

أنا وأنت على الطريق الزواج غير الناجح يدمر الصحة

هل تعلمين يا سيدتي بأن الزواج غير الناجح يدمر الصحة ؟

تعالى معي نستمتع إلى ما جاء في هذه الدراسة التي نشرتها إحدى الصحف العربية تقول:

رغم أن الأبحاث توضح أن المتزوجين عادة ما يتمتعون بصحة أفضل من العازبين، إلا أن أحدث دراسة نشرت في دورية الصحة والسلوك الاجتماعي الأمريكية، تقول بأن التوتر الناتج عن الزواج غير الناجح قد يسبب تأثيرا مدمرا على الصحة وخاصة عند كبار السن. أعلنت ذلك "ديبرا أمبرسون" التي قادت فريق البحث، مشيرة إلى أن هذه هي أول دراسة تعالج مسألة اختلاف الآثار الصحية للمشاكل الزوجية حسب العمر وفقا لما أورده موقع المجلة "لها" الإلكتروني. واكتشفت الدراسة أن الرجال والنساء الذين يشعرون بتوتر أكبر في حياتهم الزوجية يزيد ارتفاع معدل الإصابة بمرض القلب لديهم. مما يدق ناقوس الخطر للأزواج والزوجات الذين يعانون من مشكلات زوجية. وعلى الجانب الآخر أشارت الدراسة أن الأشخاص الذين يعيشون حياة زوجية سعيدة يتمتعون نسبيا بصحة جيدة ويكونون غير معرضين لكثير من الأمراض التي تنتاب أصحاب المشاكل.

حقا يا سيدتي، إن ما جاء في هذا التقرير لهو صحيح . فإن الأمراض العضوية تزداد بازدياد مشاكل الإنسان بشكل عام فكم بالحري إذا كانت هذه المشاكل هي بين الزوجين اللذين من المفروض أن يكونا على انسجام وتفاهم في حياتهما الزوجية معا؟ بالتأكيد فإن مشاكل الزوجين لا بد أن تؤثر على صحتها ليست الجسدية فحسب بل النفسية أيضا. فأنا شخصا أعرف صديقة لي تزوجت من رجل متعلم ومتقف. لكنهما لم يتفقا، وفي كل يوم كان هناك خلاف ما بينهما. إلى أن أضحت الحياة الزوجية جحيما لا يطاق. وعلى أثر هذه المشاكل عانت الفتاة الكثير من مشاكل في الجسد كثيرة . وتعرضت في كل يوم من حياتها مع زوجها إلى ألم في الرأس يسمى وجع الشقيقة. وتدهورت صحتها ليست الجسدية فحسب بل النفسية أيضا.

لهذا يقول خبر قرأته مؤخرا إن الهدوء هو أهم أسباب السعادة.. فلقد توصل مركز أبحاث بيو الأمريكي إلى أن الأفراد يسعون بطرق شتى لجلب السعادة إلى نفوسهم ويعتبر الهدوء وأخذ الأمور ببساطة من العوامل التي تبعث في النفس الهدوء والطمأنينة . وهذا ما أكده المركز من خلال بحث أجراه على عدد من الأفراد ذوي الأعمار المختلفة. ومن الأمور التي تجلب السعادة هو محاولة الخروج من الضغوط المختلفة التي يواجهها الأفراد. ومنها تناول الطعام مع أصدقائك المقربين أو ممارسة الرياضة أو الخروج لمشاهدة الأفلام بصورة تدريجية. وتضيف الدراسة: على الرغم من أنه من الصعوبة بمكان أن يجد الفرد الوقت الكافي

للتوقف واستنشاق رائحة الزهور بدلا من رائحة القهوة كل يوم إلا أنه يجب العمل على اقتناص الفرص لتناول العشاء مع بعض الأصدقاء أو الخروج في رحلة مع أشخاص متعددين للشعور بالاجتماعية وعدم العزلة.

إن الهدوء والتروي وأخذ الأمور ببساطة هي أمور مهمة لكل العلاقات وليست فقط للعلاقات الزوجية يا سيدتي أليس كذلك؟ فلكي يعيش الإنسان بصحة جيدة جسديا ونفسيا عليه أن يحافظ على السلام والهدوء في كل علاقاته، فكيف بالأحرى العلاقة الزوجية الحميمة؟ بالطبع، إن الهدوء والتروي والسلام وأخذ الأمور ببساطة والابتعاد عن الغضب وكل ما يثير والضغوطات الحياتية هو الطريق السليم لتلافي الأمراض. لكن كيف يستطيع الزوج والزوجة العيش بسلام وطمأنينة في بيتهما الزوجي وبشكل مستمر وليس مؤقتا؟

إن اختبار سلام الله يا صديقتي في حياتك هو نقطة البداية لكل سلام آخر تعيشينه سواء في علاقاتك أو في زواجك. والسؤال هو كيف يختبر الإنسان منا سلام الله في قلبه؟ وهل من الممكن الحصول على سلام الله الذي يفوق كل عقل وتصور بشر؟ قال الفادي والمخلص يسوع المسيح مرة لتلاميذه أي حواريه هذه الكلمات المعبرة: سلاما أترك لكم سلامي أعطيكم. ليس كما يعطي العالم أعطيكم أنا. لا تضطرب قلوبكم ولا ترهب. نعم يا صديقتي، إن السلام الذي يقدمه يسوع المسيح والمعروف عند البعض ب عيسى بن مريم هو سلام عجيب . لأنه سلامه هو . أي سلام المسيح نفسه . وهذا لا يجده الإنسان منا في هذا العالم الذي نعيش فيه. لأن كل ما في هذا العالم هو اضطراب وغضب وخوف وحسد وخصام. أما سلام المسيح فهو الذي يمنحه لكل من يريد ويسأل. سلام ليس له مثل . لأن سلامه يا صديقتي هو أولا بين الله وكل إنسان يقبل إليه. لهذا أتى المخلص لكي يعيد العلاقة المنقطعة بسبب خطايانا بين الإنسان والله القدوس. وإذا آمن الإنسان بالمخلص يسوع المسيح وبما عمله من أجله على الصليب يحصل عندئذ على السلام بينه وبين الله وأيضا السلام الحقيقي في نفسه وداخله، ومن ثم السلام بينه وبين الإنسان الآخر.

هذا هو بيت القصيد يا سيدتي. أن يكون لدى الإنسان سلام الله في داخله عندها يستطيع أن يبني علاقة صحية وصحيحة بينه وبين زوجته وبينه وبين الآخرين. فهل تودين أن يسود السلام بينك العائلي؟ وأنت صديقتي الزوج هل تود أن يسود السلام بينك وعائلتك؟ لماذا لا تأتي بالإيمان إلى يسوع المسيح وتطلب منه هذا السلام العجيب الذي حدثت تلاميذه عنه. وهكذا تعيش بونام وانسجام بينك وبين زوجتك وإذا حدث وواجهتكم المشاكل ، تقدران عندها أن تصليا لله لكي يمنحكما نعمة فتواجهان المشكلة بكل هدوء وسلام.
