



موجز حلقة

كيف أستعد للزواج، مع أنس شيخ اكریم

🕒 يُقرأ في ١١ دقائق

٢ نوفمبر ٢٠٢٤

folk

🎙 أنس شيخ اكریم

اسمع الحلقة كاملة أو اقرأ النسخة التفاعلية

mujaz.co/folk-anas-marriage



ثلاث ساعات مع أنس شيخ اكريم، داعية متخصص بالعلوم الشرعية ومستشار نفسي وأسري بخبرة نحو أربع عشرة سنة في الاستشارات، عن السؤال الذي لا يعدنا له أحد: كيف أستعد للزواج فعليًا؟ يبدأ من التشخيص: **خمس ملفات هي الأهم في حياتك والأقل استعدادًا: الدين، وفهم النفس، والأخلاق، والزواج، والمال**، ثم يمضي في خريطة استعداد بأربعة محاور: الاستعداد الشرعي (ادخل الزواج وأنت «مقتصد» على الأقل)، وتحمل المسؤولية (من فرشاة الأسنان إلى الادخار)، والإنصاف في التعامل (لغة التلميح، ووقف النقد، والمدح اليومي، والمدارة)، والتدرب على الشورى بوضوح مؤدب. وفي الطريق أرقام تهز المسلمات: **٦٠% من حالات الطلاق التي عجز عن إصلاحها كانت زواجات «عن حب»**، وصبر هذا الجيل أقل من جيل آبائه بنسبة ٥٠ إلى ٧٠%، والحاجة الثانية عند الرجال بعد الجنس هي الكلام الجميل.

الأفكار الرئيسية

١. جيلان حول سنة ١٩٧٥: متى صار الزواج «أمرًا ثانويًا»؟ ▶ 3:04

جيل ما قبل منتصف السبعينات كان أقرب إلى فهم الإنسان وحاجته فقّدم الزواج، وجيل ما بعده يستعد له كأمر ثانوي بعد الدراسة والوظيفة. والنتيجة مشهد يرويه الضيف: عريس عمره ست وعشرون سنة يقال له «عقبالك»، فيرد: «تدعيش علي». الزواج في وعي جيل كامل صار عائقًا لا نعمة.

٢. خمس ملفات نحتاجها أكثر من أي شيء، ونستعد لها أقل من أي شيء ▶ 4:08

الدين، وفهم النفس، والأخلاق والتعامل، والزواج، والمال: لا البيت ولا المدرسة ولا الجامعة تعدّ لها. نتعلم الإنجليزية عشر سنين استعدادًا لسوق العمل، أما أهم شراكة في العمر فندخلها بلا ساعة تدريب واحدة.

٣. المجتمع يضخم معاناة الزواج ويخفي معاناة العمل ▶ 18:30

التخويف من الزواج طبعي في ثقافة استهلاكية تريد خطوط إنتاج لا أسرارًا. يتمنى الضيف بودكاست كاملاً عن مصاعب سوق العمل الحقيقية، ويحكي عن موظفة وصل بها الإنهاك أن قالت له: «أقسم بالله ليتني أمة». معاناة الوظيفة تُخفي، ومعاناة الزواج وحدها تُروى وتُضخم.

٤. نظرة الإسلام: «لذة متعبة» ونسل يوحد الله ▶ 20:39

الزواج في التصور الإسلامي مسؤولية مزيّنة: تعب لتلتذ وتلتذ لتتعب، وهو في أعلى سلة ضرورات بقاء النسل، لكن ليس أي نسل: النسل الذي يقيم الحق. ولهذا تقوم الساعة على شرار الخلق: لأن الغاية من الكون تنتهي بموت آخر موحد.

٥. السكن عكس الاضطراب: البيت يصغر العداد ▶ 23:36

﴿لَتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾: السكن أن يصغر البيت مشاكل يومك لا أن يضيف عليها. والمودة عنده الحرص على إرضاء الطرف الثاني، والرحمة ألا تحمله فوق طاقته: من فتح الشباك وتشغيل المكيف تبدأ التمارين الأولى.

٦. طاعة لا شراكة: تنظيم البيت مشروع صحة نفسية ▶ 26:42

«الشراكة» مصطلح غربي قائم على الندية: الإسلام يوزع أدوارًا متكاملة، والطاعة مقيدة بثلاثة: بالوسع والطاقة، ولا طاعة في معصية، ولا في أذى. وفي المقابل الظلم محرم على الزوج: «ما من عبد يسترعيه الله رعية، يموت يوم يموت وهو غاش لرعيته، إلا حرم الله عليه الجنة» (متفق عليه، صحيح). ولماذا كل هذا التنظيم؟ لأن نحو ٩٧٠ مليون إنسان يعيشون باضطراب نفسي بحسب منظمة الصحة العالمية، والبيت هو مصنعها الأول.

٧. «الطلاق يبدأ من أهم شيء دراستك» ▶ 39:06

أول تقليد يجب كسره: تقليص وقت الدراسة المنزلية بعد المدرسة ليتسع الوقت للملفات الخمسة. من يتربى على أن الشهادة أهم شيء يعتاد النجاح الأحادي، والزواج نجاح مشترك في ستة ملفات في وقت واحد، فلا تطلب من مدمن النجاح الأحادي أن ينجح فيه فجأة.

٨. الطبيعي أن يبدأ التفكير في الزواج قبيل البلوغ، والعمر ليس المعيار ▶ 46:55

الإنسان السوي عبر التاريخ بدأ يفكر في الزواج من نحو ١١ إلى ١٤ سنة، وأجداد أغلب من يسمع تزوجوا تحت العشرين، بينما متوسط الزواج في الأردن اليوم ٢٩ للذكور و٢٨ للإناث كما ينقل الضيف عن قاضي القضاة. وعنده طلاب في السادسة عشرة أخذوا دورات الإعداد فصاروا أنضج زواجياً ممن يكبرونهم بعشر سنين، بل زوجته نفسها تكبره بإحدى عشرة سنة: العمر ليس أكبر معيار ولا أهمه.

٩. الفلتر الأول: ادخل الزواج وأنت «مقتصد»، ولا ترتبط بظالم لنفسه ▶ 53:31

القرآن قسم المؤمنين ثلاث رتب: ﴿فَإِنَّهُمْ ظَالِمٌ لِّنَفْسِهِ وَمِنْهُمْ مُّقْتَصِدٌ وَمِنْهُمْ سَابِقٌ بِالْخَيْرَاتِ﴾. المقتصد يفعل الفرائض ويترك الكبائر بالمفهوم الواسع، وهذه رتبة الدخول إلى الزواج. أما رهان «سيتغير بعد الزواج» فخاسر: من تدين لأجلك زال دينه بزوال الهدف، كالتى تحجبت لأجل خاطبها ثم خلعت الحجاب بعد اثنتي عشرة سنة في مطار.

١٠. تحمل المسؤولية يبدأ من فرشاة الأسنان ▶ 1:05:47

الملفات التي تراها تافهة من أولى الأولويات عند الطرف الآخر: النظافة الشخصية، وترتيب سريرك ومكتبك، وشراء الأغراض، والتوصيل، وشبكة علاقات مع أهل الصيانة. وحذارٍ من مرحلة «الإلف والاعتياد»: أغلب العادات التي غيّرتها لأجل الطرف الآخر تفقدها بالتدريب، فما لم يصير عادة قبل الزواج لن يثبت بعده.

١١. الملف المالي: اشتغل مبكرًا، واسكن بذكاء، وادخر ▶ 1:21:03

اشتغل بأسرع فرصة ولو تطوعًا: من يتخرج ومعه ثلاثة إلى خمسة آلاف ساعة خبرة أنضج وأسرع في كل شيء. وفي الأردن يرى أن دخل ٥٥٠ إلى ٦٠٠ دينار يكفي لبدء زواج متوسط. والجغرافيا قرار مالي: فرق الإيجار بين حيين متجاورين قد يبلغ ٢٥٠ دينارًا، والقاعدة: اسكن قريبًا من شغلك، وادخر ١٠ إلى ٢٠% للطوارئ.

١٢. الذكر يتعلم لغة التلميح، والأنثى ترفع سقف التصريح ▶ 1:29:59

«شكل هذا المطعم فاتح جديد» ليست معلومة عمرانية، بل تعني «خلينا تنغدى فيه». الرجل مطالب أن يفهم التلميح، والمرأة مطالبة أن ترفع درجة التصريح، وميدان التدريب متاح قبل الزواج: أمك وأختك وخالتك. ويضرب مثال قائمة الطعام: من يجلس في المطعم صامتًا لا يأتيه شيء، فتعلم أن تطلب.

١٣. أمسك لسانك عن النقد بنسبة ٩٠% ▶ 1:38:03

أكبر صمام أمان في الزواج: التغاضي عن ٧٠ إلى ٩٠% من الانتقادات، وإدارة المعارك القليلة الباقية في وقت هدوء وبخطوة صغيرة. ويليه ترك اللوم وفتح الماضي: دراسة للدكتور حمود القشعان وجدتهما **من أكبر خمسة أسباب للطلاق**. والميزان النبوي حاضر: «لا يفرك مؤمن مؤمنة، إن كره منها خلقًا رضي منها آخر» (رواه مسلم، صحيح).

١٤. الحاجة الثانية عند الرجال بعد الجنس: الكلام الجميل ▶ 1:44:09

دراسة أجراها مركز النفس المطمئنة على ٤٠٠ إلى ٥٠٠ أسرة فاجأت الضيف نفسه بهذه النتيجة. المدح والشكر أكبر وافي من تراكم المشاعر السلبية في العلاقات كلها، وثقافة الصحابة حوّلت المدح إلى ألقاب تلازم أصحابها: **الصدّيق والفاروق مدح صار اسمًا**.

١٥. المداراة ليست مدهانة ▶ 1:54:18

المداراة بذل شيء من دنياك أو نفسك لهدف أعظم، والمدهانة بذل دينك لأجل الدنيا. والنبى ﷺ نفسه قال عن رجل «بئس أخو العشيرة» ثم لأن له الكلام حين دخل (متفق عليه، صحيح). أما الغلو في العفوية، أن يكون ظاهرك مطابقًا لكل ما في داخلك، فقد دمر أسراً: «زبالات النفس» **تُطَيَّب ولا تُلقَى على من تحب**.

١٦. هيبة الرجل ورحمة المرأة ▶ 2:00:33

أهم حاجة نفسية عند الرجل الهيبة، وكلمتان تصنعان الأمان عند من هو فوقك في المسؤولية: «**عملت غلطة، بذك تلغي بلغي**». وفي المقابل الرجل مطالب أن يتفقد وسع زوجته لا أن يكلفها فوقه: «**فإن كلفتموهم فأعينوهم**» (متفق عليه، صحيح). وأن يحوّل كماله إلى كمالية ممكنة تمشي مع الواقع خطوة خطوة.

١٧. الشورى والوضوح المؤدب ▶ 2:05:13

انعدام الشورى هو ما يسمى اليوم غياب communication skills: شاور من ستكلفه بالتنفيذ حتى لو كان القرار لك، واحسم الأمر المتردد فيه بوضوح لطيف: «**للأسف لا بدل لا الجافة**، وجملة لطف قبل الرسالة الواضحة وبعدها.

١٨. حتى أبناء الأسر المستقرة يحتاجون الإعداد ▶ 2:17:49

غير الضيف رأيته بعد ثلاث عشرة أو أربع عشرة حالة لأزواج من بيوت مستقرة وصلوا حافة الطلاق: الاستقرار لا يورث. وتقديره من الخبرة أن **صبر هذا الجيل أقل من صبر جيل آبائه بنسبة ٥٠ إلى ٧٠%**: المشاكل هي نفسها تقريبًا، لكن القدرة على حملها انخفضت.

١٩. «بتعصب؟» سؤال فاشل: اطلب مواقف لا صفات ▶ 2:32:02

في تمارينه الجماعية لا يعترف بالعصبية والكذب إلا قلة، فإذا سأل عن مواقف الأسابيع الأخيرة ارتفعت أغلب الأيدي: الناس بلا معيار لأخلاقيها. لذلك اسأل بالتفصيل: «بصلي» قد تعني ثلاث صلوات من خمس، و«بزعل وبطول» قد تعني أربعة أيام لكل موقف. القاعدة الذهبية: **أعطني مواقف**.

٢٠. الحب من أول نظرة: إما تشابه وإما سد عقدة ▶ 2:41:44

الشعور الأول مدخل اختبائي لا يُبنى عليه: بعده تقيس بالمعايير كلها. ومن سجل استشاراته رقم يصدّم: **٦٠% من حالات الطلاق التي عجز عن إصلاحها كانت زواجات «عن حب»**. والزواج الذي يسمى «تقليديًا» ليس ضد الحب: التعارف نفسه يحدث، لكن الطريق بعده أصح.

٢١. التكافؤ لا التطابق، ولا تُهمل الشكل باسم الدين ▶ 2:46:04

قاعدة الفقهاء أن في الطرف الآخر «شغلة تسرّ شغلة»، والهدف تقليل جبهات الخلاف، ولهذا لا ينصح بفوارق طبقية كبيرة. وممرت عليه تسع حالات اكتئاب عميق سببها زواج على الدين وحده بإهمال الشكل، والنبي ﷺ أمر الخاطب: «انظر إليها، فإن في أعين الأنصار شيئاً» (رواه مسلم، صحيح). أما حديث «إذا جاءكم من ترضون دينه وخلقه» فحسنه الترمذي وينقل الضيف عن محدّثين معاصرين تضعيفه، والنبي نفسه راعى المال في نصح فاطمة بنت قيس: «أما معاوية فصعلوك لا مال له» (رواه مسلم، صحيح).

٢٢. الجلسة الأولى: أسئلة مكتوبة وخطوط حمراء ▶ 3:03:25

اكتب أسئلتك عن المعايير بالتفصيل، مع مقدمة لطيفة تكسر غرابة السؤال. وهناك خطوط تنسحب عندها فوراً: ظالم لنفسه، وناقذ لاذع دائم، وشكّاء لا يتوقف، ومصاب باضطراب نفسي لم يعالج: لا زواج من مضطرب إلا بعلاج موثق بتقرير. فالقاعدة أن الأغلب يبقى بعد الزواج كما كان قبله، والعامل يبني على القاعدة لا على الاستثناء.

خريطة الاستعداد للزواج بأربعة محاور

الاستعداد الشرعي

ادخل الزواج وأنت في «رتبة الاقتصاد» على الأقل: تفعل الفرائض وتترك الكبائر بالمفهوم الواسع، ولا ترتبط بظالم لنفسه.

تحمل المسؤولية

نظافتك الشخصية، وترتيب أغراضك، ومهمة منزلية ثابتة، وشراء الأغراض والتوصيل والصيانة، وملفك المالي: شغل مبكر وادخار.

الإنصاف والتعامل

افهم لغة التلميح، وأمسك لسانك عن النقد واللوم، وامدح واشكر وواس ودار، واحفظ للرجل هيئته وللمرأة رحمته.

التدرب على الشورى

شاوّر من سينفذ القرار حتى لو كان القرار لك، واحسم المتردد فيه بوضوح مؤدب: جملة لطف قبل الرسالة الواضحة وبعدها.

خطوات تطبقها

✓ قس نفسك على رتبة الاقتصاد: تصفح عناوين «مختصر شعب الإيمان» للبيهقي و«الكبائر» للذهبي وحدد موقعك منها

✓ حول مهمة منزلية ثابتة إلى مسؤوليتك وحدك في بيت أهلك، وداوم عليها حتى تصبح عادة

✓ اشتغل بأسرع فرصة ممكنة ولو تطوعاً بلا أجر: راكم ساعات الخبرة قبل التخرج

✓ ادخر ١٠ إلى ٢٠% من دخلك للطوارئ واعتبرها غير موجودة

✓ أمسك لسانك عن النقد بنسبة ٧٠ إلى ٩٠%، ودر ما تبقى بحكمة في وقت هدوء

✓ امدح شخصًا في بيتك كل يوم بفعل يعمله أو صفة فيه، حتى تصير عادة لا تتكلفها

✓ تدرب على الوضوح المؤدب بجملة واحدة يوميًا لشهر أو شهرين: «للأسف لا» بدل «لا» الجافة

✓ قبل الجلسة الأولى اكتب أسئلتك بالتفصيل مع مقدمة لطيفة، واطلب مواقف محددة من آخر شهرين بدل الصفات العامة

اقتباسات تستحق الحفظ

«الزواج كله قائم على عضلة الصبر وعضلة الرحمة.»

— أنس شيخ اكريم

«الرحمة هي عدم تحميل الطرف الثاني فوق طاقته. الزواج موسم تخفيضات مستمر، ضمن حدود.»

— أنس شيخ اكريم

«سلطة منظمة مع أخطاء خير من فوضى عارمة.»

— أنس شيخ اكريم

«أنا من أنصار الزواج المبكر بشرط الاستعداد. بغير الاستعداد، لست من أنصار الزواج المبكر.»

— أنس شيخ اكريم

«سكر لسانك بنسبة تسعين بالمئة عن الانتقادات. ما شاع النقد في بيت إلا انهدم.»

— أنس شيخ اكريم

«إذا أنت تحب الكابتشينو وهي تحب الكابتشينو، هذا لا يعني أنكم خلقتوا لبعض. هذا يعني أن الكابتشينو زاكي، لا أكثر

ولا أقل.»

— أنس شيخ اكريم

«فقر مع بعض أحسن كثير من غنى عن بعد.»

— أنس شيخ اكريم

«الزواج مش مقر للدعوة والتبليغ. أنت بدك حدا يعينك ويساعدك وتكونوا قريبين من بعض، مش بدك حدا تضل قاعد فيه.»

— أنس شيخ اكريم

مذكور في الحلقة

آية المودة والرحمة ﴿لَتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾ · سورة الروم ٢١ · ٣٦:٣٣

حديث «ما من عبد يسترعيه الله رعية، يموت يوم يموت وهو غاش لرعيته، إلا حرم الله عليه الجنة» · متفق عليه، صحيح · ٤٦:٣٣

آية الرتب الثلاث ﴿فَنَهُمُ ظَالِمٌ لِّنَفْسِهِ وَمِنْهُمْ مُقْتَصِدٌ وَمِنْهُمْ سَابِقٌ بِالْخَيْرِ﴾ · سورة فاطر ٣٢ · ٣١:٥٣

«مختصر شعب الإيمان» للإمام البيهقي بتحقيق الأرؤوط · مقياس سريع لرتبتك · ٢٨:٥٥

«الكبائر» للإمام الذهبي · كتاب · ٢٤:٥٦

حديث «لا يفرك مؤمن مؤمنة، إن كره منها خلقاً رضي منها آخر» · رواه مسلم، صحيح · ٥٤:٣٧

دراسة د. حمود القشعان عن أسباب الطلاق · فتح الماضي والتلاوم من أكبر خمسة أسباب · ٥٥:٣٨

حديث «بنس أخو العشيرة» · متفق عليه، صحيح · ٥٥:١٠

موسوعة الأخلاق في الدرر السننية · موقع مجاني · ٢٠:٣٢

حديث «انظر إليها، فإن في أعين الأنصار شيئاً» · رواه مسلم، صحيح · ١٠:٥٥

حديث فاطمة بنت قيس «أما معاوية فصعلوك لا مال له» · رواه مسلم، صحيح · ١١:٥٧

موجز

النسخة الكاملة والتفاعلية — بالصوت والروابط

mujaz.co/folk-anas-marriage

