



(الغيرة المفرطة)

المسألة: تسألني زوجتي أسئلةً تحقيقيةً في كل خروج ودخول (أين، متى، كيف، لماذا، مع من...)، وتتصل بي إلى العمل في اليوم الواحد مرات كثيرة، ومراراً ما رأيتها تفتش جوالي ودرج مكتبي وحقيبي الخاصة، وعندما رجعنا آخر مرة من السوق لم تدعني أنا، وهي تعاتبني وتساألني وتحقق معي حول الفتاة التي كلمتني في الطريق، وسألتني عن حالة والدي الصحية، أخبرتها أنها ممرضة المشفى التي دخلتها أُمِّي قبل شهر... ولم تصدقني وألقت عليّ الاتهامات المخزية، ومضت الليلة بشرّ، ثم عادت بعد أيام معتذرة.

لم أعد أطيق الصبر... فماذا أفعل، أرشدوني؟!

الدليل الإرشادي: في الدليل أربع فقرات:

أولاً: الغيرة المرضية والغيرة المرضية: الغيرة أمرٌ محمودٌ يدلُّ على حبِّ الزوجة زوجها وتعلقها به، لكنّه إن اقترنَ بضعف ثقة الزوجة بنفسها وسعيها لامتلاك زوجها، صارت غيرةً مرضيةً مدمومة، والغيرة ظاهرةٌ صحيّةٌ تدفعُ إلى التنافس، وتخدم البقاء، لكنها تتحوّل إلى ظاهرةٍ مرضيّةٍ عندما يفكر الذي يغارُ بقتل الذي يغارُ عليه إن رآه يتحدثُ إلى غيره، أو يختلطُ بغيره أو ينشغلُ عنه.

ثانياً: لماذا كثرت الغيرة على الأزواج في هذه الأيام؟: تكثرت الغيرة المفرطة، بسبب إطلاقِ البصرِ إلى المحرمات، وبسبب التبرج وعرضِ المفاتن في الطرقات، واستخدامِ مفاتنِ الرجلِ أو المرأة في الدعايات للسلع، وبسبب الاختلاطِ غير المنضبط، الحقيقي والالكتروني، وبسبب المواقع الماجنة، والقنوات الهابطة، والإذاعات اللاهية.

وإذا كانت هذه هي الأسبابُ، فعلاجها بأضدادها، فمِمّا يساعدُ على تخفيفِ حالاتِ الغيرة وعوارضها التزامنا جميعاً بالشرع في غضِّ البصر، وتركِ التبرُّج، وهجرِ الاختلاطِ، وتيسيرِ الزواج، وملءِ وقتِ الفراغ بالنافعات، وثقة المرء بنفسه وبالأخرين.

ثالثاً: خمس نصائح للتعامل مع الزوجة المفرطة في الغيرة:

1- الغيرة عند زوجتك دليلٌ محبةٍ وتعلُّقٍ كبيرين، فاستثمرْهما وقدِّرْهما، والتزمِ الحلمَ والحكمةَ والرفقَ أسلوباً في تعاملِك مع غيرتها.

2- احرصْ على تجنُّبِ إثارةِ غيرةِ زوجتك، وجنِّبْ نفسك مواطنَ الشبهات؛ كالحديث عن زميلاتِ العمل.

3- أخبرْ زوجتك ببعضِ أمورِك الخاصة ومشاريعك، إشعاراً منك لها بأنك واثقٌ بها، مُطمئنٌّ إليها.

4- اثنِ على زوجتك، وامتدح فيها إيجابياتها، وأخبرها أنك فخورٌ بها، سعيدٌ معها، وأنها أفضلُ النساء في عينك.

5- الجأ إلى الله تعالى في حلِّ مشكلةِ غيرةِ زوجتك الزائدة، فهو أسلوبٌ نبويٌّ.

رابعاً: خمس كلمات للزوجة المفرطة في الغيرة:

1- اقبلي نفسك وثقي بنفسك، وأيقني أنَّ زوجكِ اختاركِ من بين العشرات والمئات والألوف؛ لأنَّكِ الأنسبُ له والأحسن.

2- ليس من حقِّ أيِّ إنسانٍ أن يمتلك إنساناً آخر، فنحن نقبل الغيرة النابعة من الحب لا النابعة من حب التسلط والتملك.

3- اجعلي سلوكيات غيرتك منضبطة بالشرع، وليكن الشرع هو الحاكم عليها، فلا تتجسّسي ولا تتكلمي في أعراض الناس.

4- استمعي إلى زوجك، إذا قال لك: إِنَّ مَخَافَكَ غَيْرُ صَحِيحَةٍ، وبَصَرِيهِ بَرُوِيَّةٌ بسلوكياته التي تزيد غيرتك وتؤلمك.

5- لا تدعي زوجك يشعر بالنقص العاطفي؛ لأنَّ النقص يؤدي إلى الضعف، ثم إلى الموت.

والحمد لله رب العالمين