوح له
شجرة يستريح تحتها ويستظل بظلها ويأكل من ثمارها ثم يجد بئراً طيبة
يشرب منها شراباً طهوراً..

وهكذا الأزواج والزوجات العقلاء.. لا يضجرون من واقعية
الزواج.. فالزواج حياة كاملة.. حياة مستمرة.. وأى استمرارية قد تحمل
ملاً وضجراً فى مضمونها..

هنا يعترف الزوجان بضرورة حدوث الملل والضجر.. ويكون
عليهما أن يبحثا عن الوسيلة لمواجهة هذا الملل وتبديد هذا الضجر..
والاستمرارية تعنى أيضاً حتمية الاختلاف وما يتبعه من شجار ويكون
عليهما أن يعرفا الحدود التى يقفان عندها فى شجارهما دون تمادى ودون
تخليف جروح ويكون عليهما أيضاً بذل جهد إيجابى لحصار الاختلاف
وتقليل الشجار ثم تعديه إلى مجرى الحياة الطبيعية التى يسودها الوئام
والسلام..

والاستمرارية تعنى فقدان عامل الإثارة والتشويق الحارق ويكون
على الزوجين أن يقبلا هذه الحقيقة الفسيولوجية النفسية وأن يعرفا من
الوسائل ما يجدد الحياة ويعيد إليها ما يحركها ويثيرها ويهيجها على
المستوى النفسى والبيولوجى..

الشعر.. وذلك لأنهما فى حدود الوقت المتاح لهما لا يواجهان مشاكل حقيقية ولا يصطدمان بأرض صخرية ولا يواجهان أمواجاً عاتية.. ولذا، فالحياة تبدو رائعة الجمال وهذا ليس هو الواقع الحقيقى بل جانب واحد من جوانب الواقع..

لا نعيش بالرومانسية الصرفة .

ولا نحيا بالواقع القم.

وإنما نحن نحتاج مزيجاً من الإثنين.

لابد أن تنتسل الرومانسية إلى واقع الزواج..

ولابد أن تتسرب الواقعية إلى حياة المحبين.. ولكن الزواج لأنه مسئولية فلا بد أن يكون للواقعية الحجم الأكبر.. ولأن الحب أحلام وتمن، فإن للرومانسية المساحة الأرحب..

هناك ألغام قد تفجر الحياة الزوجية من داخلها.. مثل الملل والغيرة والشك والديكتاتورية والاستبداد والابتزاز والإهانة والتجريح وأخيراً الخيانة..

والممل سمة من سمات حياة الإنسان على الأرض.. والممل يأتى من الاستمرارية على نمط واحد ووتيرة متكررة.. والممل يبعث فى النفس الركود وإنطفاء الحماس وبهتان البهجة وضعف الإثارة.. والممل يبعث على الضيق.. ولذا يحاول الإنسان جاهداً أن يكسر هذا الملل.. ويلجأ الإنسان عامة إلى وسائل إما طيبة أو سيئة.. وسائل إيجابية أو وسائل

سلبية.. أشياء حلال وأخرى حرام.. أفعال مقبولة اجتماعية وأخرى مرفوضة.. مسلك موافق للقانون وسلوك آخر إذا اكتشف أمره يعاقب عليه القانون.

وظهور الملل فى الحياة الزوجية حتمى.. أى لا مفر منه.. ويكاد يكون سمة للزواج.. بل قد نتصور أنه ضرورة.. وذلك لأن الملل يدفعنا إلى محاولة كسره وبالتالي نفكر ونتحرك ونبتكر.. لولا الملل لما ابتكر الإنسان أشياء جديدة فى الحياة.. لأن الجديد مثير.. الجديد ممتع ومبهج.. الإنسان يأتى بالجديد ليعث بالحركة فى الحياة.. فكلما أوشكت الحياة على ركود تفتق عقل الإنسان عن شىء جديد.. الخطورة فى الجنوح والتمادى والتطرف.. فحين لا يكون الإنسان قادراً على الابتكار الإيجابى أو حين تكون الإمكانيات محدودة، فإن العقل قد يتجه إلى الشر لزحزحة جبل الملل الذى يجثم على الصدور وتضييق به النفوس.. فمأساة الملل أن الوقت لا يمضى.. أى يتوقف.. أو يترك ببطء شديد جداً..

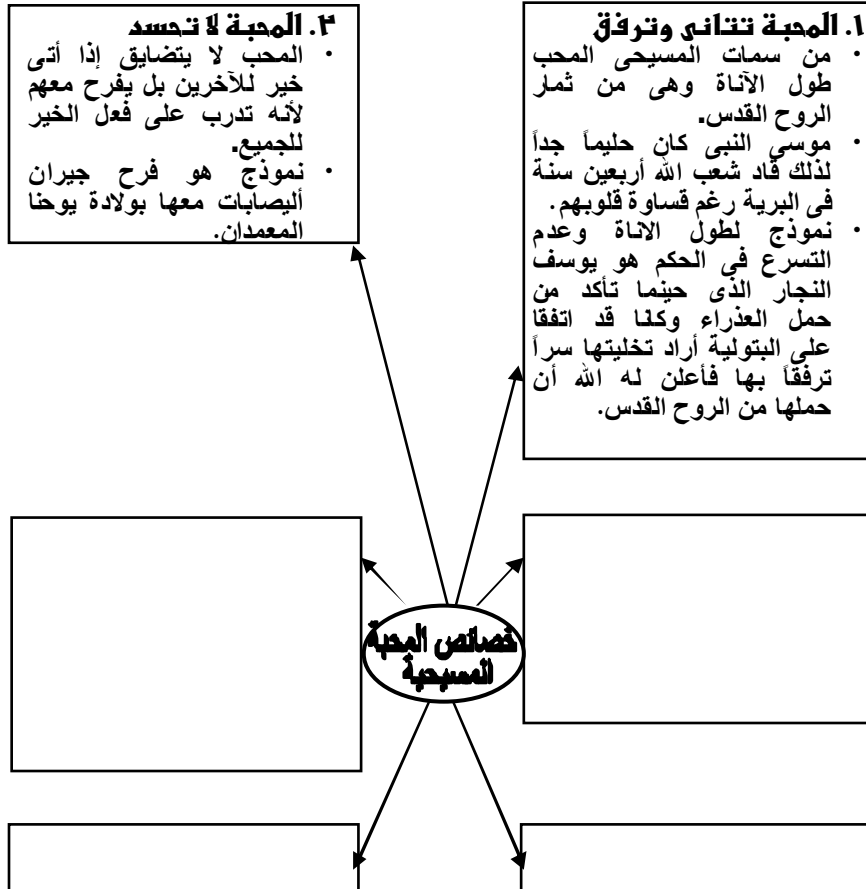
والمدمنون للمخدرات يوضحون لنا هذا الأمر بجلاء، فهم يقررون أن مشكلتهم تكمن فى الوقت.. فى حركة الزمن.. فهم يعانون من صعوبة مرور الوقت.. الساعة كأنها ألف ساعة.. والمخدرات هى التى تجعل الوقت يتطاير..

لابد للزواج والزوجات أن يكونوا واعين لمشاكل الملل.. وألا ينساقوا فى سلبية التقبل والاستسلام والمعاناة.. وأن يحذروا الوسائل

المهم الوعى.. والذكاء.. والقدرة على الابتكار.. والحب.. وحسن النية.. والخلق الطيب.

غير السليمة للقضاء على الملل.. وأن يشعر- أى الزوجين - بأنها مشكلة مشتركة إذ لا يحق لكل منهما على حدة أن يحاول القضاء على شعوره الخاص بالملل دون أن يبالي الآخر.. يجب معاً أن يكسرا هذا الملل فى حياتهما.. وهذا صعباً.. وأوقات الترفيه مهمة.. ويجب أن تكون متغيرة ومتعددة وأن يكون هناك إشباع للاهتمامات والهوايات المشتركة.. وأسلوب قضاء وقت الفراغ أو ما يسمى بالإجازات لابد أن يتنوع.. تنوع فى المكان وتنوع فى النشاط.. ورؤية أماكن جديدة تتيح متعة الاستكشاف والمعرفة وأن يكون هناك أصدقاء بشرط أن يتم اختيارهم بعناية شديدة، فبعض المصائب تأتي من الأصدقاء.. وليس من ضرر فى قليل من الابتعاد الخفيف الطفيف وليس إجازات طويلة منفردة.. وأن يكون لكل طرف خصوصياته وعالمه وحريته فى حدود ضيقة لأن أساس الزواج المشاركة ولكن لا مانع من مساحة صغيرة خاصة.. وما ألد اللقاء بعد الابتعاد.. وهذا النشاط الترويحي يجب أن يكون خارج البيت وفى الهواء الطلق والسماء المفتوحة وأن نمتع الأعين بالخضرة أو بالماء.

وهناك العديد من الأشياء الصغيرة التى من الممكن أن تحقق قدراً من الإثارة مثل الحوار حول خير مثير أو كتاب جديد أو الاستماع لأغنية جديدة أو توليف طعام جديد أو تغيير موضع الأثاث فى البيت.. وكل زوجين قادران على أن يحصرا العديد من الأشياء الصغيرة والكبيرة التى تجلب لهما المتعة وتحرك حياتهما وتملأها بالبهجة والسرور والإثارة..



٣. المحبة لا تتفاخر ولا تنتفخ

- المحب غير معجب بنفسه ولا يحقر الآخرين - ولكن المغرور يرى نفسه أفضل من الآخرين - "من يفتخر فليفتخر بالرب".

٥. المحبة لا تطالب ما لنفسها

- الحب بذل وعطاء والمحب يفرح بالعطاء أكثر من الأخذ.
- المحب يهتم باحتياجات الآخرين - بل ويتناول عن حقوقه لكي يرضى الآخرين.
- مثلنا الأعلى هو السيد المسيح الذي ألقى ذاته وبذل نفسه ليعطينا نعمة الخلاص والحياة الأبدية.

٧. المحبة لا تظن بالسوء

- المحب لا يتوقع ممن يحبه أدنى خبث أو رياء لذلك لا يظن بالسوء.
- المحب يدرس الأمور بعناية ويعرف ملابسات الموقف ويلتمس الأعذار ويقدر الظروف ولا يتصيد أخطاء الناس.

٤. المحبة لا تقبم

- المحب إنسان هادئ الطبع لا يرد على الشتيمة بشتيمة.
- إنه يبارك الآخرين ويهدىء من غضبهم.
- حديثه حلو وعذب اللسان وألفاظه خالية من القبح.

٦. المحبة لا تحقد

- حينما يحل الحب يهرب الغضب.
- فالإنسان لا يغضب على من يحبهم.
- الاحتداد هو ثمرة الكبرياء، والكبرياء هو ضد المحبة.

٨. المحبة لا تفخر بالاثم بل تفخر بالحق

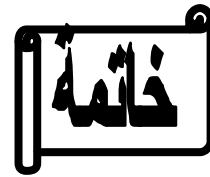
- المحب لا يحب رؤية إنسان ساقط مثمناً لا يحب نفسه السقوط.
- إنه يشفق على من يخطيء - مثل المرأة التي وجدت الدرهم المفقود ففرحت ودعت جيرانها ليفرحوا معها كذلك الراعي الذي وجد الخروف الضال - أنظر فرح بولس الرسول بكراسة الإنجيل.

٩. المحبة تحتل كل شيء

- سبب عدم الاحتمال هو نقص المحبة.
- موسى احتمل ضعفات الشعب وكان يشفع لأجلهم أمام الله - المحبة تستر الخطايا وتحتل حتى الإهانات مثل السيد المسيح في احتماله للآخرين.

١١. المحبة لا تسقط أبداً

- هذه العبارة عظيمة وجامعة لأن المحبة نعمة دائمة مستمرة وباقية - إنها العطية الوحيدة التي ستلازمتنا في الأبدية لأن الأبدية كلها حب.



لكلّ يدوم الحب



يرفضون تناول من أيدي المتزوجين من الكهنة، وهم بذلك لا ينظرون إلى البتولية فقط على أنها حالة أسمى من الزواج، بل إلى الزواج أنه خطأ يجب على المتدين تحاشيه كما يتحاشى الأمور العالمية الأخرى. وقد حرمت الكنيسة معلمى هذه البدعة مركزة أن كل شيء ظاهر للظاهرين.

وقد امتدت هذه النظرة المتشددة لتشمل تعاليم الكنيسة فى التسع عشر قرناً السابقين، فالقديس أوغسطينوس يعتقد أن الرغبة الجنسية جزء لا يتجزأ من الخطيئة الأصلية وأن الإنسان لم يكن له أى شهوة أو شهية نحو زوجته قبل السقوط. وقال أيضاً "أن المسيحى الحقيقى يفضل أن ينجب الأولاد إن أمكن بدون هذا النوع من الشهوات". وها هو أيضاً القديس توما الأكوينى يعلم أن الاتصال الجنىسى يجب أن يكون مقصوراً على مجرد الإيجاب. أما مارتن لوتر فقال: "لو كان الله قد استشارنى بخصوص هذا الأمر لكنت نصحته بأن يستمر فى خلق أفراد الجنس البشرى بتكوينهم من التراب كما حدث لآدم".

وتعلم الكنيسة القبطية أن فترة الحيض هى فترة فطر بالنسبة للمرأة لا يجوز لها فيها أن تتقدم للتناول من الأسرار المقدسة، وهذا صحيح لأن تناول غير لائق فى هذه لفترة إذ يجب أن يسبقه طهارة الجسد والروح معاً. ولكن الكثير من السيدات والفتيات ينظرن إلى هذا القانون على أنه يشير إلى نجاستهن فى هذه الفترة، ويسود الاعتقاد الخاطيء أن الجنس بالتالى نجاسة.



أجمل تعليق: "آدم أنا حاسة أنك بتبص لواحدة غيرى !"

مفاهيم تحتاج إلى تصحيح

النظرة المنشائمة للجنس على مر العصور

فى عام اجتمع مجمع فى غنغرا ليقاوم بدعة انتشرت بين الأقدمين مؤيدها أن الجنس خطيئة لا يجب أن تمارس بعد أن ينال الموغوظ العماد. وقد انشق بعض المتطرفين الذين يرفضون المتزوجين من الشركة، كما

إعقد مقارنة بين هذه النظرة وبين المفهوم الكتابي السليم مسترشداً بما يلي:-

نظرة الكتاب المقدس

ولأول وهلة نستطيع أن نرى التعارض بين هذه النظرية وبين ما ورد بالكتاب المقدس في هذا الشأن ومثال ذلك:-
١. الجنس هو خليفة الله ولذا فهو أصلاً صالحاً:

"فخلق الله الإنسان على صورته. على صورة الله خلقه. ذكراً وأنثى خلقهما" (تك:١:١٧).

٢. الجنس هو مظهر للوحدة الكاملة بين الرجل والمرأة التي قصدتها الله عندما خلق حواء:

"لذلك يترك الرجل أباه وأمه ويلتصق بإمرأته ويكونان جسداً واحداً" (مر:١٠:٨).

٣. الاتحاد الزوجي- بما فيه الجنس- هو صورة مشابهة لاتحاد المسيح بعروسه الكنيسة:

"أيها النساء أخضعن لرجالكن كما للرب. لأن الرجل هو رأس المرأة كما أن المسيح أيضاً رأس الكنيسة. وهو مخلص الجسد" (أف:٥:٢٢-٢٣).

٤. الجنس مخلوق جزئياً من أجل الإيجاب:

"وباركهم الله وقال لهم أنمروا وأكثروا وأملئوا الأرض واخضعوها وتسلطوا على سمك البحر وعلى طير السماء وعلى كل حيوان يدب على الأرض" (تك:١:٢٨).

٥. الجنس مخلوق من أجل التفاهم والشركة:

"وعرف آدم حواء امرأته فحبلت وولدت قايين. وقالت اقطنيت رجلاً من عند الرب" (تك:٤:١).

٦. الجنس مخلوق جزئياً من أجل المتعة:

"ليكن ينبوعك مباركاً وأفرح بإمرأة شبابك. لظبية المحبوبة والوعلة الزهية. ليروك ثدياها في كل وقت وبمحببتها لسكر دائماً" (أم:٥:١٨-١٩).

٧. الجنس مدمر خارج الزواج:

"لا تزن" (خر:٢٠:١٤).

"وأعمال الجسد ظاهرة التي هي زنى عاهرة نجاسة دعارة" (غلا:٥:١٩-٢١).

نصائح لغير المتزوجين

مجالات توجيه الطاقة الجنسية في الإنسان:

١. الرياضة البدنية والتعبير الجسدي:

فمن الملاحظ أن الإنسان الذي يمارس إحدى الرياضات البدنية يكون أقل تعرضاً للرغبات الجنسية، لأنه يفرغ قدراً كبيراً من طاقاته الجنسية في اللعبة التي يمارسها. وعلى النقيض من ذلك نجد الشاب الذي يمكث في المنزل خلال أشهر الاجازة، لا يجد شيئاً يفعله، نراه في بحر من المشاكل الجنسية. فالإنسان عندما يخلو إلى نفسه لا يجد عملاً يعمله سوى النشاط الجنسي. لذا يجب شغل أوقات فراغ الشباب. حيث يستغل فيها قدراً كبيراً من الطاقة الجنسية.

٢. الفن والجمال والتذوق الفني:

هناك صلة عميقة بين التذوق الفني والجانب الجنسي في الإنسان، فكل ما هو جميل في غرائزنا السفلى إلى مستوى وجداني أعلى. لذلك فإن رقة المشاعر والتكوين الذوقي في الإنسان هما وسيلة قيمة لإعلاء الطاقة الجنسية. لكن هناك خطورة حين يتخطى الإنسان حداً معيناً بعده يتخذ التذوق الفني

ينبغي أن يقوم المتزوج بإعلاء الروح والعقل عن الجسد فالعفة والطهارة مطلوبة قبل وبعد وأثناء الزواج.

جنس بلا حب



د. عادل صادق

والجنس داخل نطاق الزواج المدعوم بالحب غير الجنس بلا حب.. الحب يجعل الجنس مختلفاً.. لا يصبح فقط رغبة جسدية محضة وإنما يصبح

مزيجاً عجبياً من رغبة الجسد والروح والعاطفة.. إنه رغبة في إنسان وليس رغبة في جسد إنسان.. رغبة كلية شاملة.. رغبة تحقق إشباعاً على كل المستويات الجسدية والوجدانية. وهي علاقة يسبقها اشتياق عام وتعقبها فرحة كاملة.. والاشتياق يتجدد ويتجدد.. بلا نهاية.. أى طول العمر. أى حتى بعد أن يطعنا فى السن.. فالتقدم فى العمر لا يفقد للجنس جدواه بين زوجين متحابين. ورغم تراجع القوى الجسدية، فإن الاستمتاع يظل فى منتهاه.. المتعة لا تنتقص بالوهن الجسدى الذى يحدث بشكل طبيعى مع تقدم العمر.. إذ يتكيفان تدريجياً مع كل مرحلة من مراحل العمر.. تكيفاً يتلاءم مع ما تبقى من قدرات.. ومع أى درجة من درجات الضعف تتحقق أعلى درجة من المتعة وكأنهما لا يزالان صغيرين.. الاختلاف فقط فى الشكل أو فى الأسلوب ولكنهما لا يحرمان أبداً من المتعة القصوى وهزة الروح وارتعاشة القلب.. وتصبح العلاقة الجنسية

والجمال اتجاهاً عكسياً، وبدلاً من أن تكون حركة إنطلاقية بناءة تصبح حركة إنطوائية هدامة. حيث يزيد الشعور بالجمال عن مرحلة معينة تشتعل المشاعر، ويفقد الإنسان سيطرته على ذاته، وتنقلب هذه المشاعر إلى وجه تناسلى بحت، والخط الفاصل بين الموقفين دقيق جداً. فمن السهل أن ينقلب التذوق الفنى إلى شهوة بحتة. فالتوازن بينهما صعب التحقيق، لكنه فى الوقت نفسه ممكن.

يجب أن يظل التذوق الفنى على مستوى الإعجاب والإندهاش، على مستوى التأمل والإنطلاق. يجب أن يكون الإنسان فى حالة إختطاف، وحين يتحول هذا الشعور إلى شهوة هنا تحدث الكارثة. لقد نظر آدم إلى الثمرة، والنظر إلى شىء جميل والإعجاب به ليس خطأ، لكن لخطأ حصل حين أكلا منها، فعملية الأكل حولت التذوق الفنى المجانى إلى عملية استهلاكية والتذوق الفنى يجب أن يظل كحركة مجانية. هذه هى خطورة الجمال، هو شىء حسن لكنه خطير. فهل يجب أن تمنعنا خطورته من الإحساس به؟. كلا لأن الجمال يبنى مشاعرنا وعواطفنا، وهو وسيلة إرتقاء إلى أعلى.

٣. المداقة والحب والاختلاط:

الاختلاط: يرقى المشاعر الجنسية لدى الجنسين، ويساعد على إتزان الشخصية، ويخفف من حدة الشحنة الشهوانية الموجودة فى الجنس. فحين تعيش الاختلاط فإنك تنظر إلى الجنس الآخر نظرة إنسانية وليست شهوانية، وتتعرف عليه كإنسان وليس كشكل وجسد فقط. لذلك أقول إن الاختلاط فيه إعلاء للطاقة الجنسية.

٤. الزواج وحده لا يكفى لمنهبط الشهوات:

الجنس

حين خلق الله الإنسان ذكراً وأنثى باركهم وقال لهم: **أثمروا وأكثروا واملأوا الأرض** (تك:١:٢٨). وكأن التكاثر وحفظ النوع البشرى هو الهدف الكبير من وراء الجنس. لكنه بكل يقين ليس الهدف الوحيد، فالممارسة الجنسية بهدف الاستمرار كانت الطريقة التي اختارها الله لنا لنشاركه روعة الخلق.

إننا مخلوقات مسئولة، ويعلمنا الكتاب المقدس أن الآباء مسئولون عن تسديد احتياجات أبنائهم لأنهم اشتركوا في "خلقهم". والآباء الذين يشعرون فعلاً بمسئوليتهم تجاه أبنائهم هم الذين يقررون أى عدد من الأولاد يمكنهم حقاً الاهتمام بهم.

أما القصد الثانى الذى يعلنه لنا الكتاب المقدس للممارسة الجنسية فهو تسديد الاحتياجات العاطفية والجسدية لدى الزوجين، ولقد تحدث بولس الرسول فى هذه النقطة فقال:

"ليوف الرجل المرأة حقها الواجب و كذلك المرأة ايضاً الرجل ليس للمرأة تسلط على جسدها بل للرجل و كذلك الرجل ايضاً ليس له تسلط على جسده بل للمرأة لا يسلب احدكم الاخر الا ان يكون على موافقة الي حين لكي تتفرغوا للصوم والصلاة

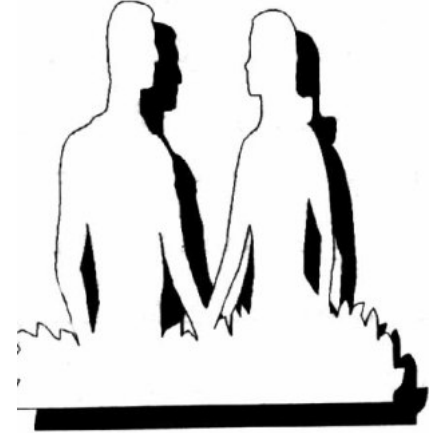
مثلاً كانت تعبيراً عن المودة والاقتراب والخصوصية.. وهذه هى أهمية أن يعيش الإنسان مع شخص ما طوال حياته.. إنه لا يضعف أمامه ولا يختلف فى نظره.. يظل كما هو منذ شبابه وعفوانه..

أما العلاقة الجنسية بلا حب، فإنها تفترض الإكمال الجسدى لأن الهدف منها يكون تحقيق أعلى درجات المتعة الحسية.. أى متعة الجسد فقط.. وهنا تأتى خطورة الفرق الكبير فى العمر بين الزوجين إذا لم يكن بينهما حب.. إذ فى حالة عدم وجود حب يدفع الطرف الأكبر سنّاً الذى تراجع قدرته أو جاذبيته الجنسية ثمن هذا التراجع (سواء إذا كان رجلاً أو امرأة).. وتصبح العلاقة مبنية على مبادئ هات وخذ.. وهناك علاقات زوجية غير قليلة تقوم على هذا المبدأ.. مبدأ مقابلة الأخذ بالعطاء بنفس الدرجة ومبدأ تعويض النقص فى مجال معين بمزيد من العطاء فى مجال آخر.. وهذه علاقات زوجية فاشلة حتى إذا كانا متقاربين فى العمر.. هذا هو نموذج لزواج بلا حب.. وهو خلو من المتعة الحقيقية التى يستخلصها الإنسان من الزواج.. وتصاب العلاقة الجنسية بفشل ذريع.. ففى البداية حينما يكون الزوج والزوجة متكافئين، فإن هذه العلاقة الجنسية لا تحقق لهما إلا المتعة الجسدية البحتة دونما متعة الروح والعاطفة.. وإذا تقدما فى العمر وتراجعت المقدرة أو الجاذبية، فإن العلاقة الجنسية تموت بينهما إذ تصبح عديمة الفائدة..

الجنس فى الزواج له أعماق وأبعاد أخرى غير الهزة الجسدية بشرط أن يكون بينهما حب..

ثم تجتمعوا ايضا معا لكي لا يجربكم الشيطان لسبب عدم نزاهتكم" (١كو٧:٣-٥).

إن الذكورة والأنوثة تهدف في الأساس إلى إشعارنا بالمتعة داخل إطار الزواج والإنجاب. وهناك مقطع آخر رائع في تثنية ٥:٣٤ يقول: "إذا اتخذ رجل امرأة جديدة فلا يخرج في الجند ولا يحمل عليه امر ما حرا يكون في بيته سنة واحدة و يسر امراته النبي اخذها". وكلمة "يسر" هي ذات الكلمة المستخدمة للتعبير عن "الإشباع الجنسي". يقول الكتاب إنه يجب أن يلازم بيته لمدة سنة حتى "يسعد" امرأته التي تزوجها.



أولاً: أربعة قوانين للوصول

إلى الإشباع الجنسي

الشعور بالشبع الجنسي احتياج دائم والوصول إليه شعور رائع. وقد أمن الله لنا بعض الوسائل التي تساعدنا على الوصول إليه. ولتحقيق هذا الهدف علينا أن نتبع بعض القواعد الواردة بوضوح في كورنثوس الأولى ٧:١-٥ والتي ورد ذكرها في بعض المقاطع الأخرى من كلمة الله.

١. الأمانة الزوجية (١كو٧:٢): الإخلاص في الحياة الزوجية هو أهم

شيء على الإطلاق. إن الممارسة المشبعة للجنس تعتمد على هذا المبدأ. حين تفقد الثقة بين الزوجين تصبح ممارسة الجنس صعبة، وفي بعض الأحيان مستحيلة. إن الثقة التي يوليها الواحد للآخر هي

ذلك الشيء الذي يجعل الحياة الجنسية حيوية وممتعة. هناك العديد من العوامل العاطفية والعقلية التي تساهم في الوصول إلى جنس جيد، وإعطاء الذات كاملة للآخر يتطلب أن تثق به ثقة عظيمة. يقول الكتاب المقدس في تكوين ٢:٢٤ إن الرجل "يلتصق بإمرأته"، والكلمة تحمل فكرة إرتباط الرجل بإمرأته كما لو كان قد التصق بها بـ "غراء". فهو يلتصق بها، وبها هي وحدها. لهذا لا يوجد محل للتقول أو الشك بخصوص أهمية الأمانة والإخلاص لشريك الحياة.

٢. الاستجابة الفورية (١كو٧:٣): تؤثر الاستجابة الفورية للاحتياج

الجنسي لدى الشريك الآخر على علاقتنا الجنسية، ولتجنب الاستخدام الخاطيء لهذه الرغبة يجب على الزوجين أن يتعلما كيفية الاستجابة جنسياً كل واحد للآخر، وهو أمر لا يمكن أن يأتي بسهولة، بل يحتاج إلى وقت طويل قد يصل إلى سنوات من التدريب. فالاحتياجات تختلف من وقت إلى آخر. إن الملامسة الجسدية تخفي وراءها احتياجاً نفسياً وعاطفياً أكبر وأعمق، لذا فإن احتياجاتنا تحتاج إلى أمانة وانفتاح في التعبير عنها.

٣. الخضوع الجنسي (١كو٧:٤): الأمانة الزوجية هي أساس الإشباع

الجنسي، والاستجابة السريعة لإحتياجات الشريك هي الدافع والمحرك للإشباع، ودرجة الإشباع الجنسي مرتبطة إلى حد كبير بالاحتياج إلى الخضوع الجنسي. فإنه "ليس للمرأة تسلط على جسدها بل للرجل، كذلك ليس للرجل تسلط على جسده بل للمرأة".

يقول د. دون هاموند DR Don Hamond : "امنح زوجتك يوماً رائعاً، عندئذ تمنحك هي ليلة رائعة".

ونحن البشر جميعاً مختلفون في ما نحب ونكره. لذا ينبغي لكلا الزوجين أن يطلع أحدهما الآخر على ما يرغب فيه، أو ينفر منه، في هذا المجال، إذا شاء أن ينمو معاً ويتغيرا نحو الأفضل ويهجا بعضهما بعضاً. فاعقدا العزم منذ الآن على أن تكونا كلاكما صريحين، خلاقين، مقدمين، راغبين في إبداء الحب وتقبله.

إن التماس يشكل طريقة من أهم طرق التواصل. فلن تكون الملامسة والضم والعناق من الأمور التي يحل لكما أن تقوموا بها وحسب، بل هي من الأمور التي ينبغي لكما أن تقوموا بها للتعبير عن حبكما الواحد للآخر. ويخبرنا الأطباء بأن الطفل لا يشعر بالأمان إلا إذا لمس وضم. فلكي يكون المرء سعيداً وسليماً، ينبغي أن يلمس ويلمس.

كلما أكثرنا من لمس الصغار وضمهم، نزداد شعوراً بحبنا لهم. وكلما زاد حبنا لهم، أكثرنا من مسهم وضمهم. فالمحبة تنمو وتزدهر كالنبات. ومتى عينا بأن تتلقى النبتة الماء والغذاء والعناية والضوء، يتحسن نموها ويترد نجاحها. هكذا حال المحبة في علاقة من العلائق، إنها في حاجة إلى اللمس والضم والتقبيل والاعتناء والمشاركة، ولا بد من تلبية هذه الحاجة كي تنمو المحبة وتزدهر. وإن لم تلب هذه الحاجة الماسة، فإن نبتة المحبة تذبل وتذوى وتموت. فلن تقتصر علاقتهما

الجنسية المقبلة على ما يجرى في السرير الزوجي، بل ستتعدى ذلك إلى ما يحصل طوال اليوم من تفاعل بينكما. ولذلك تتغذى علاقتهما الزوجية بما تتبادلاته من نظرات الحب والابتسامات الصادقة والمشاعر الصريحة.

وعليكما ألا تنسيا أبداً أن الإرغام، أو السعى لتلبية الرغائب الذاتية وحسب، لا يؤول إلى نمو المحبة ولا إلى تفعيلها، بل إنه بدلاً من ذلك يهددها بالخطر، وقد يقضى عليها. ومن المهم ألا يغرب عن بالكما أيضاً أن الجنس لا ينبغي أن يستعمل سلاحاً أو مكافأة، إذا كان يعنيكما أمر التمتع بعلاقة جنسية سليمة وناجحة!

إن الرجال والنساء يختلفون عن بعضهم بعض. وهكذا خلقنا الله. فما يسعد أحد الشريكين، أو يبهجه، ربما لا يلبي حاجات الشريك الآخر من هذا القبيل. لذلك يعد كلا الزوجين مسؤولاً عن تلبية حاجاته الخاصة، ولا سبيل إلى تحقيق هذا الأمر بغير إطلاع الزوج الآخر على تلك الحاجات.

أجل، إن العلاقة الجنسية ترويهما وتغذيها الكلمات الحلوة والنظرات العذبة واللمسات الرقيقة. والنساء يعوزهن أن ينلن كثيراً من الضم أو العناق، لإعلامهن بأنهن محبوبات، بغير أن يجامعن دائماً. فهنالك دائماً حاجة ماسة إلى التواصل، سواء في السرير أو خارجه، كي يفهم كلا الزوجين بأنهما يحبان أحدهما الآخر وبأن لكليهما مكانة خاصة في قلب الآخر. ولا ينس الزوجان أنهما فردان، غير أنهما واحد في علاقتهما معاً.

فسعادتهما كزوجين تحل في المرتبة الأولى. أما سعادتهما كفردين فتحل في المرتبة الثانية.

ولما كانت ممارسة الجنس من المواضيع التي يندر جداً أن يدور الحديث عليها، أو يجرى تعليمها، في البيت أو المدرسة أو الكنيسة، فلا يبقى لنا إلا أن نتعلمها من طريق التجربة والخطأ. ويصير الزوجان أكثر خبرة وإتقاناً واستمتاعاً في هذا المجال عندما يعرف كلاهما بالاختبار ما يرضى الآخر ويبهجه. فلكل منا ما يحبه وما ينفر منه تبعاً لمشاعره وأحاسيسه الخاصة، مع أن هناك متطلبات أساسية عامة للاستمتاع.

د. عادل صادق

الجنس غريزة.. الجنس يحقق

لذة.. ويختلف الجنس عن الطعام في

أن الإنسان إذا امتنع عن الطعام

يموت ولكن إذا امتنع الإنسان عن

الجنس، فإنه لا يموت ولكنه قد يعاني نفسياً وذلك أن الجنس المشبع للإنسان ليس متعة جسدية محضة ولكن متعة جسدية ونفسية إذ أن قدراً من الإرضاء النفسي يتحقق للإنسان من ممارسة الجنس مع من يحب أي مع زوجه.. ولكن أحياناً يمارس الإنسان الجنس لتلبية لإحتياج جسدي فقط دون أن يترك أثراً على الروح أي لتلبية للنداء الغريزي دون أن يتحقق أي



إشباع نفسي.. وهو جنس منقوص.. أي ليس جنساً إنسانياً.. ويستطيع الإنسان أن يدرك هذا الفرق بسهولة إذا مارس الجنس بلا حب.. يشعر الإنسان في هذه الحالة - وذلك حق - بأن إنسانيته غير كاملة وأنه أقرب إلى الحيوانية وأن ثمة مشاعر دونية ومشاعر غير طيبة تعقب هذه الممارسة بعد الإنتهاء من تحقق متعة الجسد.. وأحياناً يكون هناك إحساس بالقرف أو التقرز وخاصة إذا كان هذا الإنسان أقرب إلى السوية النفسية.. إذ أن بعض البشر يمارسون الجنس للجنس.. أي للمتعة الجسدية فقط ولا يشعرون بأى إنتقاص أو أى مشاعر سلبية بل يكونون نهمين لمثل هذه الممارسات.. وهؤلاء هم الذين يبحثون عن اللذة الفورية.. وهذه الملذات تحقق لهم إرضاء مادياً ولا يأبهون لإحتياجات الروح حيث يكون الوجدان لديهم ميتاً..

وهؤلاء الناس لا يعرفون الوفاء والإخلاص في علاقتهم بالجنس الآخر.. بل تتعدى علاقتهم بحثاً عن اللذة وتحت ضغط الغريزة.. وإذا نظرت إلى أسلوب حياتهم، فإنك تلاحظ طغيان المادة والضعف أمام الغرائز وبرودة المشاعر وعدم القدرة على إقامة علاقة عاطفية مستقرة بإنسان آخر.. وهم غير قادرين على العطاء ولا يستطيعون إسعاد إنسان آخر وحياتهم الزوجية في الغالب فاشلة إذ تقوم فقط على تلبية لإحتياجات المادية، فإذا لم تتحقق توقعاتهم فإنهم يديرون ظهورهم لشريك الحياة..

هذا نوع من البشر ولكن هناك نوعاً آخر يرون للجنس وظيفة أخرى في حياتهم.. يرونه وسيلة إتصال وتواصل بمن يحبونهم وتعبيراً

عن المشاعر الفياضة الجارفة لأنه يحقق إقتراباً شديداً بمن يحبون ويندس داخل المتعة الجسدية متعة نفسية فائقة قد تغلب وتتميز على المتعة الجسدية بل إن المتعة الجسدية لا تتحقق إلا في ظل المتعة النفسية.. هذا الإنسان لا يستطيع أن يمارس الجنس إلا مع إنسان يحبه.. إنه لا يستطيع إطلاقاً أن يمارس الجنس بمشاعر حيادية.. بل إنه لا يهفو جسدياً إلى إنسان آخر إلا إذا كان هناك رباط عاطفي بينهما..

ولهذا، فالمتعة بالغة.. واللذة فائقة.. لأنها تكون مزيجاً غريباً من المشاعر والأحاسيس.. والإنسان في هذه اللحظات يشعر بالتكامل الإنساني.. أي تتحقق إنسانيته.. وهنا يكون حريصاً على إسعاد الطرف الآخر أكثر من حرصه على إمتاع نفسه.. إنه يفكر في الإنسان الآخر قبل أن يفكر في نفسه لأن سعادته ومتعته ولذته لا تتحقق إلا إذا شعر بأن الطرف الآخر يحصل على نفس الدرجة من الإشباع والرضا أو ربما أكثر.. إنه ليس مجرد إحتكاك جسدي.. وليس تركيزاً بدنياً.. ولكنه سيمفونية الروح والنفس والجسد.. هنا يمارس الإنسان الجنس بكليته.. أي بكل كيانه.. إنه يركز أكثر في مشاعره الراقصة الفرحة.. سعادته الأكثر تكون في اقترابه من حبيبه.. من تلاصقه معه. والتلاصق الجسدي هو تعبير عن التلاصق الروحي.. بل الرغبة في التلاصق الروحي هي التي تدفع للتلاصق الجسدي.

وفي حالة زواج بلا حب أو في حالة موت الحب، فإن الجنس يصبح عبئاً نفسياً بدلاً من أن يكون مصدراً للإنتشاء النفسي.. يصبح واجباً ثقيلاً.. يصبح مهمة صعبة لا بد أن يؤديها الطرفان.. وتدرجياً يبتعد الزوجان جسدياً ويكون ذلك ملائماً ومتفقاً مع ابتعادهما النفسي.. وقد يصبح الجنس في مثل هذه العلاقات معدومة الحب مجرد تلبية لإحتياجات الجسد الغريزية ما أن ينتهي منها الفرد، فإنه يزهد في الطرف الآخر وينصرف عنه ولا يقترب منه إلا إذا ألحت عليه الغريزة مرة أخرى.. فهما لا يتقاربان إلا وقت ممارسة الجنس.. وفيما عدا ذلك فهما متباعدان.. وعادة ما يكون هناك طرف ضحية في هذه العلاقة.. وهو الطرف المعتدى عليه.. قد يكون الرجل وقد تكون المرأة.. فإذا أبدت المرأة رغبتها في ممارسة الجنس مع زوجها وهو كاره لها، فإنه يصاب بالعنة أي بالضعف الجنسي.. وإذا أبدى الرجل رغبته في ممارسة الجنس مع زوجته وهي كارهة له، فإنها تصاب بالبرود الجنسي.. والمرأة بالذات تتألم أكثر في مثل هذه العلاقات.. لأن عليها أن تقبل.. ويصبح ذلك أمراً شديداً الصعوبة قد يعرضها للمعاناة النفسية الشديدة.. وحين تعترض تنثور الخلافات الحادة بينها وبين زوجها والتي تؤدي إلى مضاعفات أشد.. وتصبح المسألة الجنسية مثار للمشاكل بين الزوجين تسهم أكثر في عدم التوافق الزوجي..

وكلما ازداد النفور تتضاعف مشكلات العلاقة الجنسية للزوجين وتصبح في المقدمة وتبدو وكأنها سبب لإضطراب العلاقة الإنسانية بينهما ولكن الحقيقة عكس ذلك وهي أن المسألة الجنسية ثانوية أي نتيجة

وقد تعجب حين ترفض امرأة فى الثلاثين الزواج بعد أن يموت عنها زوجها.. نساء: ألا تشعر هذه المرأة بالرغبة الجنسية التى تدفعها إلى رجل آخر تتزوجه؟ والحقيقة أن هناك نوعية من النساء يرتبط لديهن الشعور الجنسى برجل واحد.. وتراجع لديهن المشاعر الجنسية ناحية الجنس الآخر ولهذا لا تكون الرغبة الجنسية هى الدافع الملح للزواج.. وحين تقدم هذه النوعية من النساء على الزواج، فإن ذلك يكون أسباب أخرى غير السبب الجنسى..

*الجنس..

فى ظل زواج الحب وحب الزواج فأنت تتمتع بالجنس الحقيقى.

حافظ على نقاء وطهارة العلاقة الجنسية بزوجك

هذه أساسيس طبيعيتة وتلقائية دعها تتحرك بتبادلية.. وحساسية

ورقة ورقى.

الوظائف البيولوجية للإنسان تخضع لعوامل كثيرة ولكن أهم هذه العوامل هى الحالة النفسية، إذا كان رفيقك غير مهياً بيولوجياً دعه ولكن حاول أن تفهم، ابحث عن الأسباب. أحياناً الخلل البيولوجى أو الإضطراب أو التوقف البيولوجى المؤقت يقودنا إلى خلل أو إضطراب فى مناطق أخرى.

قد تكون هناك مشكلة عاطفية بينك وبين زوجك تحتاج إلى أن تعطيه اهتمامك ووعيك، وقد يكون التوقف البيولوجى بدون سبب، دعه

الإلتصاق العاطفى بين الرجل والمرأة.. فالمرأة قد كفت عن حب زوجها أو الرجل قد كف عن حب زوجته أو هما معاً قد مات لديهما الحب.. والمشكلة الحقيقية أن تحل الكراهية أو العداوة بينهما وهذا يؤدى إلى نفور شديد وتقرز أثناء ممارسة العلاقة.. فالعلاقة الجنسية فعلاً أساسها نفسى أو هى تلبية لإحتياج نفسى أكثر مما هى تلبية لإحتياج جسدى.. فالنفسى يتبع الجسدى وليس العكس..

ولذا، فإنه إذا أتى رجل بمشكلة جنسية أو أتت امرأة بمشكلة جنسية، فإننا نبحث أولاً وأساساً فى المسألة العاطفية.. والجنس ليس له عمر محدد. ولا توجد سن يتوقف أو يستوجب التوقف عندها عن الممارسة الجنسية بين الزوجين.. إن الرغبة فى الممارسة والقدرة على الممارسة تستمر حتى نهاية العمر وليس مهماً أن تقل القدرة ولكن المهم أن تكون الرغبة موجودة.. أى أن يرغب كل منهما فى ممارسة الجنس مع الآخر حتى إن كان مجرد إلتصاق جسدى.. وهما يتكيفان حسب قدراتهما.. هما معاً يجدان الوسيلة أو الأسلوب لتحقيق متعتهما حتى إذا بلغا الثمانين.. إذا كانت هناك مشاعر إيجابية مستمرة بين الزوجين، فإن الرغبة الجنسية لا تتوقف أبداً.. وهذا يؤكد أن الجنس ليس مجرد أعضاء قوية وأجهزة نضرة وجلد مشدود وقوام ممشوق. وليس مجرد هرمونات فاترة بل الجنس فى أساسه رغبة عاطفية.. دعوة لمزيد من الاقتراب والإلتصاق يشعر بها الشباب مثلما يشعر بها المسنون..

يتحرك. احترم موقفه البيولوجي، ليس دائماً تتحرك الرغبات في وقت واحد، ولكن إذا استمرت الحالة ابحت عن أسباب خفية وأسباب نفسية. ليس من العيب وليس من الخطأ أن تعبر عن شوقك الجسدى لرفيق حياتك. فهذا الشوق الجسدى ينطوى أساساً على شوق روحى أنت تشناق إليه كله. والجسد أحد وسائل التعبير، أحد وسائل التواصل، أحد وسائل الإلتصاق والالتحام والذوبان.

شئ غير سليم أن يرتبط الفراش فقط بالجنس، شئ غير صحى أن يستقل كل منكما بفراش أو حجرة منفصلة. الفراش هو معنى لأن تكونا معاً. الفراش ليس الجنس فقط، الفراش هو جزء من الحياة حياة التوحد. منذ أول يوم فى زواجكما وحتى نهاية العمر احرص على أن تنام كل ليلة مع رفيق عمرك فى نفس الفراش، احرص على أن يكون هو آخر وجهه تراه قبل أن تخذل إلى النوم.. احرص على أن يكون هو أول وجهه تراه حين تستيقظ من النوم. وأسعدكما حظاً هو الذى يبادر الاخر بصباح الخير.

موضوعات حساسة للحوار بين الشريكين ليكتب كل واحد منكما راية ثم تناقشا معاً

هــو	هــى
.....	• أرى من واجبنا، انا وشريكى، أن نحسن التواصل حتى يعرف كلانا حقاً ما يبهج الآخر.
.....	• أعتقد أن الرجال أقل عاطفية من النساء.
.....	• فى اعتقادى أن الحب أكثر أهمية من الجنس.
.....	• لن يخرجنى أن يبدى زوجى لى عواطفه علناً.
.....	• اضطرب جداً إذا اضطرت إلى التحدث عن أمور الجنس.
.....	• لا عقدة عندى بالنسبة إلى جسدى.
.....	• أعتقد أن الجنس هو عطية خاصة قصدها الله للمتزوجين.
.....	• أعتقد أن مما قصده الله أن يتمتع كل زوجين

	بحياة جنسية وافية.	
.....	• ينبغي ان يعرف شريكى ما يبهجنى جنسياً بغير أن أعلمه.
.....	• لا بأس فى استعمال الجنس سلاحاً أو مكافأة.

١٢. لا تتصنعى السعادة.. لا تزيفى المنعة.
١٣. لا تعاقبىنى بإنكار الجنس علىّ أو بمنحى إياه فى جو من "التغصب".
١٤. أظهر اهتماماً أكثر بى خلال اليوم.
١٥. كن لطيفاً معى حين أكون مريضة.
١٦. قل لى "أحبك" فى أوقات مختلفة من النهار. لا تنتظر حتى نكون معاً فى الفراش. اتصل بى هاتفياً لكى تقول فقط "أحبك" ولا تجعل من أن تقول لى أمام الآخرين "أحبك".

١٧. تحدث معى واهتم بى بعد الممارسة الجنسية.
١٨. أظهر تقديرى للأشياء الصغيرة التى صنعتها اليوم (مثلاً إن الطعام كان لذيذاً، أو إن البيت يبدو منظماً.. إلخ).
١٩. لا تبدأ فى ممارسة الحب وكأنه نشاط روتينى طقسى مفروض عليك، لكن كل مرة وكأنها تجربة جديدة. لا تجعل ممارسة الحب مملّة بعمل نفس الأشياء التى تقوم بها كل مرة. جرب أشياء جديدة وأماكن جديدة.
٢٠. لا تحاول ممارسة الحب معى بينما ترعى داخلك مشاعر سيئة نحوى، أو حين تسيء فهمى فى أمر من الأمور. ليكن بيننا تناغم أثناء الممارسة الجنسية بحيث تصبح فعلاً ممارسة للحب.
٢١. أشعرنى بقيمتى كإنسانة (ليس فقط كزوجة وأم).
٢٢. فكر فى شىء لطيف تقوله عنى لا سيما أمام الآخرين فى المناسبات.
٢٣. اختل بى فى أوقات هادئة. شاركنى الحياة.

اقتراحات للوصول إلى علاقة جنسية أفضل:

١. كوني جذابة وقت الممارسة.
٢. استثمرى المناسبة كأفضل ما يكون.
٣. كوني مبدعة ومجددة وواسعة الخيال.
٤. لا تجعلى من إظهار استمتاعك.
٥. لا تلتزمى بجدول المواعيد المحدد حين يكون كل منكما متعباً جسدياً.
٦. ألبسى أفضل ما لديك حين تواجدى فى المنزل.
٧. اصنعى الأشياء التى تجذب انتباهى.
٨. لا تبكرى بالنوم.
٩. لا تسربى لى الإحساس بالذنب بسبب هفواتى معك طوال النهار (ذلك لأنى لم أكن ودوداً معك بما فيه الكفاية.. إلخ).
١٠. كوني واعية برغباتى واحتياجاتى .
١١. لا تقولى "لا" كثيراً.

الإحترام: يجب أن يمتنع الزوجان عن الإهانات أو جرح الشعور أو الانتقاد الزائد والسخرية ويتبادلا يومياً كلمات الاحترام والثقة.

اللطف: والرأفة والمداعبة وكلمة أحبك تقولها يومياً بالآتي: -

- التعبيرات اللفظية.
- الوقت الكافي مع الشريك.
- المساعدة والمجاملة والاتفاق.
- الهدايا.
- اللمسات الرقيقة.

على أن لكل شريك لغة مفضلة للحب عن غيرها ممن يهمله وجبة شهية قد لا تعجبه ورده ومن يريد عطراً لا يرضيه الجنس المتعجل ومن يريد كلمة تشجيع لا يكفيه هدية. فأعرف لغة الحب عند شريكك وعرفه أى شىء تحب وكيف يريد كل منكما أن يقول أحبك.

العنف: من أنواع العنف الأسرى استخدام الجنس. بغير رضى الطرفين أو أسلوب قاسى فى العلاقة (وهذا بخلاف التمتع بالمداعبة التى فيها الخضوع الاختيارى).

أن بعض المسيحيين يجدون كثير من الخجل قد يودى إلى الفشل الجنىسى فى الزواج ويحثنا جارى كولنس عن بعض عقبات السعادة الزوجية فى كتابه عن الإرشاد النفسى الدينى ميشيراً إلى :-

مشكلات فى العلاقة الجنسية

١. **الذنب:** بأن يشعر المسيحى أنه يرتكب شيئاً رديئاً أو هابطاً حين يكون مع الشريك.
٢. **الخجل:** ويحسن التخلص منه بالتدرج ومع استمرار العلاقة وليس دفعة واحدة وعادة ما تكون خبرات الزوج أكثر بكثير من خبرات الزوجة.
٣. **الخوف من الرزل:** بأن أعطى مشاعرى أو أطلب شريكى ويرفضنى، فامتنع عن الطلب، وأخاف على ذاتى من أن تجرح.
٤. **الصراع:** حين يستخدم الشريك الجنس ليفرض سلطته وينتصر فى الصراع. أما بممارسة الجنس بسيادة أو بالإمتناع عنه للضغط على الطرف الآخر.
٥. **الغضب:** لا تستطيع أن تغضب معى فى الصلاة ثم تدخل معى إلى حجرة النوم.

اتجاهات إيجابية مسيحية

للعلاقة الجنسية بين الزوجين

الحب: فالاتحاد الزوجى بدون حب هو مجرد ملامسة سطحية. أما الحب فيجعلهما جسد واحد إن الحب يغطى اليوم كله، العمر كله وليس عشرة دقائق مساءً.

عدد المرات: قد يكون هناك فرق

بين الشريكين فى الرغبة الجسدية وخاصة فى أيام المرض أو الدورة أو الإرهاق وقد يطلب طرف العلاقة مرات أكثر مما هو متاح أو يخجل فى إظهار هذا الاحتياج ويظل متوتراً والأفضل هو التوفيق بين عدد المرات.

تنظيم الإيجاب: وهو أيضاً يجب أن

يكون متاحاً حتى لا يقع الشريكين فى مشكلة طفل غير متوقع أو الإضرار للتفكير فى الإجهاد، أو بكذب أحدهما على الآخر. كذلك يجب ألا يتعارض تنظيم الإيجاب مع المتعة الجنسية.

أما الخوف من حدوث حمل فقد يؤدي إلى توتر شديد إن كان الرجل أو المرأة بالذات لا تريده أن يحدث فيؤثر هذا على نفسيتهما وعلى علاقة الحب الدافئ بين الشريكين.

الإنبساط: الامتناع الجنسي ليلة التناول وفى الأصوام يكون بموافقة

الشريكين وليس أحدهما فقط وعلى الأعلى روحياً أن يتدرج مع شريكه ويرفعه إلى مستواه وأن يستشير أب الاعتراف فى ذلك.

وتنظر المسيحية الارثوذكسية إلى العلاقة الجسدية على أنها (فطر) وليس نجاسة أو جناية كما هو فى اليهودية والإسلام. فأنت تمتنع عن المعاشرة لأنك صائم وليس لأنك لا تريد أن تتنجس. فالصوم يكون عن شىء محلل. أنت تصوم عن المتعة أو اللحوم أو الدسم ولا تصوم عن السرقة. فالجنس ليس خطية أو نجاسة بل (فطر) وفرح ويمارس فى إطار الحب والقداسة والحلال.

والأفضل أن تشرب من ماءك الخاص وليس أن تشتمى ماء غيرك.



لن ندخل فى تفاصيل كثيرة عن العلاقة الجنسية الإنسانية الراقية فى الزواج المسيحى إلا أنى أود أن أشرح شيئاً يسبب كثير من عدم السعادة الزوجية والاعتفاء وهو سرعة الإيقاع المختلف بين الرجل والمرأة. الرجل يشبه (اللمبه) تتقد بسرعة فإذا تم الإطفاء بردت فى الحال وهو كذلك فى رغبته الجسدية.

أما المرأة فهى تشبه (المكواه) تسخن ببطء ولا يحركها الحب السريع الذى ينتهى بسرعة لكى نذهب إلى مشاوير ومشاكل أخرى أو نخلد للنوم كذلك فإن المكواه تظل ساخنة بعد إنارتها فلا تترك زوجتك وتعزف عنها بمجرد أن أخذت متعتك ويراعى كل منكما إيقاع الجنس عند الجنس الآخر.

دراسة كتابية



عرض الله من الجنس فى الزواج المسيحى "كورنثوس ١:٧-١١"

عاش أهل كورنثوس فى حياة منغمسة ومفعمة بالجنس والجسديات، كانت مدينتهم تمتاز بالاستهتار والاباحية وكانت ملتصقة بمعبد أفروديت إله الحب. وقد كتبوا إلى بولس عدة أسئلة. هل يجب على المسيحى أن يبتعد عن الجنس تماماً ويتجنبه؟ هل الزهد والتقشف ضرورى وأساسى؟

يجيب بولس على أسئلتهم ويعطيهم نواحي إرشادية، ويفصح لهم الدور الإيجابى والصحى والمفيد للجنس فى الزواج المسيحى.

١. هل الجنس فى حياتنا صارت له قيمة كبيرة بحيث صار أهم شىء، أم بالنسبة للبعض الآخر قيمته ضعيفة جداً وعادية. أذكر بعض الأوجه لهذا ولذا؟

٢. أقرأ كورنثوس الأولى ١:٧-١١

ما هى بعض حقائق الحياة التى ذكرها بولس هنا فى عدد ٢-٣ بخصوص الجنس فى الحياة ويرد بها على أسئلة أهل كورنثوس؟

٣. ما هى أهمية أن يعطى بولس لكل من الأزواج والزوجات نفس المستوى من الحقوق والواجبات؟

٤. ما هى مسئوليات العلاقة الجنسية فى الزواج لكل من الزوج والزوجة، وما هى كذلك فوائد هذه العلاقة الزوجية الجنسية لكلا الطرفين ٢-٤؟

٥. لماذا يركز بولس على المسئوليات التى على كل من الزوج والزوجة، قبل أن يركز على حقوقهما؟

٦. لماذا قد يمتنع أحد الزوجين أحياناً عن العلاقة الجسدية مع الآخر عدد ٥، ما هى الاحتراسات والمحازر الذى يعطيه بولس لمثل هذه الحالات؟

٧. كيف أن هذا الكلام لبولس يعارض: منح الجنس كمكافأة على شىء ما، أو فى المقابل حرمان الطرف الآخر منه كعقاب على شىء ما؟

٨. لماذا كل من الزواج والبتولية مقبول عند الله عدد ٧-٩؟

٩. فى عالمنا اليوم، النزاعات والخلافات والشجار بين الأزواج يحدث كثيراً.. وبولس هنا يدرك أن ذلك قد يؤدى إلى تجربة الانفصال والطلاق؟ ما هى الخيارات التى يعطيها بولس هنا فى عدد ١٠-١١ للذين لديهم بعض المشاكل الزوجية؟

١٠. كيف أن مناقشة المشاكل الزوجية بين زوجين مسيحيين حقيقيين ناضجين، أو مع أب مشير حكيم، يصلح ما بينهم ويمنع وصول الأمر إلى الخصام؟

الخضوع المشترك من كل طرف للآخر فى أفسس ٥:٢١

كيف أن المسئولية الزوجية المشتركة التى يقدمها بولس هنا، تشرح بإيضاح أكثر ما قاله بولس من قبل فى أفسس ٥:٢١ عن مبدأ الخضوع المشترك؟

هذا الاسبوع خذ بعض الوقت كى تناقش الأسئلة التالية:

* كيف أن التيار المعاصر الجارى حالياً بأن تحصل على أقصى قدر من المتعة الجنسية، قد يكون له تأثير سيىء ومعارض لما يدعو إليه

بولس من إعطاء الشريك الآخر أو الطرف الآخر حقه واحتياجه
الجنسى؟

بالنسبة لغير المتزوجين هذا السؤال:

* ما هي المبادئ الأساسية الراقية عن الجنس التي قد تعلمتها من
والديك وفي محيط أسرتك. ومما لاحظته؟

كمثال لذلك: هل نظرتك للجنس على أنه شيء للمتعة فقط، يجب تجنبه،
الحشمة والوقار... إلخ؟

اعطني جوعاً يا الله

يا الله يا من يجلس على عرشه
ويعطي للعالم نظاماً
اعطني جوعاً وألماً واحتياجاً
ولكن أترك لي قليل من الحب
صوت يرن في أذني آخر اليوم
ويد تلمسني في حجرة مظلمة
لتكسر عليّ وحشتي الطويلة

ساند برج