

هل الزواج الناجح.. صُدفَة حظ؟



هناك أساطير رائجة عن أنّ الزواج الناجح شيء قذري، ينتج عن التوفيق الذي يصاحب طرفيه منذ اللحظة الأولى، لكن الواقع يقول إن 99% من النجاح ينتج عن كد وجهد متواصلين. ومن هنا محاولات فهم طبيعة الجهود المفروض بذلها لتقوية العلاقة بين الزوجين. في ظل البرنامج القيمي المحدد: "تحطيه يا بنتي في عينيك، وتسمعي كلامه، ربنا يبارك لكما.. إلخ"، الذي كان ينتقل إلى البنت عن الأم عن الجدة.. كان ما هو مطلوب من الزوج والزوجة لحناءً معروفاً شائعاً يسهل على أي اثنين عزفه فور اللقاء. لكن الدنيا تغيرت، وإلى جوار هذا البرنامج المتوارث صارت تشارك في صنع تصورات الأزواج "برامج تربية" كثيرة يصل تنوع عناصرها إلى حد التنافر، ويستقي المرء بعضها من حياة أسرته وحياة الأسر المحيطة، وبعضها من الأعمال الفنية الكثيرة التي يطالعها، وبعضها من علاقاته العامة في المدرسة والجامعة والشارع والعمل.. ذلك بينما ينحصر نصيب المؤسسات التربوية والتعليمية المعنية في أقل القليل، إن كان لهذه المؤسسات وجود من الأصل.

- تزايدت الخلافات: ومع تعدد البرامج التربوية، ومع كثرة وتنوع الألحان، غاب النموذج العام للأسرة، وتزايدت صعوبة العزف المشترك، فدبت الخلافات في مختلف جوانب الحياة

الزوجية: * هي تحب اقتناء الكتب، وهو يصاب بالأرتكاريا من وجودها - الكتب - في البيت. * هو يحب متابعة أخبار ومباريات كرة القدم ليل نهار. وهي ترى الأمر جنوناً يستحق استشارة الطبيب. * هو يحب النوم مبكراً والاستيقاظ مع صياح الديك، وهي لا يستقيم برنامج يومها إلا بالتجوال بين بضع مسلسلات وبضعة أفلام على الفيديو كل ليلة حتى لا تفوتها شاردة. * هو يتطلب عمله الهدوء وربما الانقطاع فترات عن الناس. وهي في حالة حضور مسرحي دائم، تحب العشرة والضيافة والزيارات والأداء الجهير. * هو يحب الطعام المسبك. وهي لا تحب سوى المسلوق، ويا ويل من لا يمتدح صنعة يدها. * هي تحس بالإرهاك وأقصى ما تحلم به أن تغمض عينها وتستريح حتى تستطيع الاستيقاظ مبكراً للحاق بعملها. أما هو فباله مشغول بالعلاقة العاطفية التي لا يشبع منها، وينظر إليها على أنها مقطوعة لا يكتمل برنامج اليوم من دونها. ولت الأمر يقف عند هذه الحدود التي تصلح ملحا، أو حتى توابل تفتح الشهية للإقبال على الحياة، فالخلافات تمتد مع الأسف إلى ما هو أبعد تأثيراً: * هو يرى تعويد الطفل المسؤولية والانضباط منذ الصغر. وهي ترى ذلك قسوة وفظاظة من جنس لا يعرف الحنان. * هو يعرف تعليم الطفل السباحة مع الشهور الأولى. وهي ترى أن الغيرة بلغت بالرجل حدا دفعه إلى محاولة خنق البرعم الجديد في مهده. هكذا ونتيجة للبرامج التربوية الكثيرة تعددت وتداخلت وتباعدت التصورات الخاصة، وأصبح لا مفر من وقوع الخلافات عند اللقاء. ولأن وضعاً مثل هذا يتطلب حلاً. ولأننا في عصر لقيت أنشطة مثل الزار والسحر والشبشة ما يليق بها من مصير، كان لابد أن يدلي العلم بدلوه، وبالذات بعد أن شرعوا في دراسة مشاكل شبيهة تخص توافق أفراد أطقم رحلات الفضاء الطويلة (يقضي بضعة ملاحين شهوراً يعملون معاً على نحو لصيق في ظروف صعبة بعيداً عن العالم)، والتوافق في مجالات التوجيه المهني المختلفة، وحتى التوافق بين المرضى النفسيين. ولأن العلم يهتم بإقامة ما يشيده على أسس سليمة، انكب العلماء بما هو معروف عنهم من منطق صارم على تحديد منابع الوفاق والخلاف. إن التقارب بين الناس ينشأ من خلال التعامل والتعاون والأخذ والعطاء، وتكرار الانفعالات السارة التي يحسها كل من طرفي العلاقة نتيجة سلوك الآخر وكلماته وأفعاله. ومع التقارب تبرز بذور عاطفة الحب، وتأخذ في النمو من خلال شعور كل من طرفيها بالارتياح وتراكم الانفعالات السارة بين فردين متوافقين. والتوافق لا يعني التماثل أو الاتفاق التام، لأن كل واحد منا شخصية متفردة لابد أن تتباين في عدد من توجهاتها ولامحها. وحتى نوضح كيف فكر الباحثون في التوافق لا بأس من مثال بسيط. إذا افترضنا أننا أمام سؤال: من يشتري احتياجات الأسرة من السوق. الزوج أم الزوجة؟ لوجدنا أنفسنا أمام إجابتين، الأولى تلتزم منطقاً: لأن هذا عمل بدني ثقيل ومجاله خارج المنزل فهو واجب الرجل. بينما تلتزم الثانية منطقاً: هذا أمر يدخل ضمن مملكة البيت، كل شؤونها من اختصاص الملكة، ولهذا لا

دخل للرجل بمثل هذا الأمر. والتفكير المنطقي يقود إلى أن خلافا لا يمكن أن يحدث بين الزوج والزوجة إذا كانا معاً من أنصار الرأي الأوّل، أو من أنصار الرأي الثاني، لكن الخلاف يبدأ عندما يُشرع كل منهما بصره في اتجاه مخالف، حتى إذا رأت الملكة أن تتحمل عبء شراء الاحتياجات، ورأى زوجها أن يضحي هو ويفعل. المهم أنّ العلماء خرجوا من التفكير على هذا النحو بنتيجة منطقية مؤداها: حتى يكون الزوج راسخاً يجب أن يكون الشريكان متوافقين في منطق معالجتهم لما يواجهان من مهام ومشكلات. وهكذا مضى العلم في ممارسة جهوده التشريحية التوصيفية للعوامل المختلفة المفروض البحث عن توافقها بين الأزواج، ليصنفها في النهاية بين مجالات مادية، وثقافية، ونفسية، ومظهرية، وبدنية، ... يجب أن يسعى الزوجان إلى التأكد من التوافق فيها ابتداءً، أو أن يعملوا على تحقيق التوافق فيها بعد الزواج.

- الإنسان ليس مجموع نثرياته:

ولعله من المناسب الإشارة في البداية إلى ما شاب بعض التصورات "العلمية" التي شاعت من أخطاء وأخطار.. في بعض الحالات شَرَحَ المنطق التفصيلي الإنسان (بين عوامل المجالات: مادية، وثقافية، ونفسية، ومظهرية، وبدنية، و...)، ووصّف ما استطاع أن يصنّفه من عوامل جزئية، ثمّ جمع النثرية التي وصفها، وعامل الإنسان على أنّها حاصلها، ذلك رغم أنّ الإنسان أكبر بكثير من مجموع أجزائه، حتى لو تيسرت معرفة كل هذه الأجزاء. فليس معنى معرفتنا مثلاً أن جسد أحد الكائنات الحية يحتوي على عشرين كيلوجراماً من المياه، وخمسة كيلوجرامات كربون، ونصف كيلوجرام حديد، و... ليس معنى معرفتنا هذه التفاصيل أن تجميعها يوصلنا إلى الكائن المعني، لأن هناك شيئاً معجزاً آخر سيظل غائباً عن عينتنا، مهما سلم تكوينها. وإذا كان ذلك يسري حتى على الجماد - خصائص عناصرها - فما بالناس بالكيان الحي الأرقى النابض بفتافيت الحس والعواطف والانفعالات والإرادة؟! كما أنّ المنطق التصنيفي الجامد يمكن أن يتجاهل أنّ الإنسان الطبيعي يعيش على مدار الساعة الواحدة - على مدار العمر - عدة شخوص دون أن يكون بالضرورة ممثلاً أو بهلواناً.. فالأُم حين تستيقظ في الصباح لتساعد أطفالها في الذهاب إلى المدرسة تمارس دور الوالد المسؤول، لكنها قد تتحول ما إن تودعهم، وخلال لحظات، إلى "طفل معتمد" يتكئ على كتف الزوج العطوف، وما هي إلا دقائق بعد ذلك حتى تشد رحالها، لتتعامل معاملة الند، مع غيرها من اليافعين، خلال رحلة العمل، والأُم في ذلك كله امرأة طبيعية جدّاً، وعاقلة جدّاً، وعلى سجيتهما جدّاً من دون تعالم،

لأن مرشدها فيما تفعله خلاصة علمية موثوقة فطرتها الخبرة الإنسانية الثرية الرحبة
المديدة. والمبالغة في التشريح والتجزئ والتصنيف ووضع الحواجز التي تصنع اللاتوافق،
ربما أنستنا أن حلول المشكلات ربما كمنت في مجرد أن يفهم المرء أنّه لا مانع أن يكون
الرجل أبا لزوجته في لحظة، وطفلا لها في أخرى وشريكا على قدم المساواة في ثالثة.. وأن
يفهم ضرورة مجاهدة النفس، بعيداً عن الرومانسية، في ممارسة ذلك كله. - بعيداً عن
الاستبداد: لقد تسلحت الدراسات بمستحدثات مختلفة مثل الاعتماد على ملاحظة الزوجات الناجحة
(بدلاً من الزوجات الغارقة في المشاكل)، لأن خبرات الناجحين هي حقيقة ما نحتاج إليه في
علاج مشاكل الأسرة، ومثل الإمكانيات الحديثة التي أتاحها التصوير بالفيديو وبالتالي إمكان
استعادة الانفعالات المختلفة في المواقف المختلفة ودراستها على نحو أوفى. بالذات حين يتم
تسجيلها مع مجموعة من القياسات الفسيولوجية (الكهربية العصبية، وإفراز العرق، و..)،
ومع وجود أبجديات أو شفرات لقراءة انفعالات الوجه، مما يسهل في النهاية دراسة الاستجابات
الانفعالية والتدفق الانفعالي في هذا الموقف أو ذاك. وقد أكدت هذه الدراسات أنّه لم يعد
هناك مجال لأن يمارس الرجل دور "سي السيد" في المنزل، رغم أن كل الزوجات تقريباً
مستعدات للخضوع أو قبول نفوذ أزواجهنّ، إذا عدل الرجل من توجه سي السيد إياه، وقد يكون
ما هو مطلوب يسيراً كأن يلتفت عن مشاهدة مباراة كرة القدم حين تكون زوجه راغبة في
الحديث معه، فهي تود أن تحس بأن زوجها يفكر بصيغة "نحن نريد ونحن نرى" لا بصيغة "أنا
أريد وأرى و...". ومن بين الاكتشافات غير المتوقعة أنّ الغضب ليس أكثر العواطف تدميراً
في العلاقة الزوجية، فالزوجان السعيدان والتعيسان يتشاحنان، لكن الانتقاد الدائم،
والتحقير، واستخدام الحيل الدفاعية، والخطابة الكثيرة على حساب الفعل الحقيقي، هي أكثر
أعداء الحياة الزوجية. وقد ظهر أن أفضل طريقة لتجنب الآثار المدمرة لما سبق هي أن يعي
الزوج أحلام زوجته ومخاوفها. وكل الأسر السعيدة يتميز الزوج فيها بفهم عميق لنفسية
زوجته بما يمكن من انسياب التصرفات والمشاعر دون حدوث اختناقات عاطفية معوقة. وتشكل
الصداقة بين الزوجين أهم عوامل الرضاء الزوجي، إذا نحينا العلاقة الجنسية جانباً - رغم
أهميتها البالغة - لأنها خارج نطاق هذه العجالة. كما تأكد أنّ الأزواج السعداء يتحلون،
في نزاعاتهم، بمحاولات متجددة لرأب الصدع، والابتعاد عن السلبية التي يمكن أن تقود لإفلات
الأمر من أيديهم، وأنّ الدعابة كثيراً ما تساعد في إنجاح محاولاتهم، وأن بمقدورهم
التعامل مع النزاعات المتجددة والدائمة - التي تهدد باختناق العلاقة - بطريقة تفرق بين
الخلافاً الأساسية والثانوية.. فعلى سبيل المثال، تشكو الزوجة من الجرائد والأوراق والكتب
المبعثرة التي تشوه منظر البيت، والزوج يعجز عن تلبية متطلباتها في هذا الصدد، وبدلاً
من تأييز الموقف يقرران مع الزمن أنّ المشكلة تنتمي إلى مجال التباينات الثانوية، التي

تتطلب التحلي بالمرونة في التعامل معها ، لأنّها أصغر من أن تكون سبباً يعكّر صفو ما بينهما ، ولأنّ هذا الموقف يقوي من زواجهما . ولا بأس هنا من مجموعة من النصائح التي - أكدت الخبرات - يمكن أن تجنب الزواج العثرات وتساهم في نجاحه : - ضرورة النظرة الناضجة إلى الزوج - بعيداً عن الصور المثالية التي نحلم بها - على أنّها شخصية واقعية لها مزاياها وعيوبها ، وعند تعذر تغيير هذه العيوب يمكن التعايش معها وقبولها كجزء من مقومات الشريك الذي ارتضيناه ككل متكامل . وليس هناك ما هو أخطر على الحياة النفسية للمتزوجين من العيش في عالم سحري من التهاويل البراقة والأحلام الخادعة ، بل وخداع الذات ، حتى بصورة لاشعورية ، فيما يخص طبيعة الزوج والحياة الزوجية بوجه عام ، والخلط بينها وبين "المغامرة الغرامية" ، لأن ذلك يصعب من عملية التكيف مع الحقيقة وقد يجعلها متعذرة . - يجب اتباع استراتيجية الإشادة بنصف الكوب المليء دوماً . فكل علاقة في الحياة يكون فيها ما هو إيجابي (نصف الكوب المليء) وما هو سلبي أو ما تفتقده العلاقة (نصف الكوب الفارغ) والتركيز على ما هو إيجابي يدعم العلاقة ويزيد من إيجابيتها ، حتى بمجرد الحركة بالقصور الذاتي . أو الشكوى المستمرة والنعيب حول ما ينقص العلاقة فإنّه يوقع بها أoxم الأضرار . - يجب فهم ما في العلاقة من ضرورات تكيف وضرورات صراع والعمل دوماً على تغليب ضرورات التكيف باتجاه المقبول من سلوك الشريك ، وطبعاً فإنّ الأسرة الذكية هي التي تسعى لا إلى اللقاء في نقطة وسط أو في منتصف الطريق كما هو شائع ، بل إلى التكيف باتجاه السلوك الصحيح - بصرف النظر عن يبدو كاسباً أو خاسراً من طرفيها ، ومن الضروري فعل ذلك برغبة حقيقية في التعاون المتبادل والتفاهم المشترك لصالح كيان الأسرة . - والأفضل أن يبدأ الزوجان الجيدان حياتهما على أنهما عالمان مختلفان تماماً يسعيان إلى الوفاق ، بدلاً من أن يبدأ على أنهما ينتميان إلى عالم واحد متوافق تماماً ، يعرف كل منهما كل شيء على الآخر . لأنّ البداية الأولى تجعلهما أقرب نفسياً إلى التصور الصحيح ، وبالتالي إلى النهوض بأعبائه . - ليس هناك ما هو أفعل من اللباقة واختيار الكلمة المناسبة في الوقت المناسب في تحقيق السعادة الزوجية ، إنّها السحر الذي يمكن من الوصول إلى أعماق الشريك في كل لحظة ، لأنها تضمن للزوجين الصفاء والسكينة وراحة البال . - الغياب القصير أو ما يمكن أن نطلق عليه "الإجازات الأسرية" مما يقوي الرابطة الزوجية ، لأنّه يبعد التوتر والاحتكاك الدائم ، ويبرز مزايا العيش المشترك التي تعود الطرفان تناسيها عند وجودهما معاً ، كما يخفف من حدة الملل ، ويجد الشوق والحب بين الطرفين ، ولكل ذلك تأثير في تحجيم أوجه التباين أو عدم التوافق الثانوية . - الحذر من النقد اللاذع المتواصل ، والتحقير ، واستخدام الحيل الدفاعية ، والخطابة الكثيرة على حساب الفعل الحقيقي . تبقى إشارة إلى ضرورة وجود المؤسسات التي تقدم العون والنصيحة للراغبين في حل مشاكلهم الأسرية . وهي

ليست مؤسسات علاجية بالضرورة، لأن كل ما سبق ينتمي إلى مجال حل مشاكل التواصل الاعتيادية، وإن فضلت بعض المجتمعات إطلاق مسميات علاجية عليها: "علاج تقبل الآخر"، "علاج تعديل السلوك"، "العلاج الزوجي"، ...، جريا وراء أغراض تجارية. غير أن المؤسسات العلاجية حقا يجب أن تبقى كملاذ أخير للحالات التي يصل التوافق فيها إلى حدود الاستعصاء. *كاتب علمي من مصر المصدر: مجلة العربي/ العدد 550