

قصص واقعية: الحب أشكال وألوان.. والانفصال أحيانا مدمر

قضايا اجتماعية



@drjassem
جاسم المطوع

كيف تنسى علاقة مؤلمة؟

في جلسة شبابية دار حوار حول العلاقات العاطفية بين الشباب والفتيات وقال لي شاب كانت لي علاقة عاطفية مع فتاة وهي طالبتي الآن بالزواج ولكني لا أريدها لأنه لا يوجد تكافؤ بيني وبينها وبنفس الوقت لا أستطيع أن أصارحها لأنني شخص عاطفي وضعيف وهي متمسكة بي فقلت له ما دامت لا تناسك ولا ترى نجاح الزواج معها إذن لا بد من مصارحتها بقطع العلاقة.

فقال سأحاول ولكن المشكلة الأكبر كيف أنسى هذه العلاقة وقد تسبب لي ألما وخاصة بعد تعلقتي بها بسبب معرفتها كيف تكسب قلبي بالكلام العاطفي وأنا نشأت في أسرة قاسية وجافة. فقلت له هناك وسائل كثيرة ننصح بها كل من يرغب في نسيان علاقة بعد قطعها سواء كانت علاقة قديمة أو مؤلمة في إطار علاقات العمل أو الزواج أو الانفصال أو حتى بين الخطيبين، ولكن قبل أن أنكر لك الطريقة لا بد أن تعلم أن مسالة قطع العلاقة من غير ألم أمر صعب ولكنه ليس مستحيلا والنسيان يحتاج إلى وقت ويكون أصعب لو كان عمر العلاقة طويلا.

أولا عليك أن تتخذ قرارا بترك العلاقة ونسيانها ثم تحرص على ألا تفكر في الماضي بعد تركها وإذا راودتك الذكريات القديمة حاول أن تشغل نفسك بالمفيد من عمل أو رياضة أو قراءة أو أي نشاط حركي حتى لا تتذكرها، كما يساعدك في نسيانها أن تتعبرها تجربة في الحياة تستفيد منها وتتضاف لتجاربك الكثيرة أو أن تنظر إليها على أنها من أقدار الله وفيها خير كثير وعند أهل البداية مثل يقول (إذا طار طيرك قول سبيل) يعني إذا فقدت طائرا أنت متعلق به بعدما علمته ودرسته فقل سبيل أي أنك نويت فقدته (في سبيل الله) حتى تأخذ على الفقد أجرا وهذا أسلوب ذكي في تسلية النفس بالفقد.

وقد يساعدك في نسيان العلاقة الغناء وسائل التواصل مع من ترغب بنسيانها مثل مسح رقم الهاتف أو إلغاء الصور الشخصية أو إلغاء حساب التويت أو الفيس ولا بد أن تسعى لإيجاد البديل في العلاقات والصدقات الصالحة والطيبة وتوج ذلك بأن تكون واثقا بالله تعالى بأن الله سيوضك خيرا من هذه العلاقة المؤلمة أو الخاطئة بعلاقة أخرى أفضل وأحسن فمن ترك شيئا لله عوضه الله خيرا منه.

ومن الأفكار التي تساعدك كذلك أن تنمي هوايتك وتجدد حياتك وتكسر روتين يومك وتشارك في البرامج الترفيهية والثقافية وتخطط لرحلة سياحية وتضع خطة لمستقبلك وتكمل تعليمك وادعو الله أن يخرج من ترغب بقطع العلاقة معها من قلبك وتذكر أن قطع العلاقة ليست هو نهاية الحياة. ومن الأفكار التي تساعدك وقد تحتاجها أحيانا تغيير مكانك أو بيتك مؤقتا وأذكر شايئا تاب إلى الله من علاقة محرمة مع فتاة وكانت هذه الفتاة تلاحقه فاقترح عليه هذا الحل فنفذ معه وتخلص منها، واحرص ألا تتحدث مع الآخرين عن علاقتك القديمة حتى لا تثير عواطفك فتشتاق للماضي، وأكثر من الاستغفار والدعاء فاستغفار يفرج الهم ويزيل الغم وأشغل نفسك بالعمل الخيري والنشاط التطوعي فنفسك لن تم تشغلها بالحق شغلتك بالباطل.

ثم أبتسمت له وقلت ولو كنت قد فعلت معها أمرا محرما فاستغفر الله وأكثر من الطاعات فنظر إلي وابتسم وقال لم أتوقع منك هذا الرد المفصل فقد ذكرت أكثر من عشرة حلول وأفكار لتجاوز ألم قطع العلاقة وإني سأبدأ بإذن الله تعالى في تنفيذها وإني متفعل بنجاحي بهذه المهمة الصعبة. وطلب مني أن أصارحها بقطع العلاقة وأنت حازم في اتخاذ القرار وأن كان في ذلك حرج عليك ولكن ألم المصارحة خير من ألم الظن بالاستمرار من طرفها، وكان واضحا معها بالسبب ولا تبرر إلا إذا رأيت في ذلك مصلحة وابتعد عن التشهير بها أو تشويه سمعتها أو افشاء سرها بعد قطع العلاقة فليس ذلك من مكارم الأخلاق. وربما أتيتك وسواس بأن قطع العلاقة تعني العزلة عن الحياة فهذا ظن غير صحيح بل من كان غنيا بالله أغناه الله عن الخلق فكن مع الله يكن الله معك وانتهت الجلسة الشبابية وانتهى اللقاء ولكن حاجة شبابنا للتوجيه والحوار لم تنته بعد.



عنها بالقول: «كانت فترة مجنونة لا أعلم كيف خرجت منها، لقد أخذت اجازة وسافرت مع اصدقائي كي أنساها، فوجدت نفسي اشتاق لها أكثر، كنت لا انام الا ساعات قليلة فقط، حتى انني خسرت 10 كيلوات من وزني لقلة اكل للطعام.»

وعن اسباب الابتعاد قالت مريم: «تجنبته لفرصة لإكمال رسالتي الماجستير والدكتوراه في الخارج، الامر الذي يتطلب بقاءه لسنوات في الغربة، ذلك.»

فارق السن هو العائق

خالد بحماس كبير يبدأ حديثه: «أنا أعيش مقيدا وسط بعض العادات والتقاليد السيئة التي ترفض علاقات الزواج عن الحب.» خالد كان في الـ 24 من العمر عندما وقع في غرام من تكبره به سنوات كاملة فكان أن رفض الله كل الأفكار التي تدور في رأسه عن زواجه بها، رغم توسلاته لهم تاره وتهديداته بالزواج بها من دون رضاهم تارة أخرى لكن لم يقدم على مثل هذه الخطوة.

يقول خالد الذي يبلغ الآن الـ 28 «أعلم تماما انني بعهدم زواجي السى الان رغم محاولات الأهل معي بالزواج هو انتقام غير مباشر منهم على رفضهم الكبير لزواجي مسبقا بمن كنت احب.» ويضيف خالد: «علاقة الحب التي جمعتني مع تلك المرأة كانت راقية جدا، هي كانت توجهني وترشدني الى الطريق الصحيح، كانت كل شىء بالنسبة لي في تلك الفترة، كنت احبها تقريبا كل ساعة طوال اليوم للاطمئنان عليها، وهي كانت تفعل نفس الشيء.»

وعن ابتعادها عن بعض يقول خالد: «لم استطع ان اخفي عليها رفض اهلي القاطع بالارتباط بها لفارق السن بيننا، واعلنت لها عن رغبتى بالزواج من دون موافقة الاهل، فكانت راضية تماما لهذه الفكرة، وانسحبت تدريجيا من حياتى شيئا فشيئا، تاركة خلفها فرأغا كبيرا لن تملأه امرأة أخرى.»

● لميس بلال

ممارسي هذا العادة السيئة، كان يتصعب عرقا، قال باستحياء شديد أنه معجب بي ويرغب في التعرف علي.»

وتابع مريم وهي تتبسم: «هو قائلها بأحراج وكأنه يطلب قرضا مالي من احد، ما بعدها بدأت علاقتنا.»

وعن اسباب الابتعاد قالت مريم: «تجنبته لفرصة لإكمال رسالتي الماجستير والدكتوراه في الخارج، الامر الذي يتطلب بقاءه لسنوات في الغربة، ذلك.»

حب المراهقة

يوسف شاب في العشرينيات من العمر استقبل سؤالنا المفاجئ (هل احببت من قبل؟) بابتسامه ثم ضحك واجاب: «من منأ لم يحب؟؟»

ويسؤاله عن العلاقة وهل هي مستمرة قال يوسف: «للاسف لا، فالتجربة الوحيدة لي مع الحب كانت مع ابنة الجيران في سن المراهقة، كان حبا (عذريا) لأبعد الحدود، لم يستمر هذا الحب أكثر من ستة بسبب انتقالها الى منزل اخر، فقلت الانصالات بيننا من 3 مرات باليوم او اكثر الى مرة كل 3 ايام ثم تلاشت نهائيا.»

ويضيف يوسف: «اعتقد ان كلانا قرر الابتعاد بالوقت نفسه خصوصا ان الفترة جاءت مع اختبارات نهاية العام الدراسي، واعتقد ايضا انها مني تماما لم تتأثر بالابتعاد.»

علاقة سريعة

بتردد كبير، وبعياء شديد، بدأت مريم «اسم مستعار ايضا» الحديث معنا بالقول: «لم ترتق العلاقة الى حب، كانت علاقة جميلة، وكما يقولون دائما الجميل لا يبقى معك، لم يستمر الإعجاب أكثر من ستة فقط بعدها انتهى كل شىء وبقيت الذكريات فقط.»

وتضيف مريم: «رغم رفضي الشديد لكل سلوكيات المعاكسة التي يمارسها الشباب في المجمعات التجارية، الا ان ملامح وجه ذلك الشاب وهم يقترب مني بدأت مختلفة عن

لذا خشيت ان يعلل اهلهما هذا الرفض بعلاقة ما تجمعني بها اذا ما تقدمت لخطبتهما.»

يتابع احمد: «في البداية لم اتم لمدة 3 ايام، وبعدها قلت جرعات تفكيرى بها تدريجيا، لقد تأثرت برحيلها كثيرا لدرجة انني سحبت تسجيلي من فصل دراسي كامل بعد ان تركتني مباشرة، وأما الآن فانا تغلبت على هذا الامر واتمنى لها كل الخير.»

واضاف ما ساعدني ايضا في التفكير بزوجة المستقبل هو عدم القيام بعمل اي مقارنات بين الحب القديم والحب الجديد والتركيب على ذكر مزايى الحبيب الحالي وعيوب القديم.

على مضمض بيضاء احمد (وهو بالمناسبة اسم مستعار له بعد ان ابدى رفضا قاطعا في نشر اسمه الحقيقي) الحديث بالقول: «لا زلت اعاني بين الحين والآخر من الآثار المترتبة على إنهاء علاقة حب جميلة استمرت 3 سنوات مع زميلتي في الجامعة.»

ويضيف احمد بعد ان اعتدل في جلسته وتشجع قليلا: «كان حبا ناضجا، اعجبني فيها رجاحة العقل وحسن التصرف والأخلاق، ويبدو لي انها اعجبت كذلك ببعض الصفات بي، كنا نتحدث عن مختلف الشؤون في العالم سواء السياسية او الرياضية او الاقتصادية، كانت حتى وقت قريب جدا جزءا اساسيا من حياتي لأبد وان التقى بها او احدها بشكل يومي.»

الصر والتوثيق

كان واضحا مدى تاثر احمد بعلاقته هذه عندما بدأت نبرة صوته تصبح اكثر حزنا وهو يجيب عن اسباب تركها: «منذ اليوم الاول لعلاقتنا وضعت هدفا نصب عيني وهو ان اتقدم اليها وأخطبها، كنت كلما فاتحتها بهذا الموضوع تطالبني بالصبر والتريث، الى ان اعلنت لي قبل ستة وبشكل مفاجئ، خطبتيها من ابن عمها، مبررة رفضها الدائم بتقديمها لها بانها كانت ترفض باستمرار ابن عمها

مرت بحياتي كسرب حمام لطيف، هذا ما اذكره منها لولا مطالب والدها اللامتناهية لكأنت زوجتي الآن، سهرت الليالي وأنا افكر كيف سأنساها، كانت اجمل ملاك سكن حياتي ولكن تبعات هذه العلاقة هي الاسوأ بحياتي لذا قمت بالتخلص من الرسائل التي تذكرني بالماضي ورميت الرسائل والصور والهدايا التي تذكرني بها، وهذا حررتني منها الى الابد.»

واضاف ما ساعدني ايضا في التفكير بزوجة المستقبل هو عدم القيام بعمل اي مقارنات بين الحب القديم والحب الجديد والتركيب على ذكر مزايى الحبيب الحالي وعيوب القديم.

على مضمض بيضاء احمد (وهو بالمناسبة اسم مستعار له بعد ان ابدى رفضا قاطعا في نشر اسمه الحقيقي) الحديث بالقول: «لا زلت اعاني بين الحين والآخر من الآثار المترتبة على إنهاء علاقة حب جميلة استمرت 3 سنوات مع زميلتي في الجامعة.»

ويضيف احمد بعد ان اعتدل في جلسته وتشجع قليلا: «كان حبا ناضجا، اعجبني فيها رجاحة العقل وحسن التصرف والأخلاق، ويبدو لي انها اعجبت كذلك ببعض الصفات بي، كنا نتحدث عن مختلف الشؤون في العالم سواء السياسية او الرياضية او الاقتصادية، كانت حتى وقت قريب جدا جزءا اساسيا من حياتي لأبد وان التقى بها او احدها بشكل يومي.»

واضاف ما ساعدني ايضا في التفكير بزوجة المستقبل هو عدم القيام بعمل اي مقارنات بين الحب القديم والحب الجديد والتركيب على ذكر مزايى الحبيب الحالي وعيوب القديم.

علاقة سريعة

بتردد كبير، وبعياء شديد، بدأت مريم «اسم مستعار ايضا» الحديث معنا بالقول: «لم ترتق العلاقة الى حب، كانت علاقة جميلة، وكما يقولون دائما الجميل لا يبقى معك، لم يستمر الإعجاب أكثر من ستة فقط بعدها انتهى كل شىء وبقيت الذكريات فقط.»

وتضيف مريم: «رغم رفضي الشديد لكل سلوكيات المعاكسة التي يمارسها الشباب في المجمعات التجارية، الا ان ملامح وجه ذلك الشاب وهم يقترب مني بدأت مختلفة عن

بدور: أجنبي وأراد أن يملكني

هيثم: لولا مطالب والدها اللامتناهية لكأنت زوجتي الآن

احمد: ما زلت اعاني بين الحين والآخر من الآثار المترتبة على إنهاء علاقة حب جميلة استمرت 3 سنوات

يوسف: التجربة الوحيدة لي مع الحب كانت مع ابنة الجيران

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

علي: قررت الانتقال إلى قسم آخر كي ابتعد عن مواجهتها

رمضان والعيد

Ramadan & Eid Exhibition

2012/8/16 - 5

أرض المعارض الدولية - مشرف

أوقات الزيارة: 12:00 ظهرا إلى 3:00 عصرا
8:30 مساءً إلى 12:00 ليلاً
يوم الجمعة: 8:30 مساءً إلى 12:30 ليلاً

صالة 4

معرض الكويت الدولي Ufi
Kuwait International Fair (K.I.F.)
The First & Largest in Kuwait
الأرض والمعرض في الكويت

تلفون: +965 25387100
فاكس: +965 25398123
هاتف: +965 25393872
موقع: www.kif.net
البريد الإلكتروني: info@kif.net
www.twitter.com/kifq8
Kuwait International Fair