

لماذا تبكي العروس ليلة الزفاف؟

القاهرة/ وكالات

لا تنسى كل عروس دموع ليلة زفافها التي تنهمر أمام المدعوين في الفرح وبعد عودتها إلى القفص الذهبي فتسيل الدموع الحارة وتنهمر في انتظار المجهول والحياة الجديدة التي تشق فيها الطريق بعيداً عن أسرته التي ترعرت بين أفراسها الذين سلموها إلى يد جديدة وتمنوا لها السعادة ودعوا لها بالنزرة الصالحة.

ومع وداع الأهل والأصدقاء وسط شحنة من العواطف، تتوارد الخواطر وتجرّف المشاعر وسط قلق الأهل والعريس، وعن سر دموع ليلة الزفاف تنسر د. عزة محمود أستاذ علم النفس جامعة عين شمس إلى أن دموع العروس تتساقط لعدة أسباب وذلك حين تسأل نفسها هل ستكون سعيدة مع زوجها أم لا، وغالباً تتبع هذه المخاوف من معاشيتها للمشاكل الزوجية التي تحدث في كثير من الأسر ما يجعلها قلقة بالإضافة إلى أن دموع العروس ليلة الزفاف هي أقل تعبيراً عن الاضطرابات الداخلية وتوجسها من الفشل في خوض تجربة الزواج الجديد كما أنها دموع منطقية حيث تفق العروس على أعتاب المجهول لا تدري عنه شيئاً.

شحنة عواطف

ولكن هل العواطف لها تأثير في دموع هذه الليلة، يؤكد د. فحفي عبد القادر أستاذ علم الاجتماع أن تكوين المرأة يجعلها حادة في عواطفها، وترجم ذلك بالدموع التي تأتي لأشياء كثيرة تتصارع في داخلها وقد يصعب تفسيرها، حتى بالنسبة للعروس نفسها، وتكون دموع الفرح بتحقيق الحلم الذي تحلم به كل فتاة أو ربما هي الخوف من المجهول، فهما كانت معرفة العروسين بطباع بعضهما البعض ومهما طالت فترة الخطوبة فإن التواصل الحقيقي لا يتم إلا بعد الزواج.

ولتفادي الصراع النفسي والخوف من المجهول الذي ينتاب كل عروس، يأتي دور الأباء في توجيه النصائح والإرشاد لكل من العروس والعريس، للتمتع بالحكمة نتيجة خبرة سنوات وسنوات حتى يستفيد الزوجان وتساعدهما في اليوم ينتقل شعوري وتنتقل

إقامة علاقة زوجية هائلة، أيضاً في تستمتع العروس بحياتها الجديدة بعيداً عن المنغصات وتترجع على عرش قلب زوجها.

ومن أكثر الرسائل الجذابة التي وجهها أب لابنته يوم زواجها يوصيها فيها خيراً كانت لأحد الحكماء قال فيها: ابنتي.. اليوم تنتقلين إلى ديين غريبين.. في هذه الليلة سيطلق سقوف غريب في بيت رجل غريب.. في هذه الليلة ساقف فوق سريرك النظيف في بيتي فأجده خالياً من ثيابا شعرك الأسود الذي يفوح منه عطر الطهارة فوق وسادتك البيضاء.. وقد تنهمر الدموع من عيني لأول مرة في حياتي، فاليوم يغيب عن عيني وجه ابنتي.. ليشرق في بيت الرجل الغريب الذي لا أعرفه حق المعرفة خيره من شره.

اليوم ينتقل شعوري وتنتقل

أحاسيسي إلى أهل أمك يوم سلموني ابنتهم وهم يذرفون الدموع.. كنت أظنها دموع الفرح أو دموع تقاليد أهل العروس.. ولم أعرف إلا اليوم أن ما كان يتناهب هو نفس ما يتناهبني الآن.. وأن ما يعذبني هذه الساعة كان يعذبهم.. وأن انقباض قلبي في هذه اللحظة وأنا أسلمك إلى رجل غريب كان يداهمهم أيضاً وصدقني يا بنيتي إنه لو كان لي يوم تزوجت أمك شعور الأب لأفئيت عمري في إسعادها، كما أحب أن يفنى زوجك عمري في سبيل إسعادك.

والآن.. دعيني أضع أمام عينيك الحلوين بعض النقاط التي يحسب الرجل أنها توفر له السعادة في بيته الزوجي.. الرجل يا صغيرتي يحب الأمداح ويتظاهر بالشراء والنجاح حتى ولو لم يكن ثرياً قط.. فلا تحظي فيه هذه المظاهر.. بل وجهها بحمكتك ولطفك وحسن

تصرفك، والرجل يا فلذة كبدي يفخر دائماً بأن زوجته تحبه، فأحرص على إظهار حبك أمام أهله بصفة خاصة.. والرجل يفخر أمام أهله بأنه قد انتقى زوجة تحبهم وتكرهم.. فأكرمي أهل زوجك، واستقبلهم أحسن استقبال.

وأيضا.. إن ما يفتن قلبك في الزواج وبعد يا بنيتي.. إذا شار زوجك فأحضني ثورته بهدوء.. وإذا أخطأ داوى خطاه بالصبر، وإذا ضاقت به الأيام فليتسع صدرك لتسغفه على النهوض.. ولا تنسى أنك إكليل لزوجك.. بيدك أن يكون مرصعاً بالدر والياقوت على هامته.. أو أن يكون من الشوك دمي رأسك وأنيك.. إن لم تحافظي على شركه له دون سواه.

بنيتي.. كوني له أرضاً مطيعة يكن لك مسماء.. وكوني له مهاداً يكن لك عماداً.. واحفظي سمعه وعينه.. فلا يشم منك إلا طيباً ولا يسمع منك إلا

حسناً ولا ينظر إلا جميلاً.. وكوني كما نظم شاعر لزوجته قائلاً: خذي مني العفو تستديمي مودتي.. ولا تنطقي في ثورتي حين أغضب ولا تكثري الشكوى فتذهب بالهوى.. فإياك قلبي والقلوب تكلب.. وأخيراً أسأل ربى أن يراك براضاً وأن يستقر لكما كل حنى.

أما إمامة بنت الحارث الشيباني فلهذا وصية رائعة يوم زفاف ابنتها حين قالت لها: أي بنية إن الوصية تذكرة للغافل ومعونة للعالم.. ولو أن امرأة استغنت عن الزوج لغنى أبوها وشدة حاجتها إليها كنت أغنى الناس عنه، ولكن النساء لرجال خلقن ولهن خلق الرجال.

أي بنية.. إنك فارقت الجو الذي منه خرجت، وخلفت العنق الذي فيه درجت إلى وكر لم تعرفيه، وقرين لم تألفيه.. فأصبح يملكه عليك رقياً وملياً.. فكوني له أمة يكن لك عبداً فرحاً.



من الشرائع

في معنى الشجاعة

احمد العابد

قلت لصحابي: لا اري لماذا اريد دائماً حكاية المتنبى مع الفتى الذي قتله، فقد كان المتنبى ولم يزل الشاعر الفحل الرقيق الجريء لكن صفة الشجاعة قليلاً ما قبلت بحقه من الشعراء والنقاد والإدباء، وربما وبما انني لست بشاعر فلا اعرف الاسباب.

قال بون ان يتصنع الإصغاء، لكن المتنبى كان شجاعاً بالفعل ويواصل صاحبي: انتكر حكايته مع صاحب القلعة الذي كان يدعى (ضبة).

قلت نعم وانكر قصيدته التي يخلف الشعراء حولها والتي مطلعها: (ما انصف القوم ضبة وامه الطرطبة)

« قال او تعرف ايضاً ان المتنبى حينما رأى ان لاقبل له بفتيان ضبة هرب ولم يستدر للقتال الا حينما خاطبه الفتى قائلاً أنت الفتى الخيل والليل والبيداء تعرفني والسيف والرمح والقرطاس والغلم حينها قال المتنبى كلمته.. قتلتي يا فتى، فاستدار وقاتل حتى قتل ونزف دمه محملاً بعطر قصائده.

« قال صاحبي ما علاقة المتنبى بواقعا الآن؟»

قلت يبدو ان مفهوم الشجاعة بحاجة الى إعادة نظر، فالرجل الذي يقتل شقيقه غسلاً للعار يسمى شجاعاً والمجرم الذي هتك الاعراض وقتل الاطفال والنساء واستباح حرمة البيوت سمي حينه شجاعاً، واللص الذي يسرق الناس في الاسواق يسمى نفسه شجاعاً والنصاب الذي يحطال على الناس يسمى نفسه شجاعاً والغشاش الذي يعرض سلعة ويبيعها اخرى يسمى نفسه شجاعاً ونساج كثيرة اخرى أفلا ترى اننا بحاجة الى معنى حقيقي للشجاعة.

قال صاحبي كيف ذلك؟

قلت ان تقول كلمة الحق التي ترى فيها مصلحة الوطن ولا تخشى لومة لائم وان ترفض الظلم، وترفض الفساد بكل انواعه، وتلاحق المجرم، وتخبر عن الازهاى بون ان تخشى ردة فعله، وان تصفق الآخرين القول، ونساج كثيرة اخرى كلها تصب في معنى الشجاعة.

قال صاحبي الا تلاحظ انه تطالب الآخرين بما لا يستطيعون؟

قلت عليك فقط ان تذكر دائماً ان عنوان الشجاعة هو الحر الرياحي الذي لم ينشد شيئاً سوى مرضاة ربه وضميره ومبادئه رجل تخلى عن امتيازات كثيرة كثيرة واختر ان يكون الى جانب الحسين وهو يعلم ان الموت بانتظاره ولم يحصل الا على شرف كلمة الحسين (انت حر في الدنيا والأخرة).

قال صاحبي لا يفرض بالشجاع ان يكون قوي البنية؟

قلت لا بأس بذلك لكن اذا كان هذا المعيار الرئيس فان النمر والاسد والفيل والحيوانات الاخرى تصبح اكثر شجاعة من الانسان اذ لا بد من ان يكون الانسان شجاعاً بمبادئه وقيمه واخلاقه ونفسه الابية وایمانه العميق بان هذه القيم والمبادئ هي التي تمنحه الشجاعة وليس قوة الجسد حسب ورحم الله المتنبى الذي كان شجاعاً بقلبه ومبادئه.

إيطالية تكشف عن «أقدم» معبد في قبرص

نيقوسيا / الوكالات

تقول عالمة آثار إيطالية أنها اكتشفت ما يعتقد أنه أقدم موقع عبادة ديني في قبرص وهو معبد يعود إلى نحو أربعة آلاف عام. وقالت عالمة الآثار الإيطالية ماريا روزاريا بيليجورنو ان الاكتشاف في موقع

بيرغوس مافورواكي بالقرب من مدينة ليماسول يسبق في التاريخ أي اكتشافات أخرى في قبرص بنحو الف عام. ونقل عن عالمة الآثار قولها لصحيفة «سايبيرس ويكلي» من روما هذا «اول دليل عن الدين في قبرص في بداية الألفية الثانية قبل الميلاد». وقالت

الثوم قد يسبب الطلاق بين الزوجين



برلين / الوكالات

ليس غريباً ان تكثر في المحاكم الألمانية قضايا الطلاق لسبب قد يدعى البعض الى الاستغراب. فالسبب هو الرائحة الكريهة لقم الشريك. وتمكن الكثيرون من الحصول على الطلاق لأنهم برهنوا طيباً ان الذي ينام إلى جانبهم في الفراش يشكو من مشاكل صحية ولا يريد معالجتها للتخلص منها. ولقد برهن الطب النفسي ان الرائحة تساهم كثيراً في التقارب او التباعد وذلك بحسب نوعها وهذا يلعب الالف الدور الرئيسي بالطبع. وفي هذا الصدد وضع معهد ألماني يهتم بالعلاقات الزوجية ومشاكلها دراسة تحمل عنواناً قد يكون غريباً بعض الشيء، وهو «الانف هو الطريق الى علاقة زوجية ناجحة» قال فيها ان الانف يلعب دوراً مهماً في الحياة الزوجية، لان الجسم له رائحة مميزة اشبه بالحصمة، ولها آثار على العلاقة الانسانية.

وكما «كيمياء الانسان»، يلعب انف الانسان ايضاً دوراً أساسياً في بناء اي علاقة، ايضاً العلاقة الزوجية، فإذا شم احد الزوجين رائحة غير مريحة فقد يعزف عن الإقبال على الآخر، وليس مبالغاً فيه لو قيل ان الرائحة الجميلة والعطرة مفتاح من مفاتيح العلاقات الزوجية الجيدة والعكس هو صحيح ايضاً. بالطبع الكلام والتلامس وابداء المشاعر امور مهمة، لكن الانف قد يسبق هذه كله ويكشف عن الرائحة التي تخرج من الفم.

ولقد اعترفت سيدة ألمانية بانها تتناول كمية من الثوم قبل ناهائها الى السرير عندما تكون مرهقة ولا تريد معايشة زوجها بدلاً من صده، فرائحة الثوم بعد تناوله كريهة جداً والرائحة الجميلة ليست قارورة بسرعة.

يختلف الناس في تذوقهم للنوم

لندن / الوكالات

توصل بحث نشر الأسبوع الماضي إلى أن البريطانيين هم أسوأ الشعوب نوماً في أوروبا. وأضاف البحث الذي أجرته «مؤسسة المستقبل» لصالح الحملة الصحية «م جيداً تعيش بخير» إلى أن شخصاً واحداً من كل خمسة بريطانيين ينام أقل من سبع ساعات في الليلة لكن الأمر لا يبدو صعباً بالنسبة للكثيرون اديان ويليامز من مركز اضطرابات النوم في مستشفى «سينت توماس» في لندن الذي وضع بعض القواعد الأساسية للنوم المثالي. ومن بين هذه القواعد عدم تناول مشروبات تحتوي على الكافيين بعد الساعة الثانية بعد الظهر، القيام ببعض التمارين بين الرابعة والسابعة مساءً، تناول مشروبات مشتملة على الكافيين

والاستحمام قبل موعد النوم، والتخلص من الضوء والضوضاء في غرفة النوم. لكن يظل النوم لدرجة كبيرة معتمداً على الخبرة الشخصية لكل انسان، مثل شهيتنا لانواع مختلفة من الطعام، فلدنيا جميعاً مذاقنا الخاص للنوم، وفيما يأتي بعض هذه المذاقات.



«إلى الفراش».

«بالنسبة للأباء المتعبين فإن رفاهيتهم في النوم هي ليلة بمفردهم، وتمكنهم من الاستيقاظ لوحدهم دون أن يقطع نومهم شيء.»

«من أجل مذاقات النوم كذلك اليوم الأول في العطلة؛ حيث لا تسمع صوت منبه للاستيقاظ، لا تسرع للحاق بالحفلة، لا تبحث عن ملايسك، لا تعد الشطائر للأطفال.

«النوم خارج المنزل له مذاق خاص كذلك؛ حيث يستمتع البعض بأثر العشب على أجسادهم، سواء كنت مستلقياً بعد الظهر في حديقة المنزل أو على الشاطئ»

«أما في حديقة عامة.»

بعض هذه المذاقات.

«وفقاً لرئيس الوزراء البريطاني السابق ونيلسون شيرشيل، فإن أفضل أوقات النوم هي قبلولة بعد الظهر، ويقول شيرشيل «يجب أن تنام وقتاً ما بين الغداء والعشاء، ولا حلول وسطى؛ أخلع ملايسك واذهب

بعض هذه المذاقات.

«وفقاً لرئيس الوزراء البريطاني السابق ونيلسون شيرشيل، فإن أفضل أوقات النوم هي قبلولة بعد الظهر، ويقول شيرشيل «يجب أن تنام وقتاً ما بين الغداء والعشاء، ولا حلول وسطى؛ أخلع ملايسك واذهب

الوسادة يمكن أن تحدث مذاقاً خاصاً في النوم؛ وتحتوي أنواع منها على تقنيات متطورة كالسماعات التي توجد ضمنها لتشغيل أصوات محفزة على النوم مثل دقات القلب أو الموسيقى الهادئة.

«الغلام التام كذلك له مذاق خاص في النوم، لكن بعض سكان المدن قد لا يتوفر لهم هذا الأمر بسبب الأضواء التي تملأ السماء في الخارج والمنزل في الداخل.

«يمكن أن يتوافر هذا الطعم المحب للنوم في صالة السينما أيضاً، بعد أن تحفأ الأنوار وتغلق الهوائف الجواله ويبدأ الفيلم، يحس البعض برغبة لا تقاوم للنوم.

«من منا لا يستمتع بالنوم على أنغام الموسيقى؟ لكن دراسة لسلسلة فنادق «ترافيلودج» قالت إن أفضل موسيقيين يستطيعان تحفيز النوم هما كولديبلاي وجيمس بلونت.

«أنواع مختلفة من الطعام تستطيع تحفيز النوم بدرجة كبيرة، وتوصي بعض الجهات الطبية بأكل الموز مثلاً.

«وأخسر المذاقات هو الاسترخاء بعد العودة من آخر يوم عمل.

