

بيتي وبيتيكم

زوج وزوجة

عدوية الهلالي

سافر ليجرب حظه في البحث عن فرصة عمل تمكنه من شراء بيت يحمل اسمه وجمع مبلغ كاف لشراء محل كبير يعتاش منه وربما سيارة او مزرعة، المهم انه سافر وترك زوجته توصل المشوار وحدها لتلاحقها تهديدات المجر ووحشة الليل والوحدة وطلبات الاطفال.. عانت كثيرا وكابدت الشوق الى الزوج والاتكاء على صدره والقاء احمالها على كتفيه وكانت تخشى البوح له بكل مايعتمل في اعماقها لئلا تثبط همته وتقلل من حماسه للعودة السريعة محملا بالامل الكبيرة وبما يكفي لتحقيقها ببساطة.

لم تخيب الزوجة ظن زوجها فادارت المحل الصغير الذي تركه لها بيد من حديد وصارت لابنائها الام والاب والممت شتات عواطفهم وكففت دموعهم وساندتهم في مسيرتهم.

وأخيرا، ارسل اليها مبلغا يكفي لشراء منزل مناسب، لم يسعها الفرحة فقد ازيلت العقبة الاولى واقتربت عودته، ومرت السنوات ولم يعد الزوج وبدا انه لا يريد العودة فقد صار لديه السقف الذي ياوي اسرته والمبلغ الكافي للبدء بمشروع مناسب يعيلها منه.. هنا، قررت الزوجة للحاق به فليس في العمر الكثير من سنوات الشباب واطفانها بحاجة الى اب..

أخارج بلدها، لم تجد للراحة مكانا وكان لحاقها بزوجها اشبه بعقوبة لها فهي لاتهو العيش في الخارج عدا ان الامر يحتاج الى نفقات وتكاليف كثيرة لذا اضطرت الى العمل طوال اليوم

لمسايرة غلاء المعيشة هناك ولشغورها بان زوجها متورط بها وبأولاده، غضت بصرها عن اشياء كثيرة اكتشفتها في ما يخص علاقة زوجها بالجنس الآخر وبرتت ذلك لنفسها بعدهم عنها وعدم تحمله الوحدة لسنوات، فهو رجل، وهي امرأة!! انظرت ان يتكفي بما حصل عليه ليعودوا ويعيشوا برخاء لكن زوجها لا يريد العودة متترعا بسوء الاحوال في البلد والمشكلة انه لا يريد لها ولاطفاله البقاء معه ايضا فالحياة اصعب بكثير خارج العراق.. اكد لها احساسها وحسها ذلك فزوجها كما يبدو يلاحق حلما قديما بالتحريم من كل مسؤولية والتحليق بعيدا..

لممت الزوجة اطراف خبيثها وجمعت المال الذي حصلت عليه من عملها وعادت الى الوطن ومعها اطفالها لتسكن بيتا لا يهدد سقفة المجر وتمارس عملا وسط امها وجيرانها على الرغم من المصاعب والاضطراب، ولكن.. من دون زوج يناغي شبابه واب يربي اطفالها، بينما ظل الزوج يلاحق حلما ربما يقوده الى الضياع!!

يختارها زوجة تمارس نفس مهنته، قد تحكم على ذلك القسمة والنصيب او تسارع نبضات القلب بفعل الحب لدرجة عدم التفكير في طبيعة عمل المرأة، وقد يأتي اختياره لها نتيجة لتمحيص وتدقيق وحساب نتائج المستقبل الذي سيعيشه مع امرأة اخرى تتفهم طبيعة عمله، فقد يعملان في نفس المكان او في أماكن مختلفة، لكنهما في النهاية يناقشان مواضيع متشابهة ويستوعب كل منهما مايقوله او يفعله الآخر.. هي ظاهرة نراها أحيانا ونمنحها درجات متميزة من الاستحسان حين نلحظ السعادة على ملامح الزوجين وندعش غالبا اذا اشتكى احد منهما من عمل الآخر بينما يمارس العمل نفسه.

حين تتشابه مهنة الزوجين.. هل تنجح العلاقة ام تفشل؟



بغداد/ المدى

هل تتغلب غرائز الرجل والمرأة انن على التفهم والانسجام والوعي فتنشأ بينهما غيرة وحسدر بما تودي بالعلاقة الزوجية؟ يقول محمد حامد/مدرس: ان ما يهيمه قبل كل شيء ان تكون زوجته امرأة عاملة فالمرأة العاطلة لاتشعر بالسعادة ويرافقها شعور بأن وضعها انى من زوجها وانها تابعة وعالة عليه وقد يأتي اليوم الذي يطرد فيها فلا تجد من يعيها لذا تتصرف بناء على ذلك، ويتعكس سلبا على زوجها فهي تقتل فراغا بالكند والشجار ومراقبة خصوصيات الزوج، لاجل كل ذلك اختار زوجة تمارس نفس مهنته وهي التدريس ويعتبر حامد ان ممارسة الزوجين لنفس المهنة انجح من غيرها لأن كل منهما سيتفهم طبيعة ظروف الآخر، فهو حين يزوجته مشغولة بتصحيح دفاتر الطلبة، يساعدها في بعض المسؤوليات ويجهزاً معا عشاء بسيطاً ثم يفرغها مساءً لأداء واجباتها التدريسية.

اما زوجته أريج زهير فتقول: ان المعلمة او المدرسة ربما تنجح في زواجها من مدرس لأن لديها رصيدا كافيا للاستراحة فالعطلة الصيفية السنوية تمتد لثلاثة اشهر ودوامها اليومي قصير نسبيا ولايستمر طوال اليوم كما ان من الممكن لدرس وزوجته تنظيم حياتهما طالما يتشابه عملهما.

في الوقت الذي تشكو فيه زوجات الاطباء غالبا من اشتغال ازوجهن طوال اليوم بالتفتل بين المستشفيات والعيادات وكلية الطب ان كانوا اساتذة ايضا، ويعاني ابناء الاطباء من عدم التقاء آياتهم في لحظات حاجتهم لهم فكيف اذا كانت الام طبيبة ايضا وترتبت عليها نفس التزامات زوجها؟ يقول زهير محمد علي/ طبيب أطفال: ان للزوج من نفس الوسط نقاط ايجابية عديدة منها التقارب في المستوى الثقافي والاجتماعي وهما امران مهمان لبناء

ذلك عامل نفسي قبل ان يكون اجتماعيا فالإنسان يحاول دائما الاحتفاظ بشيء من الخصوصية لايبيحها لأقرب الناس حتى لو كانت زوجته.. والرجل يفضل الزواج بعضهم البعض الآخر ويبني على هذا الاكتشاف التقارب النفسي، ناهيك عن ان لكل مهنة تقاليدها وقيمتها التي تفرض علينا ان نلم بالمقابل وبالجانب العلمي له وهذا عامل ايجابي لأنه يطور المؤسسة الوسط اكثر من سلبياته لأنه يوطد البناء الاسري ويساعد الزوجين على حل مشاكلهما بديارية وتعاون.

ويقول الدكتور علي الخفاجي/ استاذ علم النفس عن هذه الحالة: ان التعايش المستمر بين الافراد يؤدي الى خلق صلة تعارف ما يؤدي الى اكتشاف الافراد لشخصيات بعضهم البعض الآخر ويبني على هذا الاكتشاف التقارب النفسي، ناهيك عن ان لكل مهنة تقاليدها وقيمتها التي تفرض علينا ان نلم بالمقابل وبالجانب العلمي له وهذا عامل ايجابي لأنه يطور المؤسسة الوسط اكثر من سلبياته لأنه يوطد البناء الاسري ويساعد الزوجين على حل مشاكلهما بديارية وتعاون.

العائلة كما ان تفهم الزوج لعمل الزوجة ومشاكل المستشفيات وبالعكس امر مهم لنجاح الطبيب المتزوج من نفس الوسط.. ويشير محمد علي الى نجاح الزواج بين الاطباء والطبيبات في اغلب الحالات لأن الطيبة تكون اقدر على تفهم مسالة استعاء الزوج ليليا او خضوعه للخفارة او تأخره في العيادة او حتى تخلفه عن حضور مناسبة اجتماعية مهمة، اما سلبيات زواجها فهي تراكم المسؤوليات البيتية على الزوجة، إضافة الى متاعبها المهنية مما يجعلها تقصر احيانا في اداء واجباتها المنزلية ومتابعة شؤون الاولاد. اما زوجته الدكتورة ليلي حسان/ طبيبة

ويقول الدكتور علي الخفاجي/ استاذ علم النفس عن هذه الحالة: ان التعايش المستمر بين الافراد يؤدي الى خلق صلة تعارف ما يؤدي الى اكتشاف الافراد لشخصيات بعضهم البعض الآخر ويبني على هذا الاكتشاف التقارب النفسي، ناهيك عن ان لكل مهنة تقاليدها وقيمتها التي تفرض علينا ان نلم بالمقابل وبالجانب العلمي له وهذا عامل ايجابي لأنه يطور المؤسسة الوسط اكثر من سلبياته لأنه يوطد البناء الاسري ويساعد الزوجين على حل مشاكلهما بديارية وتعاون.

اما بالنسبة للدافع النفسي وراء اختيار زوجة من وسط مختلف فيقول الدكتور الخفاجي: ان



شؤون تربوية

طفلك الانساني

خائف يشعر بالضعف. والحجز والاشياء التي يحتفظ بها ماهي إلا أداة تمنحه القوة والثقة لأنه لايق بنفسه وعندما يكبر يصبح بخيلا أو شحيحا في العطاء، وعلاقاته الاجتماعية قصيرة المدى ومحدودة لأنه يركز على ذاته فقط ولايعرف التضحية فيبند عنه الآخرون. التذليل المفرط يؤدي أيضا الى نفس النتيجة فاعطاء الطفل كل مايريد بدون حساب وبدون نظام يؤدي الى الأنانية وبصفة عامة فالأفراط في اي من الجانبين ستكون نتيجته سيئة والاعتدال دائما هو أفضل طريق للتربية السوية.

يتعرف على ماهو ممنوع وماهو متاح فيبدأ في التنازل تدريجيا عن أنانيته ففي عامه الثاني يتنازل عنها في سبيل أخوته وفي عامه الثالث في سبيل ايجابي مع الأطفال الآخرين. ويعد الاستمرار في الاصرار على الاحتفاظ بملكياته لاشياء بعد بلوغه سن الخامسة بطء في التطور الاجتماعي حيث يستبج لنفسه مالا يستبجحه للآخرين، وعادة مايتكسب الطفل تلك الصفات السيئة من خلال القدرة والتعليمات التي يتلقاها، إضافة الى اهمال الآباء وعدم وجود من يعتمد عليه فليجأ للأنانية كوسيلة يحمي بها نفسه من المجتمع الجاف أو الصارم أو العنيف، وقد يتعلم الطفل الأنانية من أخوته الذين يستحذون على أشياء ويمنعونه من المشاركة معهم ولأن الآخرين لايعتدون به فيستمتع هو بكل مايحصل عليه ولأطول وقت ممكن لعدم احساسه بالأمان وخوفا من ألا يحصل عليه مرة أخرى، والطفل الأناني طفل

الطفل يتكسب صفة الأنانية من والده عن طريق أسلوب التربية الذي يلعب دورا كبيرا في تنمية هذه الصفة. اشارت الدراسات الى أن ردود فعل الآباء تجاه بعض تصرفات أبنائهم وتلقين الطفل العادات الخاطئة في الأعوام الأولى يؤثر سلبا على شخصيته خاصة خلال العام الثاني من عمره. وأكد فريق العمل الذي أعد الدراسة أن المشاركة في بعض الأنشطة هي مفتاح التغلب على الأنانية فهي تساعد على تعلم صفات مهمة كالتعاون والاعتماد على النفس وعدم التفكير في الذات فقط ويكون ذلك من خلال الرسم الجماعي أو الألعاب الجماعية. والطفل حتى سن العام والنصف يظن أن كل ماتتمتد اليه يده ملك له فمن الطبيعي أن يكون أنانيا قبل أن يتكسب اي خبرات مع العالم الخارجي ولكن نمو إدراكه وتفكيره وقدراته في التطور فيفضل بين الأنا والأنث ويتعرف على بعض القيم والأعراف الاجتماعية، كما

طريقه مشيتك تكشف شخصيتك

أنواع المشي:
1- المشي بخطوات ثابتة يدل على شخصية ثابتة وحازمة.
2- الخطوات ذات الايقاع الشديد تدل على شخصية محبة للسيطرة والاستقلالية والانانية واللامبالاة.
3- الخطوات النشيطة بلا ضجة ولا احتيال تدل على شخصية هادئة ورفيعة وكريمة الاخلاق وحسنة المعشر.
4- المشي باختيال يدل على شخصية مبالغة في حب الذات والرغبة في التبرر والانطلاق والبقاء على خشية المسرح لتراها العيون تتمتع بامرح وقوة الإرادة.
5- المشي برشاقة مع رفع الرأس تدل على مشية معظم القادة



كومي أجمل

اما هذه فخلطة مجربة ومفعولها سريع جداً في إعادة الصحة للشعر: ملعقة عسل مع زيت لوز تخلط وتوضع على الشعر مدة ٢ ساعة أو أكثر ثم اغسلي شعرك كالعادة وسترين الفرق. وصفة للشعر الجاف: ارجي صفار بيضة مع قليل من زيت الخروع افركي شعرك ثم اغسلي بالماء الساخن المخلوط معه قليل من الليمون ثم بالماء البارد. لتكثف الشعر: تفرك أطراف الشعر بقهوة مطبوخة بدون هيل. لتكثف الشعر: يوضع على الشعر لمدة يوم كامل (أربع صفار بيض مخلوط مع ملعقتين خروع، أو خلطي مع الحناء (زبادي + عسل + صفار بيض +

وصفات مجربة للشعر التالف من الصبغات والششوار:
والوصفة الأولى هي: زبادي مخلوط مع حلبة مطحونة يوضع مدة ٢ ساعة ويغسل، تستخدم لمدة شهر ونصف أو حتى يستعيد الشعر عافيته. وهذه خلطة لتغذية الشعر: كوب ماء ساخن وثلاث ملاعق عسل تخلط وتترك حتى تكون دافئة وبعد الاستحمام ضعيه على شعرك ولا تغسليه بالماء اتركيه على شعرك. ملاحظة: بعد كل استحمام استعملي هذه الطريقة.

اطباق العالمية

الفلانفل

المقادير:
١/٢ كوب فول أبيض
١/٢ كوب حمص بابس
١/٢ كوب بصل أبيض مفروم
كوب بصل أخضر مفروم
كوب كزبرة مفرومة ناعم

المقادير:
٢/١ كوب بقونس مفروم
٢ ملعقة شاي ملح
٣ ملاعق طحين
ملعقة شاي بهارات مطحونة
فلفل وكسون
٢ ملعقة شاي بكنج بودر

الطريقة:
١- ينقع الفول والحمص لمدة ١٢ ساعة كلاً على حدة.
٢- بعد ذلك تخلط معدهون بصلصة السابكة وتفرم مرتين في مفرمة اللحم.

تشكل الفلافل على شكل اقراص وينثر عليها السمسم وتقلي بالزيت الحار في مقلاة عميقة. - تصفى ثم تلف في خبز عربي مدهون بصلصة الطحينة ومضاف إليه قطع من الخس والطماطة والمخلل.