العدد(1381) السنة السادسة -السبت (29) تشرين الثاني 2008 ◆ http://www.almadapaper.com - E-mail: almada@almadapaper.com

مساعدة الزوجة في شؤون المنزل يضمنها الحب وتلغيها الانانية

يسعد المرأة مساعدة زوجها لها في شؤون المنزل ومسؤولياته الكثيرة كالتسوق وتدريس الاطفال وتنظيف الحديقة وماالى ذلك ، لكن بعض النساء يطالبن الرجال بأكثر من ذلك وبعض الرجال يبادرون اصلا بتقديم مساعدات اضافية لاتنطوي ضمن لائحة مسؤوليات الرجال المعروفة فهل تتوازن هذه المعادلة في المجتمع الشرقي والعراقي خصوصا ؟..يمكن الجزم باستحالة ذلك فالرجل الشرقي يفضل ان يأمر لا أن ينفذ والمرأة الشرقية ترتضي خدمة الرجل مقابل ان تتخلص من متاعب لاقبل لها بها ، فهل نعثر هنا على حالات مثالية تعطي بعض الامل للمرأة المتعبة في الحصول على زوج متعاون ؟..

هل تساعد زوجتك في المنزل ؟ سؤال طرحناه على اصحاب مهن مختلفة وتراوحت الاجابات بين الرد المجامل والواضح الصريح ..بعضهم اكد ان العمل في المنزل هو مسؤولية حواء وحدها والا فلماذا تزوج ؟..وبعضهم قال ان امه لم تطلب مساعدة من ابيه فلماذا تطلبها منه زوجته ؟ وبعض ثالث ادعى انه منشغل حتى اذنيه في تامين متطلبات الحياة الصعبة وبعض آخر تواضع وقال انه يساعدها في مايمكن ان يقدمه فقط ..

المحامي احمد الصميدعي يقول ان عمله في المحاماة يشغل وقته طوال اليوم يضاف الى ذلك قيامه بمهمة تأمين متطلبات واحتياجات المنزل التي توصيه بها زوجته الموظفة هي الاخرى لذا فلا يملك الوقت لمساعدتها ..ويتضايق الصميدعي من هي عكرت خلوته او قاطعته وهو يعد مذكرة او دراسة ما وبرغم شعوره بتعبها والعبء الكبير الملقى على عاتقها الا انه لايجد الوقت لمساعدتها بأي شيء آخر ..

وللطبيب يحيى الحديثي قصة اخرى فزوجته تعمل في الصيدلة ويخرج الزوجان يوميا في وقت مبكر لممارسة عملهما ويستمر ذلك طوال اليوم فبعد الدوام الرسمي يتوجه الطبيب الى عيادته وزوجته الى الصيدلية ويلتقيان في المساء لعدة ساعات كما يلتقيان في نهاية الاسبوع ايضا ، ويصعب على الزوج المساعدة في هذه الحالة وتعاني زوجته ايضا ضيق الوقت ممادعاهما الى احضار مربية تقوم بتنظيم المنزل وتدريس الأطفال ويعلل الزوجان ذلك بان الحياة صعبة ولابد من العمل طوال اليوم لتذليل صعوباتها..

اما صاحب محل الكماليات اياد عبد العزيز فيقول ان زوجته موظفة وتتعب كثيرا في عملها ونتيجة لشعوره بانها تعمل فوق طاقتها في ادارة البيت ورعاية الاولاد لذا يحاول مساعدتها قدر الامكان فهو يساعدها مثلا في اعداد المائدة وعمل السلطة ونقل الاطباق اضافة الى التسوق والمساعدة في تدريس الاطفال مساءا ..بينما يعترض المدرس عدي كاظم على مساعدة الزوج للزوجة في شؤون المنزل والسبب في رأيه هو انه الرجل وهي المرأة ولابد ان يظل الآمر الناهي في منزله ولايسمح للزوجة ان تستغله في مساعدتها او تناقشه اصلا في قراراته ..ويقول كاظم انه معجب جدا بوالدته وبطريقة تعاملها مع والده فقد كانت تدور حول السرير الذي ينام عليه وتقرأ الآيات القرآنية حتى يغفو ويبلغها رضاه عنها كما كانت تجنبه اي جهد في المنزل وهو يترحم على زمان مضى فالنساء تتغير وتجاري عادات هذا الزمان وهو شيء لايرتضيه ابدا !!

ويؤيد الموظف عمار ياسر الساعدي الرأي السابق فهو يستنكر مساعدة الرجل للمراة في اعمال المنزل لأنها خلقت لذلك كما يقول فهذا قد يخدش رجولته ويدفع الزوجة الى التمادي اكثر في طلباتها ..

بينما ينتقد تاجر القماش حميد جاسم عصبية زوجته وشكواها المستمرة من تراكم العمل المنزلي عليها خاصة وانها موظفة مادعاه الى تهديدها بالزواج من اخرى او اجبارها على ترك الوظيفة بدلا من مد يد العون لمساعدتها فهو يعتبر كل ماتفعله في المنزل من صلب مسؤولياتها الزوجية حتى انه يتخلى احيانا عن واجبه في ايصال طفله الاصغر الى الحضانة ويتركها لتوصله قبل ذهابها الى العمل وبعد كل هذا فهو يستغرب عصبيتها وينتقدها عليها !!

وتبقى الحالات المثالية التي تقوم على التفاهم مطلوبة مع المتغيرات التي تفرضها متطلبات الحياة الصعبة ونزول المرأة الى ميادين العمل المختلفة لمشاركة الرجل والتخفيف عنه ..

فبعض الرجال متعاونون ومنهم الصائغ ابو خلدون الذي يقول انه يحب زوجته جدا وهي تحبه وهما متفاهمان جدا فهي تقوم بتنظيف المنزل وترتيبه وغسل الاواني والملابس والطبخ نهارا ، اما عندما يعود زوجها من عمله فهو يساعدها مساءا في اعداد العشاء وتحضير الاطباق والشاي لأنه يراها منهكة بينما يجلس طوال اليوم في محله دون جهد كبير ..

ويرى ابو خلدون ان الحب والتفاهم بين الزوجين كفيل بحل هذه المشكلة وبالتالي يعكس الزوجان صورة مثالية لأولادهما ..اما تلك الآراء التي يقترب بعضها من فكرة هيمنة الرجل على مقدرات المرأة والتي يغلب عليها النزعة الانانية فهي تعبر تمام التعبير عن عقلية ماتزال بعيدة كل البعد عن روح العصر والبناء الزوجي القائم على الحب والتفاهم ..

بيني وبينكم

قبل فوات الاوان

عدوية الهلالي

«لماذا أموت ؟ مازلت صغيرة وابني الصغير ، لمن أتركه ؟» ..تدافعت الكلمات من بين شفتيها مضمخة بدموعها الساخنة بعد ان اكد لها الطبيب انتشار مرض السرطان في جسدها اذ لم يفلح اجراؤها عملية لرفع الورم ثم عملية اخرى لأستئصال ثديها في القضاء على تفشي المرض الخبيث في جسدها الفظ ...أثارت تلك الشابة ألم وشفقة كل الموجودين في العيادة خاصة حين فكرت في طفلها قبل ان تفكر في اي شيء آخر ..

«الله كريم « تكررت تلك العبارة على مسامع الشابة من كل الموجودين حتى شعرت بأنها تتضخم في اذنيها لتملأ اجواء العيادة ففرت هاربة منها لتجد زوجها واقفا في الخارج وقد اكتسى وجهه بحزن لايوصف..اختطفت ابنها من بين ذراعي زوجها لتحتضنه بكل مااوتيت من قوة وتبكي لدرجة افزعته منها ..كانت تردد بذهول عبارة:» لماذا ، مازلت صغيرة ، لمن اترك ابني ؟»...وفي النهاية ، استسلمت لألحاح زوجها بالتوجه نحو السيارة وغادرت المكان بينما بقيت اصداء قصتها الحزينة وملامح وجهها الجميل الذي يغلفه شحوب المرض شاخصة امام النساء الوافدات الى العيادة للكشف عن اورام في صدورهن وامام ذويهن الذين افزعتهم نتائج المرض ..

لم تكن الحالات متشابهة بالتأكيد فهناك من تحمل ورما خبيثا ومن تحمل ورما حميدا وهناك من سارعت للكشف عنه منذ شعرت بتغيرات في صدرها بناءا على توصيات ونصائح النشرات الطبية والمنظمات الصحية المعنية بشؤون المرأة وهناك من تخلت عن ذلك واستمعت الى نصائح قريباتها وصديقاتها على اعتبار ان ماتشعر به هو مجرد غدة بسيطة ستزول بمرور الايام ، وفي النهاية ، تكتشف بين يوم وليلة انها تتضخم وتكبر وعندها لن تنفع العمليات ولا العلاج في طرد المرض الخبيث خارج الجسم ..قبل دخولهن الى حجرة الطبيب ومعرفتهن تطورات اورامهن ومدى خطورتها ، قررت النساء الموجودات في العيادة تقديم النصح لكل السيدات في كل مكان يوجدن فيه حول الكشف المبكرعن الاورام في الثدي لكي لاتتكرر قصة الشابة المفجوعة بانتظار موتها الوشيك ولا اية قصة حزينة اخرى..

قررت النساء الموجودات في العيادة تقديم النصح لكل السيدات في كل مكان يوجدن فيه حول الكشف المبكرعن الاورام في الثدي لكي لاتتكرر قصة الشابة المفجوعة بانتظار موتها الوشيك ولا اية قصة حزينة اخرى..

كوني اجمل

اقنعة ..لبشرة خالية من البثور

عجينة الخيار والشوفان:

المكونات :

١. ملعقة كبيرة من عصير الخيار.

١. ملعقة كبيرة من الشوفان.

التحضير والاستعمال :

يخلط العصير بالشوفان جيداً لصنع عجينة.

تُفرد العجينة على البشرة لمدة ١٥ دقيقة ، ثم تُمسح بالماء البارد.

«الحبة السوداء «

تؤخذ حبة سوداء وتطحن وتعجن في زيت سمسم مع ملعقة طحين ويدهن الوجه بذلك الخليط في المساء ويترك على الوجه في فترة النوم وعند الصباح يغسل بالماء الدافئ (الفاتر) والصابون مع تكرار العمليه لمدة اسبوع ..

فائدة الوصفه:

للقضاء على حب الشباب

واذا اردت زيادة صفاء الوجه .. سوف تقومين بعجن الحبة السوداء مع زيت زيتون والتعرض لاشعة الشمس غير القوية ..

ومن ثم غسل الوجه بالماء والصابون ...

شؤون تربوية

الأطفال والسرقة

عندما يسرق طفل أو بالغ فان ذلك يصيب الوالدين بالقلق. وينصب قلقهم على السبب الذي جعل ابنهم يسرق ويتساءلون هل ابنهم أو ابنتهم «إنسان غير سوي».

ومن الطبيعي لأي طفل صغير أن يأخذ الشيء الذي يشد انتباهه... وينبغي ألا يؤخذ هذا السلوك على أنه سرقة حتى يكبر الطفل الصغير، ويصل ما بين الثالثة حتى الخامسة من عمره حتى يفهموا أن أخذ شيء ما مملوك للغير أمر خطأ. وينبغي على الوالدين أن يعلموا أطفالهم حقوق الملكية لأنفسهم وللآخرين . والأباء في هذه الحالة يجب أن يكونوا قدوة أمام ابنائهم... فإذا أتيت إلى البيت بأدوات مكتبية أو أقلام المكتب أو أى شيء يخص العمل أو استفدت من خطأ الآلة الحاسبة في السوق، فدروسك في الأمانة لأطفالك ستكون من الصعب عليهم أن يدركوها.

ولذلك فإن السرقة عند الأطفال لها دوافع كثيرة ومختلفة ويجب لذلك أن نفهم الدوافع فى كل حالة وان نفهم الغاية التى تحققها السرقة فى حياة كل طفل حتى نستطيع أن نجد الحل لتلك المشكلة.

ولعلاج السرقة عند الأطفال ينبغى عمل الآتى:

يجب أولا أن نوفر الضروريات اللازمة للطفل من مأكل وملبس مناسب لسنه.

كذلك مساعدة الطفل على الشعور بالاندماج فى جماعات سوية بعيدة عن الانحراف في المدرسة والنادي وفي المنزل والمجتمع بوجه عام

أن يعيش الأبناء فى وسط عائلى يتمتع بالدفء العاطفي بين الآباء والأبناء

يجب أن نحترم ملكية الطفل و نعوده على احترام ملكية الآخرين وأن ندربه على ذلك منذ الصغر مع مداومة التوجيه والإشراف.

كذلك يجب عدم الإلحاح على الطفل للاعتراف بأنه سرق لأن ذلك يدفعه إلى الكذب فيتمادى فى سلوك السرقة والكذب.

ضرورة توفر القدوة الحسنة فى سلوك الكبار واتجاهاتهم الموجهة نحو الأمانة .

توضيح مساوئ السرقة ، وأضرارها على الفرد والمجتمع ، فهى جرم دينى وذنب اجتماعى ، وتبصير الطفل بقواعد الأخلاق والتقاليد الاجتماعية .

تعويد الطفل على عدم الغش فى الامتحانات والعمل

اطباق العافية

دجاج بصلصة الليمون

المقادير:

دجاجة واحدة بلا عظم او جلد

مقطعة مكعبات

علبة بزاليا

علبة مثروم

حبتان بطاطس مقطعة مكعبات

صلصة التتبيل:

٤ ملاعق طحين

ملعقة صغيرة ملح و قليل من السكر

٢ ملعقة كبيرة عصير ليمون

نص كوب ماء

تخلط جميع هذه المقادير

صلصة الصينية:

ملعقة كبيرة عصير ليمون

ملعقتان صغيرتان سكر

ملعقة كبيرة ملح

ملعقة كبيرة نشا

كوبان ماء

تخلط جميع هذه المقادير

الطريقة:

ينقع الدجاج لمدة ٢٠ دقيقة في صلصة التتبيل

ثم يرفع و يقلى في زيت عميق وثم تقلى مكعبات البطاطا ويوضع في صينية الفرن مع الدجاج و البزاليا و المشروم وصلصة الصينية و تدخل الفرن لمدة نص ساعة..

وبالعافية

بريد الهموم

مظاهر رجولية

اعيش حياة كئيبة فانا فتاة منطوية على نفسي ولااقدر ان اعيش حياتي العادية كباقي البنات ،ولااقدر ان اواجه الناس لخوفي الشديد من ملاحظة الشعر الكثيف في وجهي ..بهذه الكلمات ابتدأت هدى حديثها حين التقينا مصادفة في عيادة احد الاطباء ودار بيننا حديث عن مرضها الجلدي.

تقول: عمري ٢٧ عاما ، اكملت دراستي الثانوية وبدأت استعد لدخول الجامعة لولا انني اصبت بمرض كان من مضاعفاته ظهور الشعر الكثيف في وجهي وعندما استشرت طبيبا جلديا اخبرني انه لايوجد علاج الا في المركز التخصصي والعلاج يكلف غاليا فماذا افعل وحالتي المادية متواضعة جدا واهلي لايعبؤون بما اعانيه ويقولون لي ان الزمن كفيل بازالته فهل ينتظرني الزمن؟

الاختصاصي النفسي كامل الشمري من كلية الآداب ينصح صاحبة المشكلة بقوله ان وجه الانسان هو مرآته ، خاصة بالنسبة الى المرأة التي تسعى دائما الى الحفاظ عليه لتظهر في اجمل صورة ممكنة وذلك كجزء مهم تستمد منه بعض الثقة بالنفس ...

وليس كل الثقة بالنفس فاعتداد الانسان بنفسه وثقته بها لاتاتي فقط من جمال وجهه او من كمال جسمه فهناك عوامل كثيرة اخرى تسهم في اكساب الانسان جاذبيته وجماله وبالتالي ثقته بنفسه كدماثة اخلاقه وحسن تصرفه وثقافته وحلاوة لسانه وحسن معشره وغير ذلك من الصفات الحميدة التي تضفي على الانسان رونقا خاصا لذلك لا تجعلي الشعر الزائد في وجهك كل همك فلن يغير شيئا من قيمة الانسان وانما مايصدر من هذا الانسان هو الذي يضفي عليه قيمة ..

في امكانك ان تتخلصي من هذا الشعر الزائد في وجهك بالطرق التقليدية المتعارف عليها والتي لاتكلفك شيئا ...وحتى يوسع عليك الله من رزقه لاتيأسي من رحمة الله واهتمي ببناء ذاتك وزيدي من ثقافتك فوالله ماوجدنا اجمل من امريء يسعد الناس بصحبته لطيب نفسه وكرم اخلاقه وحلاوة لسانه لا بجمال وجهه فقط ..