



تار و پود عاشقی

چگونگی تعامل همسران با یکدیگر، خانواده‌ها، خویشاوندان و دوستان



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دعای مطالعه

«اللَّهُمَّ أَخْرِجْنِي مِنْ ظُلُمَاتِ الْوَهْمِ وَأَكْرِمْنِي بِنُورِ الْفَهْمِ اللَّهُمَّ افْتَحْ عَلَيْنَا
أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ وَأَنْشُرْ عَلَيْنَا خَزَائِنَ عُلُومِكَ بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ»^۱
خدایا، مرا از تاریکی‌های وهم خارج کن و به نور فهم گرامی‌ام بدار. خدایا، درهای
رحمتت را به روی ما بگشا و خزانه‌های علومت را برایمان باز کن؛ به مهربانی‌ات،
ای مهربان‌ترین مهربانان!

۱. عباس قمی، مفاتیح الجنان، دعای مطالعه.



تقديم به ارواح قدسي ائمه معصومين عليهم السلام، به ويژه مولا و مقتداي زمان،
حضرت بقيه الله الاعظم عليه السلام؛ شهداي انقلاب اسلامي و دفاع مقدس؛ مدافعان
مظلوم حرم اهل بيت و زائران آستان ملكوتي امام علي بن موسى الرضا عليه السلام!

تار و پود عاشقی

چگونگی تعامل همسران با یکدیگر، خانواده‌ها، خویشاوندان و دوستان



امیرحسین بانکی پور فرد و حامد مصلحی و اشرف سادات فتحی

سرشناسه	: بانکی پورفرد، امیرحسین، ۱۳۴۹ -
عنوان و نام پدیدآور	: تار و پود عاشقی؛ چگونگی تعامل همسران با یکدیگر، خانواده‌ها، خویشاوندان و دوستان/نویسنده امیرحسین بانکی پور فرد، حامد مصلحی، اشرف سادات فتحي؛ به سفارش معاونت تبلیغات اسلامی استان قدس رضوی؛ تهیه و تولید: اداره تولیدات فرهنگی آستان قدس رضوی.
مشخصات نشر	: مشهد: آستان قدس رضوی، معاونت تبلیغات اسلامی، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۲۶۴ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۵۲۳۱-۹
وضعیت فهرست نویسی: فیا	
یادداشت	: کتابنامه.
عنوان دیگر	: چگونگی تعامل همسران با یکدیگر، خانواده‌ها، خویشاوندان و دوستان.
موضوع	: زناشویی -- ایران -- ارتباط -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	: Communication in marriage -- Iran -- Psychological aspects
موضوع	: خانواده‌ها -- ایران -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	: Families -- Iran -- Psychological aspects
موضوع	: زناشویی -- ایران -- اختلاف -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	: Marital conflict -- Iran -- Psychological aspects
شناسه افزوده	: مصلحی، حامد، ۱۳۷۰ -
شناسه افزوده	: فتحي، اشرف السادات، ۱۳۴۵ -
شناسه افزوده	: آستان قدس رضوی. معاونت تبلیغات اسلامی
شناسه افزوده	: Astan Qods Razavi. The Islamic Propagation Department
رده‌بندی کنگره	: HQ۷۲۲:
رده‌بندی دیویی	: ۳۰۶/۸۱۰۹۵۵:
شماره کتاب‌شناسی ملی:	: ۶۰۴۰۵۲۲



عنوان: تار و پود عاشقی؛ چگونگی تعامل همسران با یکدیگر، خانواده‌ها، خویشاوندان و دوستان نویسنندگان: امیرحسین بانکی پور فرد و حامد مصلحی و اشرف سادات فتحي

ارزیاب علمی: جواد محدثی

طراح جلد و صفحه‌آرا: عباس پرچمی

ناشر: زائر رضوی

معاونت تبلیغات اسلامی آستان قدس

چاپخانه: مؤسسه چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی

نوبت چاپ: سوم، ۱۴۰۳

شمارگان: ۲۰۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۵۲۳۱-۹

قیمت: ۱۴۴۰۰۰۰ ریال

نشانی: مشهد، حرم مطهر، صحن پیامبر اعظم (علیه السلام)، باب الجواد (علیه السلام)، اتاق ۲۲۰، سامانه توزیع

کد پستی: ۹۱۳۴۸۴۳۱۷۶ **تلفن: ۰۵۱-۳۲۲۴۰۶۰۵ * ۰۵۱۷۴۶۵۰۱۱۹۲ * ۰۵۱۷۴۶۵۰۱۱۹۲ * ۰۵۱۷۴۶۵۰۱۱۹۲** **@nashr_zarrarazavi**

سامانه پیامکی دریافت پیشنهادهای و انتقادات: ۳۰۰۸۰۲۲۲۲

حق چاپ محفوظ است.

مقدمه	۱۰
-------	----

فصل نخست: نقش‌های جدید من

۱. آغاز تغییر نقش‌ها	۱۳
۲. خودباوری؛ پیش‌نیاز پذیرش نقش	۱۶
حفظ خودباوری در مواقع شکست	۱۸
۳. تغییر و تحولات در نظم شخصی و ارتباط با خود	۱۹
۴. حفظ زندگی نوپا به کمک شبکه روابط	۲۰
علت کاهش امتیازات	۲۲
توجه به نمونه‌هایی خاص و متفاوت	۲۶

فصل دوم: روابط همسران با خانواده‌ها

الف. لزوم استقلال در زندگی جدید و چگونگی کسب آن	۳۰
اهمیت استقلال	۳۰
ابعاد استقلال	۳۰
درونی‌بودن استقلال	۳۲
برداشت‌های غلط از استقلال	۳۲
مکمل استقلال	۳۳
روش‌های عمومی کسب استقلال	۳۴
۱. تقدّم در مشورت‌گیری	۳۴
۲. مواجهه مناسب با اظهارنظرهای دیگران	۳۵
چگونگی کسب استقلال در خانواده‌های مختلف	۳۷
چگونگی مواجهه با مداخله‌گری‌های والدین	۳۸
چگونگی مواجهه با والدین رهاکننده	۳۹
چگونگی مواجهه با والدین وابسته‌پرور	۴۰
۱. پذیرش سختی‌ها	۴۱
۲. پرهیز از دریافت حمایت‌های والدین	۴۲
۳. بیش‌دستی در حمایت از والدین	۴۲
چگونگی مواجهه با والدین حمایتگر استقلال بخش	۴۳
خانه پدری یا مسکن مستقل؟	۴۳
ب. شیوه‌های تعامل با خانواده‌ها	۴۹
رسیدگی به خانواده‌ها	۴۹
۱. کم‌توجهی	۴۹
۲. رفتار حسادت‌برانگیز	۵۰
۳. دخالت‌های بیجا در ارتباط همسر با خانواده‌اش	۵۱
تعاملات مالی با خانواده‌ها	۵۳
۱. کمک والدین به فرزندان	۵۳

۵۴	استغنا
۵۷	۲. کمک فرزندان به والدین
۵۸	۳. مشارکت مالی با خانواده‌ها
۶۰	تعاملات خانوادگی در دوران عقد
۶۲	احترام و صمیمیت
۶۳	۱. احترام؛ محور ارتباط با خانواده همسر
۶۵	۲. صمیمیت تدریجی
۶۶	۳. رعایت احترام در گرو زبان
۶۷	۴. احترام به همسر در جمع
۶۹	پ. اهمیت پیشگیری از اختلاف و روش‌های حل نگرانی‌ها
۶۹	تفاوت‌های خانوادگی
۷۱	باورهای مؤثر درباره خانواده همسر
۷۲	اصلاح باورهای غلط
۷۴	انتقال ناراحتی
۷۶	بوی تعفن بدگویی
۷۸	حفظ نکردن حرمت‌ها
۷۹	موضوعات محل اختلاف
۷۹	حل اختلاف عروس و خانواده شوهر
۸۱	حل اختلاف داماد و خانواده همسر

فصل سوم: روابط همسران با خویشاوندان

۸۶	محاسن حضور در میان خویشاوندان
۸۷	نشاط زندگی و طول عمر
۸۸	بهره‌گیری از فکر و تجربه اقتصادی دیگران
۹۰	شراکت اقتصادی
۹۲	شروط لازم برای مشارکت اقتصادی موفق
۹۲	الف: مدیریت خوب
۹۲	ب: پذیرش مدیریت
۹۳	پ: شفافیت قراردادهای
۹۴	ت: شراکت آری؛ معامله خیر!
۹۵	یافتن گهرهای ناب
۹۶	توجه و مهربانی به افراد خاص
۹۷	عبرت و یادگیری از روابط همسران
۹۹	محدودیت‌های دیدوبازدید
۱۰۰	مدیریت دیدوبازدیدها
۱۰۱	مهارت‌های برقراری رابطه مطلوب با بستگان
۱۰۱	انعطاف‌پذیری
۱۰۲	تفاوت انعطاف و سستی

۱۰۴	پرهیز از ساختارشکنی در روابط خانوادگی
۱۰۵	تسخیر قلب‌ها از طریق محبت و خدمت و تدبیر
۱۰۶	مراقبت از سوءاستفاده‌ها
۱۰۸	شیوه رفتار با همسر در میان خویشاوندان
۱۱۱	چگونگی مواجهه با اشتباه‌های خویشاوندان
۱۱۸	خوش‌برخوردی یا دیگران و قاطعیت در برابر مزاحمت‌ها
۱۲۰	چگونگی شاد زیستن با دیگران، در بیان امام سجاد علیه السلام

فصل چهارم: روابط همسران با دوستان

۱۲۵	اهمیت دوستی
۱۲۸	وضعیت‌های مختلف روابط دوستانه
۱۳۰	بازتعریف در روابط دوستانه، پس از ازدواج
۱۳۴	مدیریت محبت
۱۳۸	شیوه مواجهه با دوستان نامناسب همسر
۱۳۸	الف. علت‌شناسی
۱۳۹	ب. پرهیز از رفتار تقابلی
۱۴۲	پ. توجه به مراحل مواجهه با خطاهای عمده
۱۴۳	تغافل
۱۴۴	تقیح
۱۴۵	تبیین و روشنگری
۱۴۷	دوستی‌های پنهان
۱۵۱	شک و دل‌نگرانی
۱۵۵	اشتباهات قطعی
۱۵۸	اقدام اضطراری
۱۵۸	ترساندن فرد بی‌تدبیر

فصل پنجم: الگوهای ارتباط زن و شوهر

۱۶۳	الگویی متفاوت در روابط زن و شوهر
۱۶۷	الگوی روابط عاطفی زوجین
۱۶۷	آرامش
۱۷۰	مودت
۱۷۲	رحمت
۱۷۴	طرح یک اشکال
۱۷۶	جلوه‌های رحمت
۱۷۶	گذشت
۱۷۷	چشم‌پوشی
۱۷۷	جبران ضعف‌ها
۱۸۰	رفق و مدارا

فهرست

۱۸۳	رعایت آستانه تحمل خود و دیگران
۱۸۴	جمع‌بندی
۱۸۴	الگوی شناختی روابط زوجین
۱۸۵	تعهد به خدا
۱۸۷	زوجیت
۱۸۹	لباس
۱۹۰	لباس و صمیمیت
۱۹۳	صمیمیت و جدیت
۱۹۴	کلیشه‌های ذهنی مخرب صمیمیت
۱۹۵	کلیشه‌های ذهنی مردانه
۱۹۶	کلیشه‌های ذهنی زنانه
۱۹۸	الگوی حقوق و تکالیف در روابط زن و شوهر
۱۹۸	وظایف مشترک
۱۹۸	معاشرت نیکو و گشاده‌رویی
۱۹۸	همدلی و مشارکت در امور خانه
۲۰۰	فرصت تعالی
۲۰۱	حریم خصوصی
۲۰۱	احترام و تکریم
۲۰۲	روابط جنسی مطلوب
۲۰۲	آشنایی با روابط زناشویی
۲۰۵	نقش روابط جنسی در ابتدای زندگی زناشویی
۲۰۵	آداب زناشویی
۲۱۲	مهیّا بودن زن و مرد برای رابطه جنسی
۲۱۳	آراستگی ظاهری
۲۱۳	۱. ظاهر زیبا و آراسته
۲۱۳	۲. حریم خانه؛ جایگاه آراستگی
۲۱۴	شناخت تفاوت‌های زن و مرد در انگیزه جنسی
۲۱۶	وظایف اختصاصی مرد
۲۱۶	ریاست و مدیریت
۲۱۷	نفقه
۲۱۸	وظایف اختصاصی زن
۲۱۸	اطاعت و تمکین
۲۱۹	اطاعت از والدین و شوهر؛ جلوه اطاعت از خدا
۲۲۰	شوهرداری نیکو

فصل ششم: مهارت‌های حل اختلاف

۲۲۷	مهارت‌های حل اختلاف
۲۲۷	۱. آرامش و ادب را حفظ کنید

۲۲۸	۲. پشت گوش نیندازید
۲۲۸	۳. خوب گوش دهید
۲۲۸	۴. فقط یک موضوع را حل کنید
۲۲۹	۵. توقعات کمتری داشته باشید
۲۲۹	۶. خواسته‌هایتان را مطرح کنید
۲۲۹	۷. جنبه‌های مثبت را هم ببینید
۲۳۰	۸. مکرر انتقاد نکنید
۲۳۰	۹. اشکال‌های خود را بپذیرید
۲۳۰	۱۰. بحث را ادامه ندهید
۲۳۰	۱۱. عذرخواهی کنید و عذرخواهی دیگران را بپذیرید
۲۳۱	۱۲. اختلاف‌ها را محرمانه نگه دارید
۲۳۱	۱۳. واژه طلاق را به کار نبرید
۲۳۲	۱۴. از حکم استفاده کنید
۲۳۲	جایش را پیدا کنید
۲۳۴	مهارت مدیریت خشم
۲۳۵	اقدامات فوری در مواجهه با خشم
۲۳۵	اقدامات پیشگیرانه در مواجهه با خشم
۲۳۷	مهارت‌های مؤثر در پیشگیری از اختلاف
۲۳۷	تفاوت‌ها را به رسمیت بشناس
۲۳۸	مهارت همدلی
۲۳۹	جایش را پیدا کنید
۲۴۰	تأمین نیازهای جنسی
۲۴۱	انعطاف‌پذیری
۲۴۲	جایش را پیدا کنید
۲۴۳	مثبت‌نگری
۲۴۶	جایش را پیدا کنید
۲۴۷	راهکارهای اصلاح روابط با همسر
۲۴۷	۱. علت‌شناسی
۲۴۷	۲. رفاقت به جای رقابت
۲۴۸	۳. نقش مؤثر مردان در اصلاح روابط
۲۴۹	۴. نقش مؤثر زنان در اصلاح روابط
۲۴۹	شوهرداری
۲۵۰	خودآرایی
۲۵۱	سفره‌آرایی و مدیریت تغذیه
۲۵۱	خانه‌آرایی
۲۵۲	درجه‌بندی موضوعات
۲۵۴	کتابنامه
۲۶۱	مسابقه فرهنگی تار و پود عاشقی

همه ما در بزنگاه‌های مهم زندگی، از مناجات با خدا و توسل به اولیای او کمک می‌گیریم. به طور حتم، ازدواج یکی از تصمیم‌های مهم و سرنوشت‌ساز زندگی انسان است. از همین رو، از دیرباز رسم است که بسیاری از خانواده‌ها علاوه بر رعایت همه مقدمات لازم برای ایجاد پیوندی سالم و اصولی، برای دریافت تبرک و تیمن بیشتر، پیوند مقدس زوج‌های جوان را در حرم مطهر رضوی منعقد می‌کنند.

در همین راستا، معاونت تبلیغات اسلامی حرم مطهر رضوی، برخورد لازم دید علاوه بر فراهم آوردن مقدمات مناسب برای اجرای عقد در حرم مطهر، بر اساس آسیب‌شناسی مسائل ازدواج و آموزه‌های متون دینی، در موضوع «ازدواج و خانواده» کتاب آموزشی و کاربردی مناسبی آماده و به زوج‌های جوان اهدا کند.

پس از بررسی اولیه موضوع در کارگروه تولید کتاب مدیریت فرهنگی حرم مطهر رضوی، مسئولیت آماده‌سازی محتوای کتاب مذکور به آقای دکتر بانکی‌پور به عنوان پژوهشگر برتر حوزه خانواده، واگذار شد. در نهایت بعد از دو سال پژوهش و قلم‌زنی و رفت و برگشت‌های اصلاحی، کتاب حاضر شامل آموزش‌های لازم برای مراقبت مداوم از پیوند ازدواج و تحکیم بنیان خانواده، به عنوان نتیجه کار به زوج‌های جوان و خانواده‌ها و کارشناسان مسائل خانوادگی تقدیم می‌شود. امید که به برکت عنایت امام رافت و مهربانی، این گام کوچک در جهت ایجاد سلامت در پیوند زناشویی و استحکام بنیان خانواده مؤثر باشد.

معاونت تبلیغات اسلامی آستان قدس رضوی

فصل نخست:

نقش‌های
جدید من







۱. آغاز تغییر نقش‌ها

از آثار ازدواج و آغاز زندگی مشترک، تغییر و افزایش نقش‌هایی است که شخص متأهل با آن‌ها مواجه می‌شود. به محض ایجاد پیوند زناشویی، نقش‌های جدیدی به وجود می‌آید که سازگاری با آن‌ها مستلزم شناخت و تحمل و تأمل فرد تازه‌ازدواج‌کرده در مواجهه با هر کدام است.

شخص در آغاز تأهل، مانند فارغ‌التحصیلی است که وارد مدرسه آشنا و قدیمی خود می‌شود، اما نه در نقش دانش آموز، بلکه در نقش معلم. درست است که کلاس همان کلاس است و مدرسه همان مدرسه؛ اما نقش او دیگر همان نقش سابق نیست؛ بلکه صاحب نقش و جایگاهی شده است که برایش مسئولیت‌ها و انتظارات جدیدی به دنبال دارد. دختر یا پسری که تا دیروز از حمایت خانواده خود برخوردار بودند و کمتر انتظاری از آن‌ها می‌رفت و مسئولیت کمتری متوجه‌شان بود، پس از تأهل لازم است از کالبد کودکی خویش بیرون آمده و نقش‌های دیگری را بپذیرند. آن‌دو باید بدانند که رفتارهای پسر خانواده با رفتارهای داماد خانواده بسیار متفاوت است؛ همان‌طور که رفتارهای دختر خانواده با عروس خانواده تفاوت دارد.

در واقع به محض ازدواج و متأهل شدن، دو تغییر عمده برای شما به وجود آمده است که اگر نتوانید به خوبی با آن سازگار شوید، دچار تنش خواهید شد: اول اینکه وارد شبکه‌ای جدید از ارتباط با اطرافیان شده‌اید. شما پیش از این، همسر کسی نبودید و عروس یا داماد هیچ خانواده‌ای محسوب نمی‌شدید. دوم اینکه حتی ارتباطات قبلی شما نیز





تعریفی جدید پیدا کرده است. شما که پسر یا دختر والدینتان بوده‌اید، هم‌اکنون به‌عنوان فرزندی شناخته می‌شوید که برای خودش زندگی مستقلی دارد. این تعریف جدید از نقش‌ها، شامل ارتباط شما با دوستانتان نیز می‌شود. شما قبلاً فردی مجرد بودید و اکنون متأهلید؛ پس باید انتظارات دیگران از شما و نیز وظایف و نقش‌هایی که شما در جمع دوستانتان برعهده می‌گیرید، براساس نقش جدیدتان تعدیل شود.

زندگی زوج بعد از تأهل، برنامه‌ریزی لازم دارد؛ چون بعد از ازدواج، کانونی تشکیل می‌شود که سقف آن بر دو پایه استوار است. مجردانی که قبل از ازدواج، اوقات خود را با دوستان، تفریح، اتکای به پدر و مادر و... می‌گذراندند، اکنون باید به مصلحت زندگی مشترکشان بیندیشند و خودخواهی‌های فردی را کنار بگذارند.^۱

پسری که تا دیروز رفتن به مهمانی‌های خانوادگی را به‌راحتی نمی‌پذیرفت، اکنون در جایگاه داماد، باید به‌گونه دیگری عمل کند. شخص متأهل باید خواسته‌های خود را تعدیل کند و براساس انتظاری که از او می‌رود و جایگاه جدیدی که برای او تعریف شده است، ایفای نقش کند؛ مثل معلم کلاس که هر قدر هم تشنه باشد، برای خوردن آب از کلاس خارج نمی‌شود؛ هرچند در گذشته، در جایگاه دانش‌آموز بارها این کار را انجام داده باشد.

یکی از فواید ازدواج همین است که شما بتوانید خواسته‌های خود را مهار کنید؛ مثلاً دختری که اکنون در جایگاه همسر قرار دارد، باید

۱. حسین مصلحتی، ازدواج و ازدواج‌درمانی، ص ۲۹۰ تا ۲۹۵، با تلخیص.





برخلاف عادت دوران مجرّدی، زودتر از خواب بلند شود و صبحانه را برای همسرش آماده کند. او باید متوجه باشد که شوهرش هیچ‌گاه در جایگاه پدرش نیست. مرد متأهل هم اگر در دوران مجردی، ساعت ده شب به خانه می‌آمده است، نباید حالا نیز به همان روند ادامه دهد و در جایگاه داماد خانواده نباید انتظار داشته باشد تمام کارهایی که مادرش برای او می‌کرده است، اکنون همسرش انجام دهد یا همان انتظاری را که از پدرش داشته است، از پدر همسرش داشته باشد.

عروس و دامادها باید بدانند از این پس، نگاه به آن‌ها، نگاهی است که محور اصلی آن «مسئولیت» است. در واقع عاملی که نقش‌پذیری متأهلین را پررنگ‌تر می‌کند، مسئولیت‌پذیری ایشان است. زن و مرد در آغاز زندگی مشترک، در کنار منافعی که به دست می‌آورند، وظایفی را نیز برعهده می‌گیرند که موجب رشد آن‌ها و حفظ نشاط زندگی‌شان می‌شود. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم در این باره فرموده‌اند: «مرد سرپرست خانواده است و دربارهٔ آنان از او سؤال می‌شود و زن سرپرست خانواده شوهرش و فرزندان اوست و دربارهٔ آنان از وی سؤال می‌شود.»^۱

زن و مرد باید بدانند که بایبوند ازدواج، به تملک یکدیگر در نمی‌آیند. مالک ما خداست و او ما را به امانت در اختیار یکدیگر قرار داده است؛ در عین حال، هم زن و هم مرد، ده‌ها حق بر گردن یکدیگر دارند که یکی از آن‌ها حق زن و شوهری است؛ البته در این میان، پدر و مادر، همسایگان، فرزندان و... هم صاحب حقوقی هستند که باید ادا شود.





۲. خودباوری؛ پیش‌نیاز پذیرش نقش

همهٔ زوج‌های جوان، توانایی‌هایی دارند که زمینهٔ سازگاری و رفتار مثبت و مفید را برای ایشان در طول زندگی فراهم می‌کند. کسانی که این توانایی‌ها را بشناسند، مسئولیت‌های جدید زندگی را به بهترین وجه می‌پذیرند و با کشف چنین گنجی، خلأهایی که نوعاً در زندگی زوج‌های جوان وجود دارد، برطرف می‌شود.

اگر اعتماد به نفس، به معنای تکیه بر توانایی‌های خود به صورت مستقل باشد، «شرک» است؛ ولی اگر به معنای تکیه انسان به خداوند و نیروهایی باشد که به او داده است، این باور مطلوب بوده و همان خودباوری مؤمنانه است که ریشه در خداباوری دارد؛ چراکه خداوند بهترین استعدادها را به ما داده است؛ چنان‌که در قرآن کریم آمده است: «ما انسان را در بهترین صورت و نظام آفریدیم.»^۱

با خودباوری مؤمنانه به موقعیت‌های زیادی دست خواهیم یافت:

- توانایی ابراز وجود؛
- بالا رفتن قدرت تحمل در قبال اظهار نظر دیگران؛
- مدیریت امور با توجه به موقعیت‌های مختلف زمانی و مکانی؛
- مدیریت زمان و برنامه‌ریزی؛
- رازداری و کنترل رفتار؛
- برداشت واقع‌بینانه از وقایع پیرامون محیط خود؛
- وابسته‌نبودن به دیگران.

با خودباوری از مرزهای تنگ‌نظرانه می‌گذریم و با استفاده از





تجربه‌های گذشته، به پیش‌بینی‌های مدبرانه می‌رسیم. خداوند این مسیر تکاملی را در اختیار ما گذاشته است تا به زندگی شیرین‌تری دست پیدا کنیم.

یکی از راه‌هایی که می‌تواند ما را به خودباوری برساند، صحبت درباره توانایی‌های خود و کاربرد آن‌هاست. هرگز نباید مهارت‌های خود را دست‌کم بگیریم. کارهایی مثل بچه‌داری، ورود به دانشگاه، آموختن یک زبان خاص، طراحی یک لباس، تدارک یک مهمانی، تدریس، سخنرانی، کارکردن در کنار تحصیل و... موفقیت‌های خوبی هستند که توانایی‌های ما را برای خودمان به نمایش می‌گذارند. امیرالمؤمنین علی علیه السلام در تعبیری به این مطلب اشاره کرده و فرموده‌اند: «خدا رحمت کند فردی را که به ارزش خود پی ببرد.»^۱

خودباوری علاوه بر اینکه فرد را برای پذیرش نقش‌های متعدد آماده می‌کند، موجب می‌شود وی با همسر و فرزند و اطرافیانش رابطه بهتری برقرار کند؛ چراکه چنین شخصی درباره موضوعات پیرامون خود، نظر واقع‌بینانه‌ای دارد و غرور کاذب نداشته و نیز سعی ندارد برتری و سلطه خود بر دیگران را اثبات کند؛ بنابراین تا حد ممکن و معقول، خود را با توقعات همسر و اجتماع اطرافش سازگار می‌کند.





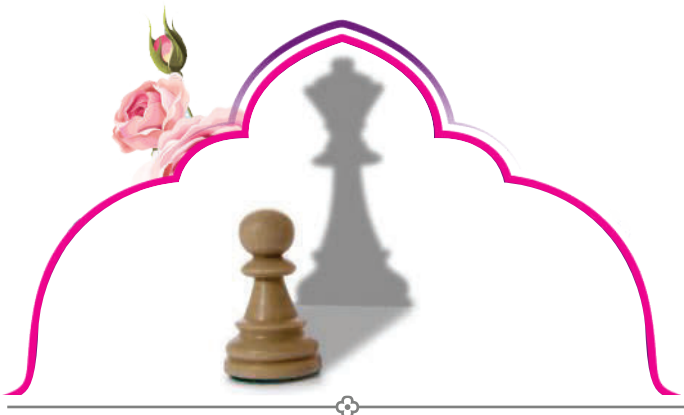
حفظ خودباوری در مواقع شکست

همواره تلاش کنید که خودباوری خود و همسران را حفظ کنید. خودباوری در مواقع شکست دچار آسیب می‌شود. برای اینکه بتوانید از خودباوری خود و همسران و در آینده از خودباوری فرزندان حمایت کنید، باید در مواقع شکست این مراقبت‌ها را انجام دهید:

● شکست را به همه زندگی خود تسری ندهید. لازم نیست در موقعیت‌هایی که معمولاً شکست‌های دیگران را به خاطر می‌آورید، فکر کنید همیشه شکست خورده‌اید؛ بلکه باید به موفقیت‌های پیشین خود نیز فکر کنید.

● همه مسئولیت شکست را خودتان برعهده نگیرید. عوامل بیرونی شکست‌ها را نیز در نظر بگیرید؛ البته مراقب باشید که همه مشکلات را با فراقنی به دیگران نسبت ندهید.

● فرصت‌های جبران پیش‌رو را در نظر بگیرید و در مواقع مشاهده اشتباه دیگران، به آن‌ها هم فرصت جبران بدهید.





۳. تغییر و تحولات در نظم شخصی و ارتباط با خود

بعضی افراد قبل از ازدواج، زندگی درهم‌ریخته و نابسامانی دارند. دیگران به آن‌ها توصیه می‌کنند ازدواج کنند تا سامان پیدا کنند؛ چراکه ازدواج به خودی خود، به شما ساختار خواهد داد.

البته افرادی هم هستند که در دوران مجردی، در بعضی از جنبه‌ها برای خودشان برنامه منظمی دارند؛ مانند برنامه ویژه ورزشی، برنامه تفریحی منظم، برنامه درسی و مطالعاتی خاص یا برنامه تغذیه مشخص. گاهی ساختار ازدواج، این برنامه‌ها را به هم می‌ریزد و افراد احساس می‌کنند سیر رشد و تکامل دوران مجردی آن‌ها دچار خدشه شده است؛ حتی گاهی شنیده می‌شود کسانی که در دوران تجرد، در امور عبادی، برنامه خاصی داشته‌اند، می‌گویند: «ازدواج کردیم که نصف دینمان کامل شود؛^۱ اما نصف دیگرش هم از دست رفت!»

طبیعی است که هر تحول اساسی در زندگی انسان، مانند مهاجرت و تغییر شغل و دیگر شکوفایی‌ها یا شکست‌های علمی و اقتصادی، قطعاً برنامه‌های منظم زندگی را تحت الشعاع خود قرار خواهد داد. ازدواج نیز به عنوان تحولی بزرگ، چنین اثری دارد. مهم این است که در وسط معرکه تحول، برنامه انسان تنظیم‌شدنی نیست: نه می‌تواند نظم قبلی را حفظ کند و نه می‌تواند نظم جدیدی ایجاد کند؛ بلکه باید فرصت بدهد تا هیجان و نقطه اوج مراحل اولیه این تحول بگذرد؛ سپس، بعد از آشناشدن با وضعیت جدید و پایدار زندگی، به تدریج برنامه‌های قبلی خود را متناسب با این موقعیت،

۱. نک: حسین نوری طبرسی (محدث نوری)، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۱۴، ص ۱۵۴.





بازتنظیم کند. در این صورت، روشن است که وقفه کوتاه مدتی در برنامه فرد ایجاد می شود؛ ولی اگر برنامه های جدید درست طراحی شوند، به سبب آرامش و استقلالی که با ازدواج به دست می آید، بازدهی این برنامه ها بسیار بیشتر از قبل خواهد بود.

۴. حفظ زندگی نوپا به کمک شبکه روابط

پیوند یک دختر و پسر جوان، مانند نهالی است که نیاز به مراقبت دارد. ازدواج صرف کاشتن یک نهال و رها کردن آن نیست؛ بلکه این رابطه، به حمایت و حفاظت دقیق نیاز دارد؛ به خصوص در سال های اول که دچار افت وخیزهای طبیعی خواهد شد. برای مثال، با شروع ازدواج، یکی از مشکلات مهم و رایج همسران، آن است که شروط و اقتضائات قبل و بعد از ازدواج را به درستی در نمی یابند و در ارزیابی از یکدیگر دچار مشکل و بعضاً در حُسن انتخاب خود گرفتار تردید می شوند.

معمولاً شاگردهای متوسطی که برای امتحان خیلی زحمت کشیده اند، از نمره ای که خواهند گرفت، تخمین درستی ندارند. چنین شاگردانی به امید نمره ۲۰ و با خوش حالی و رضایت، برگه را تحویل می دهند؛ اما بعد متوجه می شوند سؤال پشت برگه را ندیده اند. کمی که می گذرد، از گفت و گوی دوستانشان می فهمند که سؤال دیگری را هم اشتباه پاسخ داده اند و وقتی در خانه، کتاب را ورق می زنند، متوجه چند غلط دیگر نیز می شوند؛ با این حساب، نهایتاً نمره شان به ۱۴ یا ۱۵ تنزل پیدا می کند. این اتفاق بی شباهت به نمره ای نیست که قبل و





بعد از ازدواج، به همسران می‌دهید. در آشنایی‌های اولیه، می‌اندیشید که او تمام امتیازهای لازم را دارد و همان فرد ایده‌آل شماست؛ اما بعد از ازدواج که تعامل‌ها و تعهدها آغاز می‌شود، متوجه می‌شوید که این امتیازها یک به یک پایین می‌آیند و نمره ۲۰ او کم‌کم به ۱۳ و ۱۴ تنزل پیدا می‌کند. دلیلش روشن است: شما هنگام انتخاب، به نکاتی توجه نکرده‌اید و به نکاتی هم که توجه کرده‌اید، امتیازی بیشتر از امتیاز واقعی داده‌اید که دلایل این اتفاق بعداً بیان خواهد شد؛ حال آنکه در نمره دادن قبل و بعد از ازدواج، تفاوت بسیاری وجود دارد.

در نمره دادن قبل از ازدواج، باید سخت‌گیر بود؛ اما بعد از ازدواج، اگر معدل نمرات، پایین‌تر از برآورد ما بود، نه باید سخت بگیریم و نه باید نگران شویم. در اینجا نگاه و نوع مواجهه ما، باید با زمان خواستگاری متفاوت باشد. برای پذیرش در دانشگاه، داشتن نمرات بسیار خوب الزامی است؛ اما برای ماندن در دانشگاه و اخراج‌نشدن، کسب نمرات عالی ضرورت ندارد و اگر معدل نمرات تا ۱۲ هم پایین بیاید، اخراجی در کار نیست؛ ولی با همین معدل ۱۲، معمولاً کسی را به دانشگاه راه نمی‌دهند. نمره دادن به شریک زندگی هم باید همین‌گونه باشد؛ یعنی لازم است در آغاز سخت بگیریم، اما بعد از ازدواج، سهل.

باید قبول کرد که امتیاز هیچ‌کس، کامل نیست: خود شما هم نمره کاملی ندارید؛ البته این را هم در نظر بگیرید که این نمره فعلی همسر شماست و قرار نیست پیوسته در همین سطح باقی بماند. او تا قبل از ازدواج به این سطح رسیده است؛ اما بعد از ازدواج باید طوری رفتار کنید که هم نمره او و هم نمره شما به ۲۰ نزدیک شود.





اساساً قرار نیست پسرها و دخترها، قبل از ازدواج به کمال برسند و بعد، ازدواج کنند؛ بلکه رسیدن به بخش زیادی از کمالات، در مرحله ازدواج و تشکیل زندگی مشترک اتفاق می‌افتد؛ نه پیش از آن. امتیازاتی که همسر بعد از ازدواج کسب می‌کند، به مراتب شیرین‌تر از امتیازاتی است که با خود به زندگی مشترک می‌آورد؛ چراکه ما شاهد سیر تکاملی و رسیدن او به امتیازاتِ بیشتر بوده‌ایم و به همین دلیل، قدر امتیازی را که وی کسب کرده است، بیشتر و بهتر می‌دانیم؛ چنان‌که محبتی که خدا به انسان دارد، به مراتب از حُبّی که به ملک دارد، بیشتر است؛ چراکه ملک از آغاز، قلّه نشین بود؛ اما انسان در درّه آفریده شد؛ اما فاتح قلّه‌ها شد. این بدان معناست که حتی اگر همسر نامناسب هم دارید، باید بتوانید با توانمندی، بر روابط خود تأثیر بگذارید و زندگی‌تان را بسازید. یادتان هم باشد که شروع زندگی، وقت مناسبی برای داوری نیست و معمولاً داوری‌ها در این مرحله، قضاوتی عجولانه خواهد بود.



علت کاهش امتیازات

در روایتی، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرموده‌اند: «خُبَّكَ لِلشَّيْءِ يُعْمِي وَيُصِمُّ»^۱ (عشق تو به چیزی، کور و کُرت می‌کند). این روایت به خوبی نشان می‌دهد نمره‌ای که از روی علاقه و حب و احساسات داده می‌شود، بسیار بیشتر از نمره واقعی است. از طرفی، امیرالمؤمنین علی علیه السلام نیز فرموده‌اند: «به خدا قسم! اگر پرده‌های پوشاننده عیوب برداشته می‌شد و شما به عیب دیگران آگاه می‌شدید، حتی جنازه [برزمین افتاده] همدیگر را نیز دفن نمی‌کردید!»^۲ بنابراین، نمره ما با فرض ستاریت الهی داده می‌شود و اگر پرده کنار برود، دیگر برای هیچ کس امیدی به کسب نمره‌های بالا نیست.

براساس این دو نکته ظریف، می‌توان دریافت که چرا بعد از ازدواج، نمره‌های فرد در نزد همسرش تنزل می‌یابد! در اوایل آشنایی و جلسات خواستگاری، بین دختر و پسر، غُلقه و محبتی به وجود می‌آید که باعث می‌شود بسیاری از عیوب، از نظرشان پنهان بماند و از یکدیگر شناختی دقیق و مطابق با واقعیت به دست نیاورند. از طرف دیگر، بعد از ازدواج، کمی از پرده ستر نیز کنار می‌رود و چیزهایی در نظر زوجین آشکار می‌شود که حتی در نزد پدر و مادرشان هم آشکار نبوده و نیست؛ زیرا اکنون همسر از پدر و مادر به شخص نزدیک‌تر است. با این دو مقدمه، طبیعی است که نمره‌های زوجین در نظر یکدیگر، بعد از ازدواج نسبت به قبل از آن، بسیار کاهش پیدا کند. همان گونه که بیان شد، نمره

۱. محمدبن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، کتاب من لا یحضره الفقیه، ج ۴، ص ۳۰۸.

۲. محمدبن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، امالی الصدوق، ص ۴۴۶.





اول ازدواج، بیشتر از نمره واقعی است و نمره بعد از ازدواج، کمتر از نمره واقعی؛ در نتیجه نه برآورد قبل از ازدواج می‌تواند ملاک قرار گیرد و نه برآورد بعد از ازدواج.

آقا یا خانمی که قبل از ازدواج، از خانواده و دوستان و جامعه نمره خوبی می‌گرفته است، اکنون از همسرش همان نمره را نخواهد گرفت! معمولاً تنش‌های خانوادگی از همین جا آغاز می‌شود. در این موقعیت، فرد احساس می‌کند که همسرش هنگام آشنایی، جور دیگری خود را به او معرفی کرده یا خودش درباره ارزیابی صحیح از همسرش ناتوان بوده است. در چنین موقعیتی، مشابه این عبارات زیاد به کار می‌رود: «قبل از ازدواج، همه از تو تعریف می‌کردند و من به واسطه همان شناخت با تو ازدواج کردم؛ درحالی‌که الان، آن‌گونه نیستی» یا «من با آقایی ازدواج کردم که به دیانت مشهور بود؛ اما حالا که با او زندگی می‌کنم، می‌بینم آن قدرها هم متدین نیست!»

حال برای حل این مسئله که خواه‌ناخواه برای بیشتر افراد رخ می‌دهد، چه باید کرد؟ برای تعدیل این پیشامد، به سه نکته مهم توجه کنید:

۱. نگاه و برداشت اولیه خود را خیلی جدی نگیرید؛ چراکه معمولاً شناخت ما در آغاز، متأثر از علقه و هوس و احساسات بوده است.
۲. اساساً برای ازدواج، نباید عالی‌ترین نمره را ملاک قرار دهید. همواره به خاطر داشته باشید ما با شخصی ازدواج نمی‌کنیم که همه چیزش مثبت است؛ بلکه با شخصی ازدواج می‌کنیم که امتیازات و ویژگی‌های مثبت فراوان و ارزشمندی دارد؛ یعنی باید بپذیریم که این آقا یا خانم، حتماً ضعف‌ها و ایرادهایی هم دارد؛ اما به سبب





قوت‌های اوست که برای ازدواج انتخابش می‌کنیم.
 ۳. بپذیرید که همیشه افراد ضعف‌هایی دارند و جز معصومین عَلَيْهِمُ السَّلَام هیچ‌کس ایده‌آل نیست. اگر پذیرش این مطلب برایتان سخت است، کافی است به ایرادهای خودتان فکر کنید. در وجود شما هم عیوب و ضعف‌های بسیاری وجود داشته که همسران در ابتدا به سبب علاقه و محبت اولیه، متوجه آن‌ها نشده است؛ البته اگر ایرادی در خودتان پیدا نکردید، احتمالاً جزو افرادی هستید که به آن‌ها خودشیفته می‌گویند. با این نگاه، انتظارات ما از ازدواج و همسرمان واقعی‌تر و در نتیجه، آسیب‌پذیری مان بعد از ازدواج کمتر می‌شود.





توجه به نمونه‌هایی خاص و متفاوت

ممکن است شما با خصوصياتی در طرف مقابل مواجه شوید که نمرهٔ او را از حداقل‌های لازم برای ازدواج هم پایین‌تر می‌آورد؛ مثلاً در دوران عقد متوجه می‌شوید که همسرتان بزه‌کار یا گرفتار اعتیاد است یا پرخاشگری‌هایی نامتعادل بروز می‌دهد. در چنین وضعیتی احتمالاً نمی‌توانید به‌تنهایی بر روابطتان اثرگذار باشید و لازم است هرچه سریع‌تر، موضوع را با اطرافیان باتجربه و امین یا مشاوران معتمد درمیان بگذارید. با وجود این قبیل مشکلات، باز هم حمایت و حفاظت از نهال نوپای ازدواج، باید ابتدا توسط خودِ زوج صورت گیرد. در این میان، اطرافیان و نوع رابطه با آن‌ها نقش مؤثری در تحکیم یا تضعیف این زندگی نوپا دارد؛ از این رو، مهم است که بتوانید رابطه‌ای مؤثر و مفید با آن‌ها برقرار کنید. در این راستا، کتاب پیش‌رو به مهارت‌هایی برای برقراری ارتباط بهتر با اطرافیان و بحث و بررسی پیرامون آن‌ها پرداخته که به تفکیک در فصل‌های جداگانه بیان شده است.



فصل دوم:

روابط همسران
با خانواده‌ها







از تحولات مهم ارتباطی پس از ازدواج، روابط شما با خانواده‌تان است؛ علاوه بر اینکه وارد زندگی خانواده همسران نیز شده‌اید و نقش جدیدی پیدا کرده‌اید. در این فصل، به نقش‌های جدید شما در خانواده خویش و خانواده همسران می‌پردازیم.

از مسائل مهمی که باید طی زندگی مشترک، به خصوص در ابتدای ازدواج، به آن آگاهی پیدا کرد تا بسیاری از تنش‌های بعدی مهار شود، نوع ارتباط زوج با خانواده‌هایشان است. زن و شوهر باید زمینه و توان مدیریت کردن رابطه با خانواده‌هایشان را به دست آورند که برای تحقق این مهم، توجه به سه محور اساسی، ضروری است:

الف. لزوم استقلال در زندگی جدید و چگونگی کسب آن؛

ب. شیوه‌های تعامل با خانواده‌ها؛

پ. اهمیت پیشگیری از اختلاف و روش‌های حل نگرانی‌ها.

توضیح هریک از این محورها در ادامه می‌آید.





الف. لزوم استقلال در زندگی جدید و چگونگی کسب آن

اهمیت استقلال

برخی از جوانان بعد از ازدواج، به بهانه استقلال در زندگی، از خانواده خود فاصله می‌گیرند؛ درحالی‌که پدر و مادر، عمری برای فرزندشان تلاش کرده‌اند و در این مدت، وابستگی عاطفی عمیقی بین آن‌ها شکل گرفته است که با ازدواج فرزندشان، نمی‌توانند به یک‌باره از آن چشم‌پوشی کنند. از طرف دیگر، اگر فرزند برای زندگی خود استقلال کافی نداشته باشد، ممکن است به زودی تحت تأثیر اظهار نظر اطرافیان قرار گرفته و زندگی‌اش آسیب ببیند؛ بنابراین هم وابستگی شدید به خانواده‌ها و هم گرایش شدید به قطع ارتباط با آن‌ها آسیب‌زاست؛ پس لازم است بحث استقلال و نحوه رسیدن صحیح به آن با دقت بررسی شود.

ابعاد استقلال

استقلال هم روابط داخل خانه را در برمی‌گیرد و هم ارتباطات اجتماعی را پوشش می‌دهد. نمونه‌هایی از ضعف استقلال عبارت‌اند از اینکه فرد نتواند به صورت مستقل خانه‌اش را مرتب نگه دارد یا نتواند به طور مستقل مهمانی برگزار کند یا مستقلاً به خرید و مسافرت برود. این رفتار بیشتر در خانواده‌هایی به چشم می‌خورد که تعداد فرزندانشان یکی دو تا بیشتر نیست یا پدر و مادر، توانمندی و مهارت‌های گوناگون دارند و





بیشتر امور زندگی را به تنهایی اداره می‌کند. اگر فرد در دوران عقد و ابتدای زندگی مشترک، این ضعف تربیتی را جبران نکند، مشکلات و اختلافات متعددی برایش پیش خواهد آمد.

استقلال مدّ نظر برای اقدام به ازدواج، در سه حوزه فکری و عاطفی و مالی مطرح است. زن و شوهری که تازه ازدواج کرده‌اند، باید به سطحی از استقلال فکری رسیده باشند که بتوانند تصمیمات مناسبی را با همدیگر یا به صورت شخصی بگیرند و آن‌ها را مستقلاً اجرا کنند. در این صورت، از بسیاری از مشکلات احتمالی آینده، چه در روابط باهم و چه در روابط با خانواده‌های یکدیگر، دور خواهند بود. همچنین از نظر عاطفی باید بتوانند چندروزی از والدین خود فاصله بگیرند و این مسئله اختلالی در روحیاتشان به وجود نیارد. زن و شوهر از نظر مالی نیز باید بتوانند نیازهای اولیه زندگی خود را تأمین کنند. طبیعی است که باتوجه به نقش و وظایف مردان، از آن‌ها انتظار می‌رود برای کسب استقلال در حوزه‌های فکری و مالی، تلاش بیشتری کنند؛ درحالی‌که از دختران انتظار می‌رود برای کسب استقلال در حوزه‌های عاطفی، بیشتر کوشا باشند.

مردی که می‌خواهد مستقل باشد، باید استقلال مالی و فکری را باهم کسب کند؛ مثلاً مردی که از نظر مالی به خانواده خود یا همسرش وابسته است، خواه ناخواه مجبور است رأی و نظر آن‌ها را در تصمیماتش در نظر بگیرد و چه بسا به طور کامل هماهنگ با آن‌ها عمل کند. پسری که حتی برای رستوران رفتن یا خرید هدیه‌ای برای همسرش، روی پول خانواده اش حساب می‌کند، هرگونه اظهار نظر اطرافیان را نوعی دخالت و مَنّت محسوب می‌کند و در جاهایی هم که صحبت‌های آن‌ها نابجا





باشد، مجبور است به اظهار نظرشان توجه کند. البته همیشه انسان به راهنمایی و مشورت بزرگ‌ترها، به خصوص پدر و مادر نیازمند است؛ ولی وقتی استقلال مالی نداشته باشد و پدر و مادر از روی لطف و مهربانی او را حمایت کنند، طبیعی است که انتظار بیشتری دارند فرزندشان مطابق خواست و نظر آن‌ها عمل کند؛ همچنین اگر دختری از نظر عاطفی به شدت به بستگانش وابسته باشد، خواه ناخواه نظر آن‌ها بر رأی و اندیشه او سایه خواهد انداخت و این موضوع ممکن است باعث ایجاد تعارض بین او و همسرش شود که برای زندگی مشترک مفید نیست.

درونی بودن استقلال

نکته درخور توجه این است که استقلال واقعی در ذهن و درون فرد شکل می‌گیرد؛ به طوری که اوضاع محیطی و مؤلفه‌های خارجی نمی‌توانند به خودی خود تعیین‌کننده میزان استقلال او باشند؛ مثلاً نوجوانی که می‌گوید: «من می‌خواهم مستقل شوم؛ اما پدر و مادرم دوست ندارند و اجازه نمی‌دهند»، در همین سخنش، به نوعی اعلام می‌کند که به والدینش وابسته است. طبیعتاً استقلالی که به وجود آمدنش نیازمند اجازه دیگران است، استقلال نیست. استقلال باید در درون فرد به وجود آید؛ در این صورت، حتی عروسی که با خانواده همسرش زندگی می‌کند، می‌تواند استقلال خود را حفظ کند.





برداشت‌های غلط از استقلال

استقلال به معنای بریدگی نیست؛ به معنای لجاجت یا بی‌نیازدانستن خود از رأی و نظر دیگران هم نیست. نباید به بهانه استقلال، با اطرافیان قطع ارتباط کنیم و به تجارب ارزشمند آنان بی‌توجه باشیم یا از پذیرش حمایت‌های آنان امتناع کنیم. در صورت چنین رویکردهایی معلوم می‌شود که هنوز به رشد فکری مطلوب نرسیده و جایگاه صحیح استقلال را نشناخته‌ایم.

اگر شخصی خواست به نوعی شما را حمایت کند، بر رد کردن آن اصرار نداشته باشید. اگر واقعاً حمایت بی‌مندی است و آثار بدی به دنبال ندارد، حمایتش را بپذیرید؛ مثلاً اگر پدری بخواهد به پسرش کمک مالی کند، بهتر است که پسر حمایت پدر را بپذیرد؛ اما باید مراقب باشد که مگر به حمایت‌های مالی او نشود؛ یعنی نباید فقط به حمایت‌های پدر و مادر و اساساً خانواده خود و همسرش امید داشته باشد؛ بلکه باید به گونه‌ای برنامه‌ریزی کند که بدون حمایت‌های آنها نیز بتواند زندگی‌اش را اداره کند.

مکمل استقلال

استقلال یک ضلع از مثلثی است که با دو ضلع دیگر مسئولیت‌پذیری و استفاده از تجارب دیگران کامل می‌شود. ادعای کسی که می‌گوید مستقل است، اما احساس مسئولیت ندارد، واقعی نیست؛ مثلاً فرزندی که از خانه فرار می‌کند، فرزند مستقلی نیست؛ اما فرزندی که با



احساس مسئولیت و استفاده از تجارب سایرین، برای خودش کاری پیدا می‌کند و خود را از زیر بار حمایت‌های مالی خانواده خارج می‌کند، به استقلالی حقیقی دست یافته است.

روش‌های عمومی کسب استقلال

۱. تقدّم در مشورت‌گیری

تقدّم‌جویی در مشورت، یکی از راه‌های حفظ استقلال و به حداقل رساندن دخالت خانواده‌هاست. استقلال به این معنا نیست که نگذاریم دیگران نظر بدهند.

هر فرد هنگام ازدواج، با یک شبکه جدید فامیلی که مهم‌ترین آن‌ها خانواده همسر است، ارتباط برقرار می‌کند. در این شبکه ارتباطی، با پایبندی به تفاهم و حُسن‌ظن و اعتماد، می‌توان بستر مناسبی برای رسیدن به پیوندهای ارتباطی مطلوب به‌وجود آورد. در این میان، به‌کارگیری اصل مشورت باعث به‌وجود آمدن جمعی صمیمی و متعادل می‌شود.^۱

اگر عروسی زیرک باشد و زودتر از آنکه مادرشوهرش اظهار نظر کند، از او بپرسد که برای فلان مهمانی، کدام لباس برازنده‌تر یا کدام غذا مناسب‌تر است، هم نظر او را جلب کرده است و هم محبتش را. از طرفی، چون خودش در نظرخواهی پیش قدم شده است، از اظهار نظر مادرشوهرش نیز ناراحت نمی‌شود و علاوه بر آن، می‌تواند در این بین، نظر خود را هم بگوید

۱. نک: جواد محدثی، راه زندگی: الفبای سعادت خانواده، ص ۴۱.



و با هم‌فکری و استفاده از تجربه او به نتیجه برسد.

امیرالمؤمنین علی علیه السلام فرموده‌اند: «برترین کسانی که با آنان مشورت می‌کنی، صاحبان تجربه‌ها هستند.»^۱ همچنین بهره‌مندی از اندیشه و تجربه و مشورت بزرگان، برکت است؛ چنان که در کلام رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم آمده است: «برکت و خیر [همراه] با بزرگان شماس است.»^۲ اگر در مشورت خواستن پیش دستی کنید، ابتکار عمل را خود به دست می‌گیرید و از موضع انفعال خارج می‌شوید. آن‌هایی که بجا و در زمانی که لازم است، مشورت می‌کنند و بعد، خودشان تصمیم می‌گیرند، در مقایسه با دیگران استقلال بیشتری دارند.

درحقیقت، در صورت مشورت با خانواده همسر، اعلام می‌کنید که نظر آن‌ها برایتان مهم است؛ اما تصمیم نهایی برعهده شخص شماس است. وقتی شما به پدر همسرتان می‌گویید که علاوه بر او با پدر و برادران نیز مشورت کرده‌اید، نامحسوس او را به این باور می‌رسانید که شما رایزنی می‌کنید تا به بهترین تصمیم برسید؛ اما ممکن است نظر او بهترین نظر نباشد؛ در نتیجه شما ملزم به عمل کردن به نظر او نیستید. چنین رویکردی، ضمن ایجاد فرصت استفاده از فکر دیگران، بازدارنده دخالت‌های آن‌ها و در عین حال، عامل حفظ استقلال فرد است.

۲. مواجهه مناسب با اظهار نظرهای دیگران

حالا اگر کسی پیش قدم شد و قبل از نظرخواهی ما نظری داد چه؟ در مواجهه با این اتفاق نباید لجاجت کنیم و جبهه بگیریم؛ بلکه باید با

۱. علی بن محمد لیثی واسطی، عیون الحکم و المواعظ، ص ۱۲۳.

۲. حسین نوری طبرسی (محدث نوری)، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۸، ص ۳۹۴.





ظرفیت بسیار و آرامش، نقدها و نظرها را بشنویم. شنیدن نظر دیگران ظرافت‌هایی دارد. اگر پدر یا مادر شما نکته‌ای را گوشزد کردند، بهتر است چنین جمله‌ای را بیان کنید: «نکته مهمی را گفتید. چشم. با همسرم صحبت می‌کنم تا ببینیم باید چه کار کنیم. ان شاء الله سعی می‌کنیم اجرا کنیم.» توجه کنید که با پاسخی مشابه آنچه در بالا بیان شد، هم به آن‌ها احترام گذاشته‌اید و هم به نحوی شایسته تفهیم کرده‌اید این شما و همسران هستید که باید تصمیم نهایی را بگیرید. درحقیقت ظرافت‌های گفتاری و رفتاری، همان لحن دل‌نشین کلام و آرامش شما در مواجهه با نظر دیگران است که استقلال شما را تأمین می‌کند؛ در غیر این صورت، ممکن است مجبور شوید در جبران رفتار بدی که داشته‌اید، برای به‌دست آوردن دل شخص مقابل، دست از خواسته خود بکشید و نتیجه عکس به‌دست آورید؛ بنابراین سعی کنید از مجادله کردن بپرهیزید. انسان‌های مستقل اهل مجادله نیستند. البته باید به این نکته پراهمیت توجه داشته باشید که پدر و مادر خود و همسران در دوران و وضعیتی متفاوت رشد کرده و تربیت شده‌اند و این تفاوت، در نوع تفکر و توقعات آن‌ها اثر می‌گذارد و نظر آن‌ها می‌تواند مکمل نظر شما باشد؛ بنابراین سخنانشان را با دل و جان بشنوید و در جای خود، تحسینشان کنید؛ آنگاه اگر از نظر شما مساعد بود، بپذیرید و اگر هم نبود، جدل نکنید و به نرمی از آن عبور کنید.

در کلام پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله: «باتقوا ترین مردم کسی است که کشمکش را رها کند؛ اگرچه حق با او باشد.»^۱ همچنین امیرالمؤمنین

۱. محمدبن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، امالی الصدوق، ص ۲۱.





علی علیه السلام در تعبیری دیگر فرموده‌اند: «کسی که با بستگانش متواضع و نرم خو و با محبت باشد، دوستی‌شان را برای خویش همیشگی خواهد ساخت [و حتی اگر آنان از راه راست منحرف شده باشند، امکان به راه آوردنشان وجود خواهد داشت].»^۱

چگونگی کسب استقلال در خانواده‌های مختلف

نوع ارتباطی که خانواده با شما برقرار می‌کند، می‌تواند زمینه‌ساز استقلال باشد یا برعکس زمینه دست‌یابی به استقلال را محدود کند. اگر زن و شوهر بتوانند نقش‌های نادرستی را که ممکن است خانواده‌های آنان به خود بگیرند، شناسایی و از آن‌ها پرهیز کنند و از سوی دیگر، جنبه‌های مثبت و امتیازهای بزرگی را که حضور خانواده طرفین می‌تواند داشته باشد، بشناسند و تقویت کنند، ارتباطات آن دو با خانواده‌هایشان به مطلوب‌ترین شکل ممکن می‌رسد. پدر و مادر در هر وضعی که باشند، وقتی می‌توانند «محور وحدت» در بین اعضای خانواده باشند که فرزندان شأن آنان را شناخته و مطابق آن شأن و جایگاه، احترامشان را حفظ کنند و از آن‌ها اطاعت کرده و در برابرشان متواضع باشند. ارتباط خانواده‌ها با دختر و پسر و عروس و دامادشان ممکن است چهار گونه متفاوت باشد: ارتباط مداخله‌گر، ارتباط رهاکننده، ارتباط حمایتی وابسته‌پرور و ارتباط حمایتی استقلال‌بخش. قطعاً هر کدام از این رویکردها، واکنشی متناسب با خود را می‌طلبد تا بتوان با تنش‌های کمتری به استقلال رسید.

۱. علی بن ابی‌طالب علیه السلام، نهج البلاغه، خطبه ۲۳.





چگونگی مواجهه با مداخله‌گری‌های والدین

گونه اول، «ارتباط مداخله‌گر» است؛ یعنی همان دخالت‌های نابجایی که نهایتاً به اختلاف‌های خانوادگی و مراجعات فراوان به مشاوران و احیاناً طلاق می‌انجامد. چنانچه والدین در تصمیم‌گیری‌های فرزندشان بیش‌ازحد دخالت کنند، او باید به‌صورتی مؤدبانه و زیرکانه، آنان را متوجه رفتار درست کند و در غیر این صورت، مجاز به حرف‌شنوی از پدر و مادر نیست؛ همچنین مجاز به تقابل هم نیست؛ یعنی باید بدون تقابل، سعی کند زمینه ورود آن‌ها را به حیطه‌های مدّ نظر ایجاد نکند یا به‌صورتی زیرکانه موضوع بحث را عوض کند.

بهتر است نقش پدر و مادر را به نقش مشورت‌دهنده تبدیل کنید. برای این کار، باید بدون جبهه‌گیری به آن‌ها نشان دهید که مطالب و دغدغه‌هایشان را به‌خوبی درک کرده و در تصمیم‌هایتان مدّ نظر قرار خواهید داد. در این صورت، استقلال خود را حفظ کرده و خیلی مؤدبانه آن‌ها را به دیگران فهمانده‌اید. دقت کنید که اگر به کل خواسته‌های آن‌ها بی‌توجهی کنید، این روش دیگر جواب نخواهد داد؛ بنابراین سعی کنید بخشی از حرف‌های آنان را که آسیب جدی به برنامه‌هایتان نمی‌زند، در عمل اجرا کنید. این را هم بدانید که پدر و مادرها تجربه بیشتری دارند و ایراد عمده جوانان این است که از این تجربه‌ها استفاده نمی‌کنند و می‌خواهند همه چیز را خودشان تجربه کنند؛ غافل از اینکه خیلی از این تجربه‌ها گران به‌دست می‌آید و چه بسا ضربه‌ای جبران‌نشده در زندگی ایجاد می‌کند. حواستان باشد؛ وقتی مشورت مفید آن‌ها را مدّ نظر قرار نمی‌دهید و شکست می‌خورید، از آن به‌بعد،





فردی خام و یک‌دنده شناخته خواهید شد و دیگران به خود حق می‌دهند که در زندگی شما دخالت کنند.

چگونگی مواجهه با والدین رهاکننده

گونه دوم رفتار خانواده‌ها، ارتباط «رهاکننده» است که در آن، والدین فرزندان را رها کرده و در قبال مسائل آن‌ها بی‌تفاوت بوده و مسئولیتی احساس نمی‌کنند. در این وضعیت، توصیه می‌شود به جای اینکه با خانواده درگیر شوید، از زمینه پیش آمده برای استقلال بیشتر استفاده کنید و مواظب باشید با اشتباهات خود، این فرصت را از دست ندهید. خیلی از اوقات والدین به این دلیل فرزندان را رها کرده‌اند که ازدواج آن‌ها را به صلاحشان نمی‌دانسته‌اند و به نظرشان، پایان خوشی ندارد. حال، اگر شما شخصاً به این انتخاب رسیده‌اید، باید مسئولیت کامل انتخاب خود را بپذیرید و با گذشت و همدلی مضاعف، به حفظ زندگی‌تان بپردازید؛ زندگی‌ای که از حمایت اطرافیان محروم است. به شرط پختگی، زودتر استقلال خواهد یافت و اگر خامی کنید، به سختی حفظ می‌شود.

در این موقعیت، باید بسیار با دقت به این نکات عمل کنید:

- سعی کنید در زندگی خود با مشورت دیگران تصمیمات پخته بگیرید و زمینه سرزنش را در اختیار خانواده‌ها قرار ندهید.

- وقتی نتوانستید اختلاف بین خود و همسران را حل کنید، از والدینتان انتظار کمک نداشته باشید؛ در عوض، حتماً از مشاوران امین و پخته استفاده کنید تا بتوانید در اولین فرصت، مشکل پیش آمده را حل کنید.





● در این مواقع، هردو نفر باید بیش‌ازپیش از همدیگر پشتیبانی کرده و زندگی‌تان را محکم حفظ کنید؛ برای این منظور، اشکالات یکدیگر را بپذیرید و برای حفظ زندگی‌ای که انتخاب کرده‌اید و حمایت از آن، بیش از دیگران از خطاهای یکدیگر گذشت کنید.

● چیزهایی را که در زندگی نیاز دارید، به آن‌ها اعلام نکنید تا به شخصیتتان آسیبی وارد نشود و محبت بینتان خدشه‌دار نشود.

● ارتباط عاطفی و رفت‌وآمدهای معمولتان را با خانواده‌ها و اقوام حفظ کنید تا از آن‌ها جدا نشوید. قطع رابطه و قطع رحم به هیچ‌وجه به نفع شما نیست و عوارض بدی دارد.

● در این وضعیت، درگیر شدن با والدین در هر موضوعی که باشد، به هیچ‌وجه به صلاح شما نیست و هرگونه درگیری، فاصله شما را از خانواده‌تان زیاد می‌کند.

چگونگی مواجهه با والدین وابسته‌پرور

گونه سوم مواجهه پدر و مادرها، رفتار «حمایتی وابسته‌پرور» است که در آن، والدین برخلاف گونه قبلی، از فرزندان خود به طور کامل حمایت می‌کنند. این والدین سختی‌هایی را که زندگی برای فرزندان به وجود می‌آورد، به جان می‌خرند و صرفاً شیرینی‌های زندگی را در اختیارش قرار می‌دهند. این کار، گاهی از روی دلسوزی است و گاهی به این دلیل که فرزندان را آماده مواجهه با سختی‌ها نمی‌بینند. این فرزندان، برخلاف فرزندان گروه قبلی، کمترین زمینه را برای حفظ استقلال در اختیار دارند.





فرزندان این گروه، دچار آسیب‌های جدی در فرایند اجتماعی شدن^۱ هستند؛ به‌طوری‌که توقعات زیادی از دیگران دارند و زیر بار مسئولیت‌های خودشان نمی‌روند. اگر شما یکی از این افراد باشید و احتمالاً قبول کنید که به تغییر نیاز دارید، باید این الگوهای فکری و رفتاری را که در ادامه می‌آید، پیگیری کنید:

۱. پذیرش سختی‌ها

باید این واقعیت را بپذیرید که زندگی سختی‌های زیادی داشته و والدین شما نگذاشته‌اند آن‌ها را تجربه کنید. قطعاً دیر یا زود با سختی‌های بیشتر و البته پیچیده‌تری روبه‌رو خواهید شد که خانواده ممکن است نتواند در آن موقعیت‌ها به شما کمک کند؛ بنابراین لازم است از الان خود را آماده پذیرش این سختی‌ها کنید. علاوه‌براین، توجه داشته باشید که استقلال و پیشرفت و تجربه انسان در دل همین سختی‌ها به دست می‌آید و لذت‌های زندگی نیز در پس این سختی‌ها به مراتب شیرین‌تر خواهد شد.

شما باید «مواجهه مستقیم اجتماعی» را تجربه کنید و از والدینتان بخواهید در سختی‌ها کمی از حمایتان دست بکشند تا بتوانید خودتان مشکلات را تجربه کنید. در این مواقع، تلاش کنید راه‌حلی برای مشکلاتن بیابید و آن را به نحوی شایسته حل کنید.

۱. به شکل‌گیری خصوصیات و رفتار فرد تحت تأثیر آموزش‌هایی که محیط اجتماعی فراهم می‌کند، «Socialization» گویند.





۲. پرهیز از دریافت حمایت‌های والدین

به هر بهانه ممکن، از حمایت والدینتان دور شوید؛ مثلاً اگر می‌خواهند خرید مایحتاج خانه شما را برعهده بگیرند، مودبانه به آن‌ها بگویید: «برای من زشت است پدر و مادر من نیاز خانه‌ام را تأمین کنند.» اگر گفتند: «ما آنچه لازم بوده است، خریده‌ایم. بیا خودت ببر که جلوی همسرت زشت نباشد»، با احترام بگویید که منظورتان این است که برای شخص شما زشت است؛ چون شما مرد شده‌اید.

اگر مادرتان می‌خواهد هرچندروزی یک بار، برای تمیزکاری و رسیدگی به کارهای خانه شما، پیشتان بیاید، قبل از آمدنش همه چیز را مرتب کنید و بگویید: «لطفاً دست به چیزی نزدیک تا خودم مرتبشان کنم. من دیگر خودم یک زن هستم، مثل شما.»

۳. پیش‌دستی در حمایت از والدین

پیش از اینکه والدینتان کارهای حمایتی را آغاز کنند، شما پیش قدم شوید. می‌توانید بعد از ازدواجتان به پدر و مادرتان کمک کنید و طوری شایستگی نشان دهید که آن‌ها را به تعجب وادار کنید. وقتی شما با لیاقت عمل کنید و نشان دهید که می‌خواهید یا می‌توانید بخشی از کارهای خانه پدری‌تان را هم برعهده بگیرید، زمینه خوبی را برای استقلال خودتان فراهم کرده‌اید. در این صورت، کمک‌های آن‌ها نوعی همدلی و همکاری محسوب می‌شود و وابسته‌پروری نیست.





چگونگی مواجهه با والدین حمایتگر استقلال بخش

گونه چهارم ارتباط والدین با فرزندان، یعنی رفتار «حمایتی استقلال بخش»، شامل حمایت‌های عاطفی و فکری و حتی مالی سنجیده است؛ به طوری که به تدریج به استقلال فرزندان منتهی شود. پدر و مادرهایی که محبت و عواطف خود را مدیریت کرده و خیلی از کارها را برای فرزندان انجام نمی‌دهند، بسیار عاقلانه رفتار کرده و شایسته تقدیرند؛ چون سعی می‌کنند فرزندان رفاه‌زده و وابسته بار نیاید تا بتواند روی پای خودش بایستد. این کار ممکن است در ابتدا باعث ذهنیت منفی و دلخوری فرزندان شود، اما آن‌ها باید بدانند که این روش برای استقلالشان بسیار سودمند است.

در این مواقع، فرزند نباید حمایت‌های والدین را وظیفه آن‌ها بداند؛ بلکه باید قدرشناس بوده و به گونه‌های مختلف، درصدد جبران این حمایت‌ها برآید؛ مثلاً با مشورت کردن با آن‌ها سعی کند ضریب خطا و شکست خود و نارضایتی آن‌ها را کاهش داده و اعتماد والدین به خودش را تقویت کند. از طرفی باید مراقب باشد که به حمایت آن‌ها عادت نکند و توقع ادامه و افزایش آن را نداشته باشد تا باعث وابستگی‌اش نشود و خود نیز تلاش کند و خلاقیت فکری داشته باشد.

خانه پدری یا مسکن مستقل؟

اگر پسری در نظر دارد پس از ازدواج در خانه پدری زندگی کند، الزاماً در جلسات خواستگاری باید این مطلب را بگوید. اگر دختر نیز به دلایلی، به دنبال زندگی مستقل است و به هیچ وجه زندگی با خانواده همسر





را نمی‌پسندد، باید این مطلب را در جلسهٔ خواستگاری بیان کند. چنانچه این بحث‌ها در جلسات خواستگاری مطرح نشود، اگرچه از نظر حقوقی، تأمین و تعیین مسکن با مرد است، باز هم بهتر است در این زمینه، نه دختر و نه پسر، بر خواستهٔ خود اصرار نکنند و متناسب با موقعیت خویش و ضمن در نظر گرفتن مطالب پیش‌رو به تفاهم برسند:

● در ابتدای زندگی که احتمالاً شرایط اقتصادی پسر مناسب نیست، زندگی در خانهٔ پدری بسیاری از هزینه‌های زوج را کاهش خواهد داد: هزینه‌های مهمی مثل اجاره‌بها و هزینه‌های تعمیر و نگه‌داری منزل و برخی هزینه‌های جاری. علاوه بر این سختی‌های اجاره‌نشین بودن، مثل تمدید مدت اجاره و اضافه شدن اجاره‌بها، بد اخلاقی و ایرادگیری‌های احتمالی صاحب‌خانه‌ها، جابه‌جایی‌های هرساله، هزینه‌های نقل مکان و تخریب وسایل جهیزیه بر اثر اثاث‌کشی، نگرانی‌های مهمی است که معمولاً با بودن در خانهٔ پدری موضوعیت پیدا نمی‌کند.

● خانه محلی برای آرامش است؛ بنابراین اگر برای تشکیل زندگی مشترک، بین سکونت در خانهٔ پدری یا خانهٔ مستقل مردّد مانده‌اید، تنها ملاکتان آرامش باشد. در این زمینه، صرفاً به جنبه‌های اقتصادی آن فکر نکنید؛ بلکه بسنجید در کدام محل، آرامش بیشتری خواهید داشت! آرامش شما در گرو استقلال شماست و مسکن، مولفه‌ای مهم برای استقلال است؛ پس به شرطی خانهٔ پدری مناسب است که به استقلال شما آسیب نزند.

● حفظ حرمت پدر و مادر واجب است. گاهی ممکن است ماندن در خانهٔ پدر، درگیری‌ها و مشکلاتی را پیش بیاورد که آرامش شما و همسر





و والدینتان را تهدید کند. در این باره بسیار سنجیده عمل کنید. قبل از هر اقدامی، ظرفیت همسر و خانواده خود را به درستی بسنجید تا رنج‌های پیش‌نیاید و حرمتی شکسته نشود. گاهی افراد به سبب دلتنگی والدین، از زندگی در خانه مستقل صرف‌نظر می‌کنند؛ ولی بعد از گذشت چند سال، به خاطر حفظ حرمت آن‌ها مجبور به ترکشان می‌شوند.

● اگر در خانه پدری زندگی می‌کنید، بهتر است سهم خودتان را از هزینه‌های مشترک بپردازید. اصلاً نگاه دائمی به این خانه نداشته باشید؛ حتی اگر از بودن در آن، کاملاً احساس رضایت دارید. چنین نگاهی شما را از توانمندی مالی و استقلال اقتصادی در آینده دور می‌کند.

● نکند به علت نداشتن اعتماد به نفس، ترجیح دهید که در خانه پدر و مادرتان زندگی کنید! گاهی زوجین به سبب ناتوانی در تأمین نیازهای عادی خانه که تا قبل از ازدواج، برعهده پدر و مادرشان بوده است، تصمیم به چنین اقدامی می‌گیرند یا احساس می‌کنند به خوبی از پس حوادث و مشکلات احتمالی که ممکن است برای هر خانواده‌ای پیش‌آید، برنخواهند آمد. هراس از چنین وقایعی و در نتیجه، اصرار بر ماندن در خانه پدر، چه از جانب والدین باشد و چه از جانب فرزندان، بسیار نابخواب و خطرناک است.

به کارهای جزئی بپردازید تا کم‌کم خودکارآمد شوید. مهم این است که شما مسئولیت را برعهده بگیرید، نه اینکه بی‌خیال باشید یا ندانید چه باید کرد! در هر حال، وقتی مسئولیت را برعهده گرفتید، راهی برای آن پیدا خواهید کرد: یا خودتان دست به کار می‌شوید یا از فرد دیگری کمک خواهید گرفت.





● گاهی برخلاف نکته‌های پیش گفته، شما به دلایلی مانند ازدنیارفتن پدر یا مادر یا ناتوانی یا کهولت آن‌ها، وظیفه خود می‌دانید که در خانه پدری‌تان زندگی کنید. اگر پیش از ازدواج، این موضوع را با همسر آینده خود مطرح نکرده‌اید، باید بتوانید او را با زبان خوش متقاعد کرده و با خود همراه سازید. اگر این همراهی اتفاق نیفتاد، از فرد فهمیده و باتجربه‌ای که شما و همسران به او اعتماد دارید، کمک بگیرید؛ ضمناً تلاش کنید حمایت‌هایتان از والدین به گونه‌ای باشد که تدریجاً وابستگی آن‌ها به شما کمتر شود.^۱

● گاهی خانه مشترک به گونه‌ای است که حمام آن نیز مشترک است یا اتاق‌های آن بسیار به هم نزدیک است. چنین وضعیتی بسیار مشکل‌آفرین است و این مشکلات، بیش‌ازهمه باعث تشدید ناراضیاتی می‌شود؛ چون به علت محدودیت‌های موجود،

۱. پسری نزد من آمده بود و می‌گفت دختری را عقد کرده است و می‌خواهد مراسم عروسی برپا کند؛ اما مادر پیر هفتادساله‌ای دارد که بسیار به او وابسته است و نمی‌تواند او را دل شکسته رها کند و زندگی مستقلی تشکیل دهد. به او گفتم که چون فاصله بی‌نی مادرش با همسرش زیاد است، این وضعیت ممکن است برای هردوی آن‌ها مشکل‌آفرین باشد؛ بنابراین باید به دنبال بهانه‌ای باشد تا از مادرش جدا شود. از او پرسیدم که خانه‌شان چه وضعی دارد؟ پاسخ داد: «بسیار قدیمی است و باید از نو ساخته شود.» گفتم: «اگر اکنون مادرت از رفتن تو دل شکسته می‌شود، ممکن است بعدها به‌خاطر مشکلاتی که پیش خواهد آمد، بیش‌ازپیش رنجیده شود؛ ازاین‌رو، اینکه خانه‌تان باید دوباره ساخته شود، بهترین بهانه است. این موضوع را با خواهر و برادرهایت نیز در میان بگذار. مادر را به یکی از خواهرها که واحد مسکونی اضافه دارد، بسیار و هم‌زمان با ساخت‌وساز خانه، مراسم عروسی را برگزار کن. در چنین حالتی، اوضاع از هر نظر برای استقلال تو و همسرت آماده است؛ البته هوای مادرت را هم داشته باش؛ مثلاً با همسرت توافق کن که روزهایی از هفته و حتی گاهی اوقات، شبی را نزد مادرت بمانی.»





زن و مرد، بهره‌ کمتری از روابط عاشقانه و لذت‌های عاطفی در زندگی مشترک می‌برند؛ در نتیجه، زمینه‌ ناسازگاری‌شان به وجود آمده و این امر، سبب بروز ناراحتی‌های دیگری بین زن و شوهر می‌شود.^۱

● گاهی خانواده دختر، به دامادشان پیشنهاد می‌کنند که زندگی را در کنار آن‌ها آغاز کند. اگر هیچ‌گونه امکانی برای تهیه مسکن به نحوی دیگر نباشد، می‌توانید از این راه استفاده کنید؛ اما در نظر بگیرید که این مسئله هرچند کمک مالی مناسبی در ابتدای زندگی است، درعین حال ممکن است به همان میزان، استقلال و عزت نفس شما را نیز تهدید کند؛ پس به‌غیراز مواقع خاص، بهتر است از پذیرفتن این پیشنهاد صرف نظر کنید. البته این موقعیت خاص ممکن است مربوط به نیاز ضروری خانواده عروس نیز باشد و در این صورت، مشروط به این است که خاطرجمع باشید فضای فرهنگی و ارتباطی آن‌ها به گونه‌ای است که می‌توانید در کنار هم زندگی کنید و تنش خاصی در زندگی تان ایجاد نمی‌شود.

۱. پسری به من مراجعه کرد و انواع مشکلات با همسرش را برای من برشمرد. از او خواستم که خانه‌شان را برابم توصیف کند. او گفت که از اول زندگی، همراه با والدینش در خانه‌ای زندگی می‌کنند که حمام آن مشترک است. گفتم: «بااین اوصاف، هیچ‌وقت فرصتی برای همسرت نبوده است که انتظارات تو را برآورده کند. طبیعی است که این زن دل‌مرده باشد و حتی به ظاهر خودش نیز توجهی نداشته باشد.» به او توصیه کردم که حتی اگر مجبور به گرفتن قرض و وام هم باشد، حتماً یک اتاق اجاره‌ای برای خود و همسرش فراهم کند و مطمئنش کردم که در این صورت، بسیاری از مشکلاتشان حل خواهد شد. توجه داشته باشید که این کار به‌معنای بُریدن از پدر و مادر و کم‌توجهی به آنان نیست. این پسر می‌تواند نزدیک به آن‌ها منزلی اجاره کند که هم از زندگی خود، بهره بیشتری ببرد و هم به والدین خود به اندازه لازم توجه کند. او همین کار را کرد و خوشبختانه مشکلات پیچیده زندگی‌اش، یکی پس از دیگری حل شد و حالا احساس رضایت و خوشبختی دارد.



مزایا

کمک به والدین
و حمایت از آنها

رهایی از دغدغه‌های
اجاره‌نشینی

کاهش هزینه‌های
زندگی

آسیب‌ندیدن
جهیزیه

معایب

زمینه‌سازی
دخالت والدین

محدودیت در
روابط عاشقانه

زمینه بیشتر
برای تنش

تأخیر در
کسب استقلال



ترازوی آرامش؛ حفظ حرمت والدین و رفاه همسر



ب. شیوه‌های تعامل با خانواده‌ها

رسیدگی به خانواده‌ها

حفظ حقوق والدین و رعایت احترام آن‌ها مربوط به همهٔ زمان‌هاست. شما قبل و بعد از ازدواج، فرزند خانوادهٔ پدری‌تان هستید و همسران هم فرزند خانواده‌اش است؛ بنابراین از همسران نخواهید از انجام وظایفش در قبال پدر و مادرش کوتاهی کند؛ همان‌طور که خود نیز نباید چنین کنید.

ارج نهادن به والدین نشانهٔ حیات عاطفی و رشد عقلی و وظیفه‌شناسی در قبال یک عمر زحمت و جان‌فشانی و رنج‌کشیدن‌های بی‌توقع و بدون چشمداشت آنان است.^۱

از طرفی هم، مواظب باشید رسیدگی به والدین، شما را از وظایف همسری‌تان دور نکند. دربارهٔ رسیدگی به خانواده‌ها چند زمینهٔ آسیب‌زا وجود دارد:

۱. کم‌توجهی

ارتباط همسران جوان نباید به‌گونه‌ای باشد که به پدر و مادر، کم‌توجهی یا بی‌توجهی شود. این‌گونه رفتارها باعث می‌شود پدر و مادر به همسر فرزندشان حساس شوند؛ مثلاً مادری که می‌بیند قبلاً پسرش هروقت به مسافرت می‌رفته یا به دلایل مختلف از او دور می‌شده، مرتب تماس می‌گرفته است و حالا هرچند روز یک‌بار تماس

۱. جواد محدثی، راه زندگی: الفبای سعادت خانواده، ص ۱۶.





می‌گیرد، درحالی‌که هرروز باهمسرش در تماس است، احساس می‌کند وجود این خانم، عامل بی‌توجهی به او شده است. همین عامل به خودی خود، زمینه نگرانی بین مادر و همسر را فراهم می‌آورد که برای زندگی آسیب‌زاست.

به‌طور خاص، فرزندان افراد سال‌خورده باید مواظب باشند که بعد از ازدواج، به والدین خود بی‌مهری نکنند؛ چرا که آن‌ها احساس ناایمنی و اضطراب و حقارت خواهند کرد و از طرف دیگر باید مراقب باشند حمایت بیش‌ازحد، احساس اتکا و وابستگی آن‌ها را تشدید می‌کند. همچنین توجه به پدر و مادر نباید موجب کم‌توجهی به همسر شود. غالباً بچه‌ها به مادر خود نزدیک‌ترند و احساسی که مادر از دوری فرزند یا ازدواج او تجربه می‌کند، باعث می‌شود تا در مدت زمانی که هنوز به این جدایی عادت نکرده‌اند، بهانه‌جویی کند و همین امر، زمینه اختلاف شود. راه حل این مسئله نیز چیزی جز تحمل این دوران و گذشت زمان نیست.

۲. رفتار حسادت‌برانگیز

مادر برای فرزند در هر دوره سنی زحمات زیادی می‌کشد تا بزرگ شود و بتواند روی پای خود بایستد. زمانی که دیگر وقت ثمردهی و جبران آن زحمات می‌رسد، خانمی از راه رسیده و با ازدواج با فرزند، توجهات و رسیدگی‌های آن پسر را معطوف خود می‌کند. طبیعی است که در این شرایط زمینه بروز ناراحتی‌هایی از جانب مادر فراهم می‌شود. به‌طور طبیعی اگر دختر در این زمینه، توجه و دقت لازم را نداشته باشد،





حضورش می‌تواند تنش‌های زیادی را برای مادر همسرش به‌وجود بیاورد.

از طرفی دختر با هزار امید به پسر بله می‌گوید و با او ازدواج می‌کند و انتظار دارد محبت‌هایی که تا امروز از پدر و مادر دریافت کرده است، در رفتار همسرش هم ببیند. از سوی دیگر، باور غلطی در برخی از دختران هست که توجه همسر به خانواده‌اش، به معنای بی‌توجهی به آن‌هاست و این باور، آنان را به مقابله با خانواده شوهر وامی‌دارد؛ همین امر باعث می‌شود که از آغاز زندگی مشترک، آگاهانه یا ناآگاهانه طوری رفتار کنند که مرد از خانواده‌اش فاصله بگیرد.

بعد از ازدواج، اگر هنوز توجه و ذهن پسر درگیر پدر و مادرش باشد، زمینه‌های ناراحتی برای دختر فراهم می‌آید؛ از این رو باید مراقب باشد که رفتار خود را با والدین و همسرش درست مدیریت کند. طبیعی است توجه یا ابراز محبت شدید به یکی از طرفین، مثلاً تعریف و تمجید زیاد از مادر جلوی همسر یا برعکس، باعث حساسیت و گاهی حسادت طرف مقابل می‌شود.

۳. دخالت‌های بیجا در ارتباط همسر با خانواده‌اش

در سطح بهتر، زن یا شوهر باید تسهیل‌کننده رابطه همسر خود با خانواده‌اش باشد. همچنان که ما به حریم شخصی همسرمان توجه می‌کنیم، باید به حریم خانوادگی او نیز توجه داشته باشیم؛ مثلاً رابطه زن با برادرش یا رابطه مرد با مادرش در محدوده حریم خانوادگی آن‌هاست و درعین صمیمیت و یگانگی، هیچ‌یک از زوجین حق





مداخله یا تجسس در این روابط را ندارند؛ بلکه هر نفر باید به دیگری کمک کند تا بتواند با والدین یا خواهر و برادرانش ارتباط بهتری برقرار کند. البته اگر رابطه هریک از همسران با خانواده خودش، به زندگی مستقلشان لطمه وارد می‌کند، در درجه نخست، باید این رابطه مدیریت شود و حتی المقدور تعارضات کم شود. در این وضعیت، بهتر است با مراجعه به بزرگ‌ترها و افراد مجرب، تعارض‌ها بررسی شود. چه بسا رفتارهای غلط یا خام یکی از زوجین باعث این تعارض‌ها شده است! به طور نمونه، فردی احساس می‌کند همسرش هروقت نزد خانواده خود می‌رود، توقعات بیشتری از او دارد یا از او دلسرد می‌شود؛ بنابراین اولین چیزی که به ذهن این فرد می‌رسد، این است که رابطه همسرش با آن‌ها را کنترل کند. این بهترین تصمیم نیست؛ چراکه این موضوع اساساً می‌تواند دو علت داشته باشد: یا آنکه رفتار او با همسرش واقعاً غلط است و والدین همسرش، نکته‌ای درست را به فرزندشان گوشزد کرده‌اند یا توقعات بیش از اندازه خودشان را به این زندگی نیز تسری داده‌اند. طبیعی است که خود فرد به پذیرش بخش دوم، متمایل تر است و ایراد را از خودش نمی‌داند؛ بنابراین مشورت با بزرگ‌ترهای باتجربه و عاقل و بی‌طرف، کمک می‌کند که این مسئله برای انسان روشن شود.

به هر حال، چنانچه معلوم شد ایراد از خود اوست، باید به دنبال اصلاح خود باشد و اگر معلوم شد که رابطه همسرش با خانواده‌اش رابطه‌ای مخرب است و اصلاح‌شدنی نیست، ضمن حفظ احترام به والدین و جلوگیری از قطع رحم، این رابطه را مدیریت کند. یکی از راه‌ها این است که بیشتر ملاقات‌های خانوادگی را با همدیگر انجام دهند





یا اینکه در فضاهای رسمی همدیگر را ملاقات کنند یا ملاقات‌هایشان کوتاه باشد تا زمینهٔ صحبت‌های مخرب کمتر پیش آید.

تعاملات مالی با خانواده‌ها

تعاملات مالی با خانواده‌ها را می‌توان در سه حالت دسته‌بندی کرد:
 ۱. کمک والدین به فرزندان؛ ۲. کمک فرزندان به والدین؛ ۳. مشارکت مالی با خانواده‌ها.

۱. کمک والدین به فرزندان

جوان نباید از دیگران انتظار کمک داشته باشد؛ چراکه به استقلال او ضربه خواهد زد. از طرفی نباید کمک والدین را نیز وظیفهٔ همیشگی آن‌ها بداند؛ بلکه باید آن را لطفی بداند که در صورت امکان و تمایل والدین، شامل حالش خواهد شد. به همین دلیل، کمک به زوج‌های جوان باید به گونه‌ای باشد که توقعی در آن‌ها ایجاد نکند. هر زندگی نوپا، به حدّ معقول و مطلوبی از استقلال و کارآمدی و عزت نفس نیاز دارد که کمک‌های مالی نادرست دیگران می‌تواند به این مؤلفه‌ها آسیب بزند.

پدر و مادر دانا هیچ‌گاه با کمک‌های مالی مستقیم، فرزندان‌شان را وابسته نکرده و زندگی فرزندان را به زندگی خودشان گره نمی‌زنند. آن‌ها تلاش می‌کنند کمک‌هایشان، نامحسوس و نامنظم باشد که لطف مستمر به حقِ مُسلم تبدیل نشود.





مهم‌ترین نکته این است که شما نباید به‌طور خاص برای هزینه‌های جاری زندگی خود، روی حمایت والدین حساب کنید؛ مگر اینکه توانایی انجام هیچ نوع اشتغال و فعالیت اقتصادی را نداشته باشید که در این صورت، بهتر است مستمری مشخصی، از طرف پدر اختصاص یابد و زمان پایان آن نیز روشن باشد؛ البته بهتر آن است که والدین، این مستمری را برای کاری قرار دهند که موجب تجربه‌اندوزی و مهارت‌آموزی شما شود.

استغنا

محور مهمی که در تعاملات مالی با خانواده باید در نظر داشته باشید، این است که هر میزان خودتان را از دیگران بی‌نیاز کنید، به همان میزان توانمند و مستقل خواهید شد. این قاعده را به‌خاطر داشته باشید که رسول گرامی اسلام ﷺ فرموده‌اند: «مَنِ اسْتَغْنَىٰ أَعْنَاهُ اللَّهُ.»^۱ (کسی که اظهار بی‌نیازی کند، خداوند بی‌نیازش می‌کند). در واقع، بی‌نیازی و غنا یک انتخاب است. شما می‌توانید خودتان را از خودتان دور کنید. راهش این است که احساس نیازمندی به دیگران را از خودتان دور کنید. وقتی یاد گرفتید که خودتان باید نیازهایتان را برطرف کنید و نیازمند کمک دیگران نباشید، در واقع بی‌نیاز شده‌اید. در این موقعیت یاد می‌گیرید به اندازه نیازهای خودتان تلاش کنید؛ نه اینکه مقداری تلاش کنید و برای برطرف کردن باقی نیازهایتان، به امید کمک دیگران باشید.

۱. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۳، ص ۳۵۶.





یکی از صحابه رسول اکرم ﷺ که فقر و تنگدستی بر او چیره شده بود، با مشورت و پیشنهاد همسرش تصمیم گرفت وضع خود را برای پیامبر ﷺ شرح دهد و از آن حضرت پولی دریافت کند. با همین نیت نزد رسول خدا ﷺ رفت؛ ولی قبل از آنکه حاجت خود را بگوید، این جمله را از زبان رسول اکرم ﷺ شنید: «هرکس از ما کمکی بخواهد، ما به او اعطا می‌کنیم؛ ولی اگر کسی بی‌نیازی بورزد [و دست حاجت پیش مخلوقی دراز نکند]، خداوند او را بی‌نیاز خواهد کرد.» با خود اندیشید که مقصود پیامبر ﷺ او بوده است؛ بنابراین بدون اینکه چیزی به آن حضرت بگوید، به خانه برگشت.

همسرش با اطلاع از این مطلب گفت: «رسول خدا ﷺ نیز انسان است [و از نیت تو خبر ندارد]. برو و وضعیت فقرمان را به ایشان بگو [و کمکی دریافت کن]. مرد رفت؛ ولی دوباره همان جمله و قانون را از رسول اکرم ﷺ شنید که: «هرکس از ما کمکی بخواهد، ما به او کمک می‌کنیم؛ ولی اگر کسی بی‌نیازی بورزد، خداوند او را بی‌نیاز می‌کند.» این دفعه نیز بدون اینکه حاجت خود را بگوید، به خانه برگشت و چون خود را همچنان در چنگال فقر، ضعیف و بیچاره و ناتوان می‌دید، برای سومین بار به همان نیت به مجلس رسول اکرم ﷺ رفت و باز همان جمله را شنید.

آن صحابه فهمید که رسول خدا ﷺ با این جمله منظوری دارند و باید کاری انجام دهد. تیشه‌ای قرض گرفت، به صحرا رفت، هیزم جمع کرد، فروخت و لذت حاصل از دسترنج خودش را چشید. روزهای دیگر به این کار ادامه داد تا تدریجاً توانست از همین پول برای خود تیشه و حیوان و سایر لوازم کار را بخرد؛ سپس بازم به کار خود ادامه





داد تا صاحب سرمایه و غلامانی شد. روزی نزد رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم رفت و ماجرا را تعریف کرد. پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم تبسم کنان فرمودند: «به تو گفتم که هرکس از ما کمکی بخواهد، به او می‌دهیم؛ ولی اگر بی‌نیازی بورزد، خداوند او را بی‌نیاز می‌کند.»^۱ این‌گونه مرد به بی‌نیازی رسید و خودش را توانمند ساخت.

از طرف دیگر وقتی ریشه نیاز از دیگران را از خودتان دور کنید، به اندازه درآمدی که دارید، هزینه خواهید کرد. این نیز مکانیزمی دیگر برای بی‌نیازی است. مدیریت کردن مخارج برای اینکه از دیگران طلب کمک نکنید، همان چیزی است که از آن به قناعت یا کفاف یاد شده است.^۲ امام کاظم علیه السلام در این باره فرموده‌اند: «کسی که به میزان کفایتش قناعت کند، می‌تواند اظهار بی‌نیازی کند و بی‌نیاز خواهد شد و کسی که به میزان کفایتش قناعت نکند، هیچ‌گاه طعم غنا و بی‌نیازی را نخواهد چشید.»^۳ بی‌نیازی حالتی درونی است که باید انتخابش کنید و بخش دوم این انتخاب، این است که به نیازهای خودتان اکتفا کنید تا بی‌نیاز شوید.

با کمال احتیاج از خلق استغنا خوش است

با دهان تشنه مردن بر لب دریا خوش است^۴

مزیت عمده اظهار بی‌نیازی و استغنا، کسب عزت نفس است. کسی که هیچ نیازی به دیگران ندارد، عزت نفس مطلوبی دارد و مانند

۱. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۳، ص ۳۵۸ و ۳۵۹.

۲. نک: عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ص ۳۹۱.

۳. حسن بن علی بن شعبه حرانی، تحف العقول عن آل الرسول صلی الله علیه و آله و سلم، ص ۳۸۸.

۴. سروده محمد علی صائب تبریزی، شاعر قرن یازدهم هجری.





سایر مردم با اتکا به نیروی خودش زندگی را اداره می‌کند؛ اما اگر پایه زندگی را بر کمک والدین بنا کردید، در واقع به فرزند بودن خودتان ادامه داده‌اید. حق بدهید که در این وضعیت، آن‌ها بگویند: «باید دور و برشان را گرفت: بچه‌اند دیگر!» مشخص است که همین مطلب، باب مداخله آن‌ها را به زندگی شما باز می‌کند.

۲. کمک فرزندان به والدین

همان‌طور که در کودکی، پدر و مادر هزینه‌های فرزندشان را متقبل می‌شوند، زمانی هم که پدر و مادر نیازمند باشند، فرزند موظف است تا حد امکان به آن‌ها رسیدگی کند. اگر پدر و مادر به پرداخت‌های مالی نیاز داشته باشند، برعهده فرزندان است که این هزینه‌ها را بپردازند و این جزو حقوق و احکام قطعی در اسلام است. این قاعده به صورت ضرب‌المثلی در روایات اسلامی آمده و تکرار شده است که: «أَنْتَ وَمَالُكَ لِأَبِيكَ»^۱ (تو و دارایی‌ات، از آن پدرت هستی).

حمایت‌های فرزند از والدین باید به گونه‌ای باشد که حرمت و کرامتشان حفظ شود و احساس حقارت و زیردستی به آن‌ها دست ندهد؛ از این رو در تمامی کمک‌ها قبل از آنکه والدین رنج درخواست را تحمل کنند، خود فرزند باید پیش قدم شود. همچنین نیاز نیست همسر و فرزندان، از کمک‌های مالی انسان به پدر و مادرش خبردار شوند؛ چراکه ممکن است ارزش والدین فرد در نظر آن‌ها کم شود و چه بسا مخالفت کنند و مانع شوند.

۱. محمدبن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۹، ص ۷۱۸.





۳. مشارکت مالی با خانواده‌ها

قدیمی‌ها می‌گفتند: «معامله با خودی غصه داره»؛ برای همین بهتر است تا حدّ ممکن، مشارکت اقتصادی یا معامله و خریدوفروشی با خانواده و بستگان خود یا همسران نداشته باشید؛ چراکه اختلاف و ناراحتی‌هایی که احیاناً در خلال هر معامله‌ای یا بعدازآن به وجود می‌آید، در روابط خانوادگی شما تأثیر خواهد گذاشت. به طور خاص، این نکته را در چند سال اول زندگی در رابطه با خانواده همسران رعایت کنید؛ چراکه هنوز با روابط و اخلاق اقتصادی آن‌ها آشنا نیستید و بروز اختلافات طبیعی در مسائل اقتصادی ممکن است به روابط زندگی نوپای شما ضربه جدی بزند.

معمولاً در معاملات، این انتظار وجود دارد که طرف مقابل به دلیل آشنایی و قربانی که با او دارند، از بخشی از حق و حقوق مالی‌اش صرف نظر کند؛ مثلاً فلان مقدار پول را نگیرد یا فلان هزینه را حساب نکند؛ درحالی‌که طرف دیگر، چنین انتظاری ندارد یا حداقل معتقد است که: «حساب، حساب است و کاکا، برادر». گاهی نیز افراد، بعد از معامله احساس می‌کنند کالا یا خدماتی که دریافت کرده‌اند، آن‌گونه که باید، نیست و در حقشان اجحاف شده است. همین عوامل باعث ناراحتی و دلخوری و گلایه از طرف مقابل یا همسر او و درنهایت، اختلاف و تنش خانوادگی می‌شود.

در سال‌های اخیر، نمونه رایج در تعاملات مالی با خانواده همسر، تعاملی است که درباره وام ازدواج صورت می‌پذیرد. در حالت عادی، قاعدتاً هرکس باید سهم خودش را از این وام بردارد و اقساط آن را هم





پرداخت کند؛ ولی چنانچه یکی از طرفین به این مبلغ نیاز نداشت و خواست حقش را به طرف مقابل بدهد، باید این اتفاق به طور کامل صورت پذیرد؛ یعنی پرداخت قسط و ضمانت و تحویل چک و سفته‌ها، همه برعهده همان کسی است که وام را دریافت می‌کند.

در جاهایی که پسر یا پدر و برادرش مشارکت شغلی دارد، باید مراقب باشد مسائل کاری به خانه کشیده نشود و البته همسر هم نباید درباره مسائل کاری پدر و فرزند و برادران نظر بدهد یا مداخله کند. اگر در این مشارکت‌ها شئون رعایت شود، همان طوری که در بخش صلۀ رحم اشاره خواهد شد، می‌تواند فرصت‌های اقتصادی خوبی را برای طرفین به وجود آورد.

بعضی اوقات پیش می‌آید که خانواده دختر می‌خواهند از داماد خودشان حمایت کنند. در این مواقع باید به نکات زیر توجه کرد:

- حمایت‌ها به گونه‌ای نباشد که استقلال و عزت پسر زیر سؤال برود؛ مثلاً این طور برنامه ریزی شود که قرض با واسطه قرض الحسنه‌ها داه شود. برای نمونه، به اعتبار پولی که در قرض الحسنه یا بانک دارند، برای دامادشان وام بگیرند و داماد قسط قرض الحسنه را بپردازد.

- نوع مشارکتی که می‌خواهند داشته باشند، کاملاً شفاف و دقیق بوده و با مشورت بزرگ‌ترها و افراد باتجربه تنظیم و حتماً مکتوب شده باشد.

- به خصوصیت‌های شخصیتی و فرهنگی طرف مقابل توجه کنید. بعضی‌ها اصلاً خوش معامله نیستند؛ هرچند در تعاملات خانوادگی خوب باشند. بعضی نیز وقتی به فردی کمک می‌کنند، متّ گذاشته و به خود حق می‌دهند در کارهای دیگر او دخالت کنند. اگر چنین





زمینه‌هایی را دیدید، به این حمایت تن ندهید؛ هرچند حمایتی چشمگیر در کار باشد؛ زیرا به تلخی‌های بعدش نمی‌ارزد.

تعاملات خانوادگی در دوران عقد

دوران عقد، فرصت شیرین و مغتنمی است که زوج می‌توانند در دو جنبه از آن بهره گیرند: یکی تأمین نیازهای روحی و عاطفی و دیگری شناخت بهتر همسر و خانواده‌اش. این دو جنبه، به شرطی رخ می‌دهد که میزان ارتباط در دوران عقد، بنابر وضعیت و فرهنگ طرفین متعادل باشد؛ چنانچه زیاد از حد باشد، شیرینی و لذتش به تلخی و نگرانی سوق داده می‌شود و اگر کم باشد، نگرانی و ناراحتی ایجاد می‌کند؛ پس در این زمینه، تعادل، شرط اول است. از این شرط مهم که بگذریم، بایسته‌های دیگری هم وجود دارد که نباید از آن‌ها غفلت کنید:

● ۱. در ارتباطات دوران عـقـد، باید بین «باهم‌بودن» و «باطرافیان‌بودن»، تعادل برقرار کنید؛ هرچند بهتر است سهم بیشتری از زمان را به همسران اختصاص دهید. افراط و تفریط در این مسئله، این است که عمده وقتتان را در میان جمع یا برعکس در کنار همسران به‌تنهایی بگذرانید؛ درحالی‌که خانواده‌ها نیز دوست دارند در کنار شما باشند.

● ۲. چنانچه خانواده‌ها محدودیت‌هایی داشتند که عروس و داماد احساس کردند نمی‌توانند باهم باشند، بهتر است به جای ناراحت شدن از این موضوع، همین فرصت‌های کم را غنیمت شمرده و کیفیت





ارتباطشان را بیشتر کنند؛ مثلاً اگر خانواده‌ها موافق نبودند که عروس و داماد، شب پیش هم بمانند، ساعت‌های روز را زیاد کرده و کیفیت ارتباط را تقویت کنند.

● ۳. به تدریج هریک از عروس و داماد با خانواده خودش صحبت کند تا زمینه ارتباط بیشتر فراهم شود؛ حتی می‌توانید از کمک افرادی که حرف و نظرشان بر پدر و مادر تأثیر دارد، به‌طور شایسته و حساب‌شده‌ای استفاده کنید.

فضای مجازی هم می‌تواند این خلأ را به‌خوبی تأمین کند. از ابراز علاقه به همسران در فضای مجازی غافل نشوید. از فضای مجازی خیلی خوب می‌توان برای تقویت ارتباط‌های خانوادگی استفاده کرد، مثل ارتباط با پدر و مادر، خواهر و برادر، همسر و فرزند.

● ۴. درگیری‌های شغلی و تحصیلی شما، نباید آن‌قدر زیاد باشد که نتوانید از شیرینی دوران عقد بهره کافی ببرید. از طرف دیگر، مواظب باشید که دوران عقد، شما را چنان به خودش مشغول نکند که مسائل اساسی زندگیتان مثل شغل و تحصیل را تحت الشعاع قرار دهد.

● ۵. وقت‌هایی که باهم هستید، چه در فضای خانوادگی و چه در فضای اجتماعی، مواظب ابراز محبت‌های خودتان در جمع باشید. بعضی از ابراز محبت‌ها، فقط مناسب محیط دوفره و خلوت شماست. ابراز محبت‌های زیاد از حد و خارج از عرف در جمع، نشانه خامی و رفتارهای بچگانه بوده و ممکن است تأثیر منفی بر روحیه دیگران بگذارد؛ همچنین موجب حساسیت و حسادت و چشم‌زخم و عاملی برای ایجاد محدودیت از طرف اطرافیان خواهد شد.





۶. دربارهٔ تعداد و محل دیدارهایتان نیز باید تناسب و تعادل را رعایت کنید. در هفته دو تا سه مرتبه دیدار خوب است. این دیدارها بهتر است یکی در خانهٔ عروس و یکی در خانهٔ داماد و یکی نیز به صورت دونفره و بیرون از خانه باشد؛ البته متناسب با موقعیت و محدودیت‌های احتمالی، ممکن است این دیدارها کمتر شده یا به شکل دیگری انجام شود.

۷. گاهی دیدارهای بیرون از خانه را با حضور سایر اعضای خانواده برقرار کنید؛ مثلاً با حضور خواهر یا برادر کوچک‌تری که به همسران وابسته است یا با حضور پدر یا مادری که در خانه تنها بوده و علاقه‌مندند با شما بیرون بیایند.

۸. گاهی از اوقات، پسر یا شاید هم دختر نمی‌خواهد فرصت‌های بیرون از خانه را به تنهایی و با همسرش سپری کند؛ مثلاً بعضی از پسرها دوست دارند که حتماً با پدر و مادر و خواهر و برادر خودشان پارک بروند و وقتی هم که همسرش می‌خواهد دونفره در پارک باشند، از بقیه برای همراهی دعوت می‌کند؛ درحالی‌که زن و مرد، هردو نیاز دارند فرصت‌هایی را برای مسافرت یا بیرون‌رفتن‌های دو نفره اختصاص دهند. بسیاری از حرف‌ها و سهم مهمی از آرامش حاصل از ازدواج در همین ساعت‌های دونفری برای شما پیش خواهد آمد.

۹. چنانچه در زمینهٔ روابط دوران عقد، تفاوت‌های فرهنگی چشمگیری بین دو خانواده وجود دارد، دوران عقد را تا حد امکان کوتاه کنید تا خدشه‌ای به زندگی شما ایجاد نشود.





احترام و صمیمیت

حریم‌هایی در زندگی وجود دارد که محافظت از آن‌ها را احترام می‌گویند. احترام یعنی رعایت حریم خود و دیگران و به تبع آن، بی‌احترامی یعنی حریم‌شکنی. احترام رکن مهمی است که رعایت آن، روابط ما انسان‌ها را به بهترین نحو ممکن سامان می‌دهد. اگر پرده حرمت‌ها از میان برداشته شود، «صمیمیت» و «مودت» نیز از زندگی رخت برمی‌بندد. به تعبیر دیگر، تیر زهرآلود شکسته شدن حریم‌ها بیش از همه، احترام و به تبع آن صمیمیت و مودت میان افراد را نشانه می‌رود؛ درحالی‌که کم‌شدن محبت، باب ورود آسیب‌های جدی در زندگی زناشویی است.

۱. احترام؛ محور ارتباط با خانواده همسر

زن و شوهر باید آن‌چنان با یکدیگر ممزوج و صمیمی باشند که نهایتاً به یگانگی برسند؛ اما کسی این ارتباط را با خانواده همسر توصیه نمی‌کند؛ یعنی اشتباه است اگر بخواهید این حالت صمیمیت فوق‌العاده را با خانواده همسر خود نیز داشته باشید. در چنین حالتی، به طور طبیعی در استقلال شما اختلال ایجاد می‌شود؛ چراکه در صورت صمیمیت بسیار با آن‌ها، طبیعتاً باید تا حد زیادی تابع تصمیماتشان نیز بشوید؛ همچنین اگر به سبب صمیمیت، خانواده همسر شما ملاحظات را به‌جا نیاورند، دچار رنجش و دل‌شکستگی می‌شوید؛ پس منطقی است که به جای صمیمیت، احترام را در صدر ارتباط با آن‌ها قرار دهید؛ یعنی تا آنجاکه می‌توانید حرمت و احترام خانواده همسران را نگه دارید.





نحوه ارتباط با خانواده همسر متفاوت از نحوه ارتباط با خود اوست. ارتباط با خانواده همسر ارتباطی تنگاتنگ و پیوسته نیست؛ بنابراین هرچه بیشتر احترام و حرمت ایشان را داشته باشیم، بیشتر می‌توانیم از مزایای ارتباط با آن‌ها بهره ببریم. گفته می‌شود: «تَسْقُطُ الْأَدَابُ بَيْنَ الْأَحْبَابِ»^۱ یعنی در فضای صمیمیت، خیلی از ملاحظات و آداب کنار می‌رود؛ مثلاً در فضاهای خیلی صمیمی، اگر دامادی وارد خانه پدر همسرش شود، ممکن است که خانه را درهم ریخته ببیند یا پدرزنش فقط با تکان دادن سر، جواب سلام او را بدهد؛ حتی ممکن است در چنین وضعیتی، دعوایی هم میان پدر و برادر همسرش رخ بدهد و بی‌پروا از حضور او، بر سر یکدیگر دادوبیداد هم بکنند! در این حالت، او احساس می‌کند آن‌چنان‌که باید حرمتش حفظ نشده است. خب واضح است که در چنین وضعیتی، قبل از هر کس، باید خود را سرزنش کند.

تاکنون فکر کرده‌اید که چرا غالباً به معلّمان و استادان محبوبمان نسبت به همکلاسی‌های خود، عشق پایدارتر و قوی‌تری داشته‌ایم؟ می‌توان گفت که در این عشق، همواره حرمت استاد خود را حفظ کرده‌ایم و به هر نحوی محبتمان را به او ابراز نکرده‌ایم؛ یعنی صمیمیت باید در فرآیندی زمانی، با حفظ کرامت و رعایت حریم‌ها شکل بگیرد تا پایدار بماند.

خلاصه کلام اینکه از ضروریات حفظ استقلال، حفظ حرمت خانواده همسر است و توصیه مهم در این زمینه، این است که بیش از حد به همدیگر نزدیک و صمیمی نشوید. در این وضعیت، بی‌آنکه مجبور

۱. عباس قمی، نزهة النواظر فی ترجمة معدن الجواهر، ص ۲۳: البته این تعبیر در متن کتاب‌های روایی وجود ندارد و در این کتاب هم، بدون استناد به امام معصوم (علیه السلام) بیان شده است.





به گستاخی یا حریم‌شکنی باشید، دخالت‌های آن‌ها را نیز به حداقل می‌رسانید.

۲. صمیمیت تدریجی

صمیمیت با خانواده همسر باید به تدریج و در بازه‌ای زمانی شکل بگیرد و با کرامت و احترام حفظ شود. همگی به تجربه دیده‌ایم فردی که با دیگران زود صمیمی و خودمانی می‌شود، زود هم با آنان درگیر می‌شود. یکی از مصادیق هوش عاطفی زیاد در هر فرد، آن است که با هرکسی زود صمیمی نمی‌شود.

قبل از صمیمیت با افراد، باید ظرفیت عاطفی خود و دیگران را بشناسیم و مرزهای روابط و حریم‌ها را تشخیص دهیم. چنین شناخت و تشخیصی حاصل نخواهد شد، مگر به تدریج و در بستر زمان؛ از این رو آن‌هایی که دامادشان را در اوایل آشنایی، نزد خود نگه می‌دارند و همان هفته‌های اول، بدون شناختن ظرفیت‌هایش با او به مسافرت می‌روند، ممکن است آینده خوشی را تجربه نکنند یا دامادی که همان روزهای اول با پدرزن خود فوتبال بازی می‌کند، ممکن است با او به صمیمیت واقعی نرسد؛ چرا که در میان بازی، شاید حرف یا رفتاری ناخواسته، پایه روابط بینشان را خراب کند. خطای این افراد، آن است که قبل از تشخیص ظرفیت‌های طرفین، به رفتاری دست می‌زنند که می‌تواند پیامدهای ناگواری به همراه داشته باشد؛ بنابراین توصیه صریح به پدرها و مادرها، همچنین تازه‌عروس و دامادها این است که خیلی زود خودمانی نشوند.



آن‌هایی که خیلی باهم صمیمی می‌شوند، به همان میزان، رنجیدگی و ناراحتی‌هایشان از یکدیگر را نیز خیلی زود ابراز می‌کنند و در این میان، ممکن است هردو یا یکی از آن‌ها، این ابراز ناراحتی‌ها را تاب نیاورد و صمیمیت روابطشان تهدید شود؛ بنابراین زوج‌های جوان می‌توانند با شناخت توقعات و انتظارات والدین خود و همسرشان، در طول بازه‌ای از زمان، درک بیشتری از رابطه با آن‌ها به دست آورند و با کمی صبر و تحمل، به تدریج روابط بهتری را تجربه کنند.

۳. رعایت احترام در گرو زبان

بسیاری از اوقات، ما با زبان خود، بی‌آنکه چیزی به دست آوریم یا به حقی برسیم، فقط با بیان یک یا چند جمله، حریمی را می‌شکنیم که گاه برای جبران آن، مجبور به پرداخت هزینه و خسارت‌های سنگینی می‌شویم؛ درحالی‌که همین زبان اگر با توجه به حریم‌ها، درست و بجا سخن بگوید، می‌تواند منفعت‌های بسیاری برای صاحب خود به دست آورد؛ بنابراین بخش اعظمی از رعایت احترام، در گرو زبان است.

امیرالمؤمنین علی علیه السلام توصیه فرموده‌اند که هنگام عصبانیت، باید سکوت کرد.^۱ همین توصیه، ارزش دقت در سخن گفتن را آشکار می‌کند. شخص عصبانی قدرت کمتری در حفظ و رعایت حریم‌های کلامی دارد.^۲ اگر توصیه می‌شود در هنگام خشم سخنی نگوئیم و تصمیمی نگیریم یا محل را ترک کنیم، به سبب پاسداشت حرمت حریم‌هایی است که شکسته شدن آن‌ها لطمه‌های جبران‌ناپذیری به زندگی ما وارد می‌کند.

۱. «دَاوُوا الْقَضَبَ بِالصَّمْتِ» (علی بن محمد لیشی واسطی، عیون الحکم و المواعظ، ص ۲۵۰).

۲. نک: «لَا آدَبَ مَعَ غَضَبٍ» (عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، غرر الحکم و درر الکلم، ص ۷۷۰).



۴. احترام به همسر در جمع

علاوه بر اینکه خودمان باید احترام همسرمان را در جمع‌های خانوادگی و دوستانه حفظ کنیم، فضای خانوادگی‌مان را نیز باید طوری مدیریت کنیم که دیگران هم احترام او را حفظ کنند. یکی از راهکارها این است که وقتی کسی می‌خواهد درباره‌ی همسرمان بدگویی کند، خیلی تحویلش نگیریم یا چندان مشتاقانه به او گوش فراندیم که هر قدر خواست، پیش آید؛ چون در هر حال، دفاع از حریم و حرمت همسرمان برعهده‌ی ما هم است. البته شیوه‌ی دفاعمان هم نباید به گونه‌ای باشد که به دیگران بی‌احترامی کنیم؛ چون باعث می‌شود آن‌ها بی‌حرمتی را تکرار و تشدید کنند.

با این همه، بعضی از افراد نمی‌توانند احترام دیگران را حفظ کنند؛ پس اگر با وجود تلاش‌هایمان، نتوانستیم احترام برخی از بستگان خود را به سوی همسرمان جلب کنیم، می‌توانیم به رفت‌وآمد کم و مفید با آن‌ها بسنده کنیم تا آسیب‌ها و اصطکاک‌ها به حداقل برسد.

عده‌ای در جمع‌های خانوادگی و خودمانی، همسرشان را با الفاظ سبک صدا می‌زنند و به بهانه‌ی صمیمیت، او را در جمع تحقیر می‌کنند. اگر همسرتان اعتراضی در این زمینه داشت، حتماً آن را جدی بگیرید. از طرف دیگر، بعضی‌ها وقتی همسرشان در جمع نیست، عیوبش را به بقیه می‌گویند یا با بی‌احترامی از او یاد می‌کنند؛ مثلاً وقتی دیگران در موقع شام، سراغ همسرش را می‌گیرند، می‌گوید: «ولش کنید! بگذارید هر وقت خواست بیاید. چه کارش کنم؟ همیشه باید منتظرش بود!» چنین فردی، خود به دیگران اجازه داده است که به همسرش بی‌احترامی کنند.





بحث محوری در این زمینه، آن است که همه اعضای خانواده باید حرمت یکدیگر را نگه دارند و اجازه ندهند اختلاف سلیقه‌ها یا حتی اختلاف‌های جدی‌شان، باعث شکسته شدن حرمت‌ها شود؛ پس حتی اگر همسر یا خانواده‌اش احترام شما را نگه نداشت، شما با شکستن حرمت او یا خانواده‌اش، کار را دشوارتر نکنید.





پ. اهمیت پیشگیری از اختلاف و روش‌های حل نگرانی‌ها

به‌طور کلی اختلاف‌ها به عوامل متعدد از جمله شخصیت، اختلاف سنی، وضعیت فرهنگی و میزان تحمل طرفین بستگی دارد که در هریک، باید جوانب مختلف را سنجید و نظر داد. این کار، تخصص روان‌شناسان و مشاوران امین است؛ ولی نکاتی کلی وجود دارد که می‌توان بیان کرد. چند زمینهٔ اساسی در ایجاد اختلاف را در ادامه به‌طور مختصر توضیح داده‌ایم.

تفاوت‌های خانوادگی

تفاوت‌های فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی و پیشینه‌های گوناگون خانوادگی می‌تواند حساسیت و لطمه‌پذیری ارتباطات زن و شوهر و خانواده‌هایشان را افزایش دهد و همین امر آگاهی و هوشمندی بیشتر زوجین را می‌طلبد.

یکی از عوامل درگیری زن و شوهرها، توجه نکردن به بستر خانواده‌ای است که دیگری در آن رشد کرده است. زن یا شوهر باید دریابد که نگاه خانوادهٔ همسر و در نتیجه همسرش به موضوعات چگونه است! اگر زن و مرد این تفاوت‌های خانوادگی و فرهنگی را در ارتباطاتشان لحاظ کنند، حرکت آن‌ها به سوی نقطهٔ تعادل، تسهیل و تسریع می‌شود. گاهی بسیاری از مسائل و مشکلات، از همین بستر رشد و عادت‌ها و ذائقه‌های طرفین ناشی می‌شود که جز با گذشت کردن در مرور زمان تغییر نمی‌کند. در ادامه، به چند نمونه از این مسائل اشاره خواهد شد.





در بعضی خانواده‌ها کارهای خاصی را مردان انجام می‌دهند و کارهای دیگری را زنان خانواده. حال برای اینکه الگوهای متفاوت فرهنگ در دو خانواده را یاد بگیرید و تطبیق دهید، به زمان نیاز دارید. در اولین فرصت، باید آداب فرهنگی همسران را از برخوردهای خانوادگی آن‌ها دریافت کنید؛ همچنین هریک از طرفین، آداب و رسوم را به همسرش یاد دهد. این قاعده را در نظر داشته باشید که اگر کسی وارد جمعی شد که با آداب آن‌ها آشنا و هماهنگ نبود و با بی‌احترامی مواجه شد، فقط باید خودش را سرزنش کند.

افراد فقط زمانی می‌توانند به همدیگر کمک کنند که عواطف و تجربه‌های دیگران را دریابند... هرگاه عضوی از جامعه انتظار داشته باشد که دیگران او را با تمام ویژگی‌ها و خصلت‌ها بپذیرند، خودش هم باید قادر به فهم عقاید و باورها و احساس دیگران باشد... همدلی یا هم‌حسی به معنای تلاش برای فهم موقعیت زندگی دیگران است. درک و پذیرش دیگران، یعنی همان افرادی که با ما تفاوت بسیار دارند، بخشی از مهارت همدلی است. توانایی بهبود روابط اجتماعی، مثلاً در موقعیت‌های فرهنگی و قومی، از مهارت‌هایی است که در زندگی امروز به آن نیاز داریم... لازم است با تقویت همدلی در افراد، آنان را به سوی تجربه رفتارهای جمعی مفید هدایت کنیم.^۱

شاید به سبب همین آشنایی و پذیرش فرهنگ‌های متقابل در طول زمان است که بسیاری از جامعه‌شناسان اعتقاد دارند نزاع‌های زن

۱. نک: حسین خنیفر و مؤده پورحسینی، مهارت‌های زندگی، ص ۱۲۸ و ۱۲۹، با اندکی تلخیص و تغییر.





و شوهر با خانواده‌هایشان، بیشتر در ماه‌های اول زندگی [آن‌ها] رخ می‌دهد؛ اما با گذشت همراه، این مخالفت‌ها نامحسوس‌تر می‌شود و بالاخره بعد از چند ماه، دیگر برایشان زحمتی ایجاد نمی‌کنند.^۱

باورهای مؤثر دربارهٔ خانوادهٔ همسر

صرف‌نظر از تفاوت‌های فرهنگی، یکی از موانع مهم در ایجاد رابطهٔ خوب و مناسب با خانوادهٔ همسر، باورهای ما دربارهٔ اعضای خانوادهٔ همسر است: باورهایی مانند تنش عروس و مادرشوهر، عروس و خواهرشوهر، داماد و مادرزن یا باجناق‌ها. این باورهای غلط غالباً محصول یادگیری و بخشی از باورهای سنتی و فرهنگی نادرست ماست.

در مقابل باورهای سنتی، باورهای افراطی و خطرناک جدیدی هم شکل گرفته است. براساس این باورها، زن و شوهر سعی دارند با فاصله گرفتن از خانواده‌ها، در مقابل هرگونه مداخلهٔ آن‌ها، چه درست و چه غلط، به‌طور جدی مقاومت کنند. این رویکرد به همان اندازه غلط است که دختر و پسر بخواهند رابطهٔ گذشتهٔ خود با پدر و مادرشان را با همان کمیت و کیفیت حفظ کنند. در نتیجهٔ این باورها، زن و شوهر یا خانواده‌هایشان با پیش‌فرضی نادرست و رفتاری ازپیش تعیین‌شده، وارد فضای ارتباط با یکدیگر می‌شوند و هرچند طرف مقابل، برخورد صحیح و سازنده‌ای داشته باشد، آن‌ها به دلیل پیش‌زمینهٔ ذهنی اشتباهشان، تلقی غلطی از آن برخورد خواهند داشت.

۱. نک: تام مک‌گینس، اولین سال ازدواج، ص ۱۹۸.





اصلاح باورهای غلط

لازم است بدانید این افکار در هر فردی که باشد، نشانه پذیرش افکار پوسیده است که متأسفانه در میان بعضی از تحصیل کرده‌ها هم یافت می‌شود. درواقع، نوبت به این باورهای غلط که می‌رسد، خیلی از افراد متجدد هم، متأثر از تربیت‌های غلط گذشتگان عمل می‌کنند. باید این خرافه‌پرستی‌ها و حرف‌های بی‌مبنا را کنار گذاشت؛ البته بعضی از باورهای گذشتگان دربارهٔ خانواده، می‌تواند مبنایی حکیمانه و عقلی و اخلاقی داشته باشد؛ بنابراین باورهایی باید کنار گذاشته شود که خلاف عقل و اخلاق و حکمت است.

اخلاق حکم می‌کند با دیگران با حُسن‌ظن مواجه شوید و عقل حکم می‌کند با پیش‌داوری وارد هیچ رابطه‌ای نشوید و طرف مقابلتان را به درستی بشناسید و رفتار متناسب با هر فرد را بعد از شناخت درست انتخاب کنید. حکمت نیز اقتضا می‌کند که بدانید خود شما نیز در وضعیت کنونی طرف مقابلتان قرار خواهید گرفت. همان قضاوت‌هایی که دربارهٔ خانوادهٔ داماد وجود دارد، باید خانوادهٔ عروستان نیز دربارهٔ شما داشته باشند. آیا شما این قضاوت‌ها را دربارهٔ خود می‌پسندید؟ بنابراین، این باورها نه با اخلاق سازگار است و نه با عقل و نه با حکمت؛ پس باید دور ریخته شود.

درفر هنگ ما گفته شده است که شما دو مادر و دو پدر دارید: پدر و مادر خودتان و پدر و مادر همسرتان. عروس و داماد فهمیده، همیشه پدر و مادر همسرشان را مثل پدر و مادر خودشان می‌دانند و باور دارند که ایشان، زحمت زیادی کشیده و ثمرهٔ





چندین ساله خود را در اختیار آن‌ها گذاشته‌اند؛^۱

پس به چنین پدر و مادری باید احترام گذاشت و قدردان زحمات هایشان بود. چنین دامادی حکم پسر خانواده و چنین عروسی حکم دختر خانواده را دارد. زیاد دیده شده است که داماد یا عروس یک خانواده، حتی بیشتر از فرزندان، نزد پدر و مادر همسرش معتمد بوده است یا حتی بیشتر از فرزندان در حق آن‌ها خدمت کرده است. طبعاً چنین عروس و دامادی می‌توانند نفوذ بسیاری در خانواده همسرشان داشته باشند.

اگر بخواهیم اساسی‌تر به این موضوع بپردازیم، باید ریشه‌های آن را جست‌وجو کنیم و از سوی دیگر احتیاط کنیم تا ما نیز دچار آن مشکلات نشویم. البته این باورها بروز مشکلات را تقویت می‌کند، نه آنکه تأثیر صدها درصدی داشته باشد؛ یعنی انسان با وجود این باورها می‌تواند طوری عمل کند که آن مشکلات به وجود نیاید.

اگر نتوانیم از این باورهای غلط دست برداریم، نشان‌دهنده ضعف ماست؛ مثلاً این مطلب که «من هر کاری هم بکنم، مادرشوهرم با من دشمنی می‌کند»، باور غلطی است و ریشه در ضعف ما دارد. فرد متأهل باید بداند که هرچه در درونش، احساس ضعف کند و به توانمندی‌های خود کمتر اعتماد داشته باشد، بیشتر از رفتارهای نامناسب دیگران متأثر می‌شود و بیشتر لب به شکایت باز می‌کند. برای مثال، یک زن نتواند درباره رفتار مادر یا خواهر همسرش دچار سوءتعبیر نمی‌شود و اگر به چنین تشخیصی رسید، فوراً واکنش نشان نداده و نزد همسرش شکایت نمی‌کند؛ بلکه با تجدیدنظر در روابط خود، سعی خواهد کرد مشکل

۱. حسن صدیقی مازندرانی، هنر همسرمداری: اخلاق در دانشگاه منزل، ص ۲۶۹.





را به بهترین شکل ممکن حل کند و در گفتارش، تعابیری از قبیل: «مادرشوهر و خواهرشوهرم قصد آزار مرا دارند» یا «مادرشوهرم می‌خواهد بین من و شوهرم، فاصله بیندازد» وجود ندارد؛ بنابراین بهتر است به جای آنکه مشکلات را در بیرون از خود دنبال کنید، خود را توانمند کرده و به توانمندی‌های خودتان توجه کنید.

از طرفی، بد نیست به عیب‌های خودتان نیز توجه کنید تا عیب‌های دیگران، باعث ناراحتی بیش از حد شما نشود؛ به گونه‌ای که نتوانید با آن‌ها تعامل کنید. امیرالمؤمنین علی علیه السلام فرموده‌اند: «کسی که به عیب‌های خود بنگرد، از عیب‌جویی دیگران باز می‌ماند [و راحت می‌شود].»^۱

انتقال ناراحتی

از اصول مهم مدیریت اختلاف‌ها این است که اختلاف را گسترده نکنید و برعکس، آن را تا حد امکان کوچک کنید. از نظر زمانی نباید اختلاف را کش بدهید و از نظر وسعت هم، نباید مثلاً اختلافتان با مادرشوهر را به خواهرشوهر بکشانید یا اختلافی را که در خانه مادرزنتان است، به خانه خود انتقال دهید. از هر کجا که می‌توانید، جلوی بزرگ شدن اختلاف را بگیرید. اگر به مشاجره‌ها دامن زده شود، به کلاف سردرگمی تبدیل خواهد شد که حل آن دشوار است.

هر یک از طرفین باید مراقب باشند که اختلاف و ناراحتی‌های بین خود را به خانواده و اطرافیان‌شان منتقل نکنند؛ چرا که اختلاف بین

۱. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۱۵، ص ۶۳.





همسران، راحت‌تر حل می‌شود و همسران زودتر باهم سازگار شده و مشکل را برطرف می‌کنند؛ اما آثار تخریبی جامانده در ذهن اطرافیان، به راحتی ترمیم نمی‌شود. در این زمینه، اگر نیاز به مشورت دارید، بهتر است مسئله را با افرادی که آشنایی خانوادگی کمتری با شما دارند، در میان بگذارید. همچنین اگر اختلافی با پدر و مادران دارید، لازم نیست با همسران یا خانواده‌اش درمیان بگذارید. حریمی را برای هریک از این روابط قائل باشید و همه مشکلات را همه جا بازگو نکنید؛ زیرا علاوه بر آنکه عزت خود و خانواده‌تان را کم می‌کنید، اگر احتمالاً مشکلاتی هم بین شما و همسران پیش آید، این مسئله ممکن است دستاویز قرار گیرد؛ البته در مواقعی که فرد، خانواده‌ای بدسرپرست یا متزلزل دارد و احساس می‌کند خانواده همسرش می‌تواند حامی خوبی برای او باشند، ممکن است بیان این مشکلات، مفید باشد؛ به شرطی که این مشکلات را به تدریج بازگو کنید و در بازخوردهای اولیه‌ای که می‌گیرد، احساس کند آن‌ها همدلی خوب و رفتار سنجیده‌ای درقبال مشکلاتش از خود نشان داده‌اند.

در هر حال، زن و شوهر نباید اجازه دهند که دیگران وارد حریم رابطه آن‌دو شوند. ما گاهی حریم رابطه‌ها را حفظ نمی‌کنیم و وقایع خصوصی میان خود و همسرمان را نزد پدر و مادر و خانواده‌مان بازگو می‌کنیم! توجه داشته باشید که خیرخواه و دلسوزبودن پدر و مادرها، مجوزی برای داخل شدن آن‌ها به حریم رابطه زن و شوهری فرزندانشان نیست.





بوی تعنّ بدگویی

یکی از پدیده‌های رایج در بعضی خانواده‌ها بدگویی از دیگران است. بدگویی از دیگران، نظر شنونده را درباره آن افراد تغییر می‌دهد. این موضوع خصوصاً در زندگی‌های خانوادگی نوپا بسیار مخرب است؛ مثلاً عروس یا دامادی که به تازگی وارد خانواده‌ای شده است، ممکن است بعضی از رفتارهای پدر و مادر همسرش را نپسندد. اگر در این موقعیت، بدی‌های آن‌ها را به همسرش بگوید، طبیعتاً همسرش از چند جهت ناراحت خواهد شد: یکی اینکه چرا پدر و مادرش چنین ایراداتی دارند یا اینکه چرا ایرادات آن‌ها به گونه‌ای است که همسرش نیز مشاهده کرده است. از طرفی، ممکن است درصدد تذکر برآید و اشکالات را به آن‌ها بگوید. در این موقع است که والدینش نیز دست از دلشان برداشته و به گله و گله‌گذاری خواهند پرداخت. در این صورت، این فرد که به پدر و مادرش شکایت برده است، این بار از دست خودش ناراحت می‌شود که چرا یک طرفه قضاوت کرده و رفتار بدتر همسرش با آن‌ها را در نظر نگرفته است و از همسرش هم ناراحت است که چه خصلت زشتی داشته است!

بدگویی و غیبت کردن از دیگران، فاصله افراد را از همدیگر زیاد می‌کند. اشتباهی را که از دیگری دیده‌اید، می‌توانید به آرامی نادیده بگیرید؛ ولی وقتی آن را با دیگران در میان می‌گذارید، کم‌کم به این فکر می‌افتید که چه اشتباه بزرگی کرده است و چقدر آدم بدی است؛ بعد هم کم‌کم احساس می‌کنید حیف شما که مجبور بودید با او باشید و درباره او حرف بزنید! شنونده نیز بی‌خبر از همه‌جا، قضاوت‌های





یک جنبه شما را درباره کسی که حضور ندارد، می شنود و از او دل خور می شود و آخرش هم می گوید: «واقعاً من فکر نمی کردم چنین آدمی باشد! من جور دیگری درباره او فکر می کردم.»

برای درک بهتر اهمیت پرهیز از بدگویی در اختلافات، نمونه هایی را به خاطر بیاورید که قبلاً در اطرافتان پیش آمده است و به این موضوع فکر کنید که اگر در موقع بروز اختلاف، افراد مشکلاتشان را به طور مستقیم فقط باهم در میان می گذاشتند یا حداقل در غیاب یکی از طرفین، به بدگویی از او نمی پرداختند، آیا اختلافات این قدر عمیق می شد؟ آیا راحت تر حل و فصل نمی شد؟

بنابراین یکی از مسائل مهم که باید در میان خانواده ها، به ویژه خانواده های نوپا، از آن جلوگیری کنید، این است که تاحد امکان نگذارید پشت سر همسر یا پدر و مادرهایتان حرفی زده شود. برای این کار می توانید خودتان را علاقه مند به شنیدن این حرف ها نشان ندهید. لازم نیست با کنجکاوی گوش دهید. می توانید مؤدبانه موضوع دیگری را مطرح کنید؛ البته برای اینکه طرف مقابل ناراحت نشود، می توانید نشان دهید که متوجه صحبت و شکایتشان شده اید و اگر بتوانید آن را مدیریت خواهید کرد. یاد بگیرید که از دیگران بدگویی نکنید و به کسی هم اجازه بدگویی از دیگران را ندهید.

برای همین است که غیبت کردن در اسلام به شدت منفور دانسته و ممنوع شده است. غیبت ذهنیت ها را خراب کرده و دشمنی ها و فاصله ها را زیاد می کند. وقتی شما از خانواده همسران بدگویی می کنید، چه بسا همسران نیز در مقام دفاع، از خانواده شما بدگویی می کند. علاوه بر این، وقتی همسران می بیند به راحتی از دیگران





بدگویی می‌کنید، اعتمادش به شما سلب شده و چنین برداشتی خواهد داشت که از او نیز نزد دیگران بدگویی خواهید کرد:

هرکه عیب دگران نزد تو آورد و شمرد

بی‌گمان عیب تو نزد دگران خواهد برد^۱

حفظ نکردن حرمت‌ها

همیشه به‌خاطر داشته باشید که چنانچه در معرض بی‌حرمتی واقع شدید و توانستید احترام طرف مقابل را حفظ کنید، به بهترین شکل ممکن عمل کرده‌اید؛ یعنی سخت‌ترین و زیباترین برخورد را درمقابل با او به‌کار برده‌اید. با این شیوه، فرد هتاک در خود می‌شکند و احساس عذاب وجدان می‌کند و مهم‌تر از آن، دیگران نیز او را سرزنش و شما را در دل تحسین کرده و به دفاع از شما خواهند پرداخت. مثلاً اگر بزرگ‌تری به ما توهین کرد، فقط کافی است به گفتن عبارت «شما بزرگ‌ترید و احترامتان بر من واجب» بسنده کنیم. باید دقت کنیم که ظرافت در کلام را از دست ندهیم. دادن این پاسخ که «احترام خودت را نگه دار! حیف که بزرگ‌تری؛ وگرنه جوابت را می‌دادم و...»، به‌نوعی همان معنای جمله قبل را می‌رساند؛ اما در آن، دقت و ظرافت لازم رعایت نشده است؛ زیرا با به‌کاربردن آن، به مرز حرمت‌شکنی نزدیک شده‌ایم. در اینجا و موقعیت‌های مشابه، گرچه به‌نظر می‌رسد جواب بدی به شخص بزرگ‌تر داده نشده است، گفتن این جمله هم، کم‌از بی‌احترامی نیست!

۱. سرودهٔ مصلح‌بن عبدالله شیرازی، متخلص به سعدی، شاعر قرن هفتم هجری.





همواره به‌خاطر داشته باشید فردی که حرمت دیگران را رعایت می‌کند، درحقیقت حرمت خود را نگه می‌دارد و در درازمدت، احترام‌ها به‌سوی او جلب می‌شود. اگرانسان بتواند رفتار و گفتار خود را این‌چنین مدیریت کند، می‌تواند متکبرترین افراد را به‌تواضع وادارد.

اینکه در حدیث نبوی توصیه می‌شود در برابر متکبر، متکبرانه رفتار کنیم،^۱ بیشتر مربوط به فضای اجتماع است، نه خانواده و مربوط به مخالفان است، نه خودی‌ها. در فضای خانواده نیز در جایی که روش احترام و حفظ حرمت‌ها کارآمد نباشد، چه‌بسا رفتار متکبرانه کم و بجا، می‌تواند کارساز باشد؛ ولی در همان حال نیز باید مواظب بود که حریم‌ها شکسته نشود؛ بنابراین شایسته است با حفظ احترام و ارتباط منطقی، از بگو‌مگو و لج‌بازی پرهیز کنید و با رفتار درست، زمینه اطمینان لازم را برای خانواده همسران فراهم آورید.^۲

موضوعات محل اختلاف

حل اختلاف عروس و خانواده شوهر

برای جلوگیری از اختلاف میان عروس و خانواده شوهر، چه راهی وجود دارد؟ بسیاری از اوقات، خودِ مرد زمینه اختلاف را فراهم می‌کند که قبلاً تحت عنوان «کم‌توجهی و رفتارهای حسادت‌برانگیز» به آن اشاره شد.

۱. نک: «وَ إِذَا زَأَلْتُمُ الْمُتَكَبِّرِينَ فَتَكَبَّرُوا عَلَيْهِمْ فَإِنَّ ذَلِكَ لَهُمْ مَذَلَّةٌ وَ صَغَارٌ» (مسعود بن عیسی بن وزام بن ابی‌فراس مالکی اشتری، تنبیه الخواطر و نزهة النواظر المعروف بمجموعة وزام، ج ۱، ص ۲۰۱).

۲. نک: حسن صدیقی مازندرانی، هنر همسراری: اخلاق در دانشگاه منزل، ص ۲۷۴.





علاوه بر این گاهی عملکرد نپخته و نسنجیدهٔ مرد این گونه است که توصیه یا گلایه‌های مادر یا همسرش را به صورت مستقیم به طرف دیگر منتقل می‌کند، گاهی گزارش کارها یا درد دل‌های یکی از آن‌ها را برای دیگری بازگو می‌کند و گاهی نیز یکی را برای دیگری، الگو معرفی می‌کند. در چنین موقعیت‌هایی، این گفتارهای نسنجیدهٔ پسر زمینه‌ساز اختلاف است.

ناراحتی دختران معمولاً به سبب دخالت‌های مادرشهر یا سخنان کنایه‌آمیز و تند اوست. گاهی نیز دوطرف از یکدیگر انتظاراتی دارند که آنان را دل‌خور کرده است؛ مثلاً آداب و رسوم که خوب رعایت نشده یا احترامی که به اندازهٔ کافی نبوده است، بخشی از این انتظارات برآورده نشده است.

نکتهٔ اصلی در مواجهه با اختلافات خانوادگی، این است که بدانیم فضای خانواده، فضای برد و باخت نیست؛ بلکه رقابت‌های خانوادگی یا بردبرد است یا باخت‌باخت. پس بهتر است به اختلافات دامن زده نشود؛ چرا که ناراحتی و باخت دوطرف را به دنبال دارد.

نکتهٔ دوم این است که دختران باید به موقعیت بی‌نی افراد توجه کنند. خیلی وقت‌ها ما توجه نمی‌کنیم که سن و سال طرف مقابل، باعث می‌شود با ادبیات خاص خودش که گاهی لحن یا عبارات مناسبی هم دربر ندارد، حرف بزند؛ آن‌هم بدون اینکه قصد توهین داشته باشد. در این مواقع قطعاً از شما انتظار می‌رود بیشتر از بزرگ‌ترها احترام آن‌ها را نگه دارید. خیلی وقت‌ها هم، پسرها با روحیهٔ دخترها آشنایی ندارند. در این زمان‌ها بهترین کسی که می‌تواند آن‌ها را راهنمایی کند، مادر و خواهر خودشان هستند؛ حال اگر بین شما و آن‌ها اختلاف ایجاد شود،





این حامی مهم را از دست خواهید داد.

حل اختلاف داماد و خانواده همسر

اگر اختلاف بین داماد و خانواده همسر زیاد شود، زن باید چه کاری انجام دهد و رضایت چه کسی را به دست آورد؟ زن باید به این مطلب توجه کند که زندگی اصلی او، چه از نظر شرعی و چه از نظر عرفی، معطوف به شوهر و فرزندان او است و هر چیزی که زندگی اصلی را تضعیف می‌کند، باید در حاشیه قرار گیرد و بقیه روابط او حتی با پدر و مادرش باید تقویت‌کننده زندگی اصلی او باشد؛ پس اگر روابط با خانواده خود، عامل ناسازگاری شد، باید مدیریت شده و به حداقل برسد؛ البته هیچ زمان و با هیچ توجیهی، نباید خدای ناکرده به پدر و مادری احترامی شود یا قطع رحم صورت گیرد.

اطاعت از والدین محدودیت‌هایی هم دارد که یکی از مصادیق آن در صورت بی‌تدبیری، ضربه خوردن به زندگی زناشویی فرد است؛ اما در زمینه احسان به والدین، هیچ‌گونه محدودیت و استثنایی وجود ندارد؛^۱ همچنین برای قطع رحم با والدین هیچ‌وقت اجازه داده نشده است؛ بنابراین حتی اگر بر اثر پاره‌ای از مشکلات، رفت‌وآمدها به حداقل رسید و احیاناً والدین برخورد تندی در این زمینه داشتند، باز هم فرزند باید احترامشان را نگه داشته و با روش‌های دیگری به آن‌ها احسان کند.

داماد نیز باید مراقب باشد که اگر احیاناً با یکی از والدین همسرش

۱. نک: اسراء، ۲۳؛ نساء، ۳۶ و





رابطه نامناسبی داشت، رابطه اش با دیگری را به خوبی حفظ کند؛ مثلاً اگر با مادرزن نمی تواند ارتباط خوبی برقرار کند، رابطه اش را با پدرزن بیشتر کرده و رفت و آمدها را به گونه ای تنظیم کند که تنش های کمتری به وجود آید.

از طرف دیگر، با بدگویی از والدین در برابر همسران، او را در معرض قضاوت و ناچاری قرار ندهید که یا از شما حمایت کند یا از والدینش. این کار احساسات او را تخریب خواهد کرد. از او نخواهید که جلوی پدر و مادرش بایستد. اگر این اختلافات باعث شده است که همسران دچار نگرانی شده و سر دوراهی قرار بگیرد، با محبت و توجه بیشتر به او، آرامش کنید.



فصل سوم:

روابط همسران
با خویشاوندان







صله ارحام و پیوند با خویشاوندان از موضوعات کلیدی است که در قرآن کریم^۱ و کلمات معصومین علیهم السلام بر آن تأکید فراوان شده است. اهمیت پیوند با خویشاوندان به قدری است که اگر کسی با انسان قطع رابطه کرد و به سنت اسلامی صله رحم عمل نکرد، دیگری باید به این آیین الفت بخش پایبند باشد. رسول خدا صلی الله علیه و آله فرموده‌اند: «با خویشاوندان قطع رابطه نکن؛ اگرچه آنان با تو قطع رابطه کرده باشند».^۲

درفرہنگ ایرانی نیز به ارتباطات خانوادگی و فامیلی اهمیت فراوانی داده شده است؛ بنابراین مدیریت درست این ارتباطات، می‌تواند زمینه‌ساز زندگی‌ای متعادل و آرام و به دور از دغدغه و نگرانی باشد. همسرانی که توانسته‌اند رابطه‌ای خوب، بی‌پیرایه، منطقی، صمیمی و حساب‌شده با خویشاوندانِ همسر خود برقرار کنند، درحقیقت توانسته‌اند زندگی خود را از بسیاری از تنش‌ها در امان بدارند و از پشتوانه قوی خویشاوندان خود و همسرشان، در امور مختلف زندگی و رفع مشکلات بهره‌مند شوند.

۱. نک: محمّد، ۲۲ و ۲۳؛ نساء، ۱.

۲. محمدبن حسن حرّ عاملی، تفصیل وسائل الشیعة الی تحصیل مسائل الشریعة، ج ۱۲، ص ۲۷۳.





محاسن حضور در میان خویشاوندان

آثار مهمی برای پیوند با خویشاوندان از ناحیهٔ اهل بیت علیهم السلام بیان شده است. به عنوان مثال، امام رضا علیه السلام در روایتی به نقل از رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله و سلم چهار نتیجه را برای کسی که صلۀ رحم به جای آورد، ضمانت کرده و فرموده‌اند: «... خدا او را دوست دارد، رزقش وسیع و عمرش طولانی می‌شود و به بهشتی که خدا وعده داده است، وارد خواهد شد.»^۱ در ادامه به توضیح برخی از آثار و محاسن پیوند با خویشاوندان می‌پردازیم.



۱. محمد بن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، عیون اخبار الرضا، ج ۲، ص ۳۷.





نشاط زندگى و طول عمر

هرکسى کو دور ماند از اصل خویش

باز جـوید روزگار وصل خویش^۱

وقتی در بین فامیل قرار می‌گیرید، هرچند ممکن است با بعضی از آن‌ها از قبل اختلافاتی داشته باشید، باز هم طوری احساس نشاط و سرزندگی به شما دست می‌دهد که نظیرش را در تفریحات دیگر کمتر تجربه می‌کنید؛ به همین علت است که در مناسبت‌های خاص مانند جشن‌ها و سوگواری‌ها یا ایام نوروز، بیشتر افراد مایلند به جایی بروند که اقوامشان حضور دارند. یادآوری خاطرات کودکی، حتی سختی‌ها و فشارهای آن زمان، تقریباً برای همه شیرین است و در میان خستگی‌های فراوان روزمره، قرارگرفتن در کنار فامیل، فراغتی تسکین‌دهنده و نشاط‌بخش است.

این نشاط روحی می‌تواند مفهومی عام داشته باشد که آثار آن را در این روایت امام صادق علیه السلام مرور می‌کنیم: «پیوند با خویشاوندان، اخلاق را نیکو، انسان را با سخاوت، دل و جان را پاک، روزی را زیاد و عمر را طولانی می‌کند.»^۲ در واقع، هم کیفیت زندگی و هم کمیت زندگی ارتقا می‌یابد.

در روایات متعدد، به افزایش کمیت زندگی بر اثر برقراری پیوند با خویشاوندان اشاره و به آن تأکید شده است؛ از جمله امام صادق علیه السلام در تعبیری زیبا فرموده‌اند:

۱. سرودهٔ جلال‌الدین محمد بلخی معروف به مولوی، شاعر قرن هفتم هجری.

۲. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۲، ص ۳۸۸.





ما غیر از صلۀ رحم، چیزی را نمی‌شناسیم که به عمر بیفزاید؛ تا آنجا که گاهی عمر کسی سه سال است و خدا با صلۀ رحم، سی سال بر عمرش می‌افزاید و آن را سی‌وسه سال می‌کند و گاهی عمر کسی سی‌وسه سال است و قطع رحم می‌کند و خدا سی سال از عمرش کم می‌کند و آن را به سه سال کاهش می‌دهد!^۱

بهره‌گیری از فکر و تجربه اقتصادی دیگران

در نشست و برخاست‌های فامیلی انتقال تجربه صورت می‌گیرد و از آنجا که فامیل به هم تعلق دارند، ولی در حال معامله مالی باهم نیستند، مشورت‌های خوب و کارآمدی به همدیگر خواهند داد؛ تا آنجا که گاهی این مشورت‌های بی‌شائبه، یک نفر را از یک اشتباه اقتصادی جدی نجات می‌دهد؛ چراکه همه چیز را همگان دانند. بی‌سبب نیست که امیرالمؤمنین علی علیه السلام خطاب به فرزند دل‌بندشان فرموده‌اند: «پسرم! خویشاوندان را گرامی بدار که آنان چون بال و پر تو هستند که به وسیله آن‌ها پرواز می‌کنی و ریشه تو هستند که به آن‌ها باز می‌گردی و دست [یار دیگر] تو هستند که با آن [به دشمن] حمله می‌کنی.»^۲

به‌طور کلی کمک‌های فکری و تجارب اقتصادی اقوام، برای رشد اقتصادی نیز می‌تواند مؤثر باشد. شاید به همین دلیل است که در روایات گفته شده است پیوند با خویشاوندان، رزق و روزی را افزایش

۱. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۳، ص ۳۹۳.

۲. علی بن ابی طالب علیه السلام، نهج البلاغه، نامه ۳۱.





می‌دهد.^۱ وقتی به اطراف خود نگاه می‌کنید، نمونه‌های فراوانی را می‌بینید که در جمعی فامیلی، از نظر اقتصادی، افراد توانمند زیادی وجود دارند که همگی در یک رشته کاری تبخّر پیدا کرده‌اند. به یکی دو نسل عقب‌تر آن‌ها که نگاه می‌کنیم، اوضاعشان به این خوبی نبوده است. وقتی ردیابی می‌کنیم، فردی را می‌یابیم که به لطف خدا و با اراده قوی، تحوّل اقتصادی ایجاد کرده است و بعد با اعتبار و سرمایه خود و انتقال تجربه‌هایش و نیز دستگیری از بقیه و مدیریتی مطلوب، توانسته سایر افراد فامیل را هم متحول و توانمند کند. این، یکی از نتایج عینی و ملموس پیوند با خویشان است؛ همان‌طور که در روایات یکی از آثار صله‌رحم را رشد اموال دانسته‌اند.^۲



۱. محمدبن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۳، ص ۳۸۳.

۲. محمدبن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۳، ص ۳۹۱.





شراکت اقتصادی

وقتی چند برادر پشتیبان و همراه هم باشند، بهتر از چند شریکِ غریبه باهم کار خواهند کرد. شرکت‌های اقتصادی زیادی را می‌شناسیم که تحتِ عنوان «برادران...» یا «اخوان...» به موفقیت‌های چشمگیری دست یافته‌اند. همراهی و همکاری برادران و اقوام با یکدیگر بدون سهم‌خواهی و زیاده‌طلبی، رشد اموال را در پی دارد.

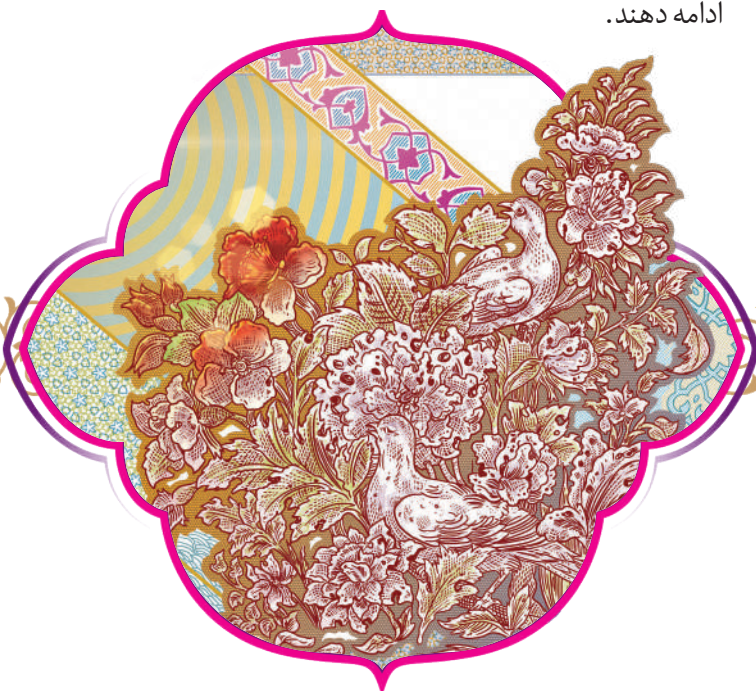
ممکن است چند شریک هم بتوانند باهم به چنین ثروت‌هایی دست یابند؛ ولی این زمینه در جمع فامیلِ نزدیک و هم‌خون، به مراتب ریشه‌دارتر و پایدارتر است؛ زیرا اصلی کلی وجود دارد که کار اجرایی دست‌انداز دارد یا به قولی خشن است و عموماً زمینهٔ اختلاف و دل‌خوری در آن وجود دارد. اگر افرادی که می‌خواهند باهم کاری را شروع کنند، پیش از آن، رابطهٔ عاطفی دیرینه‌ای نداشته باشند، با بروز اولین اختلاف‌ها، زمینهٔ شکست و جدایی‌شان فراهم می‌شود؛ بنابراین در فامیل به دلیل عقبهٔ عاطفی طبیعی، این مشارکت‌ها موفق‌تر خواهد بود. البته شرکایی هم که از قبل رابطهٔ دوستی و عاطفی قوی داشته باشند، می‌توانند مشارکت‌های خوبی باهم پایه‌گذاری کنند؛ چرا که یک شراکت خوبِ ناشی از اعتماد متقابل، در حدّی است که فرد شریکش را از خودش بداند و این در میان برادران و اقوامِ نزدیک بیشتر است. مسئلهٔ مشارکت غیر از معامله است که قبلاً گفتیم بهتر است با فامیل صورت نگیرد. در معامله، شما روبه‌روی هم هستید؛ یکی خریدار است و دیگری فروشنده. طبیعتاً هرچه سودِ یکی از طرفین بیشتر شود، سود دیگری کمتر یا ضررش بیشتر خواهد شد؛ اما در مشارکت،





شما کنار هم هستید؛ البته باید دقت شود که نوشتن قرارداد دقیق و همه‌جانبه درهرحالی ضروری است که دراین باره توضیح بیشتری خواهیم داد.

در نقطهٔ مقابل، افرادی هم وجود دارند که وقتی موفق می‌شوند، حساب خود را از فامیل و اطرافیان‌شان جدا کرده و به اصطلاح، رفتار تازه به‌دوران رسیده‌ها را بروز می‌دهند. این افراد چه بسا دیر یا زود در معرض ورشکستگی و سقوط اقتصادی قرار خواهند گرفت و بعید است بتوانند بدون استفاده از بازوان فکری و کاری مطمئن به پیشرفت خود ادامه دهند.





شروط لازم برای مشارکت اقتصادی موفق

روشن است که موفقیت اقتصادی بین خویشاوندان، در هر وضعیتی اتفاق نخواهد افتاد و رقم خوردن چنین موفقیتی، مشروط به عوامل گوناگون است که به برخی اشاره می‌کنیم:

الف: مدیریت خوب

فردی که می‌خواهد موفقیت خود را به فامیل منتقل کند، باید اهل تدبیر و عقلانیت، دست‌ودل‌باز، اهل گذشت و درعین حال قاطع باشد؛ چراکه این مدیریت، براساس رأی یا بزرگ‌تربودن یا صرفاً سرمایه نیست؛ بلکه براساس اقتدار برخواسته از تدبیر و محبت است. این فرد باید بتواند روحیه «جمع‌سازی» داشته باشد و افراد را با سلیقه‌ها و خواسته‌های مختلف، کنار هم و در جای خودشان قرار دهد و نیز درعین‌بلندنظری و پُرکاری، فردی بلندپرواز نباشد که بی‌گدار به آب بزند و دیگران نگران مشارکت با او باشند.

ب: پذیرش مدیریت

افراد فامیل باید مدیریت یک فرد مشخص را بپذیرند. این خیلی مهم است. اگر کسی در جایگاه مدیر پذیرفته نشود، کاری از پیش نخواهد رفت. اگر افراد در پی این باشند که «چرا فلانی مدیر باشد»، از همان ابتدا شکاف ایجاد می‌شود؛ بنابراین به این بیندیشید که کار جمعی، چگونه بهتر پیش خواهد رفت؟ واضح است برای اینکه کار جمعی خوب پیش رود، هرکس باید در جای خودش قرار گیرد و افراد در برابر





همدیگر گذشت به خرج دهند و محبتشان به قدری باشد که منافعی را منفعت خود به حساب آورند؛ پس همه باید مدیریت یک نفر را بپذیرند و مدیر هم صلاح همگانی را در نظر داشته باشد. در چنین اوضاعی، اگر یکی از افراد با بقیه ناسازگاری کند یا سهم خود را بیش از دیگران بداند، طبعاً روابط را برهم خواهد زد؛ از این رو بهتر است آن فرد را از رابطه مشارکتی خارج کنند و سایرین از مزایای ادامه شراکت خود بهره‌مند شوند.

همسران و گاهی نیز فرزندان با دخالت‌های بیجا تأثیر منفی در این فرایند می‌گذارند و از آنجاکه عمق و آینده روابط را درک نمی‌کنند، ممکن است ساختار ارتباطی مدّ نظر را برهم زنند. شما باید به دور از افراط و تفریط، با تدبیر و به کارگیری راهکار مناسب و رسیدگی کافی و معتدل به همسر یا فرزندان، از دخالت‌های نابجای آنان پیشگیری کنید و اگر دخالت‌ها در هر صورتی بروز یافت، آن را به محیط کاری یا دیگران انتقال ندهید.

پ: شفافیت قراردادها

افراد عموماً به سبب آشنایی قبلی ای که با دیگران دارند، از شفاف کردن قراردادها غفلت کرده و به حرف‌های شفاهی و کلی در هنگام قرار و مدار اولیه بسنده می‌کنند؛ در حالی که در زمان تقسیم منافع و سود، هر کس به زعم خودش انتظار حق بیشتری دارد. این مطلب ممکن است باعث دل‌خوری و چه بسا اختلاف و جدایی شود و بقیه روابط فامیلی را نیز تحت الشعاع قرار دهد؛ بنابراین ابتدای هر قرارداد، باید با بررسی دقیق





وضعیت کار و پیش‌بینی جنبه‌ها و رویدادهای مختلف، قراردادی شفاف تنظیم کرده و پس‌از مشورت با افراد خبره، آن را مکتوب و امضا کنید؛ همچنین فردی را که مرضی‌الطرفین باشد، یعنی همه شرکا قبولش داشته باشند، برای تفسیر یا داوریِ امور پیش‌بینی‌نشده و اختلافات احتمالی در نظر بگیرید؛ البته اگر هریک از افراد گروه خواستند فراتر از قرارداد، کاری اضافه‌تر انجام داده یا با میل و رغبت، از بخشی از حق خود بگذرند، امری اختیاری و البته زیبنده است؛ ولی حق ندارند به واسطهٔ این فداکاری، از دیگران نیز توقع و انتظاری جدید داشته باشند.

ت: شراکت آری؛ معامله خیر!

شراکتِ حمایتی را نباید به معامله و خرید و فروش تجاری تبدیل کنیم؛ زیرا در شراکت به دنبال سودِ جمعی هستیم، ولی خرید و فروش عموماً سود یک طرف و ضرر طرفِ دیگر را در ذهن به دنبال دارد و باعث کدورت خانوادگی می‌شود؛ برای همین است که قدیمی‌ها می‌گفتند معامله با خودی، غم می‌آورد.





یافتن گهرهای ناب

ارتباط و پیوند با خویشاوندان، به ارتباط با فامیل همسر نیز منجر خواهد شد. یکی از محاسن ازدواج، آشنایی با خانواده‌های مختلف، به منظور کسب ویژگی‌های پسندیده آن‌هاست. در روایت آمده است که فرد عالم و حکیم در دو جا مهجور است: یکی در میان بستگان و دیگر، در میان همسایگان.^۱ غالباً شخصیت و توانایی‌های چنین شخصی در نزد کسانی که همواره با او در ارتباطند، مغفول می‌ماند و ارزشش کمتر نمایان می‌شود؛ اما شما که از بیرون وارد جمع فامیلی همسران می‌شوید، بیشتر به قدر و منزلت چنین فردی پی می‌برید. درحقیقت او دُرّ گران‌بهای است که در نظر شما ارزشمندتر می‌نماید تا در دید بستگان خویش. این انسان‌ها می‌توانند الگوهای خوبی برای شما باشند. «تأثر و پیروی انسان‌ها از برخی افراد که از ویژگی‌های خاص برخوردارند، از امور عینی و همگانی در عرصه زندگی است؛... وجود الگو از عوامل مؤثر در شکل‌گیری اخلاق و رفتار آحاد جامعه است.»^۲

چنین افراد برجسته‌ای در جمع‌های فامیلی مختلف وجود دارند. شما عموماً با فامیلی روبه‌رو نخواهید شد که یک‌دست خوب یا یک‌دست بد باشند. اساساً خداوند در نظام خلقت، خوب‌ها و بد‌ها را کنار هم قرار داده است؛ چنان‌که در قرآن کریم خطاب به پیامبر ﷺ چنین فرموده است: «[بگو: ای خدایی که] شب را در روز داخل می‌کنی و روز را در شب و مرده را از زنده در می‌آوری و زنده را از مرده!»^۳ تعبیر این

۱. نک: ابوالقاسم پاینده، نهج الفصاحة: مجموعه کلمات قصار حضرت رسول ﷺ، ص ۲۰۷، حدیث ۲۶۹.

۲. علی‌اکبر کلاتری، اخلاق در زندگی، ص ۶۲.

۳. آل عمران، ۲۷.



آیات در روایات، آن است که گاهی در خانواده‌ای خوب، فرزندی ناصالح به دنیا می‌آید و در خانواده‌ای بد، فرزندی صالح و نورانی.^۱ وظیفه ما شناسایی و بهره‌بردن از افراد صالح فامیل است. سعی کنیم رفت‌وآمدهای خانوادگی را با این انسان‌ها بیشتر کرده و از فضایل و مواهبشان بیشتر بهره ببریم و از سویی آن‌ها را از مہجوریت درآوریم.

توجه و مہربانی به افراد خاص

گاهی فرد یا افرادی در خانواده همسران وجود دارند که در طول سال‌ها به دلایل گوناگون، با بی‌مهری مواجه شده‌اند و مظلوم بوده‌اند. وقتی که شما وارد جمع فامیل می‌شوید، ممکن است احساس کنید این فرد شایسته مهر و خدمت و توجه بیشتری است و چه بسا پس از توجه و محبت شما، از انزوا و مظلومیت خارج شده و توانایی‌هایش را بروز داده و منشأ خدمات ارزنده شود. ما به این علت می‌توانیم این نقش خاص را ایفا کنیم که پیشینه‌ای که دیگران از او در ذهن دارند، در ذهن ما وجود ندارد؛ برای همین راحت‌تر می‌توانیم با او ارتباط برقرار کنیم.



۱. نک: سیدهاشم بن سلیمان بحرانی، البرهان فی تفسیر القرآن، ج ۱، ص ۶۰۷.

عبرت و یادگیری از روابط همسران



یکی دیگر از محاسن حضور در میان خویشاوندان، آن است که فرصتی فراهم می‌آید تا از روابط همسران فامیل، درجهت بهبود روابط خود و همسرمان استفاده کنیم. حضور در میان خویشاوندان خود و همسرمان، به مثابه حضور در آزمایشگاهی بزرگ است که به ما امکان می‌دهد از نزدیک، با کیفیت روابط همسران و از همه مهم‌تر، بازخورد آن روابط در میانشان آگاه شویم. درحقیقت مجالی فراهم می‌شود که مثبت‌ها را در خود تقویت و از منفی‌ها اجتناب کنیم؛ مثلاً ما درآینه رفتار بستگان، بازخورد رفتار خود و دیگران را به خوبی می‌بینیم: درمی‌یابیم که رفتار تحقیرآمیز با همسر، تحقیر خودمان را در پی دارد؛ همچنین متوجه می‌شویم که واکنش کریمانه و بزرگوarانه در قبال رفتار ناپسند اعضای فامیل، به چه میزان بر شأن ما می‌افزاید و نیز به درستی درک می‌کنیم که عزت زن و شوهر، در گرو یکدیگر است؛ یعنی عزیزبودن یکی، عزیزبودن دیگری را به دنبال دارد.

همه این واقعیات را می‌توانیم فقط با دقت در احوال دیگران دریابیم و بدون اینکه مجبور به آزمون و خطا باشیم یا تحقیر کنیم و تحقیر شویم یا از شأن خود و همسرمان بکاهیم، می‌فهمیم که هیچ‌کس با داشتن تسلط شدید بر همسر و رفتارهای آمرانه با او، نمی‌تواند در میان فامیل خود یا همسرش وجهه‌ای کسب کند؛ همچنین به اهمیت نوع نگاهمان به یکدیگر نیز پی برده و متوجه می‌شویم نگاه‌های اعتراض‌آمیز یا ازسر تعجب ما به همسرمان، از دید دیگران مخفی نمی‌ماند. نیز اگر خدای ناکرده شاهد دعوی زن و شوهری در جمع





فامیل باشیم و به یغمارفتن آبروی آن‌ها را مشاهده کنیم،
یاد خواهیم گرفت مادامی که در میان جمع حضور داریم،
رنجش خود از همسرمان را مخفی نگه داریم و
تنش‌ها را به خلوتمان ببریم؛ البته هرکس
ضمن اینکه از مشاهدهٔ این حوادث درس
می‌گیرد، باید مراقب باشد که مبادا
به بهانهٔ عبرت‌آموزی، نزد همسر و
فرزندانش، از عاملان این رفتارها
غیبت و بدگویی کند!



محدودیت‌های دیدوبازدید

صلهٔ رحم الزاماً به معنای دیدوبازدید نیست؛ بلکه هر رابطه‌ای که این پیوند را حفظ کند، می‌تواند مصداقی از صلهٔ رحم باشد. امیرالمؤمنین علی (علیه السلام) در این باره فرموده‌اند: «پیوند خویش را با خویشاوندان حفظ کنید، ولو با یک سلام»^۱ نیز فرموده‌اند: «با خویشاوندان پیوند برقرار کنید؛ حتی اگر قطع رابطه کرده‌اند»^۲ گاهی از سلامتی فردی جویاشدن حتی با فرستادن یک پیامک، دادن عیدی یا هدیه در مناسبتی خاص، خوش‌برخورد بودن در دیدارهای اتفاقی و...، نشان‌دهندهٔ حفظ پیوند و مصداقی از صلهٔ رحم است.

ممکن است فرد به دلایل گوناگون مصلحت نداند با بعضی از بستگانش رفت‌وآمد کند؛ دلایلی از قبیل رعایت نکردن حریم‌های اخلاقی و شرعی از سوی بستگان و وجود مال حرام و شبهه‌ناک در زندگی‌شان یا نگرانی از ارتباط فرزندان با فرزندان آن‌ها و تأثیرپذیری‌شان از برخی رفتارهای منفی آنان. در این صورت، انسان می‌تواند رفت‌وآمد با چنین خانواده‌هایی را کم یا حتی قطع کند؛ اما باید از راه‌های دیگری پیوند خود را با آنان ادامه دهد.



۱. محمدبن محمدبن حیدر شعیری، جامع الاخبار، ص ۱۰۶.

۲. حسین نوری طبرسی (محدث نوری)، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۱۵، ص ۲۵۳.





مدیریت دیدوبازدیدها

قطعاً رفت و آمدهای مستمر با اقوام و آشنایان، تأثیر بسیاری در شخصیت و رفتار شما و همسر و فرزندان شما خواهد داشت؛ از این رو با کسانی ارتباط داشته باشید که از نظر فکری و روحی و فرهنگی سازگاری بیشتری با شما داشته باشند. فرزندان شما عموماً در آینده، براساس رفتار همسالان خود رشد خواهند کرد؛ پس ضروری است که با مدیریت رفت و آمدهای خانوادگی، زمینه آشنایی با همسالان بهتری را برای آنها فراهم کنید. رفت و آمد با کسانی که ویژگی‌های مثبت اخلاقی و علمی و فرهنگی بارزی در آنها یا فرزندان آنها وجود دارد، در رشد مطلوب خانواده‌تان بسیار مؤثر است. از طرف دیگر، هرچه با افرادی رفت و آمد کنید که وضعیت اقتصادی بهتری دارند و تجملات و مصرف‌گرایی‌شان هم بیشتر است، زمینه حسرت و نارضایتی و ناسازگاری اعضای خانواده‌تان را فراهم می‌کنید؛ زیرا ناخواسته انتظارات آنها را زیاد می‌کنید. در مقابل، اگر با افرادی رفت و آمد کنید که کمتر گرفتار مصرف‌گرایی هستند، همواره احساس رضایت و قناعت خود و خانواده‌تان را تقویت خواهید کرد.

نکته حائز اهمیت دیگر این است که در آغاز ازدواج، لازم نیست عروس و داماد اصرار داشته باشند همسرشان در همه مهمانی‌ها و مراسم‌ها شرکت کند؛ چه بسا در بعضی مجالس فامیلی یا دوستانه، از حاضران رفتارهای خودمانی و احياناً خارج از آداب و رسوم سر بزند که تازه داماد و تازه عروس را در موقعیتی خارج از انتظارشان قرار داده و باعث کدورت و ناراحتی‌شان شود.





مهارت‌های برقراری رابطه مطلوب با بستگان

توجه به نکات زیر، امکان رسیدن به رابطه‌ای منطقی، مطلوب، محبت‌آمیز و صمیمی با دیگران و به‌طور خاص با بستگان همسر را فراهم می‌کند:

انعطاف‌پذیری

امروزه جامعه به شدت دچار تکثر و تنوع فرهنگی شده است و گاهی فاصله‌های فرهنگی آن قدر زیاد است که حتی افراد فامیل، سلیقه‌ها و باورها و رفتارهای بسیار متفاوت و متنوعی دارند. در این وضعیت، اگر بخواهیم روابط و انسجام فAMILI حفظ شود، باید تفاوت‌ها را به رسمیت بشناسیم و تنوع‌های فرهنگی را امری اجتناب‌ناپذیر بدانیم. بعید است بتوانیم ادعا کنیم قالب فرهنگی‌ای که ما سالیان سال در آن رشد کرده‌ایم، صحیح‌ترین قالب است و اساساً این ارتباط‌ها باعث می‌شود فرد در یک قالب باقی نماند و در مواجهه با تنوع‌های فرهنگی، به تکامل و پختگی و بالندگی برسد.

یکی از ویژگی‌های تکامل شخصیت و عقل‌مندی و خردورزی افراد، داشتن قدرت انعطاف است. امیرالمؤمنین علی علیه السلام فرموده‌اند: «میوه عقل [و خرد] مدارای با مردم است.^۱ رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم نیز مدارای با مردم را نیمی از ایمان دانسته‌اند.^۲ قطعاً برای دوستی با مردمی که هریک واجد سلايق، عقاید، روحيات و منویات مخصوص به خود

۱. علی بن محمد لیثی واسطی، عیون الحکم و المواعظ، ص ۲۰۹.

۲. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۳، ص ۳۸۳.





هستند، انعطاف‌پذیری فراوانی لازم است. بدون داشتن این توانایی، فقط با اشخاصی مأنوس می‌شویم که شبیه ما هستند؛ ولی توجه کنید که مصداق کلام امام علیه السلام بسیار وسیع‌تر بوده و منظورشان، رسیدن به چنان رشد عقلی‌ای است که با آن، بتوان با همگان مدارا کرد.

علاوه‌براین، شخصی که انعطاف‌پذیر باشد، بهتر می‌تواند هیجانات را در خود و دیگران تشخیص دهد یا روش‌های مقابله با هیجان و کاهش این پدیده را تمرین کند. در بسیاری از فشارهای طبیعی، تعادل خود را از دست نمی‌دهد و از مهارت انعطاف‌پذیری خود به‌عنوان راهنما استفاده می‌کند تا در محیط زندگی خود، تغییر به‌وجود آورد. صبر و حوصله و پذیرش آزمایش‌ها، همگی از ابزارهای ایجاد انعطاف و تحمل در آدمی خواهد بود.^۱

خداوند ویژگی انعطاف‌پذیربودن روح را در جسم انسان نیز قرار داده است. این ویژگی می‌تواند او را از برخی حوادث و خسارت‌های احتمالی حفظ کند؛ برای مثال، برخورد ناچیز و جزئی دو خودرو، ممکن است خسارت‌هایی در پی داشته باشد؛ اما بدن ما انسان‌ها با خودرویی که از فلز سخت ساخته شده است، تفاوت دارد و چون خداوند بدنمان را هم منعطف آفریده است، اگر هنگام تردد، با یکدیگر برخوردی هم داشته باشیم، خسارتی به بار نمی‌آید؛ ولی قطعاً انعطاف روح باید از انعطاف بدن نیز بیشتر باشد تا پیوسته دچار تقابل و برخورد و در نتیجه، فرسایش و آشفتگی و خرابی نشود.

۱. نک: حسین خنیفر و مؤده پورحسینی، مهارت‌های زندگی، ص ۱۳۰، با اندکی تلخیص.



تفاوت انعطاف و سستی

انعطاف‌پذیری به معنای منعطف بودن در برابر خطاهای اساسی مثل ارتکاب حرام نیست؛ بلکه برعکس، اشخاصی که در مقابل سلاقی مختلف، قدرت انعطاف ندارند، گاهی مجبور می‌شوند در برابر گناه منفعل شوند؛ یعنی آنجایی که باید سخت بگیرند، چنین نمی‌کنند و سخت‌گیری‌هایشان را در غیر جای خود اعمال می‌کنند. در مقابل، فرد مؤمنی که انعطاف دارد، اگر در جایی ایستادگی کند، همه آن ایستادگی را به رسمیت شناخته و خواهند دانست که او در محرمات و نواهی، حاضر به هیچ‌گونه همراهی با سایرین نیست؛ هرچند گاهی از طرف مردم، به ناروا، به سرسختی و سخت‌گیری و تعصب هم متهم شده و به قول امروزی‌ها دُگم^۱ و مستبد خوانده می‌شود.

قرآن کریم این اتهام را بر طرف می‌کند. در سوره مبارکه شعرا تعبیر ﴿عَزِيزُ الرَّحِيمِ﴾^۲ که مرتبه درباره خداوند بیان شده است.^۳ عزیز به معنای نفوذناپذیر، کسی است که با هیچ جوسازی و جنگ روانی و فشاری نمی‌توان در او نفوذ کرده و نظر صحیحش را تغییر داد. توصیف قرآنی «رحیم» در پی وصف «عزیز»، در واقع به سخت‌گیری و نفوذناپذیری توأم با مهربانی اشاره دارد؛ یعنی سخت‌گیر و نفوذناپذیر در برابر باطل و حرف غلط و منعطف و مهربان در اموری که خلاف نباشد. انسان معتقد سعی می‌کند خودش را به این صفت الهی نزدیک کند و حتی با چشم‌پوشی از نیاز و حقوق خود، در مواجهه با خویشان و عموم جامعه،

۱. دُگم (Dogmatic) به فرد متعصب و متحجری گفته می‌شود که فقط باور خود را درست می‌داند و بدون دلیل خاصی، روی عقاید خود پافشاری می‌کند.

۲. ﴿وَ اِنَّ رَبَّكَ لَهٗوَ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ﴾ (شعراء، ۶۶).



با عزت و مهربانی و انعطاف رفتار کند.

تفاوت عزت و استبداد نیز در همین نکته است که فرد مستبد در هر حالی به نظر و نیاز شخصی خودش تکیه می‌کند و به نیاز و خواست دیگران هیچ توجهی ندارد و مهر و عطوفتی در او نیست؛ اما شخص عزیز به کسی هم که حقی ندارد، لطف و مهربانی می‌کند.

پرهیز از ساختارشکنی در روابط خانوادگی

اگرچه گاهی وقت‌ها ساختارشکنی، ارزش محسوب می‌شود، در روابط خانوادگی، ضد ارزش است. ممکن است در میان خویشاوندان همسر، افرادی با سلیقه‌ها و عقاید و رفتارهای متفاوت وجود داشته باشند. روابط این افراد و نیز ساختار کلی فامیل بر اساس قوانین و فرمول ریاضی طرح و تعریف نشده است که ما مجاز باشیم آن روابط را به گونه دیگری طراحی کنیم؛ بلکه این ساختار به طور طبیعی و در طی نسل‌ها شکل گرفته است. شما نمی‌توانید تعیین کنید که از این به بعد نقش پدر، فرزند، مادر بزرگ و... چنان و چنین باشد؛ بنابراین در ارتباط با خانواده همسران، باید به این درک رسیده باشید که وارد مجموعه‌ای جدید می‌شوید و نباید آن را تغییر دهید و با ساختارهای آن مقابله کنید؛ بلکه باید خودتان را با آن سازگار کنید. یکی از مصادیق ساختارشکنی در ارتباط‌های فامیلی، قطع رحم است. رفت و آمد فامیلی، وظیفه‌ای دینی و اخلاقی است؛ حتی در ارتباط با آنان که اهل گناه‌اند:

از دواج مایه وصلت دو خانواده و گسترش دایره خویشاوندی است. بدون





این پیوند عاطفی، زندگی شیرین نمی‌شود. بی‌اعتنایی به فامیل همسر یا بی‌حرمتی و عیب‌جویی به آن‌ها، بذرفتنه را در دل می‌کارد و میوه تلخ آن، اختلافات، قهرها و جدایی‌ها و... و تلخی در زندگی است؛ بنابراین باید بنا را بر حفظ احترام متقابل، تقویت روابط فامیلی، صمیمیت و محبت بین افراد دو فامیل و رفت‌وآمدهای خانوادگی گذاشت و هرچه بیشتر، رشته‌های الفت را قوی‌تر ساخت.^۱

سازگاری به معنای انفعال همه‌جانبه نیست؛ بلکه در سازگاری، انسان ضمن اینکه خود را با خانواده هماهنگ می‌کند، از رفتارهای غلط آن‌ها تأثیر نمی‌پذیرد و حتی ممکن است بتواند این رفتارها را تعدیل کند. در هر صورت، انسان باید حدومرز خود را بشناسد و وارد حریم دیگران نشود. امیرالمؤمنین علی علیه السلام فرموده‌اند: «بهترین ادب آن است که انسان در حدومرز خود بماند و از اندازه خویش تجاوز نکند».^۲ البته این به معنای نفی تلاش به منظور ارتقای فرهنگ خانواده همسر یا خانواده خود نیست.

تسخیر قلب‌ها از طریق محبت و خدمت و تدبیر

زن یا مردی که خالصانه در هر موقعیتی، در صدد کمک به اقوام خود یا همسرش برآید و به گونه‌ای عمل کند که افراد در هنگام مشکلات به تدبیر و کمک او امیدوار باشند، به تعبیر پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم در بین خویشان، سروری می‌کند؛ چنان‌که فرموده‌اند: «سَيِّدُ الْقَوْمِ خَادِمُهُمْ».^۳

۱. حسن صدیقی مازندرانی، هنر همسرداری: اخلاق در دانشگاه منزل، ص ۲۶۹.

۲. عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، غرر الحکم و درر الکلم، ص ۲۳۳.

۳. محمد بن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، کتاب من لایحضره الفقیه، ج ۴، ص ۳۷۸.





(بزرگ و سرور قوم، خادم آن‌هاست.) این بزرگی و سروری، عاطفی است، نه قانونی؛ یعنی ریاستی نیست که به وسیله نظر اکثریت یا قوانین یا براساس سن و سال به او تنفیذ شده باشد. چنین فردی به جای اینکه بخواهد خودش را مطرح یا خواسته‌هایش را با روش‌های غلط تحمیل کند، دل‌ها را تسخیر کرده است؛ بنابراین دیگران سخن او را محترم دانسته و به راحتی می‌پذیرند.

یک فرد می‌تواند آن قدر پرمحبت، مخلص، باتدبیر و آن چنان خدمتگزار افراد فامیل باشد که آن‌ها را تحت الشعاع روحیه خود قرار دهد و طبیعی است که در موقعیت‌های مختلف، به نظر او توجه کنند. در اینجا تغییر در ساختار، با نفوذ در قلب‌ها صورت می‌گیرد: درحقیقت همه چیز سر جای خودش است و بی‌آنکه ساختاری شکسته شود، جهت‌گیری‌ها بدون هیچ دخالت مستقیمی، به سمتی تنظیم می‌شود که فرد می‌خواهد.

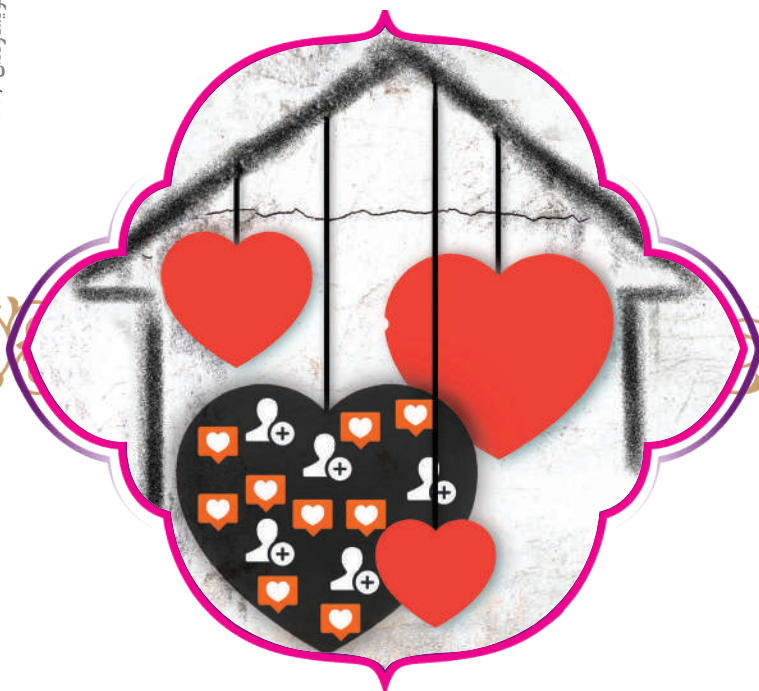
مراقبت از سوءاستفاده‌ها

عموم انسان‌ها دوست دارند از توانمندی‌های همدیگر استفاده کرده و در مسیر اهدافشان، از کمک هم بهره‌مند شوند؛ اما اگر این استفاده از حد بگذرد، به سوءاستفاده منجر خواهد شد. حال، وقتی که کسی به دیگران اجازه سوءاستفاده بدهد، بسیار عادی و طبیعی است که آن‌ها این کار را بکنند؛ اما غیرعادی این است که شما اجازه این کار را بدهید که از شما [یا خانواده‌تان] سوءاستفاده شود! اگر شما مراقب





خود نباشید، دیگران این کار را خواهند کرد.^۱ در روایتی نورانی از امام صادق (ع) آمده است: «به برادرت خدمت کن؛ پس اگر او [سوءاستفاده کرده و] تو را به خدمت [و بیگاری] گرفت، به او خدمت نکن؛ زیرا این کار کرامت نیست.»^۲



۱. نک: جواد محدثی، اخلاق در زندگی، ص ۷۲.

۲. محمدبن محمدبن نعمان عکبری بغدادی (شیخ مفید)، الاختصاص، ص ۲۴۳.





شیوه رفتار با همسر در میان خویشاوندان

کسی که با همسرش محترمانه رفتار می‌کند و در حضور دیگران به او اهانت نکرده یا او را بی اعتبار نمی‌کند، راه بی احترامی کردن دیگران به همسرش را نیز می‌بندد. این امری قراردادی نیست؛ بلکه رفتاری است که با عمل به آن، به دیگران تفهیم می‌کنیم که ما خانواده محترمی هستیم.^۱ بنابراین همواره اعتبار و احترام همسرمان را نزد فامیل خویش حفظ کنیم تا همیشه علاقه مند به رفت و آمد با آن‌ها باشد. اگر ایراد و تذکری به ما گفته شد، مستقیماً به همسرمان انتقال ندهیم؛ چراکه او احساس خواهد کرد در نزد فرد منتقد یا سایر اعضای فامیل بی اعتبار شده است. این گونه رفتارهای نسنجیده ما، ممکن است باعث امتناع او از حضور در جمع خویشاوندانمان شود.

برای سالم سازی فضای ارتباطی، داشتن مدیریت و تدبیر در تنظیم ارتباطات صحیح بسیار مهم است. اگر یکی از زوجین به سبب رفتارهای غلط و بچه گانه خودش در مقابل فامیل همسرش تحقیر شود، ممکن است حاکی از بی تدبیری همسرش نیز باشد؛ بنابراین باید محترمانه به فامیل تفهیم کنیم که اجازه رفتار توهین آمیز با همسرمان را ندارند و از آن‌ها بخواهیم که در صورت ناراحتی شدید از همسرمان،

۱. در گذشته کوچه‌ها پر بود از هیاهو و سروصدای بازی بچه‌ها. ما در میان بازی، معمولاً به انتهای اسم یکدیگر «ی» مصغر می‌چسبانیدیم و همدیگر را آن‌طور صدا می‌زدیم؛ مثلاً به اصغر می‌گفتیم اصغری. در بین ما، بچه‌هایی بودند که با سایر بچه‌ها فرق داشتند. فرقشان این بود که همه برای صدازدن آن‌ها از لفظ آقا یا خانم استفاده می‌کردند. من حساس شده بودم که چرا این‌ها با بقیه بچه‌ها فرق دارند؟! بعد متوجه شدم که پدر و مادرشان آن‌ها را این‌گونه صدا می‌زدند و گویی لفظ آقا و خانم، دیگر جزء جدایی ناپذیر اسمشان شده بود.





به جای حریم شکنی، رفتار او را به خود ما تذکر دهند. توجه کنید که اگر حریم‌ها شکسته شود، برگشت پذیری روابط، بسیار سخت است. به این نکته مهم دقت کنید: همان طور که وجود ویتامین K در خون هرانسان، در هنگام خون ریزی، باعث انعقاد دوباره خون می شود و به راحتی خون را بند می آورد، خداوند در رابطه زن و شوهر نیز عوامل منعقدکننده ای قرار داده است که باعث می شود حتی اختلاف های شدیدشان راحت تر برطرف شود؛ درحالی که همین اختلاف ها اگر بین یکی از آن ها با اعضای خانواده همسرش رخ دهد، به این راحتی برطرف نمی شود. بر این اساس، باید همیشه مراقب باشید که حریم های میان همسر و اطرافیان تنان شکسته نشود.

ازطرفی، زن و شوهر نیز مجاز به بر ملا کردن عیوب و ضعف های همسر خود در میان خانواده و خویشاوندانشان نیستند؛ مثلاً اگر به همسران نزد جمع فامیلی، توصیه ای کرده یا نصیحتش کنید، موجب ناراحتی او خواهد شد. این پیامدی همگانی است و اختصاص به همسر شما ندارد؛ چنانکه به تعبیر امیرالمؤمنین علی علیه السلام کسی که دوستش را پنهانی نصیحت کند، او را زینت بخشیده است و اگر در جمع نصیحتش کند، باعث خواری و رسوایی او شده است.^۱

البته بعضی از افراد حتی تحمل نصیحت خصوصی را هم ندارند که این موضوع ممکن است از دو جنبه شخصیت آن ها ناشی شود: اول اینکه اعتماد به نفسشان در زمینه موضوع نصیحت کم باشد؛ دوم اینکه درباره شخصیت خودشان بسیار حساس باشند. شاید به همین





دلیل افرادی که در جامعه جایگاه اجتماعی ویژه دارند، در برابر انتقاد حساسیت بیشتری از خود نشان می‌دهند. در این حال، باید فرد را با ظرافت‌های ویژه و غیرمستقیم و همراه با بیان محاسن و ویژگی‌های مثبت او نصیحت کرد.

از طرف دیگر، به بهانه صمیمیت با همسر، مجاز به فاش کردن بدی‌های فامیل خودمان هم در نزد او نیستیم که اگر چنین کنیم، دیگر قادر به مدیریت صحیح روابط نخواهیم بود. علاوه بر این، در فامیل همسر نیز باید عزت و احترام او را حفظ کنیم. اینکه به قیمت تضعیف همسرمان بخواهیم برای خود در فامیل او صمیمیت یا موقعیتی کسب کنیم، اصلاً صحیح نیست؛ همچنین باید مراقب باشیم که در احترام و محبت و تجلیل از همسرمان یا نمایاندن رابطه خوبمان افراط نکنیم. باید توجه داشت که همه زن‌ و شوهرها، از ارتباط مطلوبی بهره‌مند نیستند و شما با این‌گونه عملکرد، زمینه حسادت و چشم‌زخم را برای خودتان فراهم می‌آورید؛ حتی ممکن است عامل اختلاف و ناراحتی میان سایر همسران شوید. به خاطر داشته باشید که از رعایت اصل اعتدال و تعادل در هیچ زمینه‌ای غافل نشوید.





چگونگی مواجهه با اشتباه‌های خویشاوندان

اگر شاهد رفتار غلطی از سوی خویشاوندان بودیم، چه کنیم؟ در برابر رفتارهای اشتباه و ناپسندی که در خویشان خود یا همسرمان رخ می‌دهد، باید چه عکس‌العملی داشته باشیم؟ در پاسخ به این سؤال توجه به چند نکته ضروری است:

● اولین توصیه آن است که در مقابل این گونه رفتارها نگران نشویم. باید بپذیریم که غیر از معصومین علیهم‌السلام همه انسان‌ها، ممکن است اشتباه کنند؛ به خصوص که ما با شخصی خاص مواجه نیستیم؛ بلکه با یک جمع فامیلی، با همه گستردگی و تنوع آن روبه‌رو هستیم و بدیهی است که امکان هرگونه خطا و اشتباهی در این جمع وجود دارد. این نگاه، به مدیریت رفتار و احساس ما کمک بسیاری می‌کند.

● اساساً خطاهای دیگران، نباید ما را آن‌چنان به هم بریزد که مجال واکنش مناسب را از دست بدهیم. پیش‌ازاین نیز بیان شد که امیرالمؤمنین علیه‌السلام فرموده‌اند: «ای مردم، کسی که عیب خود را ببیند، از پرداختن به عیب دیگران باز می‌ایستد.» اگر به رفتارهای خود یا بستگانمان دقت کنیم، قطعاً آن‌ها و خود را هم بی‌عیب نخواهیم یافت و متوجه خواهیم شد که اگر دیگران به‌ظاهر کارهای غلطی انجام می‌دهند، ما نیز به‌اندازه خود، رفتارهای غلط داریم. ازطرفی، بزرگی و کوچکی اعمال ناپسند، به‌میزان ایمان و شأن و مرتبه معنوی افراد بستگی دارد؛ چنان‌که





خداوند حتی ترک اُولی را نیز برای اولیای خود نمی‌پسندد. من خود در اوایل جوانی ام، دوستی داشتم که بدی‌هایش مرا کلافه کرده بود؛ حتی بعضی شب‌ها نیز فکرکردن به کارهای او بی‌خوابم می‌کرد. به دنبال راه چاره‌ای بودم که این روایت و تعبیر زیبای امیرالمؤمنین علی علیه السلام کلید مشکلم شد و گویی آبی بر آتش درونم بود.

● امام حسین علیه السلام در پاسخ به سؤالی درباره معنای ادب فرموده‌اند: «ادب یعنی اینکه هرگاه از خانه خارج می‌شوی، همه را برتر از خود بدانی.»^۱ بنابراین پیش‌فرض «دیگران از من بهترند»، نقطه آغازین هر ارتباط مؤدبانه‌ای است. به این نوع مواجهه با افراد، ازسوی معصومین علیهم السلام بسیار تأکید شده است؛ یعنی باور عمیق داشته باشیم حتی کسی که ظاهر خلاف انتظاری دارد نیز ممکن است از ما بهتر باشد. بدون چنین اعتقادی قادر به مدیریت خود نیستیم؛ اما باید این را هم در نظر داشته باشیم که باور به بهتر بودن دیگران، تکالیفی را که در قبال بدی‌های آن‌ها داریم، از ما ساقط نمی‌کند.

● باید بدانیم اصلی مهم بر تمام انتقادهای حاکم است که نباید فدا شود. آن اصل، پیوند با خویشاوندان یا همان صلّه رحم است. انسانی که قطع رحم می‌کند، دوستان و مددکاران خود را از دست داده و زمینه تنهایی و افسردگی خویش را ایجاد می‌کند. امیرالمؤمنین علی علیه السلام فرموده‌اند: «هرکه دست یاری خود را از





بستگانش باز دارد، فقط یک دست را از یاری آنان باز داشته؛ ولی خویش را از یاری دست‌های بسیاری محروم کرده است و هرکه با اطرافیان خود با مدارا رفتار کند، دوستی و مودّت آنان را همیشه نصیب خود ساخته است.^۱ همچنین ایشان در بیان دیگری زشت‌ترین گناهان را بریدن پیوند خویشاوندی دانسته‌اند.^۲

حال چنانچه شخصی مثلاً به علت رواج غیبت در خانواده یا به بهانه‌های دیگر، رابطه‌اش را با خویشاوندان قطع کند، اصلاً مطابق وظیفه و تکلیف عمل نکرده است و این عمل او به هر دلیلی که باشد، قطع رحم محسوب می‌شود؛ بنابراین همواره باید مراقب موضع‌گیری‌هایمان باشیم تا به دنبال آن، قطع رحم رخ ندهد.

مردی خدمت امام صادق (علیه السلام) آمد و از بستگان خویش شکایت کرد. حضرت فرمودند: «خشم خود را فرو بر و کظم غیظ کن [و به آنان نیکی کن]». مرد عرض کرد که به او چنان و چنین می‌کنند و از انواع بدی‌ها و ستم‌ها فروگذار نمی‌کنند. حضرت فرمودند: «آیا می‌خواهی مثل آن‌ها باشی [و قطع رحم و ترک احسان کنی؟] و خدا [در دنیا و آخرت] به شما توجهی نکند؟!»^۳

از اخلاق‌های متعالی توصیه‌شده در دین اسلام، آن است که فرد با کسانی که از او بریده‌اند، به نیکی بپیوندند؛ چنان‌که امام صادق (علیه السلام) فرموده‌اند: «... با کسانی که از شما بریده‌اند،

۱. علی بن ابی طالب (علیه السلام)، نهج البلاغه، خطبه ۲۳.

۲. نک: عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ص ۴۰۶.

۳. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۲، ص ۲۵۹.





پیوند برقرار کنید.^۱ مثلاً اگر ما مجلس عروسی یکی از بستگان یا دوستان را مجلس گناه تشخیص داده و در آن محفل شرکت نکردیم تا به وظیفه دینی خود عمل و از بستر گناه دوری کرده و آن رفتار و گناه را تأیید نکرده باشیم، وظیفه داریم بعد از مراسمشان، به منظور جبران، به دیدار عروس و داماد برویم و ضمن تبریک و تشکر از دعوتشان، به آن دو تفهیم کنیم که فقط، در چنین جمع‌های خاصی با آن‌ها همراهی نمی‌کنیم؛ و الا در بقیه امور، مشتاق پیوند و ارتباط با آن‌ها بوده و هرکاری که از دستان برآید، برایشان انجام می‌دهیم. باید دقت کنیم که قاطعیت ما، معطوف به خود افراد نباشد؛ بلکه در برابر خلاقی باشد که مرتکب می‌شوند.

● آداب معاشرت، اختصاص به بستگان پاک و باتقوا و حزب‌اللهمی ندارد؛ بلکه وظیفه‌ای اخلاقی است؛ حتی در برابر آنان که اهل گناه‌اند. چه بسا به برکت رفت‌وآمدهای بستگان صالح، فاجران هم راه صلاح پیش گیرند و تأثیر بپذیرند. گاهی ترک م‌راوده و رفت‌وآمد، سبب می‌شود که بستگان معصیت‌کار در گناه و کج‌روی خود بیشتر پیش روند؛ ولی حفظ رابطه، جلوی بدتر شدن آنان را می‌گیرد. در این صورت، تکلیف، ن‌گه‌بانی از خط ارتباط و پیوند خویشاوندی است.^۲

یکی از شیعیان امام صادق علیه السلام به نام جهم بن حمید، از آن

۱. محمد بن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، امالی الصدوق، ص ۷۲.

۲. نک: جواد محدثی، راه زندگی: الفبای سعادت خانواده، ص ۱۱۷، با تلخیص.





حضرت علیه السلام پرسید: «برخی از خویشاوندانم، روش و تفکر دیگری دارند، غیر از فکر و مرامی که من دارم. آیا آنان بر من حقی دارند؟» حضرت فرمود: «آری، هیچ چیز حق قرابت و خویشاوندی را قطع نمی‌کند. اگر با تو همفکر و هم عقیده باشند، دو حق بر تو دارند: یکی حق خویشاوندی و دوم، حق [همفکری و هم خطی در] اسلام و مسلمانی.»^۱

● عکس العمل ما در مقابل اشتباهات دیگران باید به گونه‌ای باشد که آن را به لجبازی یا بردن آبرو و تحقیر افراد تعبیر نکنند؛ بلکه ما را شخصیت‌هایی ناصح و دلسوز بشناسند؛ و گرنه از رفتارمان نتیجه مطلوب را برداشت نخواهند کرد. باید با ظرافت به آن‌هایی که دچار اشتباه‌اند، تفهیم کنیم که پایه‌های زندگی‌شان را بر بنایی غلط نهاده‌اند. نه تنها فامیل، بلکه همسر و فرزندان نیز باید ما را شخصیتی موجه و خیرخواه و معتمد بدانند؛ پس برای اصلاح اشتباه‌هایی که در میان خویشاوندان رخ می‌دهد، قبل از هرگونه اقدام، باید در آن‌ها اعتمادسازی کرد.

● اقدام به اصلاح، ضرورتاً با گفتار اتفاق نمی‌افتد. بعضی از مواقع، رفتار ما به مراتب بهتر از گفتارمان می‌تواند اصلاح‌گر باشد. به خاطر داشته باشید که گاه می‌شود گناهان را نادیده انگاشت یا عیوبی را با اغماض دید و بزرگوارانه از کنارشان گذشت. در این میان، باید اصل حفظ آبروی افراد و رازداری نیز در صدر عمل ما قرار بگیرد. دیگران باید باور داشته باشند که رفتار و سخنان ما، بی‌غرض است و هیچ‌گاه از سر





کوتاه نظری و کم ظرفیتی نیست.

● گناهان دسته بندی و مراتب دارند؛ مثلاً بعضی گناهان آن چنان عمومیت و رواج پیدا کرده اند که دیگر بودن بود ما در محل ارتکاب آن، به معنای تأیید کردن یا تأیید نکردن آن ها محسوب نمی شود؛ البته منظور، نفی قُبْح چنین گناهایی نیست؛ چراکه اتفاقاً بدترین گناه آن است که برای مردم، عادی شده باشد.

به طور نمونه فرض کنیم در مجلسی حضور داریم که در گوشه ای از آن، موسیقی حرام می نوازند. اینجا باید تشخیص دهیم که حضور ما، تأییدی بر این فعل حرام است یا خیر! اگر تأیید است که باید مجلس را ترک کنیم؛ اما ماندن در کنار برخی از رفتارهای غلط که عمومیت دارد، تأیید محسوب نمی شود. تشخیص چنین نمونه هایی، متناسب با جمع فامیلی و خانواده های گوناگون و جایگاه خود فرد متفاوت است. در هر حال مخالفت با امر حرام، چه از طریق گفتن و چه با ترک کردن محل ارتکاب حرام، قطعاً بی تأثیر نیست؛ اما چنانچه حریم دیگری نیز شکسته شد و عمل قبیح دیگری بدعت گذاری شد، دیگر حتماً باید مقاومت نشان دهیم. مثلاً اگر نوشیدنی های مسکر هم به مجلس عروسی اضافه شد، باید در مقابل این عمل بایستیم و از شکسته شدن این حریم تازه جلوگیری کنیم. اگر در مواجهه با چنین صحنه ای، مجلس را ترک کنیم، علاوه بر عمل به تکلیف، حداقل ثمره آن، ایجاد زمزمه ای در میان بستگان است که آنان را به تفکر و تحلیل این عمل شنیع وامی دارد و به نوعی مانع از ترویج و عمومیت مناهای دیگر می شود. ارتکاب این گونه اعمال، خواه ناخواه اثر وضعی بر سرنوشت عروس و داماد دارد و باید به آن ها تفهیم کنیم که پایه های





زندگی‌شان را بر بنایی غلط نهاده‌اند.

● در امر به معروف و نهی از منکر، باید اثر رفتار خودمان را حدس بزنیم. اگر در پی نهی دیگران هستیم، در بعضی از مواقع، خروج از جلسه گناه اثربخش است و گاهی هم اثری ندارد. رفتارمان را باید به گونه‌ای مدیریت کنیم که هم به قطع ارتباط منجر نشود و هم بیشترین اثر را در نهی از منکر داشته باشد. گاهی چند کلمه صحبت مؤثر با میزبان قبل از مراسم، تأثیر جدی‌تری خواهد گذاشت.

● در اوایل ازدواج، دیگران به چگونگی رفتار عروس و داماد جدید با فامیل همسر، دقت بسیاری خواهند کرد. به سبب این حساسیت زیاد، هر کدام از طرفین و خانواده‌اش باید مراقب باشند که عروس یا داماد تازه را به مهمانی‌هایی دعوت نکنند که در آن، انتظار خطاهای فاحش و رفتارهای نامناسب و شوخی‌های بیجا یا خودمانی می‌رود. چنانچه عروس و داماد به هر دلیلی مجبور به شرکت در چنین مجالسی شدند، خودشان باید مواظب باشند که در برابر رفتارهای نامناسب اطرافیان، واکنش نسنجیده‌ای نشان ندهند.





خوش برخوردی با دیگران و قاطعیت در برابر مزاحمت‌ها

انسان نیاز دارد که دوست بدارد و او را دوست بدارند و این با خُلق خوش به دست می‌آید. خوش برخوردی با دوست، باعث دوستی بیشتر او می‌شود و خوش برخوردی با دشمن، از دشمنی او می‌کاهد. حضرت زهرا (علیها السلام) فرموده‌اند: «خوش‌رویی در برابر مؤمن، بهشت را برای انسان خوش‌رو فراهم می‌آورد و خوش برخوردی با دشمنِ ستیزه‌جو انسان را از عذاب آتش باز می‌دارد.»^۱

یکی از رازهای مهم رسیدن به خُلقِ خوش، جاذبه است. جاذب بودن شخصیت فرد، یعنی اخلاق و روحیات و صفاتی در او وجود دارد که باعث ایجاد جاذبه و تمایل دیگران به او می‌شود. افرادی که رفتاری مؤدبانه و بانزاکت دارند و با گشاده‌رویی و مهر و محبت با دیگران رفتار می‌کنند و قضاوتشان نمی‌کنند، در دل آن‌ها جا باز کرده و همه دوست دارند با این‌گونه افراد معاشرت کنند؛ اما به یاد داشته باشید همان‌گونه که خلقِ خوش داشتن، برای پختگی اجتماعی لازم است، قاطعیت داشتن در برابر سوءاستفاده و مزاحمت‌ها نیز نشان‌دهنده پختگی اجتماعی است. برخی افراد جاذبه دارند، ولی دافعه ندارند؛ با همه گرم می‌گیرند و به اصطلاح می‌جوشند و به تعبیری دیگر، اجتماعی‌اند؛ اما اگر شما فردی صادق و یک‌رو باشید، حتماً در بعضی از موقعیت‌ها، نظر و رفتار عده‌ای را نمی‌پسندید و رفتار قاطع و صریح از خود نشان می‌دهید و این، امری کاملاً طبیعی است؛ چراکه گرم گرفتن با همه افراد به نفع شما نیست و شأنتان را پایین می‌آورد یا ممکن

۱. حسین نوری طبرسی (محدث نوری)، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۲، ص ۲۶۱.





است آسیبی در پی داشته باشد. باید تشخیص دهید کجا رفتارِ خوش نشان دهید و کجا قاطعیت داشته باشید! البته اگر عزت نفس کافی نداشته باشید، نمی‌توانید قاطعیت به خرج دهید.

اگر در مقابلِ مخالفت‌ها و درگیری‌های درونِ خانواده یا جامعه اسلامی، خوش‌رو و خوش‌برخورد باشید، مخالفت و درگیری را کمتر کرده و جلوی فُوران آن را خواهید گرفت؛ هرچند باید سعی کنید از خودتان نیز مراقبت کنید تا گزندِی به شما نرسد. در قرآن کریم آمده است: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، بعضی از همسران و فرزندانِ دشمنان شما هستند. از آن‌ها بر حذر باشید و اگر عفو کنید و چشم‌پوشید و ببخشید، [خدا شما را می‌بخشد؛] به راستی خداوند آمرزنده و مهربان است.»^۱

البته گاهی هم باید رفتار متفاوتی داشته باشید: اول اینکه لازم است در مواجهه با فرد متکبر مثل خودش رفتار کنید تا تحقیر نشوید؛^۲ دوم اینکه در مواجهه با نامحرم باید رفتاری عزت‌مندانه داشته باشید تا به فکر سوءاستفاده نیفتد؛ سوم هم اینکه در مقابل دشمن و در میدان جنگ باید با شدت عمل کنید تا نتواند بر شما غلبه کند.

۱. ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنْ مِنْ أَرْوَاحِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوٌّ لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ وَ إِنْ تَعَفَّوْا وَ تَصَفَّحُوا وَ تَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ (تغابن، ۱۴).

۲. نک: مسعود بن عیسی بن وزام بن ابی‌فراس مالکی اشتری، تنبیه الخواطر و نزهة النواظر المعروف بمجموعة وزام، ج ۱، ص ۲۰۱.





چگونگی شادزیستن با دیگران، در بیان امام سجاد علیه السلام

در میان خویشاوندان، افراد گوناگونی وجود دارند که قرار نیست رفتار همگی شان درست و مطابق فرهنگ ما باشد. طبیعتاً رفتار دیگران در کنترل ما نیست؛ بنابراین باید دنبال راهکارهایی باشیم که بتوانیم در میان این جمع‌ها، زندگی کرده، ولی دلخور نشویم. روایت زیر راهکارهای مناسب و جامعی را در این زمینه فراوی ما قرار می‌دهد.

بر اساس فرموده امام باقر علیه السلام روزی محمد بن علی زُهری، محزون و مغموم خدمت امام سجاد علیه السلام رسید. حضرت به او فرمودند: «چرا ناراحت و غمگینی؟» عرض کرد: «این ناراحتی‌ها و غم‌هایی که پشت سرهم به من می‌رسد، از ناحیه حسودان و طمع‌کنندگان است که به نعمت الهی بر من، حسد و طمع می‌ورزند و از سوی کسانی است که به آن‌ها امیدوارم [یعنی انتظاراتی از آن‌ها دارم] و نیز کسانی که به ایشان خوبی کرده‌ام؛ ولی ایشان، برخلاف گمانم به من بدی می‌کنند.» امام سجاد علیه السلام برای رفع غم و اندوه محمد بن علی زُهری، به او توصیه فرمودند: «زبانت را حفظ کن تا دوستانت را نگاه داری!» زهری عرض کرد: «ای پسر رسول خدا صلی الله علیه و آله، من با سخنم به ایشان احسان می‌کنم!» حضرت فرمودند: «هیاهات! هیاهات! مبادا که با این کار، به خودت مغرور شوی [و موجب خودپسندی‌ات شود].»

ادامهٔ سفارش‌های امام سجاد علیه السلام به زهری نیز بسیار شنیدنی و کاربردی است که فهرست وار به آن‌ها اشاره می‌کنیم:

● مبادا سخنی بگویی که قلوب مردم در ابتدای امر، آن را انکار کند؛ اگرچه آن سخن نزد خودت عذری موجه داشته باشد! زیرا نمی‌توانی





از همه کسانی که مطلبی از تو شنیده‌اند [و آن مطلب برایشان ناپسند است]، عذرخواهی کنی [و آن‌ها را قانع کنی]!

● هرکس عقلش کامل‌ترین داشته‌هایش نباشد، هلاکتش آسان‌ترین اتفاق‌ها خواهد بود.

● چرا مسلمانان را همچون خانواده خود نمی‌دانی تا بزرگشان را به منزله پدرت و کوچکشان را به منزله فرزندت و هم‌بستشان را به منزله برادرت ببینی؟! در این صورت، دوست داری به کدام یک از آن‌ها ظلم کنی و دوست داری کدامشان را نفرین کنی و دوست داری از کدامشان پرده‌ری کنی [و آبرویش را ببری]؟!!

● هرگاه شیطان (لعنة الله عليه) تو را وسوسه کرد و گفت: «تو از فلان اهل قبله [یعنی یکی از مسلمانان] برتر هستی»، اگر آن فرد از تو بزرگ‌تر است، بگو: «او در ایمان و عمل صالح از من پیشی گرفته است؛ پس او از من بهتر است.» اگر از تو کوچک‌تر بود، بگو: «من در سرکشی‌ها و گناهان از او پیشی گرفته‌ام؛ پس او از من بهتر است.» اگر هم سن تو بود، بگو: «من به گناه خودم یقین دارم؛ درحالی‌که به او شک دارم؛ پس چرا باید یقینم را به سبب شکم رها کنم؟!»

● اگر دیدی مسلمانان تو را تعظیم و تجلیل و احترام می‌کنند، بگو: «این فضیلتی است که آن‌ها دارند.»

● اگر از آن‌ها ظلم و ناخوش‌رویی [بی‌اعتنائی] دیدی، بگو به سبب گناهی است که انجام داده‌ام.

ای زهری! اگر چنین کردی، خدا زندگی را بر تو آسان می‌کند و دوستانت بسیار و دشمنانت کم خواهند شد و از نیکی و خیراتی که از آن‌ها به تو برسد، شادمان شده و از جفایشان تأسف نخواهی خورد.





● درعین حال بدان که گرمی‌ترین افراد در میان مردم، کسی است که خیرش برای مردم در حال جوشش باشد [و پیوسته نفعش به مردم برسد] و از آنان بی‌نیاز و عقیف^۱ باشد و چیزی از ایشان نخواهد. پس، از این افراد، کسی از همه مردم کریم‌تر و گرمی‌تر است که چیزی از مردم طلب نکرده باشد؛ هرچند به آنان محتاج است؛ چراکه اهل دنیا به اموالشان عشق و علاقه دارند و اگر کسی در عشقشان [یعنی در امور مالی] مزاحم آن‌ها نشود، در نظرشان محترم است و البته کسی که در عشقشان مزاحمشان نشود و آنان را به بخشی از عشقشان برساند، عزیزتر و کریم‌تر خواهد بود.^۲



۱. تعبیر «مُسْتَعْنِیاً مُتَعَفِّقاً» به جلوه ظاهری و باطنی بی‌نیازی اشاره دارد؛ یعنی هم ظاهر زندگی‌مان به گونه‌ای باشد که مردم دریابند از آن‌ها بی‌نیاز هستیم و هم در باطن، عفت بورزیم و خود را محتاج خلق ندانیم. «متعففاً» از باب تفعّل، نشان از تکلف و سختی کار دارد؛ یعنی اینکه باطناً خود را نیازمند غیر خدا بدانیم، سخت است؛ ولی به نتایج و ثمراتش می‌ارزد که خودنگه‌دار بوده و خواسته‌مان را نزد دیگران مطرح نکنیم.

۲. نک: منسوب به امام حسن بن علی علیه السلام، التفسیر المنسوب الی الامام الحسن العسکری علیه السلام، ص ۲۷ تا ۲۵؛ محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۸۹، ص ۲۴۲ تا ۲۴۴.



فصل چہارم:

روابط ہمسران
بادوستان







اهمیت دوستی

رابطه نیکوی انسان با دوستان خود، جزو روابط ارزشمند او و نعمت‌های برتر الهی بوده که مزایا و اهمیت فراوانی دارد و دارایی بزرگی برای انسان به‌شمار می‌رود. این موضوع چنان اهمیت دارد که در روایات بارها به آن اشاره شده و از جمله به نقل از امیرالمؤمنین علی (علیه السلام) آمده است: «ناتوان‌ترین افراد کسی است که در یافتن دوست ناتوان باشد و البته عاجزتر از او کسی است که دوستان به دست آورده را از دست می‌دهد؛»^۱ بنابراین فرد نباید در تحولات زندگی، رفقای خوبش را از دست بدهد؛ هرچند می‌تواند از این فرصت استفاده کند و رابطه‌اش را با افرادی که مناسب دوستی نیستند، قطع کند.

یکی از این تحولات بسیار مهم، ازدواج و تشکیل خانواده است که زمان زیادی به مسئولیت‌های معطوف به آن اختصاص می‌یابد و فرصت انجام برخی کارهای گذشته را از فرد می‌گیرد؛ ولی نباید باعث قطع ارتباط افراد با رفقای خوبشان شود؛ هرچند پس از ازدواج، رابطه

۱. علی بن ابی طالب (علیه السلام)، نهج البلاغه، حکمت ۱۰.





با دوستان، تعریف جدیدی پیدا می‌کند و فرد نباید همان تعاملات و روابط قبل را، به همان حد و شکل سابق، حتی با دوستان بسیار صمیمی خود ادامه دهد؛ زیرا در این مرحله، اشخاص صمیمی زندگی، در درجهٔ اول، باید همسر و فرزندان او باشند و عمدهٔ اوقات فراغت را با آن‌ها سپری کند؛ البته کسی که به امور خانواده‌اش رسیدگی کافی داشته باشد، با خاطری آسوده می‌تواند زمان‌هایی را نیز برای گذراندن با دوستانش اختصاص دهد؛ به شرط اینکه زمان و نوع ارتباطشان، حساسیت برانگیز نباشد.

انسان‌ها به سبب داشتن روحیهٔ اجتماعی به دوستی با دیگران نیاز دارند؛ ضمن اینکه از آگاهی‌ها و تجربه‌های آن‌ها در حل مسائل و مشکلات خود بهره می‌برند. یاران خوب نعمت‌های خدا هستند و در رفتاری‌ها، آن‌کس که بیش از همه هوای ما را دارد، دوست خوب است.

دوست آن باشد که گیرد دست دوست

در پیریشان حالی و درماندگی^۱

«مهم‌تر از همه، اینکه برخورداری از دوستانی با ویژگی‌های خوب، از یک سو در شکل‌گیری منش و شخصیت انسان و از سوی دیگر، در جهت‌گیری اندیشه او تأثیری شگرف دارد.»^۲ امام صادق (علیه السلام) فرموده‌اند:

دوستی حدود و شروطی دارد؛ پس کسی که [حتی یکی از] این شروط را ندارد، او را دوست کامل مشمار و هر که هیچ‌یک از آن حدود را ندارد، هیچ درجه‌ای از دوستی را ندارد:

۱. سرودهٔ مصلح بن عبدالله شیرازی، متخلص به سعدی، شاعر قرن هفتم هجری.

۲. علی اکبر کلاتری، اخلاق زندگی، ص ۱۶۲.





۱. پنهان و آشکارش برای تو یکی باشد؛ ۲. آراستگی تو را آراستگی خود و سرافکندگی و زشتی تو را سرافکندگی و زشتی خود بداند؛ ۳. ثروت و مقام [روحیه] او را درباره تو تغییر ندهد؛ ۴. از آنچه در توان اوست، از تو دریغ ندارد؛ ۵. در گرفتاری و سختی‌های روزگار تو را رها نکند.^۱

دوست خوب شخص آزموده‌ای است که هنگام گرفتاری و درماندگی، ما را رها نمی‌کند؛ از این رو اگر خداوند دوستی خوب نصیبمان کرده است، قیدش را ننزیم و از همسرمان نیز چنین درخواستی نداشته باشیم. در عین حال، در زمینه ارتباط با دوستان، بعد از ازدواج چند سؤال محوری وجود دارد که در خلال مباحث آتی، به آن می‌پردازیم:

● ۱. هر کدام از ما با رفقای خود بعد از ازدواج چه رابطه‌ای داشته باشیم؟

بازتعریف رابطه فرد با دوستان خودش بعد از ازدواج چگونه است؟

● ۲. رابطه ما با دوستان همسرمان و از طرف دیگر، رابطه رفقای ما با

همسرمان باید چگونه باشد؟

● ۳. موضع هر کدام از ما در مواجهه با رابطه همسرمان با دوستانش

باید چگونه باشد؟





وضعیت‌های مختلف روابط دوستانه

نوع مواجههٔ فرد با روابط دوستانهٔ همسرش، در سه وضعیت سبز و زرد و قرمز بررسی می‌شود. این وضعیت‌ها حاصل سه امر است:

● شخصیت فردی و اجتماعی دوست؛

● نوع ارتباط با دوست؛

● حساسیت‌های فرهنگی و شخصیتی همسر و خانواده‌اش.

وضعیت سبز وضعیتی است که در آن رابطه با دوست، به آرامش خانوادگی لطمه‌ای نمی‌زند؛ چراکه اولاً دوست مدّ نظر، شخصیتی موجه دارد؛ ثانیاً نوع ارتباط با او حساسیت برانگیز نیست و ثالثاً همسر و خانواده‌اش نیز به این ارتباط حساس نیستند.

وضعیت زرد وضعیتی است که روابط دوستانه، زمینهٔ تنش در خانواده را فراهم آورده است که برای آن چند منشأ متصور است: یا ناشی از وضعیت ظاهری خلاف انتظار و غلط‌انداز دوست است یا آن دوست شخصیتی سالم دارد، ولی نوع ارتباط فرد با او خارج از عرف و بیش از اندازه و حساسیت برانگیز است یا در این ارتباط رفتارهایی بروز کرده است که همسر احساس می‌کند آن دوست به او ترجیح داده شده است.

وضعیت قرمز وضعیتی است که روابط دوستانه، آسیب‌زاست و می‌تواند به مال و آبرو و زندگی خانوادگی ضربه بزند. ارتباطات با جنس مخالف یا دوستانی که رفتارهای پرخطر و آسیب‌های اجتماعی دارند و نیز تفریحات غیرمتعارف و فعالیت‌های اقتصادی پرریسک برمبنای اعتماد بیش از حد نیز در این وضعیت قرار خواهد گرفت. گاهی نیز دوست مدّ نظر، با ملاک‌های ارزشی همسر، تعارض‌های شدید فکری و





فرهنگی دارد که باز هم در ردیف وضعیت قرمز قرار می‌گیرد. برای رفع مشکلات احتمالی و بهتر شدن هریک از این وضعیت‌ها، قطعاً راه‌حل مناسبی وجود دارد که در ادامه به برخی از آن‌ها پرداخته‌ایم. در وضعیت سبز مسئله اصلی اینجاست که روابط با رفقای خوب چگونه تنظیم شود تا موجب افزایش آرامش و سازندگی فرد و خانواده‌اش باشد که برای پاسخ به این سؤال، راه‌حلی با عنوان «بازتعریف روابط دوستانه، پس از ازدواج» بیان خواهد شد. بررسی راهکارهای وضعیت زرد با عنوان «مدیریت محبت» و راه‌حل وضعیت قرمز در مطلب «شیوه مواجهه با دوستان نامناسب همسر» خواهد آمد.





بازتعریف در روابط دوستانه، پس از ازدواج

دوستانی که با آن‌ها ارتباط داریم، دسته‌های گوناگونی هستند: بعضی مجردند و بعضی متأهل؛ بعضی هم‌شان ما هستند و بعضی با فرهنگی متفاوت از ما زندگی می‌کنند؛ بعضی برای تفریحات و اوقات فراغت مناسب‌اند و بعضی از آن‌ها دوستان کاری محسوب می‌شوند. طبیعی است مواجهه با هریک از این افراد، اقتضای خودش را دارد و نمی‌توان بعد از ازدواج، رفتار یکسانی با همه آن‌ها داشت.

● دوستان مجرد از این نظر که هنوز در فضای اجتماعی متفاوتی هستند و خانواده مستقل تشکیل نداده‌اند، آزادی عمل بیشتری داشته و نوعاً درک درستی از مناسبات افراد متأهل ندارند؛ به همین دلیل انتظار دارند شما مثل سابق با آن‌ها همراه باشید و اگر چنین نکنید، ممکن است شما را با عناوینی مثل بی‌معرفت و زن‌ذلیل و مانند آن خطاب کنند؛ درحالی‌که اقتضای تأهل این است که شما زمان کمتری برای گذراندن با دوستان قدیمی پیدا می‌کنید. از طرف دیگر، فضای فرهنگی جامعه نیز نمی‌پسندد که افراد متأهل با جوان‌های مجرد رفت‌وآمد زیادی داشته باشند و معمولاً همسران نیز با این شکل از ارتباط، مشکل پیدا خواهند کرد؛ البته فرد می‌تواند خارج از فضای خانواده و در زمان‌های مناسب، با دوستان مجردش ارتباطی محدود داشته باشد؛ با این تأکید که حرف‌های مختص به افراد متأهل نباید در مقابل آن‌ها مطرح شود.

● با دوستان متأهل خود، راحت‌تر می‌توانید ارتباط داشته باشید، هم فردی و هم خانوادگی که البته در ارتباطات خانوادگی باید میزان





هماهنگی فکری و شخصیتی و فرهنگی بین خود و همسرانتان را هم در نظر بگیرید؛ بنابراین ارتباط خانوادگی خود را با دوستانی برقرار کنید که این هماهنگی بین شما و همسرانتان وجود داشته باشد و نباید اصرار کنید که این ارتباط حتماً با دوستان صمیمی تان بیشتر باشد؛ چراکه ممکن است نبود این هماهنگی ها، فضای خانوادگی تان را دچار تنش کند.

در روابط خانوادگی نباید اجازه دهید به بهانه صمیمیت و رفاقت، شما با همسر دوستان یا او با همسر شما راحت تر از حد شرعی باشد؛ چراکه ممکن است مشکلاتی را برای هر کدام به وجود آورد. صمیمیت و ارتباط بی حد و مرز، زمینه هایی از مقایسه کردن و بی اعتمادی و ذهنیت های منفی را در فضای خانواده ایجاد می کند که باعث دوری شما از دوستانتان یا ایجاد تنش بین خانواده ها می شود.

از طرفی مراقب باشید جلوی خانواده های دیگر خیلی به همسران ابراز محبت نکنید؛ چون ممکن است باعث حساسیتشان و دلخوری آن ها از همسرشان شود؛ همچنان که شما نیز دقت کنید ارتباط خوب همسران دیگر را به رخ همسران نکشید تا ناراحتی و تنش بینتان پیش نیاید. ارتباط خانوادگی فرصت مناسبی است که به طرح تجربه ها و مهارت های زندگی بپردازید.

اگر این ارتباط ها و دوستی ها با رعایت شروط گفته شده، خوب سامان دهی شود، می تواند محیط بسیار مناسبی برای تفریح و مسافرت و حتی اصلاح روابط با همسر و تربیت فرزندان باشد؛ به خصوص که تکثر فرهنگی به وجود آمده در میان اقوام، آن قدر زیاد است که انسان نمی تواند به راحتی و با خاطر جمع روابطش را با آن ها گسترش دهد؛ بنابراین می توان این خلأ را با ارتباط با دوستان همفکر جبران کرد.





● فرازونشیب دوران نوجوانی و جوانی باعث می‌شود انسان گاهی با کسانی دوست باشد که از نظر فرهنگی و شخصیتی با او تناسب ندارند؛ اما وقتی پای خانواده به میان می‌آید، این مسائل اهمیت بسیاری پیدا می‌کند و برای اطرافیان پذیرفتنی نیست که شما با هرکسی ارتباط داشته باشید؛ پس بعد از ازدواج، ارتباط با دوستانی که از لحاظ فرهنگی با شما متفاوت‌اند، باید به حداقل برسد.

● در مقابل، ارزش دارد رابطه خود را با دوستانی که ارتباط با آن‌ها باعث رشد و موفقیت شما می‌شود و همگان آن را تأیید می‌کنند، حتی بعد از ازدواج، بیشتر تقویت کنید؛ البته تعریف بیش از حد از آن‌ها در مقابل همسر، ممکن است باعث حساسیت او شود؛ چراکه همسر صمیمی‌ترین فرد زندگی است و نباید احساس کند فرد دیگری در این محدوده وارد شده است. مراقب باشید که این اتفاق ممکن است دوستی شما را از وضعیت سبز به وضعیت زرد منتقل کند.

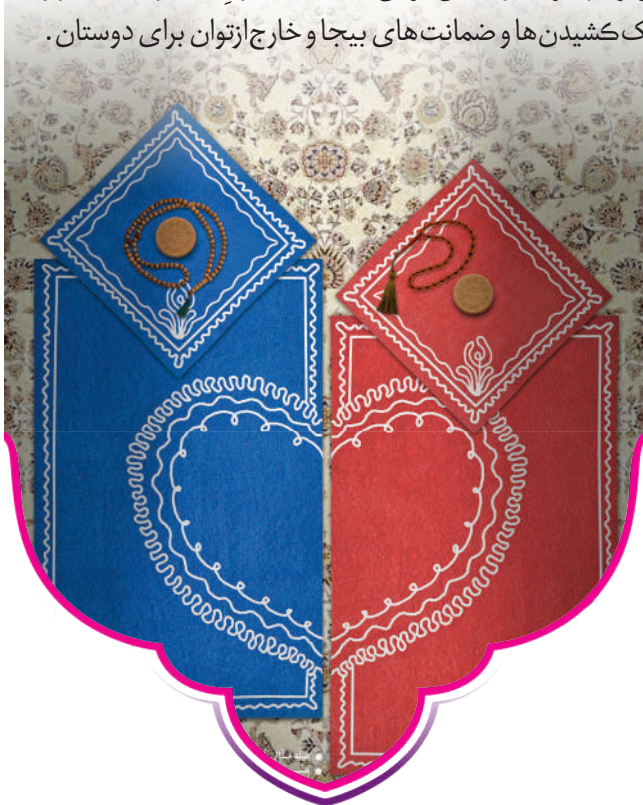
● در زمینه فعالیت‌های فوق برنامه ورزش و تفریح و فعالیت‌های فرهنگی و مذهبی نیز باید بدانید که وضعیت جدید زندگی شما الگوی جدیدی برای اجرای این برنامه‌ها می‌طلبد؛ هرچند شما با الگوهای قبلی خو گرفته باشید. طبیعی است تا تنظیم این برنامه‌ها با موقعیت جدید، کمی از آن‌ها فاصله خواهید گرفت که نباید زیاد نگران باشید؛ بلکه باید سعی کنید به تدریج با برنامه‌ریزی صحیح و همراهی و هماهنگی با همسران برنامه‌های متناسبی را برای خود طراحی کنید.

● در زمینه فعالیت‌های اقتصادی نیز فرصت کار با دوستان، فرصتی





خوب است؛ به شرط اینکه قول و قرارها دقیق و حساب و کتاب‌ها صحیح باشد و تمام احتمالات ممکن پیش‌بینی شده باشد. هنگام بستن قرارداد کاری با دوستان، نباید به بهانه رفقت، بخشی از احتمالات را نادیده بگیریم؛ بلکه باید فکر کنیم با فردی غریبه قرارداد می‌بندیم؛ ولی در هنگام کارکردن، همدلی و فداکاری و صمیمیت را در کنار جدیت و برنامه‌ریزی و مسئولیت‌شناسی حفظ کنیم. آسیب رایجی که گاهی در میان دوستان اتفاق می‌افتد، اعتمادهای بیش از اندازه‌ای است که به هم دارند و مایه خسارت‌های سنگین می‌شود و آرامش خانواده را نیز برهم خواهد زد؛ مثل قرض دادن‌های بدون ثبت و ضمانت و زمان و چک کشیدن‌ها و ضمانت‌های بیجا و خارج از توان برای دوستان.





مدیریت محبت

اگر بر این امر تأکید و اصرار داشته باشیم که همسرمان فقط متعلق به ما باشد، بدانیم که او و علاقه او را از دست خواهیم داد. در این حالت، برای او مانند دمی هستیم که بازدمی به دنبال ندارد. خطاب این توصیه عموماً خانم‌ها هستند؛ چون زن دوست دارد عاطفه و توجه شوهر در هر زمان، تماماً مختص او باشد؛ اما باید بداند اگر مردش را در زندان علاقه خود حبس کند، ممکن است او را به جایی برساند که به یک باره رشته همه علقه‌ها را پاره کند. در مردان و خصوصاً مردان عاشق‌پیشه نیز این احساس، کم‌وبیش وجود دارد.

اگر فردی ببیند که همسرش مشتاق است اوقاتی را در کنار دوستانش بگذراند، بهتر است مانع نشود و وی را در چارچوبی منطقی آزاد بگذارد. به طور خاص زنی که می‌خواهد سلطان قلب همسرش باشد، باید قلب او را با تمام درونیاتش بپذیرد. خواه ناخواه، در این قلب عده‌ای رفت و آمد دارند و اگر زن بخواهد با آن‌ها زورآزمایی و مقابله کند، ممکن است شکست بخورد؛ درحالی‌که اگر اقدامی نکرده بود، شکستی هم در کار نبود و اگر او درباره افرادی که شوهر به آن‌ها تعلق خاطر دارد، حساسیت به خرج ندهد، این رفت و آمدها و تعلقات، با نظر و نظارت وی ادامه پیدامی‌کند.

توصیه مهم به همسران این است که هیچ‌گاه خود را در تقابل محبت‌های دیگر همسرشان قرار ندهند؛ بلکه باید این محبت‌ها را در کمند محبت خود جای دهند تا بتوانند مهارشان کنند. مثلاً اگر زنی به دایی خود علاقه‌مند است، بهتر است مرد نیز به دایی وی علاقه





نشان دهد؛ زیرا با این عمل خود به همسرش می‌فهماند که: «من دایات را دوست دارم؛ چون تو را خیلی دوست دارم.» اگر مردی چنین کرد، بر زن و علقه‌هایش مسلط می‌شود. اگر زن و شوهر، چتر محبتشان را بر سر همسر و علقه‌های او باز نکنند، دیگر بر ارتباط‌های او هم تسلط نخواهند داشت و قادر نیستند علقه‌مندی‌های یکدیگر را مدیریت کنند. یک مدیر خوب پیوسته باید هوشیار باشد تا هیچ امری از سیطره‌اش خارج نشود.

حضرت امام رحمه‌الله روز اول تشکیل جمهوری اسلامی، با آنکه مخالف شاه و طاغوت بودند، اعلام کردند که تمام قوانین دوره قبل تا زمانی که ملت رأی بر مخالفت با آن نداده است، به قوت خود باقی است.^۱ اگر ایشان می‌گفتند که ارتش را نمی‌خواهند، کارمندهای طاغوتی و قوانین طاغوتی را هم نمی‌خواهند و... عملاً حیطه حکومتشان را به افراد انقلابی اطرافشان محدود می‌کردند و نمی‌توانستند کشوری به این عظمت را اداره کنند؛ درحالی‌که با این روش، هم عناصر خوب قبلی‌ها را جذب کردند و هم فرصت یافتند تا ساختارهای دیگری ایجاد کنند.

با محبت نمی‌شود خط‌ونشانی رفتار کرد. عشق را نمی‌شود با استدلال و قانون و قرارداد محدود کرد. در هیچ محکمه‌ای، هیچ قانونی برای تعیین حدومرز عشق، وضع شدنی نیست. عشق را فقط با عشق می‌توان محدود کرد. عشقی که خداوند هنگام جاری شدن صیغه عقد در دل دختر و پسر قرار می‌دهد، عنایتی است آسمانی که همه محبت‌های

۱. سیدروح‌الله خمینی، صحیفه امام، ج ۶، ص ۶۰: «به‌جز در موارد بسیاری که به‌زور وارد قانون اساسی شده است، تا زمانی که ملت رأی بر مخالفت با آن نداده است، به قوت خود باقی است.»





دیگر را کنار می‌زند. محبتی که خداوند در آیه ﴿جَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً﴾^۱ بیان می‌کند، در صدر سایر محبت‌ها قرار می‌گیرد؛ به همین علت، توجه دختر یا پسری که تا قبل از ازدواج، همه فکر و ذکرش معطوف به پدر، مادر، دوستان و چیزهای دیگر بود، پس از ازدواج به همسرش اختصاص می‌یابد. خدا در اول ازدواج، به زن و شوهر موقعیتی ویژه می‌دهد؛ در واقع، مثل مدیری که در ابتدای انتصابش، با تجلیلی و ویژه، موقعیت او را آنچنان تثبیت می‌کنند که نگران رقبای خود نباشد، برای این دو نیز مراسم معارفه^۲ باشکوهی برگزار شده و اختیارات فوق‌العاده‌ای به آن‌ها اعطا می‌شود؛ حال اگر احساس کنند جایگاهی را که باید داشته باشند، ندارند، خودشان مقصرند.

اگر زن و شوهر در نثار محبت به یکدیگر کم نگذارند، کمتر نگران محبت‌های دیگر می‌شوند؛ از این رو بیشتر از اینکه دلواپس محبت‌های دیگران باشند، باید حواسشان به خودشان جمع باشد؛ چرا که هر چه بیشتر به هم محبت کنند، به نر می محبت‌های دیگر را تحت الشعاع خود قرار می‌دهند؛ پس ضرورتی ندارد که با علاقه‌های همسران تقابل کنید؛ شما فقط در صدد تشدید علاقه صادقانه خود باشید.

نکته مهمی که در پایان این قسمت باید اشاره شود، آن است که زنان به سبب عاطفی بودن و میل به محبوب بودن، بیشتر دچار خصیصه^۳ و سواس و سوءظن به همسر می‌شوند و مردان به سبب اینکه به اعتماد زنان نیاز دارند، سریع در برابر این سوءظن واکنش نشان می‌دهند؛ در حالی که این حالت، امری متداول و رایج در بین زنان بوده و برای





سلامت و امنیت انسان، مفید است. البته ممکن است عوارضی هم داشته باشد که چه بسا با چند ترفند کوچک، بتوان آن را بهبود بخشید:

● مرد محبتش را به همسرش به صراحت ابراز و با راه‌های گوناگون نشان دهد. این مرد است که باید خلأ عاطفی همسرش را پر کند تا حس اطمینان را در او به وجود آورد.

● گاهی که ممکن است به سبب کار و مشغله‌ای، دیرتر از معمول به خانه بیاید، همسرش را از تأخیر خود با خبر سازد؛ تأخیرهای خارج از انتظار، علاوه بر دلواپسی، می‌تواند سوءظن برانگیز نیز باشد.

● تاحدّ امکان، مشغله‌های اضافی خود در ساعات غیرکاری را به همسرش بگوید؛ همچنین از همفکری و مشارکت او استفاده کند تا همسرش نیز خود را در آن کار سهیم و درگیر بداند.

● باید حیا و وقار و حفظ حرمت‌ها در ارتباط با سایر زنان، در رفتار مرد نمایان باشد. اگر رفتار مرد این احساس را به وجود بیاورد که او با سایر زنان صمیمانه برخورد می‌کند یا شوخی‌های خارج از عرف دارد، طبعاً این خود، زمینه شک و اتهام را ایجاد می‌کند.

● به هیچ وجه نباید در مقابل همسر از زنان دیگر تعریف و تمجید شود. این کار اولاً حسادت برانگیز است یا حداقل می‌تواند همسر را به آن زنان حساس کند؛ ثانیاً زمینه اتهام مرد را فراهم می‌کند.

رعایت این نکته برای مردان امری پسندیده و برای سلامت و امنیت زنان بسیار لازم است؛ اما متأسفانه این حساسیت که به آن غیرت گفته می‌شود، در مردان جامعه کمتر شده و در این سال‌ها، شاهد اتفاقات غیرمنتظره در خانواده‌ها بوده‌ایم.





شیوه مواجهه با دوستان نامناسب همسر

اگر شریک زندگی ما با رفقای بد، رفت‌وآمد داشت و خودش به بدبودن آن‌ها قائل نبود، چه باید کرد؟ این مشکل نه فقط درباره همسر است، بلکه متوجه بسیاری از والدینی است که از رفقای بد فرزندشان رنج می‌برند.

الف. علت‌شناسی

قبل از هر اقدامی باید به چند نکته توجه کنیم: اول بررسی این مطلب که چرا همسرمان چنین اشخاصی را به دوستی پذیرفته است؟ غالباً چنین دوستانی، دو ویژگی برجسته دارند:

● ۱. آنان از دوستانشان بسیار تعریف و تمجید می‌کنند؛ درحالی‌که معمولاً همسر و اطرافیان، در جست‌وجوی اشکالات فرد بوده و از او ایراد می‌گیرند. رفقای بد، رفتارهای انتقادبرانگیز را مثبت تلقی می‌کنند و فرد را نیز به سبب داشتن چنین خصایصی تشویق می‌کنند؛ مثلاً اگر اشخاصی موّجه، مانند همسر یا والدین فرد، شاهد رفتار ناشایست او با دیگری باشند، او را با عباراتی از قبیل: «چرا فریاد زدی؟» یا «چرا آبروی طرف را بردی؟» یا «چرا به او ناسزا گفتی؟» به باد انتقاد می‌گیرند؛ درحالی‌که دوستان بد، او را با عباراتی مانند: «دمت گرم! چطور حال طرف را گرفتی؟» یا «کیف کردم خوب حالش را جا آوردی!» تشویق می‌کنند. از آنجایی‌که انسان همواره در جست‌وجوی تأیید دیگران است، برای او دم‌خور شدن با اشخاصی دلنشین‌تر است که تشویق و تأییدش می‌کنند؛ در نتیجه، فرد به حفظ چنین دوستانی تمایل بسیار دارد.





● ۲. دوست بد هوای رفیقش را دارد و ابراز محبتش به او پررنگ است. اگر می‌خواهید مانع ارتباط همسر یا فرزندان با دوستان بد شوید، باید در این ویژگی‌ها از آنان جلو بزنید: بیش‌ازپیش، از همسران تعریف کنید و کمتر درصدد عیب‌جویی و انتقاد از او باشید. درست است که شما برای اصلاح رفتارهایش، از او انتقاد می‌کنید و از طرفی چون از رفتارش ناراحت هستید، نمی‌توانید تعامل خوشایند و عاشقانه‌ای با او داشته باشید؛ ولی باید بدانید در این صورت، از شما بیشتر فاصله گرفته و به سایر افراد یا رفتارهای غلط نزدیک‌تر خواهد شد. در واقع، این عکس‌العمل، نوعی دفاع از خود است که در آن، فرد از منتقدانش دوری کرده و به روابط دیگر پناه می‌برد.

گاهی اوقات، فضای خانه برای زن و مرد جذاب نیست و علاقه‌چندانی به حضور در خانه ندارند. علت حضورنداشتن مرد یا زن، همیشه اشتغال نیست؛ بلکه گاهی این نبودن، به علت نداشتن امنیت عاطفی و روانی است. اگر زن و مرد با رفتارهای درست، نیازهای روحی و روانی یکدیگر را تأمین کنند، بازگشت به خانه برای هر دو نفر، لحظه‌های بسیار مطلوب و خوشایندی خواهد بود.^۱

ب. پرهیز از رفتار تقابلی

همواره مراقب باشید که خود را در تقابل همسر و دوستانش قرار ندهید. در واقع، وقتی می‌توانید دوستی‌ها را مدیریت کنید که با آن‌ها رفتار



تقابلی نداشته باشید. اگر در رفتار تقابلی تان بسیار قدرتمند نیز عمل کنید، درنهایت دوستی آشکار آن‌ها را تبدیل به دوستی‌های پنهان و محرمانه می‌کنید؛ یعنی با این عملکرد، گرچه به ظاهر دیگر شاهد رفت‌وآمد فرد با رفقای ناباش نیستید، اما این رفت‌وآمد به‌طور پنهان و بیشتر اتفاق می‌افتد؛ بنابراین از خط‌ونشان کشیدن و بدگویی از این‌گونه دوستان و در یک کلام، مقابلهٔ مستقیم پرهیزید.

حتی دربارهٔ چنین افرادی، انصاف را رعایت کنید و اگر واجد نکات مثبت نیز هستند، حتماً آن‌ها را بازگو کنید. مثلاً اگر فرد مرتب و منظمی است، از این ویژگی مثبت شروع کنید یا اگر زرنگ و توانمند است، ابتدا از این مزیت‌های او بگویید. هنگامی حرف و نظر شما اثرگذار است که همسر یا فرزندان احساس کند هیچ‌گونه حبّ و بغضی به دوستان او ندارد. پاسخ‌های او از قبیل: «تو از اولش هم با این دوست من مشکل داشتی» یا «تو به آن‌ها حسادت می‌کنی»، یا «چرا این قدر بدبین هستی؟» ممکن است حکایت از رفتار جهت‌دار ما در مقابل این نوع از دوستان وی داشته باشد یا حداقل همسرمان چنین احساسی پیدا کند که در هر حال، باعث کم‌شدن اثر سخنان ما می‌شود.

باید بسیار مراقب بود که فرد، در گفتار و رفتار ما نگرانی‌ای احساس نکند. اگر ما قادر باشیم رفتار و احساس خود را درست مدیریت کنیم، فرد مسائل و تجارب مشترکی را که با دوستانش داشته است، به راحتی برای ما بازگو می‌کند؛ مثلاً اگر بگوید: «دوستم فلان کار را کرد» برای شما فرصتی فراهم می‌شود که به‌طور نامحسوس و غیرمستقیم، با جملاتی سؤالی مانند: «به نظر تو دوست



نباید اینجا فلان کار را می‌کرد؟» نکاتی را خاطرنشان کنید که او را آرام‌آرام به نتیجه دلخواه شما نزدیک کند. درحقیقت از این طریق او را به درگیری ذهنی و گفت‌وگوی درونی می‌کشانید؛ در نتیجه ممکن است نزد خود به این باور برسد که: «بله، او دوست خوبی نبود. اگر بود، مانعم می‌شد؛ نه اینکه خودش هم من را به دعا تشویق کند!» همچنین می‌توانید با ظرافت و در خلال صحبت‌های روزانه، مطالبی را در قالب حکایت و داستان و واقعیت بیان کنید؛ مثلاً در این باره که چگونه کسی به دوست ناهلش اعتماد کرد و از سوی او ضربه خورد! بعد از مدت‌ها آماده‌سازی و در فرصت مقتضی، هنگامی که احساس کردید در او تردیدهایی ایجاد شده و دیگر تعصب قبل را ندارد، می‌توانید مستقیماً از شخص بخواهید که به دوستی نابجای خود پایان دهد. اشتباه ما در این است که همان اول کار، تمام توانمان را به کار برده و دلایلمان را می‌گوییم و در عوض، چون همسرمان به دوستش علاقه و وابستگی زیادی دارد و عیبی در او نمی‌بیند، خود را خلع سلاح می‌کنیم. زمانی می‌توانیم جمله مستقیم «دیگر نباید با این فرد دوست باشی» را بگوییم که شخص چند ضربه از دوستش خورده باشد؛ مثلاً وقتی نزد شما سفره دلش را باز می‌کند که چطور رفیقش پشت سر او بدگویی کرده یا در حضور دیگران او را سبک کرده است، می‌توانید بگویید: «خدا را شکر که ضربه بیشتری نزده! حالا که این کارها را کرده است، تو هم قید او را بزن.»

نکته آخر این است که اگر در جایی خطر را بسیار نزدیک و بزرگ احساس می‌کنید، به طوری که دیگر مجالی برای چنین مقدمه‌چینی‌ها و آماده‌سازی‌هایی وجود ندارد، توصیه می‌شود خود را مستقیماً در تقابل





فرد و دوستانش قرار ندهید؛ بلکه این کار را مخفیانه به افراد موّجه دیگر مانند پدر یا دوستان صالح او بسپارید؛ در غیر این صورت، هر سخنی که بگویید، از نظر او دفاع از خود بوده و این امر باعث می‌شود که دیگر، سخنان شما را ناصحانه و دلسوزانه تعبیر نکند و نپذیرد.

پ. توجه به مراحل مواجهه با خطاهای عمده

از بسیاری از خطاهای دیگران می‌توان چشم‌پوشی کرد؛ اما در این میان معدودی از اشتباهات فاحش نیز وجود دارد که برای شما تحمل نکردنی نیست. هنگام قرارگرفتن در چنین موقعیت‌هایی، بحث و مذاکره منطقی درباره مشکلات، نه فقط مفید نیست، بلکه باعث عادی شدن موضوع و ریختن قُبَح آن شده و فرد را در ارتکاب مجدد آن خطا، جری‌تر نیز خواهد کرد. اینکه او یک گام پیش آمده و توانسته است درباره موضوعی تحمل نکردنی، با شما چند دقیقه صحبت کند، یعنی شما پذیرفته‌اید امکان تکرار این خطا باز هم وجود دارد. در واقع اولین بار که خطاهای بزرگ مطرح و آشکار می‌شود، نبض شما را نیز می‌سنجد و اگر حساسیت شما به موضوع کم باشد، میدان را برای ادامه باز می‌بیند؛ بنابراین در این مواقع، سه اقدام در سه مرحله لازم است: در مرحله اول، «تغافل»^۱ و در مرحله دوم، «تقبیح» و در مرحله سوم، «تبیین و روشنگری».

۱. «تغافل» از ریشه «غُفَلَ» در لغت به معنای نادیده‌انگاشتن و چشم‌پوشی عمدی و خود را به غفلت زدن است (سیدمرتضی حسینی واسطی زبیدی، تاج العروس من جواهر القاموس، ج ۱۵، ص ۵۴۸).



تغافل



وقتی با مسئله‌ای دور از انتظار در همسران مواجه می‌شوید، نه فقط نباید هوار بکشید و دیگران را خبردار کنید، بلکه حتی نباید نشان دهید که خودتان هم متوجه شده‌اید. این همان اصلِ تغافل است که البته با غفلت فرق دارد. غفلت یعنی شما از عمق و استمرار مسئله بی‌خبر باشید و به علائم هشداردهنده توجه نکنید. این مطلوب نیست؛ اما تغافل به این معناست که در عین حال که متوجه خطر شده‌اید، به روی خودتان نیاورید و کریمانه رفتار کنید تا قبح عمل نریزد و راهکار بهتری برای مدیریت آن پیدا کنید.^۱ امام سجاد علیه السلام در این باره به فرزندشان فرموده‌اند: «اصلاح زندگی‌ها همه در ظرفی است که دو سوّم آن را زیرکی پر کرده است و یک سوّم آن را تغافل؛ زیرا انسان از چیزی اظهار بی‌خبری می‌کند که از آن باخبر است و با زیرکی آن را زیر نظر دارد.»^۲ بعضی‌ها این را مزیت می‌دانند که به همسرشان بفهمانند از ایرادهای مخفی او باخبر هستند؛ برای مثال می‌گویند: «از همه کارهایت خبر دارم. فکر کرده‌ای نمی‌دانم؟! پرونده‌ات زیر بغلم است». فردی که این‌گونه حرف‌ها را می‌زند، با این جمله‌ها آب پاکی را روی دست طرف مقابل ریخته است! در واقع آب از سر او گذشته است و دیگر آبرویی نزد شما ندارد که بخواهد آن را حفظ کند؛ بنابراین با جسارتی بیشتر به خطای خود ادامه خواهد داد؛ در حالی که تا وقتی که فرد احساس می‌کند آبرویش حفظ شده است، محدودیت بیشتری برای انجام رفتار غلط دارد؛ برای همین است که امیرالمؤمنین علیه السلام فرموده‌اند:

۱. نک: عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، غرر الحکم و درر الکلم، ص ۲۰۹.

۲. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۴۶، ص ۲۳۱.





«هیچ عقلی همچون تجاهل^۱ نیست.»^۲

دراین میان، ممکن است بتوانید قُبَح عمل را به صورت غیرمستقیم و بدون اینکه از خود او مثال بزنید، تذکر دهید؛ مثلاً اینکه «چقدر خانواده ما به این کار حساس هستند؛ چقدر از این جور افراد بدمان می آید؛ وای به وقتی که مرد خانواده، دست به چنین کاری بزند، خدا از هفت پشتمان دور کند و...!» شما با این سنخ صحبت ها، نمود قبح آن رفتارها را افزایش می دهید. درعین حال، باید بتوانید با کمک مشاوران، ریشه این مسئله را هم کشف کنید و با آن مبارزه کنید؛ مثلاً اگر همسران با کسی رفت و آمد می کند که زمینه ساز این خطاهاست، بدون اینکه نشان دهید اصل مسئله را کشف کرده اید، این زمینه را از بین ببرید.

تقیب

دروهمه دوم اگر همسران فهمید که شما از خطایش باخبرید یا خودش اعتراف کرد یا به هر شکلی، این موضوع علنی شد، واکنشی متفاوت نشان دهید و از مکانیزم تقبیح استفاده کنید. تقبیح واکنشی هیجانی همراه با خشم، تعجب، اندوه و تهدید است. شما چهره تان دگرگون می شود و در بهت می روید و با عصبانیت می گوید: «اصلاً نمی فهمم که چطور توانستی چنین کاری بکنی یا حتی درباره اش حرف بزنی.

۱. «تجاهل» به معنای اظهار جهل و نادانی درباره چیزی است که از آن خبر دارد و مراد همان تغافل است (فؤاد افرام بستانی، فرهنگ ابجدی، ص ۲۰۸).

۲. «لا عقل کالتجاهل» (عبدالواحدین محمد تمیمی آمدی، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ص ۵۳).





اصلاً نمی‌توانم درک و هضمش کنم. نمی‌توانم بفهمم یعنی چه!» این سنخ واکنش‌ها، برای فردی که تمام آبروی خود را در خطر می‌بیند، تهدیدی است جدی و می‌تواند او را چندین گام به عقب براند و شرم فراوانی در وجودش ایجاد کند. ضمناً تا وقتی دیگران را خبردار نکرده‌اید، زمینه بیشتری برای اصلاح فرد باقی گذاشته‌اید؛ زیرا هنوز آبرویی دارد و سعی می‌کند برای حفظ آن، کاری انجام دهد.

حال اگر شما در این موقعیت، شروع به نصیحت یا بحث علمی کنید، عملاً مسئله را طوری طرح و بررسی کرده‌اید که می‌تواند هر نتیجه‌ای به بار آورد. هر موضوعی که قابلیت مذاکره داشته باشد، قابلیت اجرایی نیز پیدا می‌کند. در واقع شما از شدت ناهنجاری رفتار همسر، صرف‌نظر کرده‌اید و علاوه بر آن، باید دربارهٔ مزایا و معایب رفتار غلطش با او صحبت کنید! اولاً معلوم نیست بتوانید او را قانع کنید؛ ثانیاً اگر هم قانع بشود، باز هم ممکن است مثل بعضی از افراد جامعه باشد که دربارهٔ اشتباه بودن خیلی از کارها قانع شده‌اند؛ ولی هنوز آن‌ها را انجام می‌دهند!

تبیین و روشنگری

باتوجه به مطالب پیش گفته، اگر نتوانستید با «تغافل» و «تقبیح»، کار را جمع کنید، می‌توانید از فرآیندهای کلامی مثل مذاکره و نصیحت استفاده کنید که البته براساس قوت کلام و چگونگی بیان آن، در حدّ خودش می‌تواند اثربخش باشد. در این وضعیت نیز باید آبروی فرد را نگه دارید و به سبب اشتباهش تمام عزت نفس او را حتی بین خودتان





دو نفر از بین نبرید؛ مثلاً بگویید: «با شناختی که من از تو دارم، این رفتار اصلاً متناسب تو نیست»، «این رفتار اصلاً در شأن همسر من نیست»، «خودت هم می‌دانی که چنین خطاهایی از تو بعید بود»، «می‌دانم از دستت در رفته! اشتباهی بود و گذشت. تکرارش خطرناک می‌شود» و جملاتی از این قبیل؛ سپس خطرهای و آسیب‌هایی که به فرد و خانواده می‌رسد، برای او توضیح دهید.

در تمام مراحل مواجهه با رفتار غلط، در نظر گرفتن وضعیت روحی طرف مقابل، نکته مهمی است که باید مدنظرتان باشد. گاهی در حین صحبت کردن، فضا متشنج می‌شود و او حالت دفاعی به خودش می‌گیرد. ادامه دادن نصیحت در چنین فضایی، عموماً اثر مثبت ندارد و بهتر است بحث را تمام کنید.

همدلی و همکاری کردن، معنایش این است که همدیگر را در راه خدا حفظ کنید... اگر خانم خانه می‌بیند شوهرش دارد دچار یک انحرافی می‌شود... اول کسی که باید او را حفظ کند، اوست. اگر متقابلاً مرد این احساس‌ها را به نوع دیگری از زنش کرد، اولین کسی که باید زن را حفظ کند، شوهر اوست؛ البته حفظ کردن هم با محبت کردن و با زبان خوش و با منطق صحیح و با برخورد مدبرانه و حکیمانه حاصل می‌شود، نه با بداخلاقی و قهر و این چیزها؛ یعنی هردو مراقب باشند تا آن دیگری را در راه خدا حفظ کنند.^۱

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب (علیه السلام) هنگام جاری کردن خطبه عقد، ۲۱ آبان ۱۳۷۹، به نقل از: پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌الله العظمی خامنه‌ای؛ محمدجواد حاج‌علی اکبری، مطلع عشق (گزیده‌ای از رهنمودهای مقام معظم رهبری به زوج‌های جوان)، ص ۸۸.





دوستی‌های پنهان

دوستی‌های پنهان و غیرمترعارف با جنس مخالف یا حتی دوستی‌های دون‌شان با هم‌جنسان، قطعاً خارج از حد معمول است. اگر کسی چنین دوستی‌هایی داشته و اکنون ازدواج کرده است، چه باید بکند؟ متأسفانه این موضوع، کم‌وبیش در بین دوستان و اطرافیان ما دیده می‌شود و هرچند تصور این گناه، برای خیلی از ما نفرت‌انگیز است، به هر حال لازم است به طور دقیق و کاربردی، به دنبال راه‌حل‌هایی باشید که بتواند به این افراد کمک و به‌خوبی آن‌ها را راهنمایی کند.

فردی که درگیر این رابطه بوده است، باید بداند اطلاع یافتن همسر از این قضیه، به زندگی مشترک ضربه‌ای جدی خواهد زد؛ چون فردی که ازدواج می‌کند، باید عمده‌ترین بخش علاقه و تعهدش، متعلق به همسرش باشد و نیازهای جنسی و عاطفی شدید خود را فقط از طریق همسر تأمین کند؛ بنابراین مهم‌ترین وظیفه شخص، قطع کامل این دوستی‌هاست.

چنین شخصی ممکن است الان به خود یکی از این سه جواب را بدهد: «نمی‌خواهم، نمی‌توانم، نمی‌شود.»

- نمی‌خواهم؛ چون عیبی در این دوستی نمی‌بینم.
- نمی‌توانم؛ چون وابسته شده‌ام و نمی‌توانم رابطه‌ام را قطع کنم.
- نمی‌شود؛ چون یک‌دفعه که نمی‌شود رابطه را قطع کرد. این کار زمان می‌برد.





رسم جوانمردی این است که وقتی دو نفر، حلقه در دست هم می‌کنند، دیگر از سایر حلقه‌های دوستی بریده باشند و هرچه بیرون از این حلقه بوده است، تمام شده باشد؛ یعنی همان طور که این فرد دوست ندارد دل همسرش جای دیگری باشد، خودش هم باید به این پیمان وفادار باشد. دوستی‌های قبلی هرچه بوده و هرچوری که بوده است، قطعاً به زندگی مشترک آسیب خواهد زد و آرامش و روابط شیرین زن و شوهر را خدشه‌دار خواهد کرد و حتی اگر این رابطه را مخفی نگه دارند، بالاخره در حالات چهره و رفت‌وآمدهای مشکوکشان بروز خواهد یافت. امیرالمؤمنین علی علیه السلام در این باره فرموده‌اند: «هیچ کس، چیزی را در دل مخفی نمی‌کند؛ مگر اینکه در لغزش‌های زبانی و حالات چهره‌اش آشکار می‌شود.»^۱ طبیعی است که هرچه چنین ارتباطاتی دیرتر برملا شود، خسارتش بیشتر و امکان جبران‌ش کمتر خواهد بود.

ارتباط در فضای مجازی نیز ارتباطی از همین قبیل است؛ بارها دیده‌اید که وقتی فرد در چنین رابطه‌ای قرار دارد، رفتارهای متفاوتی بروز می‌دهد که هرچند خودش تصور می‌کند کسی متوجه رفتار و حالات غیرعادی‌اش نیست، اما برای دیگران مشهود و ملموس است. گاهی چنین فردی می‌خواهد رابطه را قطع کند، ولی نمی‌تواند؛ چراکه وابستگی ایجاد شده است یا اینکه از برخورد و عکس‌العمل احتمالی طرف مقابل نگران است. این وابستگی نوعی از اعتیاد است.^۲ اعتیاد، وابستگی به داروست و این، وابستگی به یک رابطه و هرچه

۱. علی بن ابی‌طالب علیه السلام، نهج البلاغه، حکمت ۲۶.

۲. اعتیاد مصدر باب افتعال از «عود و عادت» است که به معنای رجوع مکرر به چیزی است. چنانکه اهل لغت در معنای عادت می‌گویند: «الْعَادَةُ مَا اسْتَمَرَ النَّاسُ عَلَيْهِ عَلَى حُكْمِ الْمُفْعُولِ وَ عَادُوا إِلَيْهِ مَرَّةً بَعْدَ أُخْرَى» (علی بن محمد استرآبادی (جرجانی)، کتاب التعریفات، ص ۶۳).





فرد مبتلا دیرتر اقدام کند، قطع رابطه سخت‌تر خواهد بود. این کار نیاز به اراده دارد و شدنی است. او باید به جای تلقین وابستگی، به خودش، این را تلقین کند که من ناتوان نیستم و می‌توانم به این رابطه پایان دهم. در مرحله بعد، لازم است با اراده قوی، برای ذهن خود، مشغولیتی جدید، هیجان‌انگیز، بزرگ و مهم ایجاد کند تا با فکر کردن به موضوعی دیگر، فرصت و حوصله‌ای برای درگیری ذهنی با رابطه قبلی نداشته باشد.

اگر از تهدید طرف مقابل نگران است، در واقع بر سر دوراهی قرار دارد: راه اول این است که از تهدیدش بترسد و عمری به خواسته‌های او تن دهد که قطعاً در این صورت، طرف مقابل راهی برای سوءاستفاده خواهد یافت. راه دوم، خروج هرچه سریع‌تر از این بن‌بست است. برای خروج از بن‌بست نباید به ترس خود و تهدید او اعتنا کند و ترس بزرگ‌تری را روبه‌روی طرف مقابل قرار دهد. در عین حال خوب است که همسر یا یکی از اطرافیان خود را که برخورد سنجیده‌ای با مسئله خواهد داشت، در جریان رابطه و تهدید این فرد قرار دهد تا در موقع ضرورت از کمک و حمایت او استفاده کند.

اینکه بگوید یک دفعه نمی‌شود و بخواهد قضیه را به تدریج حل کند، دو مشکل بزرگ ایجاد می‌کند: اول اینکه زمان، موجب برملاشدن قضیه و وخیم‌تر شدن ماجرا می‌شود؛ دوم اینکه تجربه نشان داده است طول زمان، عمق علاقه و وابستگی را بیشتر و انگیزه قطع ارتباط را کمتر می‌کند. در اینجا قطع ناگهانی ارتباط، بهتر و نتیجه‌بخش‌تر است؛ به قول معروف: «مرگ یک بار، شیون هم یک بار»؛ در عین حال، لازم است در حین قطع رابطه و بعد از آن، به جای مرور اتفاقات شیرین و لذت بردن از





خاطرات خوش آن رابطه، به بدی‌ها و خسارت‌های آن فکر کند؛ چون تا وقتی که فکرهای مثبت خود را ادامه می‌دهد، نمی‌تواند از آن رابطه دور شود. باید راه‌های ارتباطی قبلی را قطع و حتی پیام‌ها و تصویرهای ذخیره شده را حذف کند. هرچیزی که به عنوان هدیه و یادگار از او دارد، عاملی برای ادامه فکرهای مثبت است؛ بنابراین باید آن‌ها را هم پس داده یا به نیازمندان بدهد. به‌طور کلی مطالعه کتاب‌ها و مطالبی که از آسیب‌ها یا خاطره آسیب‌های این گونه روابط سخن گفته است و نیز گفت‌وگو با کسی که بتواند در این زمینه مشورت بدهد، کمک‌کننده است؛ برعکس، مطالعه رمان‌های عاشقانه و شنیدن خاطره‌های عاشقانه دیگران، تشدیدکننده میل فرد به آن رابطه است.

این خصلت انسان‌هاست که معمولاً بر عیوب آنچه دارند، دقیق می‌شوند و به مزایای آنچه در دست‌شان نیست، فکر می‌کنند؛ درحالی‌که تفکر صحیح و مثبت، خلاف این است. اگر فرد به جای تمرکز بر عیب‌های همسرش، به ویژگی‌های مثبت او و فرصت‌های شیرینی فکر کند که می‌تواند در زندگی ایجاد کند، موفق می‌شود که به تدریج از فکر رابطه قبلی دل بکند و از وابستگی به آن رها شود؛ پس باید به جای آنکه به خود القا کند از بودن با همسرش لذتی نمی‌برد، احساس لذت را در خود تقویت کند.





شک و دل‌نگرانی

اگر فردی به همسر خود شک کند و بدون دلیل محکمی، این حس در او ایجاد شود که ممکن است همسرش دوستی‌های پنهان داشته باشد، چه باید بکند؟ برای پاسخ به این سؤال، مطالب زیر را مرور کنید:

● **حفظ اعتماد:** همیشه باید روابط خود را بر پایه اعتماد بنا کنید؛ مگر آنکه به صراحت و وضوح، خلاف آن ثابت شود. بخش زیادی از برداشت‌های نادرست هر فردی، برخاسته از حساسیت زیاد و سوءظن اوست. اگر نگاه خود را با سوءظن و بی‌اعتمادی مکدر کنیم، همه چیز را تیره‌وتر می‌بینیم و رنگ واقعی حقایق از دید ما مخفی می‌ماند. در چنین شرایطی هر پیامک، هر تلفن یا هر رفتاری از سوی همسر، در نزد ما معنای خاصی پیدا می‌کند و همین امر، پیوسته ما را در فضای بدگمانی محبوس می‌سازد.

به همسران اعتماد کنید تا علاقه‌اش به شما زیادتر شود. اگر همسران اموری را از شما مخفی می‌کند، ممکن است دلایل متعددی داشته باشد؛ مثلاً شاید وضعیت شغلی او این‌گونه اقتضا کند. اگر بیاموزیم برای رفتار دیگران، به خصوص آن‌هایی که به ما نزدیک‌ترند، محمل خوبی پیدا کنیم، باب سوءظن بسته می‌شود؛ چنان‌که امیرالمومنین علی علیه السلام با اشاره به این مطلب، فرموده‌اند: «برای گفتار و کرداری که از برادرت سر می‌زند، عذری بجوی و اگر نیافتی، عذری بتراش.»^۱ در تعبیر دیگری نیز فرموده‌اند: «هر برخورد دوست و برادر خودت را به بهترین وجه ممکن، توجیه کن.»^۲

۱. محمد بن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، الخصال، ج ۲، ص ۶۲۲.

۲. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۴، ص ۹۴.





پس در این زمینه، اسلام به جای سوءظن تأکید می‌کند که به آداب و حریم‌های شرعی پایبند بوده و مراقبت کنید که همسرتان نیز آن‌ها را مراعات کند؛ مثلاً به جای اینکه به همسرتان سوءظن داشته باشید که نکند با نامحرم اختلاطی پیدا کند، با دلیل موّجه او را از این کار بر حذر دارید و اگر به شما گفت: «به من شک داری؟» بگویید: «شک ندارم؛ ولی خداوند خواسته است به گونه‌ای عمل کنیم که در تیررس حرام قرار نگیریم.»

حریم‌های خدا در حیطة ارتباط زن و مرد بسیار وسیع‌تر از آن چیزی است که ما می‌پنداریم. ارتباط‌های غلط آن چنان برای خانواده و انسانیت فرد، خطرناک و آسیب‌زاست که مانند پرتگاهی در ارتفاع بسیار بلند است. انسان عاقل از یک متری پرتگاه، حریم نگه می‌دارد و به آن نزدیک نمی‌شود. کلاً این قاعده وجود دارد که پرهیز ما از خطرها براساس فرمول روشنی است: «احتمال خطر ضرب در بزرگی خطر.» در این رابطه هرچه خطر بزرگ‌تر باشد، حتی اگر احتمال آن کم هم باشد، اجتناب ما از آن زیاد است. اگر کسی به شما بگوید به احتمال یک درصد، لیوان آبی که مقابل شماست، آغشته به سیانور است، هر قدر هم که تشنه باشید، به آن آب لب نخواهید زد و نه فقط لب نمی‌زنید، بلکه آن لیوان را از دسترس همگان دور نگه می‌دارید.

بنابراین به جای اینکه برای سوءظن خود و دیگران زمینه‌ای فراهم کنیم، باید بیشتر خود و همسرمان را به رعایت آداب و حریم‌های شرعی ملزم کنیم؛ مثلاً از اختلاط و شوخی نامتعارف با نامحرم اجتناب کنیم. وقتی همسر شما منشی یا دستیاری از جنس مخالف برمی‌گزیند، از همان ابتدا مخالفت کنید؛ البته نه به عنوان سوءظن به همسر، بلکه





به عنوان عمل به دستورات دینی و اینکه خداوند، همه را از اختلاط با جنس مخالف برحذر داشته و رعایت این نکته در اختلاط‌های مستمر و محیط‌های بسته و محدود، مهم‌تر است. همچنین اینکه زن بخواهد آرایش کرده و معطر از خانه بیرون برود یا مرد هیچ ابایی از شوخی کردن و راحت صحبت کردن با زنان نداشته باشد و...، هرچند قصد و منظوری هم در این میان نباشد، جزو اموری است که باید حریم‌های الهی در آن‌ها حفظ شود.

● **پرهیز از تجسس:** اگر سوءظن پیدا کردید، بدانید که تجسس، کمکی به شما نمی‌کند. پیامبر خدا ﷺ راه حل خروج از سوءظن را این دانسته‌اند که درباره دیگری، تجسس و در پیرامونش کاوش و تحقیق نکنیم.^۱ در هر حال، با وسواس به جست‌وجوی امور نپزدازید و حساسیت نشان ندهید. وقتی ناخواسته، متوجه نشانه‌هایی شدید، به جای اینکه به دنبال کشف واقعیت بگردید، هوشیارانه به دنبال دفع خطر احتمالی از همسرتان باشید؛ یعنی خودتان را همیشه بین دو ذهنیت قرار دهید: یکی اینکه مسئله حادی نیست و احتمال دارد شما اشتباه حدس زده باشید و ذهنیت دوم هم اینکه باید از رخ دادن مسئله‌ای حاد جلوگیری کنید. در واقع به جای اینکه دنبال کشف حقیقت باشید، به دنبال راهکار پیشگیری باشید. به عبارت دیگر نگرانی خود را از راه تجسس دنبال نکنید. تجسس معمولاً نگرانی را تشدید و سوءظن را بیشتر می‌کند و عموماً حقیقت را به درستی به انسان نشان نمی‌دهد.

۱. نک: مسعود بن عیسی بن وزام بن ابی‌فراس مالکی اشتری، تنبیه الخواطر و نزهة التواظر المعروف بمجموعة وزام، ج ۱، ص ۱۲۷.





درباره حقایقی که انسان کاملاً از آن باخبر است، بهترین روش در مراحل اولیه، تغافل است. در اینجا نیز تغافل درباره نشانه‌های مبهم به مراتب مفیدتر و کارآمدتر از تجسس کردن آن نشانه‌هاست.

● **توضیح خواستن و قانع شدن:** اگر با وجود مطالب و راهکارهای گفته شده، مسئله‌ای رخ داد و با در نظر گرفتن تمام نکات، باز هم نتوانستید از سوءظن دوری کنید، برای اینکه از آن رهایی یابید، برای روشن شدن حقیقت، با ظرافت، بدون اعتراض، بدون ایجاد حساسیت در همسر خویش و با مقدمه‌ای دل‌نشین از خودش توضیح بخواهید و خودتان را قانع کنید.

● **مشورت گرفتن:** از طرف دیگر به هیچ وجه، موضوع بدگمانی خود را با اطرافیان در میان نگذارید؛ چون ممکن است از روی دل‌سوزی حرفتان را تأیید کنند و کار بدتر شود. به جای آن، بهتر است مشاور مجرب و معتمدی بیابید که بتواند راهکارهای اطمینان‌بخشی در اختیارتان قرار دهد.

● **وابسته‌سازی:** باید سعی کنید چنان با محبت، قلب همسران را تسخیر کنید که جز شما کسی را نبینند؛ آن‌چنان به نیازهای او پاسخ دهید و نیازهای او را درباره خودتان برانگیزید که احساس نیازی در مسائل عاطفی و معیشتی برای او باقی نماند و در برآوردن هر احساس نیازی، به شما احساس وابستگی داشته باشد. در این مواقع، اگر اعتماد خود را از دست بدهید و با تجسس بر بدگمانی خودتان اصرار داشته باشید یا راه حل اطمینان‌بخشی نیابید و همسران را هم وابسته نکنید، روزه روز فاصله شما بیشتر و اندوه قلبی‌تان زیاده‌تر و احتمال





خطای همسران نیز بیشتر می‌شود. امیرالمؤمنین علی علیه السلام فرموده‌اند: «حَسَن ظَنِّ اَنْدَوَه رَا سَبَك مِی كُنْد و از افتادن در بند گناه، رهایی می‌بخشد.»^۱ درحقیقت اگر به طور دائم سوءظن داشته باشید، همسران ناخودآگاه از شما فاصله خواهد گرفت و زمینه آنچه نگرانش هستید، تقویت خواهد شد. دراین باره امیرالمؤمنین علی علیه السلام در روایت دیگری فرموده‌اند: «بِذِکْمَانِی کَارَهَا رَا فَاسِد مِی كُنْد و بدی‌ها را بر می‌انگیزد.»^۲ چه بسا برداشت شما، سوء تفاهم باشد یا حدّ این خطا بسیار اندک‌تر از آن باشد که شما اندیشیده‌اید.

اشتباهات قطعی

اگر مسئله از شک گذشت و کاملاً به یقین تبدیل شد، چه باید کرد؟ در این وضعیت، اولین و مهم‌ترین توصیه این است که احساس و رفتار خود را به خوبی مدیریت کنیم. فرد آسیب‌دیده در مسئله خیانت، در حال تحمل حادثه‌ای بسیار ناگوار است؛ به همین دلیل بر اثر شدت ناراحتی، واکنش‌های مختلفی از خود نشان می‌دهد؛ از قبیل ضرب و شتم، خودزنی، تصمیم قطعی به جدایی، شکایت و طرد فرد خائن؛ حتی ممکن است فرد به بر ملا کردن حادثه دست بزند. این واکنش‌ها نیز به طور طبیعی، پیامدهای خودش را خواهد داشت؛ مثلاً با بر ملا شدن موضوع، حیثیت خانوادگی شما از دست می‌رود. ممکن است بگویید کسی حیثیت را بُرده است که خیانت کرده است؛

۱. عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، غرر الحکم و درر الکلم، ص ۳۴۴.

۲. عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، غرر الحکم و درر الکلم، ص ۳۹۹.





ولی در واقع، او فقط حیثیت خودش را پیش شما برده است و تا قضیه برملا نشود، آبروی خانوادگی شما نخواهد رفت. این واکنش، مصیبت سخت شما را به مصیبتی سخت‌تر و گره پیچیده شما را به گره‌ای کور تبدیل خواهد کرد. تا وقتی اتفاق را برملا نکرده‌اید، فرد به سبب حفظ آبرویش بیشتر کنترل خواهد شد؛ ولی اگر آبرویش را ببرید، خودتان را خلع سلاح کرده‌اید. ترس از آبرو عاملی نگه دارنده است؛ درحالی که رفتن آبرو، باعث می‌شود دیگر هیچ عامل نگه دارنده‌ای وجود نداشته باشد.

اگر این موضوع نزد دیگران برملا شد، فرصت برگشت و جبران از همسران سلب می‌شود و مهم‌تر از همه، ممکن است برداشت‌های دیگران از این واقعه آن‌چنان باشد که دیگر قادر به دفاع از حیثیت خانوادگی خود نباشید. دراین قبیل مواقع بحرانی، مدیریت رفتار و توان حل مسئله، مهم‌ترین چیزی است که هرکس به آن نیاز دارد؛ به عنوان مثال اگر خدای ناکرده فرزندان در حادثه‌ای آسیب ببینند، دیگر شیون و فریاد و تلاش برای یافتن مقصّر، کمکی به حل مسئله نخواهد کرد؛ بلکه باید هرچه سریع‌تر او را به بیمارستان رساند تا این حادثه به ضایعه‌ای جبران‌ناپذیر تبدیل نشود.

قبل از هرگونه واکنش، به فکر حل مسئله باشید، نه انتقام. موضوع را با مشاوره خبره و معتمد در میان بگذارید و مراقب باشید که این مشاور حتی از بستگان و آشنایان شما یا همسران نباشد. به یاد داشته باشید که برای فریادخواهی و محکوم کردن همسران به مشاور مراجعه نکرده‌اید؛ بلکه از او بیش از هرچیز، انتظار راهنمایی مناسب دارید. راهنمایی وی، به متغیرهای فراوانی بستگی دارد؛ پس دنبال محکوم کردن همسران نباشید و سعی کنید صادقانه ضعف‌های





خود و قوت‌های همسران را هم بیان کنید. راهنمایی‌های مشاور، براساس متغیرها و اطلاعاتی که می‌دهید، متفاوت خواهد بود. پاسخ به سؤال‌هایی نظیر «در مرحله عقد هستید یا عروسی؟»، «همسران چه گذشته‌ای داشته یا چه اشتباهات دیگری را مرتکب شده است؟»، «چقدر انتقادپذیر است؟»، «چه روحیاتی دارد؟»، «چقدر شما در چنین رویدادی مقصر بوده‌اید؟» و «چقدر توانسته‌اید نیازهای همسر خود را برآورده کنید؟»، همه و همه از جمله داده‌هایی است که به توصیه‌ها و راهنمایی‌های مشاور جهت می‌دهد. گاه این توصیه‌ها به گونه‌ای است که فرد مراجعه‌کننده با تصحیح رفتارهای خود می‌تواند به دور از هیاهو و آشکارسازی موضوع حتی برای همسر خویش و بدون پرداختن مستقیم به مشکل، آن را با درایت و نرمی حل کند.

البته مشاوره وقتی کامل می‌شود که همسران نیز با مشاور صحبت کند. در این صورت، مشاور مسئله را یک‌طرفه ندیده و فرصت بیشتری برای تحلیل دقیق آن خواهد داشت. برای اینکه همسران را به مشاوره بکشانید، می‌توانید به او بگویید که به شرطی ماجرا را از دیگران مخفی نگه خواهید داشت که منظم در جلسه مشاوره شرکت کند؛ به خصوص اگر همسران فرد کم‌تدبیری است، از فرآیندهای هشداردادن و ایجاد خطر استفاده کنید.

فردی که از قبل می‌داند محکوم و مقصر است، رغبتی به شرکت در جلسه مشاوره ندارد؛ بنابراین باید مراقب باشید که در جلسات مشاوره از اینکه شخصیت او را خرد کرده یا آبرویش را بریزید، اجتناب کنید. از مشاور هم بخواهید رفتارهایش به گونه‌ای باشد که اعتماد او را جلب کند؛ حتی اگر مشاور مجبور شود در بعضی مسائل، حق را به او بدهد یا به





شما تذکر دهد. تا وقتی که در همسرتان، اعتماد به مشاور ایجاد نشود، مشاور نمی تواند تأثیری مثبت و درست در روند حل مسئله داشته باشد.

اقدام اضطراری

وقتی فرد در همسر خویش رفتارهای غلط و اشکال‌هایی جدی می بیند، بهتر است به جای احساس درماندگی و بیچارگی به مؤلفه‌های قدرت خود توجه کند. افراد در این موقعیت‌ها، خوشبختی را تمام شده می بینند و جز به جدایی فکر نمی کنند؛ درحالی که هنوز ابزارهایی برای قدرت در دست دارند و می توانند از آن‌ها برای اعمال خواسته‌های خود استفاده کنند؛ البته استفاده از این ابزارها برای مشکلات کوچک و معمولی در زندگی، توصیه نمی شود؛ چون عموماً مشکل آفرین و خطرناک است.



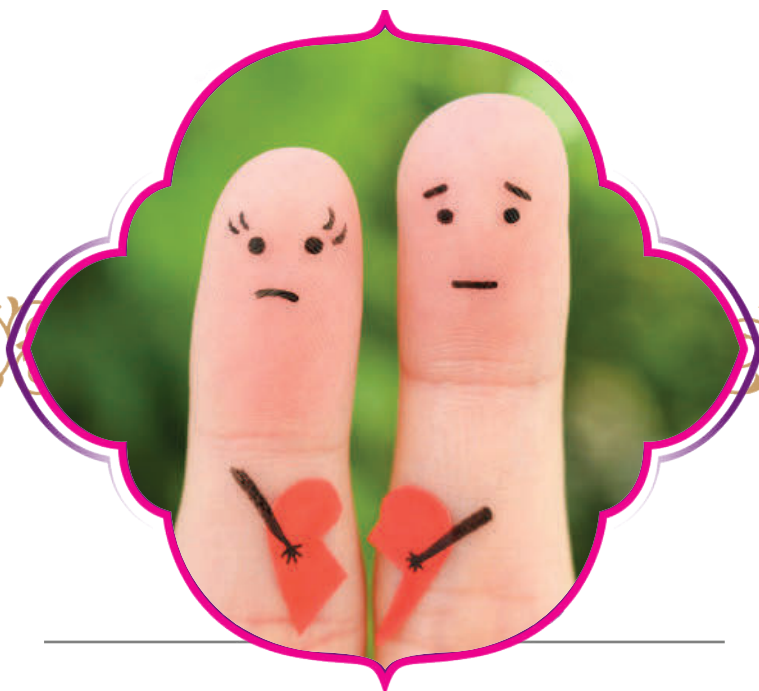
ترساندن فرد بی تدبیر

اگر کسی با فردی مواجه است که اصلاً اهل تدبیر و تعقل نیست و بارها او را نصیحت کرده و بی فایده بوده است، در این وضعیت، «ترساندن» راهکاری محوری و مناسب برای تنظیم رفتار این افراد است. برای ترساندن باید یکی از موضوعاتی را که برای فرد اهمیت دارد، انتخاب و به او گوشزد کرده و بدون اینکه انجام دهد، از ترس آلود بودن آن استفاده کند؛ مثلاً اگر فرد خطاکار از آبرویش می ترسد، آبروی او را تَبرد و فقط در این باره به او اخطار دهد.





البته شخصیت بعضی به گونه‌ای است که تهدید و اخطار، آن‌ها را به لج‌بازی و درگیری‌های جدی‌تر می‌کشاند؛ از این رو باید این ترفند را بجا و حساب شده به کار برد؛ یعنی تهدید، خیلی سریع و صریح نباشد و از تهدیدهای مبهم بیشتر استفاده شود و بعد از اینکه تخلف برای دو طرف روشن و واضح شد، حالت تنبیه کردن به خود بگیرد؛ ولی باز هم نباید نوع تنبیه را آشکار کند تا بتواند از این حالت ابهام‌آمیز برای مدت طولانی‌تری استفاده کند؛ چون همیشه ابهام در تنبیه، کارآمدتر از خود تنبیه است.



فصل پنجم:

الگوهای ارتباط
زن و شوهر







الگوی متفاوت در روابط زن و شوهر

موضوع اصلی این فصل از کتاب، آن است که فرد تازه ازدواج کرده، برای بهره‌مندی بهتر از زندگی جدیدش باید شبکهٔ روابطش را مناسب با وضعیت کنونی‌اش شکل دهد. در مطالب قبل، روابط بعد از ازدواج را با خانواده و خویشان و دوستان مشخص کردیم. مهم‌ترین رابطه‌ای که باقی مانده است، رابطهٔ فرد با همسرش است که باید تعریف شود. مشکل جوانان در ابتدای ازدواج، نداشتن تجربه برای برقراری رابطه است. این رابطه از جنس هیچ‌یک از روابط قبلی نیست که بخواهند از آن الگو بگیرند؛ نه از جنس روابط والدین و فرزند است و نه از جنس رابطهٔ خواهر و برادری و نه حتی شبیه رابطهٔ دو دوست. اشتباهی که خیلی از جوان‌ها دارند، این است که می‌خواهند با همسرشان مانند دوست یا خواهر و برادریا پدر و مادر رفتار کنند؛ درحالی‌که این موقعیت، خیلی متفاوت‌تر از سایر رابطه‌هاست.

رابطهٔ فرزند با پدر و مادر، به سبب فضای عاطفی ریشه‌داری که از اول وجود داشته است و اینکه فرزند پارهٔ تن آن‌هاست و زیر نظر خودشان تربیت یافته و بزرگ شده است، نوع منحصر به فردی از رابطه





است که با رابطه با همسر تفاوت دارد. بخشش و گذشت پدر و مادر و نوع رفتاری را که در مقابل اشتباهات و کم‌کاری‌های فرزندان داشته‌اند، نمی‌توان از همسر انتظار داشت. خواهر و برادر هم ممکن است باهم دعوا و حتی کتک‌کاری کنند و درعین حال هیچ ضربه‌ای به عواطفشان وارد نشود؛ درحالی که یکی از این دعاوها می‌تواند برای مدت طولانی، رابطه زن و شوهر را برهم زند.

نوع دیگر ارتباط‌های ما، ارتباط با دوستان است. ارتباط با دوستان به گونه‌ای است که شخص خود را در انتخاب دوست و ادامه دوستی مخیر می‌داند؛ یعنی اگر فرد، سازگاری روحی و اخلاقی با دوست خود احساس نکند، او را ترک می‌کند و با شخصی دیگر، طرح دوستی می‌ریزد. تجربه‌ای را که از دوستان هم‌جنس دارید، نمی‌توانید الگوی رفتار با همسری قرار دهید که از جنس مقابل شماست؛ به چند دلیل:

۱. در درجه نخست، دو دوست هم‌جنس روحیاتی مشابه دارند؛ درحالی که دو همسر، تفاوت جنسیتی داشته و از روحیه‌ای کاملاً متفاوت برخوردارند. ۲. در رابطه‌های دوستی، هم محبت و عواطف وجود دارد و هم درگیری. در این نوع از ارتباط، در کنار رابطه‌ای عاطفی، اگر از یکدیگر رنجیده شویم، به راحتی این رنجش را ابراز می‌کنیم. خیلی از ناراحتی‌ها و دلخوری‌ها به راحتی میان دوستان مطرح می‌شود؛ اما در رابطه با همسر، انسان باید مراقب باشد که به هیچ وجه، خدشه‌ای به رابطه‌اش وارد نشود. ۳. افراد با دوستان زندگی نمی‌کنند و بیشتر در اوقات فراغت یا فضاهای کاری با او هستند و در محدوده دوستی‌شان نیز توقع و تعهدی بیش از این ندارند؛ اما انسان در قبال همسرش تعهد همه‌جانبه دارد. ۴. دوستان انسان





متعددند و متناسب با موقعیت و نیازهایش، رابطه با هریک از آن‌ها، کم یا زیاد می‌شود؛ اما رابطه با همسر، دائمی و همیشگی است. بنا بر این دلیل‌ها و دلایلی از این دست، رابطه دو دوست نمی‌تواند الگوی مناسبی برای رابطه زوجین باشد؛ البته گاهی منظور از رابطه دوستی با همسر یا فرزند، فقط جنبه صمیمیت متقابل در ارتباط است و این ایرادی ندارد؛ اگرچه نمی‌تواند الگوی کاملی برای این ارتباط باشد.

همچنین نباید سبکی را که در سایر روابط اجتماعی و اقتصادی به کار گرفته‌ایم، الگوی ارتباط با همسرمان قرار دهیم؛ به طور نمونه وقتی به رستوران می‌رویم و فهرست غذاها را در دست می‌گیریم، گاهی به غذاهای فهرست شده می‌اندازیم و نگاهی به بهای آن‌ها؛ زیرا می‌دانیم که این ارتباط از نوع معامله است. ممکن است هنگام پرداخت صورت حساب، صاحب رستوران تعارفی هم بکند؛ اما همه به خوبی می‌دانیم که باید بهای غذایمان را بپردازیم.

نمونه دیگر، روابط کاری توأم با صمیمیت است. در فضایی که می‌خواهید کار کنید، باید تا حدودی ارتباط عاطفی هم باشد؛ گرچه در کنار آن، موضوع حقوق و دستمزد هم مطرح می‌شود. درحقیقت، در فضای کاری، ارتباطی برقرار می‌کنید که یک سوی آن محبت است و سوی دیگرش معامله.

به هر حال، هیچ کدام از این روابط نباید الگوی ارتباط با همسر قرار گیرد. گاهی به سبب بی‌توجهی به این موضوع، مشکلاتی به وجود می‌آید؛ به طور مثال انتظاری که مرد، از شاگرد مغازه‌اش دارد، از زنش نیز دارد. اگر مرد به شاگرد مغازه‌اش کمک مالی چشمگیری کرد، از او انتظار دارد که تا چندماه چالاک و قبراقت برایش کار کند. چنین





مردی با تأثیرپذیری از این نگرش، از همسرش هم انتظار دارد که در صورت دریافت هدیه‌ای گران‌بها، چند صبحی کاری به او نداشته باشد و از انتظارات حق و ناحق خود صرف نظر کند؛ غافل از اینکه همسر، نه شاگرد اوست و نه در استخدامش. اشکالِ تعمیم رابطه کاری در ازدواج، این است که در مقابل هر امتیازی که به همسر می‌دهیم، امتیازی مطالبه می‌کنیم. مسلّم است که رابطه فرد با همسر، از سنخ هیچ‌کدام از روابط گفته شده نیست؛ بلکه رابطه عاشقانه خاصی است که با روابط عاشقانه دیگر هم تفاوت دارد. اما به راستی چگونه می‌توانیم به الگوی این رابطه برسیم؟

خوشبختانه در قرآن کریم، آیات مختلفی وجود دارد که به روابط زوجین پرداخته است و با بهره‌گیری از آن‌ها می‌توان به الگوی عاطفی و الگوی شناختی و الگوی حقوق و تکالیف در روابط زوجین رسید. در ادامه به این الگوها می‌پردازیم.





الگوی روابط عاطفی زوجین

بی‌تردید یکی از ابعاد مهم در روابط زوجین، بُعد عاطفی است که اگر نباشد، فضای خانواده را به فضای سرد و بی‌روح تبدیل می‌کند و اگر هم درست برقرار نشود، زمینه‌ساز اختلال در سایر روابط خواهد شد. به همین دلیل، بی‌اعتنایی به این بُعد از روابط می‌تواند آسیبی جدی به زندگی شما وارد کند. این رابطه در میان زن و شوهر، نتیجه‌ای کلیدی به نام «آرامش» دارد و مسیرهای رسیدن به این آرامش نیز از دو راه «مودّت و رحمت» می‌گذرد.^۱ در ادامه درباره هر سه موضوع بحث شده است.

آرامش

هر انسانی به دنبال آرامش است و بی‌شک بخشی از این آرامش در گرو ازدواج به دست می‌آید؛ پس می‌توان آرامش را یکی از نتایج اصلی ازدواج دانست. خانواده در اسلام، یعنی محل سکونت دو انسان، محل آرامش روانی دو انسان، محل انس دو انسان با یکدیگر، محل تکامل یک نفر به وسیله یک نفر دیگر، آنجایی که انسان در آن صفا می‌یابد، راحتی روانی می‌یابد، این محیط خانواده است. کانون خانواده در اسلام این قدر اهمیت دارد.^۲

۱. نک: روم، ۲۱.

۲. بیانات رهبر معظم انقلاب علیه السلام هنگام جاری کردن خطبه عقد، ۴ دی ۱۳۷۴، به نقل از: پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌الله العظمی خامنه‌ای؛ محمدجواد حاج‌علی اکبری، مطلع عشق (گزیده‌ای از رهنمودهای مقام معظم رهبری به زوج‌های جوان)، ص ۴۲.





انسان از روش‌های مختلف می‌تواند به آرامش برسد؛ اما این آرامش‌ها مثل خوابِ روزانه، موقت و نسبی هستند؛ برخلاف آرامش حاصل از ازدواج که دائمی و مطلوب و مانند خوابِ شب، آرامشی بی‌بدیل و مستمر و رفع‌کننده فشارها و خستگی‌هاست؛ ضمن آنکه انسان را برای تلاش در ادامه زندگی و مبارزه با مشکلات آماده می‌سازد.

در داخل خانواده است که مرد و زن که زوجین هستند، می‌توانند تجدید قوا کنند، می‌توانند همّت خودشان را برای ادامه راه آماده کنند. می‌دانید که زندگی یک مبارزه است. کل زندگی عبارت است از: یک مبارزه بلندمدت، مبارزه با عوامل طبیعی، مبارزه با موانع اجتماعی، مبارزه با درون خود انسان که مبارزه با نفس است. دائم انسان در حال مبارزه است. بدن انسان هم در حال مبارزه است. جسم انسان هم دائم دارد با عوامل مضر مبارزه می‌کند، قدرت این مبارزه وقتی در جسم باشد، جسم سالم است. در انسان، این مبارزه باید صحیح، منطقی، در جهت درست، با رفتارهای صحیح و با ابزارهای درست باشد. این مبارزه گاهی یک استراحت و یک باراندازی لازم دارد. این یک سفر و یک حرکت است. این نقطه استراحت، داخل خانواده است.^۱

سکونت حاصل از ازدواج، دوسویه و دوطرفه است؛ یعنی هم زن درصدد جذب و گرایش به دل مرد و هم مرد در تلاش برای جذب قلب زن است و هرگز این رابطه، جذبه و کوششی نابرابر نیست و هریک از همسران،

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب دامت برکاته هنگام جاری‌کردن خطبه عقد، ۸ خرداد ۱۳۸۱، به‌نقل از: پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌الله‌العظمی خامنه‌ای؛ محمدجواد حاج‌علی اکبری، مطلع عشق (گزیده‌ای از رهنمودهای مقام معظم رهبری به زوج‌های جوان)، ص ۴۵ و ۴۶.





مایه سکونت و آرامش دیگری است.

انسان در تلاطم‌های زندگی که ناشی از برخوردهای ناگزیر است، به دنبال یک فرصت می‌گردد تا به آن پناه برد. اگر یک زوج باشند، در این تلاطم‌ها به یکدیگر پناه می‌برند: زن به شوهرش پناه می‌برد و شوهر هم به زنش پناه می‌برد.^۱

بنابراین همواره باید بر همین مبنا، درخواست‌ها و روابط خود را سامان دهیم. رابطه ما با همسرمان در هیچ موقعیتی نباید به گونه‌ای باشد که آرامش خانواده به هم بریزد؛ به طور نمونه خیلی وقت‌ها برای اینکه همسرمان از نظر علمی، درسی، شغلی یا اجتماعی پیشرفت کند و به اصطلاح به جایی برسد، طوری رفتار می‌کنیم و به گونه‌ای روابط خود را پی می‌ریزیم که آرامش خانواده تهدید می‌شود. درست است که دلمان می‌خواهد همسرمان به مدارج عالی برسد، اما نباید این را طوری ابراز و مطالبه کنیم که او احساس کند در حق ما جفا کرده است و بخواهد به هر ضرب و زوری، مدرک علمی‌اش را بگیرد و اگر نتوانست، احساس گناه کند! گاهی هم برای پیشرفت خودمان آرامش خانواده را به هم می‌ریزیم؛ به طوری که دیگر جبران شدنی نیست.

بعضی از ابعاد این آرامش، در ادامه فهرست وار ارائه شده است:

● آرامش جنسی: غریزه جنسی فرد آرامش می‌یابد؛

● آرامش رفتاری: ثبات شخصیت و پختگی در رفتار افراد، بعد از تأهل

ملموس است؛

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب علیه السلام هنگام جاری کردن خطبه عقد، ۶ شهریور ۱۳۸۱، به نقل از: پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌الله العظمی خامنه‌ای؛ محمدجواد حاج‌علی اکبری، مطلع عشق (گزیده‌ای از رهنمودهای مقام معظم رهبری به زوج‌های جوان)، ص ۴۳.





● آرامش عاطفی: با ازدواج، هریک از دو نفر، مونس و همراه و همراهی همیشگی پیدا می‌کند؛

● آرامش اقتصادی: افراد عموماً بعد از ازدواج، از نظر اقتصادی سروسامان می‌گیرند؛

● آرامش معنوی: با ازدواج نیمی از دین^۱ یا حتی دوسوم آن حفظ می‌شود.^۲

● آرامش کاری: فرد از بالاتکلیفی در برنامه‌ریزی زندگی آینده خود خارج می‌شود.

خداوند مودّت و رحمت را به عنوان دو سرمایه اصلی برای رسیدن به این آرامش به زوج‌های جوان هدیه داده است که هر کدام کاربرد مخصوصی دارد. در ادامه به این کاربردها اشاره می‌کنیم.

مودّت

مودت از ریشه «وَدَّ» و از کلمه «وَتَد» به معنای میخ گرفته شده است.^۳ همان گونه که میخ فرومی‌رود و باعث استحکام و انسجام بین اشیاء می‌شود، مودت نیز علاقه‌ای است که در قلب انسان فرو رفته و باعث انسجام و استحکام روابط می‌شود. به همین دلیل می‌توان گفت که مودت، اوج محبت است. در برخی تفاسیر هم چنین آمده است:

منظور از مودت، محبتی است که اثرش در مقام عمل ظاهر باشد؛

پس نسبت مودت به محبت مانند نسبت خضوع است به خشوع؛

۱. نک: محمد بن حسن طوسی (شیخ الطائفة)، الامالی، ص ۵۱۸.

۲. نک: محمد باقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۰۰، ص ۲۲۱.

۳. خلیل بن احمد فراهیدی بصری، کتاب العین، ج ۸، ص ۱۰۰.





چون خشوعی را خضوع می‌گویند که اثرش در مقام عمل هویدا شود، برخلاف خشوع که نوعی تأثر نفسانی است که از مشاهده عظمت و کبریایی در دل پدید می‌آید.^۱

مودت اوج شدت محبت است که می‌توان برای آن، مظاهر گوناگون برشمرد: مودتی که خداوند ابتدای عقد به عروس و داماد هدیه می‌دهد، شامل تمام این ویژگی‌هاست؛ حتی انسان‌های خشک و سرد که نمی‌توانند احساسات خود را ابراز کنند، با کمال تعجب در اول ازدواج، به عشق‌ورزی و ابراز علاقه و محبت می‌پردازند! این نشان می‌دهد که در آن ابراز، عشق الهی نهفته است و چندان به ویژگی‌های شخصیتی افراد مختلف ارتباط ندارد.

کاربرد مودت در زندگی این است که محبت‌های افراد به همدیگر، متقابل باشد و نیازهای همدیگر را برآورده سازند و کسی از ابراز عشق به دیگری یا حل مشکل او مضایقه نکند؛ همچنین این ابراز عشق باید توأم با قبول مسئولیت متقابل باشد؛ بنابراین مودت بیشترین کاربرد را در وضعیت معمولی زندگی دارد.

آقایان توجه داشته باشند که خانم‌ها بیشتر از هر چیزی به شنیدن حساس‌اند و باید ابراز عشق را بشنوند. در روایتی از رسول خدا ﷺ آمده است: «این جمله که مردی به همسرش بگوید: 'من تو را دوست دارم'، از دل او بیرون نمی‌رود.»^۲ خانم‌ها هم باید بدانند که مردها به نگاه حساس هستند و باید این عشق را ببینند. زن باید به روش‌های گوناگون، علاقه‌اش را ابراز کند. ابراز علاقه زن به شوهر، باعث افزایش

۱. سید محمدحسین طباطبائی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۶، ص ۱۶۶.

۲. محمدبن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۱۱، ص ۳۱۶.





فداکاری مرد در زندگی خانوادگی و افزایش انگیزه او برای کار در جهت تأمین آسایش و رضایت همسرش می‌شود.

وجود مودت از اول زندگی، باعث می‌شود حتی بی‌مسئولیت‌ترین آدم‌ها، در برابر همسر خود احساس مسئولیت کنند؛ مثلاً زنی که همیشه مسیری مشخص را تنهایی تا محل کارش می‌رفته است، این بار شوهرش نگران است و می‌خواهد او را برساند یا اینکه می‌گوید: «هر وقت رسیدی، به من اطلاع بده.» در مودت، هریک از دو طرف نیاز دیگری را برطرف می‌سازد و انرژی بخش اوست و در نتیجه، هر دو نفر در زندگی احساس رضایتمندی و حمایت‌شدن و پیشرفت خواهند داشت. برای به دست آوردن این عشق هم به چیزی نیاز نداریم؛ چراکه خداوند، رایگان و طبیعی آن را به ما عنایت کرده است و فقط به محافظت و تقویت نیاز دارد.

اگر یکی از زوجین محبت خود را از دیگری دریغ کند و درصدد رفع نیازهای او برنیاید، مسیر زندگی را دچار مشکل می‌کند؛ چراکه به نیازهای عاطفی همسرش، پاسخی مناسب نداده است؛ همچنین نیازهای مشخصی که در میان هریک از زن و مرد وجود دارد و توسط طرف مقابل حل‌شدنی است، در نتیجه کمبود مودت، بی‌پاسخ می‌ماند.

رحمت

در زندگی گاهی پیش می‌آید که همسر انسان آن‌طور که باید به وظایف خود عمل نکرده و به نیازهای انسان پاسخ نمی‌دهد؛ در نتیجه مودت خدشه‌دار می‌شود. این می‌تواند ناشی از روحیات طرف مقابل





و سبک‌های سنتی همسراری او یا بر اثر عوامل و حوادث طبیعی یا روانشناختی یا هر دلیل دیگری باشد؛ هم‌چنان که می‌تواند موقتی یا درازمدت باشد. آیا در این وضعیت، زندگی مشترک باید خدشه‌دار شود و آسیب جدی ببیند؟ در این اوضاع، اگر منتظر عشق‌ورزی‌های متقابل یا مسئولیت‌پذیری‌های دوطرفه باشیم، ناکامی را تجربه خواهیم کرد؛ به حدی که این انتظار ممکن است زندگی را دچار آسیب کند.

وجود رحمت بین زن و شوهر، سرمایه‌ی مهم دیگری برای حفظ زندگی است که از اول ازدواج، کاملاً آن را احساس می‌کنید. شما حاضرید بدون هیچ توقع و انتظاری و فقط برای خوشحال کردن همسرتان، کاری انجام داده یا کمکش کرده یا هدیه‌ای به او تقدیم کنید و شاید چنین کاری را برای هیچ فرد دیگری انجام ندهید. این همان رحمتی است که خداوند در دل شما قرار داده است.

رحمت علاقه‌ای یک‌طرفه است. در این نوع علاقه، انسان به کسی محبت می‌کند که محبتش را پاسخ نمی‌دهد و حتی ممکن است استحقاق و لیاقت آن را نیز نداشته باشد.

در واقع رحمت نوعی تأثیرپذیری روانی از مشاهده محرومیت کسی است که از کمال محروم بوده و محتاج به رفع نقص است و صاحب‌دل را وادار می‌کند که او را از محرومیت نجات داده و نقصش را رفع کند.^۱

وقتی مودّت در زندگی مخدوش می‌شود، این رحمت و مهربانی است که می‌تواند زندگی را حفظ کند. مودت و محبت میان زن و شوهر مانند طنابی است که صخره‌نوردان برای صعود و حفاظت از

۱. نک: سید محمد حسین طباطبایی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۶، ص ۱۶۶.





سقوط، در دست خود نگه داشته یا آن را بر کمر می‌بندند و با آن، خود را بالا می‌کشند. مودت مانند همین طناب است که انسان با استفاده از آن، خود و همسرش را در زندگی بالا می‌کشد؛ اما در هر حال این طناب، گره‌ای هم دارد که اگر طناب از دست او رها شد و نتوانست خودش را کنترل کند، از سقوط جلوگیری می‌کند و فرصتی به وجود می‌آورد که دوستش بتواند با طناب دیگری او را نجات دهد. این طناب دیگر، طناب رحمت است که خداوند بین زن و شوهر قرار داده است. وقتی در خانواده‌ای اختلاف و تنش ایجاد می‌شود، ایراد از دو طرف است: نفر اول طناب مودت را رها کرده است و نفر دوم طناب رحمت را.

مودت محور زندگی مطلوب و عامل پیشبرد آن محسوب می‌شود؛ ولی هنگام بروز مشکلات، این رحمت است که حافظ زندگی خواهد بود.

طرح یک اشکال

ممکن است گاهی فرد با خود بگوید: «چرا باید تحمل کنم و رحمت و مهربانی‌ام را در قبال همسری بروز دهم که هیچ ابراز مودتی ندارد؟ با این کار اجازه داده‌ام که با پررویی بیشتر به رویه‌اش ادامه دهد!» در پاسخ باید گفت:

اگر قرار باشد شما هم در این اوضاع و احوال، رفتاری سرد داشته باشید یا از او انتقام بگیرید، فضای خانواده به فضای جنگ و نزاع تبدیل شده و به فروپاشی منتهی خواهد شد که قطعاً به ضرر شماست؛ درحالی‌که چنانچه با رفتار مهربانانه، بدی او را با خوبی پاسخ دهید، ضمن اینکه حجت را به همگان





تمام کرده‌اید، او را اسیر محبت خود کرده و قدرت نفوذتان را تشدید کرده‌اید. در این صورت و با درپیش گرفتن این شیوه، هنگام اشتباهات بعدی‌اش هم لازم نیست تند رفتار کنید؛ زیرا همین‌که شما ناراحت شده و ناراحتی در چشمانتان منعکس شود، طرف مقابل که اسیر محبت شماست، کلافه خواهد شد و این وضعیت برایش تحمل‌کردنی نخواهد بود و متوجه می‌شود که بازخورد رفتارهایش بیشتر از هر چیز، به ضرر خود اوست.

البته حفظ زندگی بی‌هزینه نیست و قطعاً کسی که عاقل‌تر است، هزینه بیشتری می‌دهد. انسان‌ها در مسیر کمال و رشد خود، باید هزینه کنند؛ وگرنه رشدی در کار نیست؛ برای همین است که این هزینه، نوعی سرمایه‌گذاری در جهت اعتلای اخلاق و کمالات فردی در کنار حفظ زندگی است. این قبیل افراد، در کوتاه‌مدت ممکن است بهره کمتری از زندگی ببرند؛ ولی تجربه و تاریخ نشان داده است که در درازمدت، برنده واقعی در زندگی، آنان هستند.





جلوه‌های رحمت

قرآن کریم برای ترسیم جلوه‌های رحمت، سخت‌ترین شکل ممکن را در نظر می‌گیرد و آن وقتی است که همسر انسان، دشمن او محسوب شود. قرآن حتی در این موقعیت هم به رحمت توصیه می‌کند، چه برسد به اختلافات زیاد و رایجی که در خانواده‌ها وجود دارد و به مراتب کمتر از دشمنی است؛ چنان‌که فرموده است: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، بعضی از همسران و فرزندان شما، دشمن شما هستند. از آن‌ها برحذر باشید؛ در عین حال اگر گذشت و چشم‌پوشی کنید و از ایشان درگذرید، [خداوند شما را می‌بخشد؛ چراکه] خداوند نیز آمرزنده و مهربان است.»^۱ بنابراین «گذشت» و «چشم‌پوشی» و «جبران ضعف‌ها»، بعضی از جلوه‌های رحمت است.

گذشت

وقتی همسر انسان به وظایف خود عمل نمی‌کند یا به وعده و قرار خودش تعهدی ندارد یا تخلفی مرتکب می‌شود، چه زیباست که انسان با گذشت، از این موضوع بگذرد و نگذارد فضای شیرین خانواده به تلخی کشیده شود. ذائقه شیرین پاریسی‌زبانان، به جای کلمه عفو، واژه گذشت را وضع کرده است؛ شاید دلیلش این باشد که بگویند: «آن بدی و اتفاق گذشت؛ تو هم گذشت کن.»





چشم‌پوشی

شیرین‌تر از گذشت آن است که انسان اصلاً بدی دیگران را به روی خود نیاورد و از آن چشم‌پوشی کند. چشم‌پوشی که در آموزه‌های دینی به صَفْح تعبیر می‌شود، یعنی بدی را به کلی از یاد ببرد و جایش را هم در دل نگه ندارد. این فرد، بزرگوارتر و مهربان‌تر از کسی است که گذشت کرده است.

گذشت و چشم‌پوشی وظیفه‌ای است که باید آن را در همهٔ ارتباطات اجتماعی مراعات کنیم. خداوند در قرآن کریم فرموده است: «... باید گذشت کرده و چشم‌پوشی کنند. آیا دوست ندارید که خدا شما را ببخشد؟»^۱ این آیه می‌گوید همان‌طور که دوست دارید خدا شما را ببخشد، شما هم دیگران را ببخشید و از این مهم‌تر آنکه اگر شما دیگران را ببخشیدید، خدا هم گناهان شما را می‌بخشد.^۲ این وعدهٔ الهی برای همهٔ مؤمنین است و به‌طور خاص، در ارتباط میان همسران نیز استفاده می‌شود.

جبران ضعف‌ها

در ارتباط میان همسران، قرآن فقط به گذشت (عَفْو) و چشم‌پوشی (صَفْح) اکتفا نکرده است؛ بلکه رحمت افزون‌تری را از آن‌ها خواسته و سفارش کرده است که ضعف همسرمان را با خوبی جبران کنیم؛

۱. نک: نور، ۲۲.

۲. هرچند عفو و صفح هر دو به معنای گذشت و چشم‌پوشی از تقصیر دیگران است، ولی واژه «صَفْح» معنای رستار و کامل‌تری دارد و به‌نوعی معادل واژه «تغافل» در قرآن است (نک: حسین‌بن محمد راغب اصفهانی، مفردات الفاظ القرآن، ص ۴۶۸).





چراکه زندگی مشترک، نوعی مشارکت است، نه رقابت. دو نفر را در نظر بگیرید که سال هاست باهم در راه اندازی و پیشرفت یک واحد تولیدی شریک اند. اگر یکی از آن‌ها به سفر حج برود، شریک او کارگاه را رها نمی‌کند و به سفر نمی‌رود؛ بلکه با کار بیشتر، نبودن دوستش را جبران می‌کند تا به اصل کار ضربه‌ای وارد نشود. در خانواده نیز باید چنین باشد؛ یعنی اگر همسرتان قهر کرد، شما آشتی کنید؛ اگر بد اخلاقی کرد، شما خوش اخلاقی کنید؛ اگر او شما را محروم کرد، شما او را محروم نکنید؛ اگر بدی کرد، خوبی کنید و... همه این‌ها طبق تعبیر امام صادق (ع) از برترین جلوه‌های اخلاق انسانی است.^۱

هنر نیست که شما با فردی خوش اخلاق، خوب رفتار کنید؛ بلکه زمانی به درجات والای اخلاقی می‌رسید که حتی در مقابل افرادی که با شما رفتار بدی داشته‌اند، به خوبی رفتار کنید. این مطلب برای کسی که در ارتباطاتش با نگاه تاجرانه و منفعت طلبانه رفتار می‌کند، هضم‌شدنی نیست. قبل از ازدواج، منشأ بسیاری از کارهای ما منفعت طلبی است؛ اما با ازدواج، از «من» فاصله می‌گیریم و «من»‌های ما، «ما» می‌شود و این شیرین‌ترین ثمره ازدواج است.

علاوه بر این، اگر بتوانیم با استفاده از قدرت خلاقیت و ابتکار عمل، ضعف‌های همسرمان را جبران کنیم، از اختلافات ساده و پیچیده بسیاری پیشگیری خواهیم کرد؛ مثلاً زنی که می‌داند همواره شوهرش یک ساعت دیرتر از وقت مقرر بر سر وعده حاضر می‌شود، بهتر است که با سازوکارهایی ویژه این ضعف را جبران کند؛ مثلاً به منظور جبران آن،

۱. نک: محمد بن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، امالی الصدوق، ۲۸۰ و ۲۸۱.





می‌تواند یک ساعت زودتر از وقت مقرر با شوهر خود قرار بگذارد یا اگر ساعت ۷ با او قرار گذاشته است، آن قرار را نزد خود ساعت ۸ تلقی کند. همچنین مردی که همواره بعد از مهمانی دقایقی را در انتظار همسرش معطل می‌ماند، باید سختی این لحظات را به نوعی بر خود هموار کند. او می‌تواند خودش را با شنیدن اخبار رادیو سرگرم کند یا از این فرصت برای تمیزکردن خودروی خود استفاده کند یا کتابی کوچک برای مطالعه در ماشین داشته باشد یا پیام‌های پیام‌رسان‌هایش را بررسی کند؛ به هر حال پرداختن به کارهایی نظیر این‌ها، هم تحمل این دقایق را آسان‌تر می‌کند و هم از ایجاد تنش‌های مکرر جلوگیری می‌کند.

اگر بتوانیم در برابر رفتارهایی که در وجود همسرمان نهاده شده است و تغییرپذیر هم نیست، تدبیر به خرج دهیم و تبعات منفی آن را به حداقل برسانیم، توانسته‌ایم تهدید را به فرصت تبدیل کنیم. زنی که از قهرهای چندروزه شوهرش به شتوه آمده است، بهتر است درعوض التماس و معذرت‌خواهی در این چند روز، ارتباط خود را با او به حداقل برساند و از این زمان، به گونه دیگری بهره ببرد؛ مثلاً می‌تواند با فرصت بیشتری که در اختیار دارد، به کارهای عقب‌افتاده خود یا مطالعه بپردازد و از این راه، تبعات ناخوشایند رفتار همسر را برای خود کمتر کند و پس از طی شدن دوران قهر او، در آشتی و حل و فصل مشکلات پیش قدم شود. درحقیقت خلاقیت و ابتکار عمل باعث می‌شود که خیلی از تفاوت‌ها به تعارض کشیده نشود.





رفق و مدارا

جلوه دیگر رحمت، رفق و مداراست. وقتی انسان در معاشرت‌های اجتماعی در مقابل رفتار برخی افراد با ملایمت برخورد می‌کند و در قبال بعضی از اعمال آن‌ها مدارا به خرج می‌دهد، به این ملایمت و مدارا «رفق» می‌گویند.^۱ وقتی که اوضاع بر وفق مراد است، رفق و مدارا معنا پیدا نمی‌کند. مهم این است که بسنجید آیا در موقعیت‌های ناگوار و مخالف طبعتان، می‌توانید چنین حالتی از خود بروز دهید یا خیر؟

اهمیت مدارا به قدری است که پیامبر خدا ﷺ فرموده‌اند: «ما انبیای الهی همان‌طور که مأمور به انجام واجبات هستیم، مأمور به تسامح با مردمان نیز هستیم.»^۲ بعضی از افراد در مسائل خانوادگی و فامیلی و اجتماعی، انتظار دارند که اطرافیان همچون آن‌ها ببیندیشند و رفتار کنند؛ درحالی‌که حتی در یک خانواده، افراد متفاوت هستند و عقاید و ظرفیت‌هایی مختلف دارند. در این مواقع، باید به‌گونه‌ای رفتار کنیم که تا حد ممکن و مجاز، حتی حفظ حریم‌های شرعی، زمینه اختلاف و تنش نشود و بتوانیم با اخلاق خوش و مدارا دیگران را جذب کنیم. رمز موفقیت رسول مکرم اسلام ﷺ در رسالت همین ملایمتشان با دیگران بوده است و اگر اهل مدارا و نرمی نبودند، مردم از اطراف ایشان می‌گریختند.^۳

۱. رفق یعنی لطف و نقطه مقابل «عُنف» است و در کتب روایی به معنای نرم‌خویی، رأفت، ترک زور و خشونت آمده است (سیدمرتضی حسینی واسطی زبیدی، تاج العروس من جواهر القاموس، ج ۱۳، ص ۱۶۷؛ محمدباقر مجلسی، مرآة العقول فی شرح اخبار آل الرسول، ج ۸، ص ۲۳۳).

۲. محمدبن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۳، ص ۳۰۴.

۳. نک: «فَمَا رَحْمَةً مِنَ اللَّهِ لَئِنْ لَمْ يَكُنْ قَطًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَا تَنْقُضُوا مِنْ خَوْلَاك...» (آل عمران، ۱۵۹).





آسایشِ دو گیتی تفسیر این دو حرف است

بادوستان مروت، بادشمنان مدارا^۱

طبیعی است که مردم از نظر رفتار، عملکردهای متنوع و متفاوت دارند. اگر بنا باشد انسان در مقابل هرگونه رفتار دیگران، از خود حساسیت و ناراحتی نشان دهد و در برابر هر کنشی، واکنشی داشته باشد، مشکلات زیاد می شود و زندگی هرروز تلخ تر از روز قبل پیش می رود. افرادی که مدارا ندارند، سرگذشتی جز افسردگی و تنهایی و انزوا در انتظار نخواهند داشت.

نقطهٔ مقابل «رفق»، «تندی و بدخویی» است^۲ و این یعنی ما در مقابل رفتار دیگران عکس العملی تند بروز داده و نتوانیم از خود نرمی نشان دهیم. به تعبیر دقیق تر، در این حالت، نه فقط از کار غلط دیگران ناراحت می شویم، بلکه به کسی هم که مطابق انتظار ما رفتار نمی کند، به شدت پاسخ می دهیم. اگر چنین فضایی در خانواده حاکم شود، اعضای آن همواره در حال توبیخ، سرزنش، محاکمه و متهم کردن یکدیگرند؛ بنابراین چنین خانه ای کارکرد اصلی خود یعنی «آرامش» را از دست می دهد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرموده اند: «هرگاه خداوند، خیر و نیکی خانواده ای را بخواهد [و آن ها را دوست داشته باشد]، رفق و مهربانی را برایشان جاری می سازد»^۳.

منظور از مدارا این نیست که اشتباهات دیگران را قبول کنیم و با آن موافق باشیم؛ بلکه به این معناست که با اشتباه دیگران کنار می آییم؛

۱. سرودهٔ شمس الدین محمد شیرازی، متخلص به حافظ، شاعر قرن هشتم هجری.

۲. «الرَّفْقُ وَ ضِدُّهُ الْخُرْقُ» (احمد بن محمد بن خالد برقی، المحاسن، ج ۱، ص ۱۹۷).

۳. ابوالقاسم پاینده، نهج الفصاحة، ص ۱۸۲.





مثلاً مردی سیگار می کشد و هرچه همسرش تلاش می کند، نمی تواند او را منصرف کند. در اینجا شایسته نیست که زن، تمام زندگی خود را به این موضوع گره بزند؛ بلکه باید با او کنار بیاید یا گاهی ممکن است زن نتواند بعضی از فعالیت های معمول داخل خانه را به درستی انجام دهد که شایسته است مرد با او مدارا کند. امیرالمؤمنین علی علیه السلام فرموده اند: «زن مانند گیاه ریحان، لطیف و خوش بوست، نه قهرمان؛ پس با او در هر حال مدارا کن و خوب سخن بگو تا زندگی ات گوارا و باصفا شود.»^۱ همین طور، اگر فرزند برخلاف سعی فراوان والدین و خودش، در درس موفق نیست، باید با آن کنار آمد و جنبه های دیگر وجودش را تقویت کرد. به این شیوه مدارا می گویند.

۱. محمد بن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، کتاب من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۵۵۶.





رعایت آستانه تحمل خود و دیگران

زن و مرد باید بدانند که اگر قصد فتح قلّه‌های زندگی را دارند، مجبورند شداوند و ناملايمات زيادی را پشت سر بگذارند؛ اما هر کس آستانه تحملی دارد که نباید بیش از آن پیشروی کند و دیگران نیز نباید از او انتظار بیشتری داشته باشند. در این زمینه، هریک از ما باید مراقب باشیم که قبل از طاق شدن طاقتمان، هشدارهای لازم را به همسرمان بدهیم و او را از این امر آگاه کنیم؛ به عنوان نمونه می‌توانیم چنین بگوییم: «من تا حالا توانسته‌ام خودم را کنترل کنم؛ ولی ممکن است دیگر نتوانم به این خوبی بر خودم مسلط بمانم. شما جوری زندگی را جلو ببرید که بیش از این در معرض فشار نباشم.» شاید نقل این ماجرا خالی از لطف نباشد که یکی از مشاورین خانواده می‌گفت:

روزی بعد از اینکه به خانه آمدم، چند نفر برای مشاوره به منزل ما تلفن زدند و من مثل همیشه در حال پاسخ دادن بودم که ناگهان همسرم فریادی زد و با عصبانیت سیم تلفن را از جا کند. من که تا آن روز، همیشه او را آرام و پرتحمل دیده بودم، بسیار از رفتارش تعجب کردم؛ اما مقصّر این ماجرا خودم بودم: این کارم از آستانه تحمل او خارج شده بود و من غفلت کرده بودم.

در این ماجرا، همسر باید قبل از تمام شدن آستانه تحملش، موضوع را با شوهر خود در میان می‌گذاشت و به او درباره ادامه این روند، هشدار می‌داد تا کار به جاهای باریک نمی‌کشید.





جمع‌بندی

برای استفاده از خودرو، لازم نیست تعمیرکار خودرو باشید؛ ولی باید مواظب باشید آب و روغن آن کم نشود. برای داشتن زندگی خوب هم لازم نیست در تمام مهارت‌های زندگی متخصص باشید؛ بلکه کافی است مراقبت کنید که مودت و رحمت در زندگی‌تان کم نشود. این مودت و رحمت، حکم همان آب و روغن را دارد که اگر کم شود، اصطکاک زیادی در زندگی به وجود می‌آورد و چه بسا هزینه سنگینی روی دست شما بگذارد!

الگوی شناختی روابط زوجین

جلوه‌های رحمت، خصوصاً جلوه آخر آن که جبران ضعف‌هاست، نیاز به انگیزه و جهان‌بینی خاصی دارد. به‌طور کلی ازدواج و روابطی که در ضمن آن ایجاد می‌شود، نیاز به شناختی متفاوت از زن و مرد و رابطه زناشویی دارد. کسی که رابطه زن و شوهر را فقط مسئولیت دوطرفه میان آن‌ها می‌بیند، نمی‌تواند به رحمت توصیه کند؛ زیرا وقتی که در وظایف همسر، اختلالی به وجود آید که به راحتی برطرف نشود، در نظر او، منطقی است که این رابطه برهم بخورد. در آن وضعیت، قراردادی دوطرفه وجود دارد که یکی از طرفین از انجام وظایف خود سرباز زده است یا در قبال آن ناتوان است و با این نگاه، دلیلی برای ادامه این روند وجود ندارد.





تعهد به خدا

در نگاه توحیدی و اسلامی به خانواده، قرارداد ازدواج، قراردادی دوطرفه نیست؛ بلکه زن و شوهر قبل از تعهد به همدیگر، به خدای خود متعهد هستند و در برابر خداوند متعال، میثاقی محکم بسته‌اند؛ به همین دلیل، در تمام وظایف خود باید ابتدا به خدا پاسخ‌گو باشند و نه فقط به طرف مقابل.

حال سؤال جدی این است که چه تفاوتی پیش از دو جمله خطبه عقد و پس از آن به وجود می‌آید که روابط را تا این حد مدیریت می‌کند؟ قبل از قرائت این دو جمله و جاری شدن عقد، هر رابطه‌ای ممنوع و بعد از آن، هر رابطه‌ای مقبول و راضی‌کننده است. تفاوت واقعی این است که عقد شرعی ازدواج، نشان‌دهنده و ایجادکننده تعهدی سه‌طرفه است. مرد خودش را در مقابل خدا و زن نیز خودش را در مقابل همان خدا مسئول می‌کنند؛ برای همین از خطبه عقد شرعی، این معنا برداشت می‌شود: «وظایفی را که خدا در قبال همسرم برعهده من گذاشته است، برعهده می‌گیرم».

قرآن کریم درباره رابطه بین افراد، تعبیر ﴿مِثَاقًا غَلِيظًا﴾^۱ یعنی پیمانی محکم را فقط برای ازدواج به کار برده است و این نشان می‌دهد که ازدواج معامله‌ای محض مانند بیع و اجاره و جابه‌جایی مال نیست؛ بلکه پیوند دو روح با یکدیگر است^۲ و بر همین اساس، رحمت و ایثارگری یکی از اعضای خانواده، معامله و تعامل با خدا محسوب می‌شود.

۱. نک: ﴿وَ كَيْفَ تَأْخُذُونَهُ وَقَدْ أَفْضَى بَعْضُكُمْ إِلَى بَعْضٍ وَأَخَذْنُ مِنْكُمْ مِثَاقًا غَلِيظًا﴾ (نساء، ۲۱).

۲. نک: عبدالله جوادی آملی، تفسیر تسنیم، ج ۱۸، ص ۱۹۶ تا ۲۰۰.





نکته دیگر، آن است که دو طرف، وظیفه حفظ خانواده و تربیت فرزندان و نسل بشر را برعهده می گیرند و فقط برای لذت بردن ازدواج نمی کنند؛ از این رو باید خیلی از مسائل شخصی خود را نادیده بگیرند. از طرفی مسئولیت های اجتماعی و بزرگ، مهم تر از منافع شخصی بوده و صرفاً در چارچوب این منافع قرار نمی گیرد. این، تفاوتی بنیادین بین نگاه اسلامی و نگاه هایی است که در تمدن غرب از طریق فیلم و داستان و مانند آن ترویج می شود. در این نگاه، رحمت با جلوه های خود، یعنی گذشت و چشم پوشی و جبران، نه فقط کار سختی نیست که جزء جدانشدنی این مسیر است و انسان بابت آن احساس زیان نمی کند و خود را در مسیری پرفایده و تکامل بخش می بیند.

مسئولیت های خانوادگی ما، چون در راستای رضای خداست، همگی عبادت است. براساس روایاتی که از رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله و سلم نقل شده است، فرد متأهل مجاهد فی سبیل الله است؛^۱ گفت وگوهای دو همسر یا شب بیداری های مادر برای فرزندش نیز عبادت است؛^۲ خرج کردن برای همسر، ثواب صدقه دادن دارد^۳ و ثواب نشستن در کنار همسر، معادل یک ماه اعتکاف است؛^۴ به همین دلیل، فرد مؤمن و معتقد در این زمینه ها عملکرد بهتری خواهد داشت و آستانه تحملش بیشتر است.

۱. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۹، ص ۵۶۶.

۲. نک: ابوالقاسم پاینده، نهج الفصاحة، ص ۲۵۹.

۳. نک: محمد بن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، امالی الصدوق، ص ۵۷۷.

۴. مسعود بن عیسی بن وزام بن ابی فراس مالکی اشتری، تنبیه الخواطر و نزهة النواظر المعروف بمجموعة وزام، ج ۲، ص ۱۲۲.





زوجیت

آیات قرآن دربارهٔ دو جنس زن و مرد، تصریح می‌کند که این دو، از یک نوع‌اند: هردو انسان بوده و در این زمینه هیچ تفاوتی، حتی اندک، میانشان وجود ندارد. نگاه زوجیت نشان می‌دهد که این دو جنس برای هم خلق شده‌اند، نه در مقابل هم و نه یکی برای دیگری؛ چنان که در سورۀ مبارکۀ بقره آمده است: «او برای تو لباس است و تو برای او لباس هستی.»^۱ این دیدگاه «مکمل بودن» همسران را می‌رساند.

کسی که به توقعات خود از همسرش بیش از مسئولیت‌های خود در برابر او توجه می‌کند، با این تفکر سازگار نیست. قرآن کریم با تأکید بر این ارتباط دوطرفه، نگاه یک‌طرفه‌ای را که گاهی در روابط زن و شوهری به آن دچار می‌شویم، اصلاح کرده است. این تصویر قرآنی اجازه نمی‌دهد کسی از موضعی بالاتر با همسرش رفتار کند.

برای اسلام، جنس زن یا جنس مرد مطرح نیست؛ تکامل انسانی مطرح است. یک جا سخن از مرد گفته می‌شود، یک جا سخن از زن. به یک مناسبت از زن تجلیل می‌شود، به یک مناسبت از مرد؛ چون دو حصه [دو پاره از] پیکرۀ بشرند، دو بخش وجود بشری هستند. از لحاظ جنبۀ بشری و جنبۀ الهی، هیچ تفاوتی با همدیگر ندارند.^۲

بر اساس کلام خداوند در قرآن کریم، مقامات معنوی حضرت مریم علیها السلام آن قدر اوج گرفت که پیامبر زمانش، حضرت زکریا علیه السلام، از عظمت

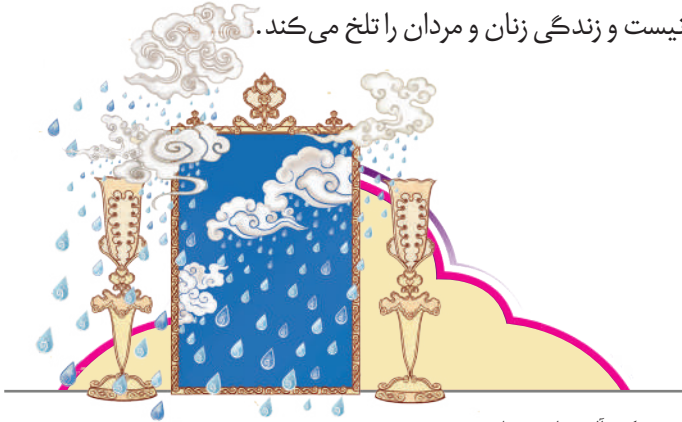
۱. «هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ» (بقره، ۱۸۷)؛ کاربرد «ل» در هر دو بخش آیه، بیانگر آن است که خداوند زن و شوهر را برای همدیگر خلق کرده است؛ نه یکی را برای دیگری و وجود هیچ کدام از آن‌ها را طفیلی وجود دیگری نمی‌داند.

۲. بیانات رهبر معظم انقلاب علیه السلام در دیدار با جمعی از زنان، ۳۰ مهر ۱۳۷۶، به نقل از: پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌الله العظمی خامنه‌ای.



آن بانو مبهوت مانده بود^۱ و در سطحی برتر، اسلام، حضرت زهرا علیها السلام را بر همه فرزندان ایشان که امام هستند^۲ و بر همه پیامبران به جز خاتم الانبیا صلی الله علیه و آله و سلم برتری داده است.^۳

به این ترتیب نگاه‌های زن‌سالاری یا مردسالاری که در بسیاری از فرهنگ‌ها وجود دارد، از نظر قرآن مردود است. اینکه در قرن‌های گذشته، بسیاری از فرهنگ‌ها براساس مردسالاری بوده است، نشان‌دهنده نگرش غلطی است که در فرهنگ اسلام اصلاح شده است؛ البته اصلاح آن، به هیچ عنوان شبیه راهی نیست که فمینیست‌ها یا عده‌ای زن و مرد در پیش گرفته و جبهه زنان را علیه مردان تقویت می‌کنند. این کار از بنیاد غلط است؛ چراکه اشتباه گذشتگان و برخی گروه‌ها، جبهه‌بندی جنسیتی است و آن دسته از کلیشه‌های جنسیتی که در این جبهه‌بندی‌ها تقویت می‌شود، به نفع هیچ‌یک از دو جنس نیست و زندگی زنان و مردان را تلخ می‌کند.



۱. نک: آل عمران، ۴۵ تا ۴۲.

۲. «نَحْنُ حُجَجُ اللَّهِ عَلَى خَلْقِهِ وَ جَدُّنَا فَاطِمَةُ حُجَّةُ اللَّهِ عَلَيْنَا» (سیدعبدالحسین طیب، تفسیر اطیب البیان فی تفسیر القرآن، ج ۱۳، ص ۲۲۵).

۳. نک: محمد بن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، علل الشرائع، ج ۱، ص ۱۷۹ و ۱۸۰.



لباس

همان طور که در بحث قبلی اشاره شد، همسر در قرآن به عنوان لباس انسان معرفی شده است.^۱ وقتی چنین تصویری از همسرمان داشته باشیم و خودمان را هم در این تصویر جای دهیم، می‌توانیم الگوی جالبی برای روابط زن و شوهر به دست آوریم. علاوه بر مکمل بودن که در بحث قبل بیان شد، از تصویر لباس، نکته‌های فراوان دیگری هم برداشت می‌شود؛ از جمله:

● لباس عیوب را پوشانده و انسان را از خشم عیب‌جویان و نقالان مجالس لغو دور نگه می‌دارد. همسر نیز ایراد همسرش را می‌پوشاند و نمی‌گذارد حرف او نقل مجالس شود.

● لباس رازدار است و اسرار را فاش نمی‌کند. همسر نیز رازهای درون خانه را بیرون نمی‌برد.

● لباس انسان را از آفت‌ها و آلودگی‌های محیط نگه می‌دارد. همسران نیز با ارضای نیازهای یکدیگر، از تحریک‌پذیری همسر در مقابل محرک‌های آسیب‌زای روانی و اجتماعی جلوگیری می‌کنند.

● لباس نزدیک‌ترین همراه و پیوسته‌ترین سایه‌بان همیشگی وجود انسان است. همسر هم باید چنین باشد.

● نزدیک‌ترین شیء به فرد، لباس اوست. هیچ‌کس و هیچ‌چیز از لباس انسان، به او نزدیک‌تر نیست. همسر نیز باید از هرکسی به انسان نزدیک‌تر باشد.





● این لباس است که به نمای زندگی انسان شکل می‌دهد. همسر نیز در شکل‌گیری زندگی انسان و نمای آن تأثیری بسزا دارد.

البته لباس‌ها باهم فرق دارند. بعضی لباس‌ها پوشش بیشتری دارند، بعضی به ما نزدیک‌تر یا از ما دورترند، بعضی لباس‌ها برای انسان راحت‌ترند و بعضی شکل بهتری به ما می‌دهند. هر انسانی هم می‌تواند با توجه به خصوصیات و رفتارهایش، به همسرش نزدیک‌تر یا دورتر شود و سبب راحتی یا ناراحتی او و برطرف‌کننده و پوشانندهٔ عیوب همسرش باشد.

لباس و صمیمیت

در مطالب پیش‌گفته بیان شد که انسان، ناگزیر از داشتن لباس بوده و لباس، نزدیک‌ترین همراه انسان است. در زندگی نیز صمیمی‌ترین فرد، کسی است که در رسیدن انسان به هدفش، از همه به او نزدیک‌تر است. انسان‌ها آزادند که مصادیقی برای این نزدیک‌بودن انتخاب کنند. واقعیت آن است که نهایی‌ترین هدف انسان، خداست؛^۱ یعنی خدا هدفی است که ارزش حرکت‌کردن و شایستگی آرمان‌بودن برای انسان را دارد و آن‌هایی که ایمان آورده‌اند، خدا را بیش از هر چیز دیگر دوست دارند؛^۲ بنابراین انسان باید با هرچه او را به خدا نزدیک‌تر می‌کند، صمیمی‌تر باشد. به همین دلیل علاقه و صمیمیت افراد مؤمن به اهل بیت علیهم‌السلام بیشتر از علاقهٔ آن‌ها به دیگران است؛ همان‌گونه که هریک از ما ایرانی‌ها این عشق را در قلب خود احساس می‌کنیم.

۱. نک: بقره، ۱۵۶.

۲. نک: بقره، ۱۶۵.





در این راستا، مؤمن در بین دوستان و خانواده و اطرافیانش با کسانی صمیمی تر است که او را در رسیدن به خدا کمک کرده و در کنارشان احساس آرامش و لذت بیشتری را تجربه می‌کند. خداوند این آرامش و لذت را به‌طور ویژه در همسر قرار داده است.

وقتی همسر به‌عنوان لباس معرفی شده است، می‌توان الگوی مطلوب را در آن دید که همسران، صمیمی‌ترین روابط را با همدیگر داشته باشند؛ یعنی دو نفر آن قدر در جهت اهدافشان همراه باشند که بتوانند بیشترین سطح صمیمیت را به ارتباطشان با همدیگر اختصاص دهند. این مطلب به‌صورت خواسته‌ای عمومی در ذهن خیلی از همسران وجود دارد و چنین انتظاری از همسر خود دارند.

صمیمیت در واقع عمیق‌ترین رابطه میان دو فرد است که بدون پنهان کاری یا سوءاستفاده باشد. این رابطه حاصل محبت و اعتماد زیاد و متقابل بین دو فرد است. نگاه کلی ما به ازدواج باید نگاه صمیمیت تا حدّ یگانگی باشد؛ یعنی با تمام وجود بپذیریم که هر کاری برای همسر خود کرده‌ایم، درحقیقت برای خود کرده‌ایم. زوج‌های جوان هر قدر در ازدواج به پدیده‌ی یکی‌شدن و باهم‌بودن باور داشته باشند، با یکدیگر همدلی و همراهی بیشتری خواهند داشت.

همان‌طور که در ابتدای فصل بیان شد، اگر نگاهمان به همسر، غیر از نگاه یگانگی باشد، به کلی قافیه را باخته‌ایم. هدف غایی ازدواج، ترک دوگانگی‌هاست. ازدواج یعنی یکی‌شدن و در مرتبه‌ای بالاتر، یعنی رجحان دیگری بر خود. فردی که با دیگری احساس یگانگی می‌کند، نه فقط دندان اسب پیشکشی او را نمی‌شمارد، بلکه دندان اسبی که می‌خواهد پیشکش کند را هم نمی‌شمارد. اگر حساب





می‌کنید که چه کارهایی برای همسرتان انجام داده یا چه هدایایی به او داده‌اید یا چه میزان وقت برای او گذاشته‌اید، همه و همه از مواجهه معامله‌گرانه شما با او حکایت دارد. درحقیقت چنین رفتارهایی حاکی از آن است که آگاهانه یا ناآگاهانه، سایر ارتباط‌های خود را به ارتباط‌های داخل خانه تعمیم داده و همسرتان را در ردیف همکاران و دوستان و سایر افراد قرار داده‌اید؛ درحالی که ارتباط با همسر، ارتباط یگانه‌ای است که شبیه هیچ‌یک از ارتباط‌های دیگر ما نیست.

براین اساس، به خوبی روشن می‌شود که اگر همسرمان درباره دوستان ما حساسیت به خرج می‌دهد، علتش آن است که جایگاه و شأن او را چنان که باید حفظ نکرده‌ایم. به عبارت دیگر، بی‌توجهی به جایگاه همسر به عنوان فردی صمیمی در زندگی، می‌تواند ریشه مشکلات ارتباطی وی با دوستان و اطرافیان ما باشد. به طور کلی نباید حساسیت همسرمان را در زمینه سایر روابط خود تحریک کنیم.

شخصی که هنگام گرفتاری، چندین ساعت با مادریا پدر یا دوست خود در دلدل می‌کند و در مقابل، همسرش را از مشکلات خویش بی‌خبر می‌گذارد، به نوعی قاعده مهمی از بازی را رعایت نکرده و با دست خود، رابطه میان همسر و اطرافیانش را خراب کرده است. اگر این قاعده را بپذیریم، در خواهیم یافت اطرافانی که بهترین مکان دل ما را تصاحب کرده‌اند، حالا باید یک گام عقب‌تر بروند و اگر قبل از این، در جایگاهی بوده‌اند که همه دلدل‌ها، گلایه‌ها، خوشی‌ها و تفریحاتمان با ایشان بوده است، اکنون باید بدانیم که اوضاع فرق کرده است؛ البته این سخن، به معنای از دست دادن دوستان خوب نیست و باید جایگاه و سطح ارتباطمان با آن‌ها را از نو تعریف کنیم.





صمیمیت و جدیت

صمیمیت نباید باعث شود که زندگی را رها کنیم یا خودمان را براساس نظر دیگری فدا کنیم یا اجازه دهیم همسر یا فرزندانمان هرکاری که می‌خواهند، انجام دهند. بعضی‌ها ممکن است از این صمیمیت سوءاستفاده کنند؛ بنابراین باید مراقب بود.

با اینکه در زندگی اصل بر صمیمیت است، جایی که انسان می‌بیند از صمیمیتش سوءاستفاده می‌شود یا شخصیتش به بازی گرفته می‌شود یا رفتار دیگران با بی‌اعتنایی و بی‌احترامی همراه است، باید با جدیت برخورد کند. منظور از جدیت، عصبانیت و تندی کردن و دعوا و درگیری نیست؛ بلکه به معنای رفتارهایی است که پیام متفاوتی را منتقل می‌کند و فرد را از صمیمیت بیشتر منع می‌کند؛ مانند آنکه لبخند همیشگی‌مان را به طور موقت حذف کنیم.

کسی که همیشه با همسرش، با علاقه و لبخند و نشاط برخورد می‌کند، آن‌چنان او را اسیر مهر خود کرده است که کافی است در مواقع لزوم، لبخند همیشگی را بر لب نداشته باشد یا اینکه در چهره‌اش ناراحتی نمایان شود. این حالت، بیشتر از هر رفتار دیگری اثر خواهد گذاشت؛ البته تکرار هشدارها و ناراحتی‌ها، اثر آن‌ها را کم خواهد کرد و بروز ناراحتی تا زمانی مؤثر است که فقط در مواقع خاص صورت گیرد. از طرف دیگر، کسی که قبلاً پیام دلخوری خود را با فریاد و عصبانیت منتقل کرده است، نباید انتظار داشته باشد همسرش دفعه بعد، فقط با اخم و سرسنگین بودن او، پیام ناراحت بودنش را دریافت کند؛ پس باید مراقب باشیم که نه در تعداد بروز این حالات زیاده‌روی کنیم و نه در شدت بروزشان.





کلیشه‌های ذهنی مخرب صمیمیت

شخصی را در نظر بگیرید که بنابر توصیه‌های مشاور، تکنیک‌هایی را برای استحکام بیشتر خانواده فرا گرفته و تاحدی هم آن‌ها را رعایت کرده است، مانند نامه‌نگاری‌های محبت‌آمیز و ملاقات‌های صمیمانه با همسر یا هدیه دادن به او؛ ولی باین حال، نه خود و نه همسرش به آنچه انتظار دارند، نرسیده‌اند! به راستی مانع اثربخشی این راهکارها چیست؟

در اینجا، مهم‌ترین مانع این است که فرد نگاه درستی به زندگی مشترک ندارد؛ در نتیجه چنین رفتارهایی با سایر رفتارهای او هماهنگ نیست؛ مثلاً مرد براساس توصیه کتاب، هدیه‌ای برای همسر خود تهیه می‌کند، درحالی‌که چند روز قبل، یک روسری را که نیاز واقعی و درخواستش بوده است، برای او تهیه نکرده است یا زن درخواست شرکت در مهمانی اقوام شوهرش را بی دلیل رد کرده است و حالا برای تولد او جشن می‌گیرد! طبیعی است که در این صورت، نه هدیه به دل زن می‌نشیند و نه برپایی جشن به دل مرد.

به طور عمده، موانع موجود در زندگی ناشی از رفتارهایی کلیشه‌ای است که فرد از کتاب‌ها یاد گرفته است، اما چون برخاسته از نگرش‌هایش درباره زندگی نیست، نتیجه‌ای ندارد. در این موقعیت، فرد مانند چاهی عمل می‌کند که به خودی خود آب ندارد؛ بلکه آب درون آن ریخته می‌شود و چیزی هم که از دل برنیاید، لاجرم بردل نمی‌نشیند.^۱ به بیان روشن‌تر، رویکردهای غلط در امر ازدواج و همسر داری، مانع تأثیرگذاری

۱. این مطلب به حدیثی از امیرالمؤمنین علی علیه السلام اشاره دارد که فرموده‌اند: «الْكَلِمَةُ إِذَا خَرَجَتْ مِنَ الْقَلْبِ وَقَعَتْ فِي الْقَلْبِ وَإِذَا خَرَجَتْ مِنَ اللِّسَانِ لَمْ تَجَاوِزِ الْأَذَانَ» (عبد الحمید بن هبة اللہ بن ابی الحدید معتزلی، شرح نهج البلاغة لابن ابی الحدید، ج ۲۰، ص ۲۸۷).





بسیار در رفتارهای اصلاحی و مطلوب می‌شود.

کلیشه‌های ذهنی مردانه

نمونه‌هایی از این رویکردهای غلط دربارهٔ مردان به شرح زیر است:

- بعضی‌ها معتقدند نباید با ابراز محبت‌های فراوان، به همسر خود میدان بدهند و امکان سوءاستفادهٔ او را از این علاقه فراهم کنند؛
- بعضی فکر می‌کنند مرد نباید با ابراز محبت به زن، از جذبۀ خود بکاهد. اصطلاح رایج «گره را دم حجله کشتن» دقیقاً اشاره به نوعی نگرش خاص به ارتباط زن و شوهر دارد که متوجه برتری طلبی یکی از طرفین است.
- بعضی معتقدند زن را باید با تَشَرّس سر جایش نشاند تا از شرّش در امان ماند.

افرادی که چنین نگرش‌هایی دارند، هرچند از تکنیک‌های مهرورزی استفاده کنند، بازهم نمی‌توانند محبت و عاطفۀ همسرشان را جلب کنند؛ چراکه نگاهشان، نگاهی جهت‌دار است. این باور غلط که زن باید به دلخواه مرد، اخلاق و رفتار خود را تغییر دهد، انتظار یک طرفه‌ای است که در آن، فقط زن باید مطلوب نظر مرد باشد؛ درحالی‌که در رابطهٔ صمیمی، هرکدام از زن و مرد، نیمی از راه را طی می‌کنند و با کنار گذاشتن خودخواهی، تا حدودی به نفع دیگری کوتاه می‌آیند.





کلیشه‌های ذهنی زنانه

در زنان نیز نگاه‌هایی وجود دارد که می‌تواند مانع اثربخشی رفتارهای آنان شود؛ از آن جمله می‌توان به نمونه‌های زیر اشاره کرد:

● خانمی که تصور می‌کند همسرش باید به‌طور کامل و انحصاری به او تعلق داشته و همه توجهش معطوف به او باشد، نمی‌تواند سایر ارتباطات مرد با دوستان و خانواده‌اش و حتی زمان طولانی اشتغالش را بپذیرد.

● زنی که مرد مطلوب زندگی‌اش را مردی می‌داند که تابع و حرف‌شنو و گوش‌به‌فرمان او باشد، می‌خواهد شوهرش را مدیریت کند. در واقع، این زن می‌خواهد چیزی را با دست خود نگه دارد که قرار است تکیه‌گاهش باشد.

● زنی که افراد خانواده شوهرش را رقیب یا دشمن خود می‌داند، تحمل هیچ‌گونه اظهارنظری را از جانب آن‌ها ندارد و همیشه به آن‌ها سوءظن دارد.

● زنی که به تمکین از مرد قائل نیست و روابط زناشویی را رابطه‌ای ناعادلانه می‌داند، نمی‌تواند در این زمینه، از خود رضایت واقعی بروز دهد.

تمام این تصورات گفته شده، مانع شکل‌گیری پیوندی محبت‌آمیز میان زن و شوهر می‌شود؛ همچنان که نگاه‌های رقابت‌طلبانه بین زن و مرد همین آسیب را دارد؛ بنابراین به نظر می‌رسد که در درجه اول، باید این گونه موانع شناختی را کنار بزنیم و نگاهمان را به ازدواج و روابط خانوادگی تصحیح کنیم.





اساساً با بازنگری در نگرش‌ها و رویکردهای غلط خود، می‌توانیم از همهٔ مواهبی که خداوند در اختیار انسان قرار داده است تا زندگی مشترکش را استحکام بخشد و با همسر خود به یگانگی و صمیمیت برسد، بهره‌مند شویم و در نتیجه، زندگی رضایت‌بخشی را تجربه کنیم.





الگوی حقوق و تکالیف در روابط زن و شوهر

وظایف مشترک

زن و مرد در ارتباط باهم وظایف مشترکی دارند که به یک جنس اختصاص ندارد. کارکرد اصلی این وظایف مشترک، شیرین کردن روند زندگی است که امکان رشد و تعالی طرفین را نیز فراهم می‌کند.

معاشرت نیکو و گشاده‌رویی

امام‌زین‌العابدین علیه السلام در روایتی فرموده‌اند: «حق همسر این است که بدانی خداوند او را مایه آرامش و انس تو قرار داده است و بدانی که این نعمتی است از جانب خداوند به تو؛ پس او را گرمی بداری و با او به نرمی رفتار کنی.»^۱

همدلی و مشارکت در امور خانه

امور خانه وظایفی نیست که یک نفر تمام آن را به دوش بکشد و دیگری خود را از زیر بار آن خارج کند. درست است که در طول تاریخ و در فرهنگ‌های مختلف، معمولاً زنان این مسئولیت را به دوش گرفته‌اند و اگر زنی این وظیفه را انجام ندهد، موجب تعجب خواهد بود، ولی این به معنای بی‌مسئولیتی مرد در این زمینه نیست. برای نمونه، حکایتی زیبا از زندگی خانواده‌الگوی مطهر قرآنی، یعنی خانواده‌امیرالمؤمنین

۱. محمدبن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، کتاب من لا یحضره الفقیه، ج ۲، ص ۶۲۱.





علی علیه السلام و حضرت زهرا علیهما السلام بیان می‌کنیم.

بر اساس روایتی از امیرالمؤمنین علی علیه السلام روزی آن حضرت در خانه عدس پاک می‌کردند و حضرت فاطمه علیها السلام هم نزدیک ایشان نشسته بودند. در همین حال، رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم وارد شدند و فرمودند:

ای علی، ... آنچه می‌گویم بشنو که من هیچ سخنی جز به امر پروردگارم نمی‌گویم: هیچ مردی نیست که در خانه به همسرش کمک کند، مگر اینکه خدا به ازای هریک از موهای بدنش، عبادت یک سال را برای او بنویسد که روزهایش را روزه بوده و شب‌ها را به شب‌زنده‌داری پرداخته است و پاداشی به او عطا کند، مانند آنچه به صابرین و به داوود نبی و یعقوب و عیسی علیهما السلام عطا کرده است.

ای علی، کسی که در خانه در خدمت خانواده‌اش باشد و این کار را ننگ نداند، خدا نامش را در دیوان شهدا بنویسد و برای هر روز و شبی، ثواب هزار شهید و برای هر قدمی، ثواب یک حج و عمره به او عنایت فرماید و به [تعداد] هر رگی که در بدن اوست، شهری در بهشت به او عطا کند.

ای علی، یک ساعت در خدمت خانواده بودن، بهتر است از هزار سال عبادت و انجام هزار حج و هزار عمره و بهتر است از آزاد کردن هزار بنده، شرکت در هزار غزوه، عیادت هزار مریض، حضور در هزار نماز جمعه، شرکت در هزار تشییع جنازه، سیر کردن هزار گرسنه، پوشاندن هزار برهنه و آوردن هزار اسیر در راه خدا و بهتر است از صدقه دادن هزار دینار به فقرا و بهتر است از قرائت تورات، انجیل،





زبور و قرآن و از هزار نفر که [در جنگ] اسیر و سپس [پس از پیروزی] آزاد کند و بهتر است برای او از دادن هزار شتر به نیازمندان و از دنیا نمی‌رود، مگر اینکه جایگاهش را در بهشت می‌بیند.

ای علی، کسی که خدمت کردن به همسرش را ننگ نداند [و از آن خسته نشود]، بدون حساب وارد بهشت می‌شود. ای علی، خدمت به همسر [و خانواده]، کفاره گناهان کبیره است و خشم خدا را فرو می‌نشاند و مهریه حورالعین است و بر حسنات و درجات می‌افزاید.

ای علی، کسی به همسرش خدمت نمی‌کند؛ مگر صدیقی یا شهید یا مردی که خدا خیر دنیا و آخرت را برایش خواسته باشد.^۱

فرصت تعالی

ما باید به همسرمان اجازه دهیم اوقاتی را نیز به خود اختصاص دهد؛ چراکه هریک از طرفین باید حیطه‌ای خصوصی در داخل خانواده داشته باشند. اگر زن یا شوهر تمام وقت‌های همسرش را متعلق به خود بداند، به نوعی او را به خودفراموشی و غفلت از خود و گاه غفلت از خدا و سایر ارزش‌ها دچار می‌کند.

ساعت‌های خلوت کردن انسان با خودش، زمینه‌های رشد و دوری از غفلت را برای او فراهم می‌آورد؛ پس باید مراقب باشیم که با ازدواج، باعث عقب افتادگی معنوی همدیگر نشویم.





حریم خصوصی

تلاش کنید که به حیطه‌های خصوصی یکدیگر تعرض نکنید؛ حتی نخواهید که همسران رازهای سربه‌مهرش را برایتان فاش کند. رعایت حریم خصوصی همسر و تجسس نکردن در امور شخصی او، به تأمین آرامش در زندگی کمک می‌کند؛ البته گستره حریم خصوصی همسران، به اندازه حریم خصوصی دیگران نیست. به طور نمونه، رفت‌وآمدهای اجتماعی و ارتباطات مجازی و روابط مختص اتاق خواب از اموری است که برای دیگران، حریم خصوصی محسوب می‌شود؛ ولی برای همسر چنین نیست.

احترام و تکریم

یکی از وظایف دو طرف این است که با احترام، با یکدیگر رفتار کنند. تکریم همسر، تکریم خانواده مستقل شماست. وقتی خودتان همسران را تکریم نکنید، به اطرافیان هم اجازه توهین به او را داده‌اید. رابطه همراه با احترام، زمینه زندگی شما را محترم‌تر خواهد کرد.





روابط جنسی مطلوب

رابطه جنسی سرمایه‌ای است برای حفظ خانواده. «اگر انسان‌ها رها بودند که غریزه جنسی را هرطور می‌خواهند اشباع کنند، یا خانواده تشکیل نمی‌شد یا یک چیز سست و پوچ و تهدیدپذیر و ویرانی‌پذیری می‌شد و هر نسیمی آن را به هم می‌زد.»^۱ این رابطه خاص‌ترین رابطه‌ای است که با ازدواج به دست می‌آید. آثار این رابطه بر صمیمیت و نشاط و آرامش دو نفر بسیار زیاد است؛ به طوری که خیلی از اختلافات خانوادگی، ریشه در رضایت‌نداشتن یکی از دو طرف یا هر دو طرف از روابط جنسی و ناکامی در این امر است؛ به همین علت، اسلام به این رابطه اهتمام جدی داشته و برای کیفیت بخشی به آن نیز توصیه‌های فراوانی ارائه کرده است و خودداری از این رابطه را برای هیچ یک از زن و شوهر جایز نمی‌داند. اگر زن و شوهران جوان روابط جنسی رضایت‌بخشی نداشته باشند، طبعاً نمی‌توانند در روابط دیگرشان نیز خرسندی و رضایت کافی کسب کنند.

آشنایی با روابط زناشویی

انسان‌ها به صورت طبیعی و غریزی، از کشش جنسی برخوردارند و برای برقراری رابطه زناشویی به آموزش نیاز دارند و می‌توانند به تدریج با تجربه شخصی خود، کیفیت این رابطه را افزایش دهند؛ در عین حال، نکته‌ها و ملاحظه‌هایی وجود دارد که آشنایی اجمالی با آن‌ها، می‌تواند رابطه

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب (مدظله)، هنگام جاری کردن خطبه عقد، ۲۰ تیر ۱۳۷۰، به نقل از: پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌الله العظمی خامنه‌ای؛ محمدجواد حاج‌علی اکبری، مطلع عشق (گزیده‌ای از رهنمودهای مقام معظم رهبری به زوج‌های جوان)، ص ۵۸.





زن و شوهر را در این زمینه بهبود بخشد. این موضوع، هم به بهداشت و احکام رابطه زناشویی مرتبط است و هم به افزایش کیفیت آن. طبیعتاً این آموزش‌ها باید از راه‌های مطمئن به‌دست آید. اشتباه بعضی زوجین این است که با جست‌وجوی روش‌های آموزش جنسی در فضای مجازی، به محتواهایی غیرمطمئن دست می‌یابند که بیشتر آسیب‌زاست تا کمک‌کننده؛ چراکه انتظار زن و شوهر را از همدیگر افزایش می‌دهد و بالطبع موجب کاهش رضایت آن‌ها از رابطه خودشان خواهد شد. بعضی هم فکر می‌کنند حالا که متأهل شده‌اند، می‌توانند در کنار همسر خود با مشاهده صحنه‌های تحریک‌کننده، رابطه جنسی بهتری را تجربه کنند؛ غافل‌ازاینکه ممکن است باعث رنجش همسرشان شوند. تجربه نشان داده است که این کار، نارضایتی جنسی را در دو طرف افزایش می‌دهد؛ زیرا آنچه در فیلم دیده می‌شود، با واقعیت خیلی فاصله دارد و انتظارات نامتعارفی از رفتارهای جنسی در ذهن ایجاد می‌کند.

اینکه در اسلام تحریک‌های جنسی خارج از رابطه با همسر به‌شدت حرام دانسته شده است و این، صحنه‌های تحریک‌کننده را نیز شامل می‌شود، همه به این منظور است که تمام نیروی جنسی و انتظارات جنسی زن و شوهر به همدیگر معطوف شده و باعث دوام و نشاط زندگی شود. اگر این رابطه، بدون پذیرش مسئولیت خانواده ارضا شود، اینجاست که خانواده به خطر افتاده و انگیزه حفظ آن در چنین جوامعی کم خواهد شد. این موضوع، آسیبی جدی است که جهان غرب، امروزه با آن درگیر و مواجه است.

اسلام برای متمرکز شدن این رابطه در خانه، توصیه‌های بسیاری





دارد؛ ازجمله پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم به عثمان بن مظعون درباره همسرش فرمودند:

بنده مؤمن هرگاه دست همسرش را بگیرد، خداوند ده حسنه برایش می نویسد و ده گناهش را پاک می کند و چنانچه او را ببوسد، خداوند برایش صد حسنه می نویسد و صد سیئه اش را پاک می کند و هرگاه با او در آمیزد، خداوند هزار حسنه برایش می نویسد و هزار سیئه از او دور می کند...^۱

در مقابل، برای ازبین بردن تمامی تحریک های جنسی خارج از خانه، با آن ها به شدت برخورد کرده و نوعی زنا به حسابشان آورده است؛ ازجمله امام صادق علیه السلام در روایتی فرموده اند:

احدی نیست، مگر اینکه بهره ای از زنا را مرتکب شده است؛ پس زناى دو چشم، نگاه به نامحرم است و زناى زبان، سخن گفتن [به قصد لذت] و زناى دهان، بوسیدن و زناى دست ها، تماس با بدن نامحرم و تفاوت نمى کند فرج بر این ها صدق کند یا صدق نکند.^۲

حتی تصوّر رابطه جنسی دیگر در خلال روابط زن و شوهر نیز موجب کاهش رضایت از رابطه با همسر می شود؛ به همین علت در اسلام سفارش شده است که با تصور زنان دیگر، به رابطه جنسی با همسر خود نپردازند؛^۳ البته اگر فرد در اثر هر عاملی دچار تحریک جنسی شود، توصیه شده است با رابطه با همسرش، لذتی را که می خواهد، تجربه کند.^۴

۱. حسین نوری طبرسی (محدث نوری)، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۴۱، ص ۱۵۱.

۲. محمد بن حسن حجازی، تفصیل وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه، ج ۲۰، ص ۱۹۱.

۳. نک: محمد بن حسن حجازی، تفصیل وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه، ج ۲۰، ص ۲۵۲. به نقل از: رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم.

۴. نک: محمد بن حسن حجازی، تفصیل وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه، ج ۲۰، ص ۱۰۶. به نقل از: امیر المؤمنین علی علیه السلام.





نقش روابط جنسی در ابتدای زندگی زناشویی

کسانی که تجربه‌های ابتدایی مناسبی در روابط زناشویی ندارند، باید به این موضوع حساس باشند و در اولین فرصت با مراجعه به مشاوران مطمئن، رابطه جنسی خود را به سطح رضایت‌بخش برسانند. به‌طور کلی بهتر است تجارب ابتدایی را با روی باز بپذیرید و به تدریج عمق روابط را بیشتر کنید. انتظار نداشته باشید که اولین رابطه‌های جنسی شما، عالی‌ترین روابطتان هم باشد؛ درعین حال از لذت‌بخش بودن آن، اطمینان حاصل کنید.

آداب زناشویی

اسلام برای روابط زن و شوهر محدودیت قرار نداده است و فقط برقراری رابطه عمیق جنسی را در عادات ماهانه زنان حرام کرده است؛^۱ درعین حال آدابی را آموزش داده است که عموماً به کیفیت بخشی روابط و احساس آرامش و فرزندآوری مطلوب کمک می‌کند.

در سیره اهل بیت علیهم‌السلام آموزش مسائل زناشویی، تابو^۲ نبوده است و آن بزرگواران این آداب را به اصحاب خود آموزش داده‌اند که البته شامل مقدمات روحی است؛ به‌طور نمونه متن زیر قسمتی از آموزش‌های پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم به امیرالمؤمنین علی علیه‌السلام است. ایشان بعد از توصیه به تکریم عروس و تغذیه مناسب او در ابتدای ازدواج، فرموده‌اند:

یا علی، در اول و وسط و آخر هر ماه با همسر خود مجامعت

۱. نک: محمدبن مسعود عیاشی، التفسیر، ج ۱، ص ۱۱۰.

۲. تابو به چیزی می‌گویند که طرَح در جامعه، ممنوعیت اخلاقی داشته باشد.





نکن؛ چراکه اگر چنین کنی، جنون و جذام و ابله‌ی به او و
فرزندش روی خواهد آورد.

یا علی، بعد از ظهر با همسر خود مجامعت نکن؛ چراکه اگر
در آن وقت، فرزندی برای شما مقدر شود، چپ چشم (لوچ)
خواهد بود و شیطان از لوچ بودن انسان خشنود می‌شود.

یا علی، هنگام مجامعت سخن نگو که اگر فرزندی نصیب
شما شود، از لال بودن در امان نیست [و ممکن است لال
شود].

یا علی، کسی در هنگام جماع نباید به عورت همسر خود
نگاه کند؛ بلکه باید چشم خود را ببندد؛ زیرا نگاه به عورت
زن در وقت جماع، موجب نابینایی فرزند خواهد شد.

یا علی، به نیت زن دیگری با همسر خود مجامعت نکن؛
چراکه می‌ترسم اگر چنین کنی، فرزند شما مُحَنَّث [یعنی
پسری با روحیات زنانه] و بخیل باشد.

یا علی، اگر در بستر خود جُنُب بودی، قرآن نخوان که
می‌ترسم آتشی از آسمان فرود آید و شما را بسوزاند.

یا علی، مجامعت نکن؛ مگر اینکه دستمال تو از دستمال
همسرت جدا باشد و هرگز با یک دستمال، خود را پاک نکنید
که شهوت بر روی شهوت قرار می‌گیرد و میانتان دشمنی
ایجاد می‌شود و موجب طلاق و جدایی شما خواهد شد.

یا علی، در حال ایستاده با همسر خود مجامعت نکن که
این، کار چهارپایان است و اگر فرزندی نصیب شما شود،
مانند الاغ در بستر و در هر جای دیگر بول می‌کند.





یا علی، با همسر خود در شب عید فطر مجامعت نکن؛ چراکه اگر فرزندی نصیب شما شود، پیر می‌شود و بعد از پیری، بچه‌دار می‌شود.

یا علی، در شب عید قربان مجامعت نکن که فرزندان شش‌انگشتی یا چهارانگشتی متولد می‌شود.

یا علی، با همسر خود زیر درخت میوه مجامعت نکن که فرزند شما جلاد و آدمکش و عریف^۱ خواهد شد.

یا علی، مقابل خورشید با همسر خود مجامعت نکن، جز اینکه میان شما و آن پرده‌ای باشد؛ چراکه فرزندان همیشه در بلا و فقر خواهد بود تا از دنیا برود.

یا علی، بین اذان و اقامه با همسر خود مجامعت نکن که فرزند شما خون‌خوار خواهد شد.

یا علی، اگر همسر تو باردار بود، بدون وضو با او مجامعت نکن؛ وگرنه فرزند شما کوردل و بخیل خواهد شد.

یا علی، در نیمه شعبان با همسر خود مجامعت نکن که فرزند شما از نظر صورت و موزشت خواهد شد.

یا علی، با همسر خود در آخر ماه [قمری، یعنی] دوروز مانده به آخر ماه، مجامعت نکن که فرزند شما ابله و احمق و ناتوان خواهد شد.

یا علی، با همسر خود با شهوت خواهر او مجامعت نکن؛ چراکه فرزند شما راهزن و یاور ستمگر خواهد شد و جمعیت

۱. عریف به معنای صاحب قبیله‌ای است که به آن‌ها ظلم می‌کند.





فراوانی به دست او کشته می شوند.

یا علی، بر پشت بام با همسر خود مجامعت نکن که فرزند شما منافق و اهل ریا و بدعت خواهد شد.

یا علی، چون به مسافرت رفتی، در نخستین شب سفر، با همسر خود مجامعت نکن که اگر فرزندی نصیب شما شود، مال خود را در راه غیرصحيح مصرف کرده و اهل تبذیر خواهد بود؛ درحالی که [خدا و] رسول خدا ﷺ فرموده اند که مبذّرین برادران شیاطین هستند.^۱

یا علی، در سفری که بیش از سه شبانه روز طول نمی کشد، با همسر خود مجامعت نکن؛ چراکه فرزند شما یاور هر ظالم و ستمگری خواهد شد.

یا علی، بر تو باد که در شب دوشنبه جماع کنی تا فرزند تو حافظ قرآن و راضی به مقدرات خدا باشد.

یا علی، اگر در اول شب سه شنبه با همسر خود مجامعت کنی، فرزند شما گوینده شهادتین و موفق به شهادت در راه خدا می شود و هرگز خداوند او را با مشرکین عذاب نخواهد کرد و دهانش خوش بو، قلبش رحیم و مهربان، دستش با سخاوت و زبانش از غیبت و دروغ و بهتان پاک خواهد بود.

یا علی، اگر در شب پنجشنبه با همسر خود مجامعت کنی، فرزند شما یکی از علما و حکام خواهد شد و اگر در وسط روز پنجشنبه مجامعت کنی، شیطان تا هنگام پیری، به

۱. ﴿إِنَّ الْمُبَذِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ﴾ (اسراء، ۲۷).





فرزند شما نزدیک نشود و فرزند فهمیده‌ای خواهد بود و خداوند سلامت دین و دنیا را به او عطا می‌فرماید.

یا علی، اگر در شب جمعه با همسر خود مجامعت کنی، فرزند شما خطیب و سخنگویی توانا می‌شود و اگر بعد از عصر جمعه مجامعت کنی، فرزندتان معروف و دانشمندی سرشناس خواهد شد و اگر شب جمعه بعد از نماز عشا با او مجامعت کنی، امید می‌رود فرزندتان، ان‌شاءالله یکی از ابدال و بزرگان شود.

یا علی، در ساعت اول شب با همسر خود مجامعت نکن که اگر بچه‌دار شوید، در امان نمی‌ماند و ساحر و اهل دنیا شود و آخرت خود را از دست بدهد.

یا علی، این وصیت مرا حفظ کن؛ همان‌گونه که من از جبرائیل شنیدم و حفظ کردم.^۱

امام صادق علیه السلام نیز فرموده‌اند: «مرد نباید با همسر و کنیز خود در جایی که کودک خردسالی در آنجا باشد، هم‌بستر شود؛ چراکه آن کودک اهل زنا خواهد شد.»^۲

از امیرالمؤمنین علی علیه السلام نقل شده است که فرموده‌اند:

از وصیت‌های رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم این بود که مرد در حال حیض با همسر خود مجامعت نکند و اگر چنین کند و فرزند او جذامی یا دارای پیسی شود، باید خود را ملامت کند. نیز آن حضرت کراهت می‌داشتند کسی که محتلم شده و غسل نکرده است،

۱. محمد بن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، امالی الصدوق، ص ۵۶۷ تا ۵۷۰.

۲. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۱، ص ۱۴۳.





[دوباره] با همسر خود مجامعت کند و می‌فرمودند: «اگر چنین کرد و فرزند او دیوانه متولد شد، غیر از خودش کسی را ملامت نکند.»^۱

آن حضرت علیه السلام در روایت دیگری فرموده‌اند: «هنگامی که یکی از شما می‌خواهد با همسر خود مجامعت کند، این عمل او نباید با عجله و بدون مقدمه باشد؛ [بلکه باید قبل از آن، مزاح و بوسه و... انجام گیرد] چراکه زن‌ها نیازهایی دارند.»^۲ و نیز فرموده‌اند:

هرگاه یکی از شما زنی را ببیند و خوشش آید، باید نزد همسر خود برود [و با او هم‌بستر شود]؛ چراکه نزد او، مانند همان چیزی است که دیده است؛ پس شیطان را به قلب خود راه ندهد و چشم خود را از آن زن برگرداند و اگر همسر ندارد، دو رکعت نماز بخواند و حمد خدا را زیاد به جای آورد و بر محمد و آل او صلوات بفرستد؛ سپس از فضل الهی درخواست کند که خداوند با مهربانی خود، به او چیزی دهد که بی‌نیازش کند.^۳

همچنین امیرالمؤمنین علی علیه السلام درباره آداب مجامعت فرموده‌اند: «هنگامی که با همسر خود مجامعت می‌کنید، کم‌سخن بگویید؛ زیرا سخن گفتن در آن حال، موجب گنگی فرزند می‌شود و به داخل فرج زن نگاه نکنید؛ شاید چیزی ببینید که بدتان بیاید و ازسویی، موجب کوری فرزند می‌شود.»^۴

بر اساس روایتی دیگر، ابی‌ربیع شامی شبی خدمت امام صادق علیه السلام

۱. محمدبن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، علل الشرائع، ج ۲، ص ۵۱۴.

۲. محمدبن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، الخصال، ج ۲، ص ۶۳۷.

۳. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۰۰، ص ۲۸۷.

۴. محمدبن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، الخصال، ج ۲، ص ۶۳۷.





بود که آن حضرت مسئله شرک شیطان و شرک او در نطفه مرد را بیان فرمودند و آن را آن قدر بزرگ شمردند که ابی ربیع ترسید و گفت: «فدای شما شوم! راه نجات از دخالت شیطان [در شکل گیری فرزند] چیست؟» امام علی (ع) فرمودند:

چون خواستی با همسرت مجامعت کنی، بگو: «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ» ^۱ «الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ» ^۲ «بَدِيعَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ» ^۳ «اللَّهُمَّ إِنْ قَصَدْتَ [قَصَيْتَ] تَصَبُّبٍ مِّنِّي فِي هَذِهِ اللَّيْلَةِ خَلِيفَةً فَلَا تَجْعَلْ لِلشَّيْطَانِ فِيهِ نَصِيباً وَلَا شُرْكَاً وَلَا حَظّاً وَاجْعَلْهُ عَبْدًا صَالِحاً [خَالِصاً مُخْلِصاً] مُصَفِّياً [مُصَفِّىً مِنَ الشَّيْطَانِ] وَ ذُرِّيَّتَهُ جَلَّ ثَنَاؤُكَ» ^۴ (به نام خداوند بخشنده مهربان که خدایی جز او نیست: او که «خالق آسمان ها و زمین است.» خدایا، اگر در این شب برای من فرزندی تقدیر کرده ای، برای شیطان در او شراکت و نصیب و بهره ای قرار نده و او و ذریه اش را صالح و مخلص و پاک [از آلودگی های شیطان] قرار بده [ای خدایی] که ثنای تو بس عظیم است!)

همچنین امام رضا (ع) فرموده اند: «نزدیکی نکن، مگر از روی شهوت و میل شدید.» ^۴

۱. حشر، ۲۲.

۲. بقره، ۱۱۷.

۳. محمد بن مسعود عیاشی، التفسیر، ج ۲، ص ۳۰۰.

۴. «وَلَا تُجَامِعْ إِلَّا مِنْ شَبَقٍ» (حسن بن فضل طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۱۸۱).





مهیابودن زن و مرد برای رابطه جنسی

در آموزه‌های دینی، تأمین نشدن نیازهای جنسی شوهر توسط زن به شدت نکوهش شده است؛ چنان‌که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم خطاب به زنان فرموده‌اند: «نمازهای خود را طول ندهید تا اینکه شوهرانتان را از خودتان باز دارید!»^۱ در روایت دیگری نیز آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم خطاب به یکی از یاران خود به نام عثمان بن مظعون که با پرداختن بیش از حد به عبادت، از ادای حقوق جنسی همسر خود امتناع می‌ورزید، فرمودند:

خداوند متعال، مرا به رهبانیت نفرستاده؛ بلکه با آیین یکتاپرستی سهل و ساده‌گیر فرستاده است. من، هم روزه می‌گیرم و هم نماز می‌خوانم و هم با همسرم آمیزش می‌کنم؛ پس، هرکه آیین مرا دوست دارد، باید از سنت من پیروی کند و از جمله سنت من، نکاح [و زندگی زناشویی] است.^۲

در اسلام، افزون بر توصیه به تأمین نیازهای جنسی، برای این حق، زمان هم تعریف شده است که بر آن مبنا، بر مرد واجب شرعی است حداقل هر چهار ماه، یک بار با همسرش رابطه جنسی برقرار کند. صفوان بن یحیی از امام رضا علیه السلام پرسید: «مردی به علت مصیبتی که بر او وارد شده است، یک ماه یا یک سال به همسر جوان خود نزدیک نمی‌شود؛ البته قصد زیان‌رساندن به همسرش را هم ندارد. آیا این فرد گنهکار است؟» امام علیه السلام فرمودند: «چنانچه او را چهار ماه ترک کند، نه؛ ولی پس از آن، گنهکار است؛ مگر با اذن و رضایت زوجه‌اش باشد.»^۳

۱. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۱۱، ص ۱۶۶.

۲. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۱۱، ص ۱۳۱.

۳. محمد بن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، کتاب من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۴۰۵.





آراستگی ظاهری

۱. ظاهر زیبا و آراسته

جذابیت‌های ظاهری همسر از اموری است که هردو نفر باید به آن توجه کنند و در حد معقولی به آراستگی خود اهمیت دهند و به تنوع در این امور اهتمام ورزند. تنوع در آرایش مو و چهره، آراستگی، پاکیزگی، خوش بویی و زیبایی تن و لباس، از جمله این امور است.^۱

۲. حریم خانه؛ جایگاه آراستگی

در روایات، همان‌گونه که بر آراستگی تأکید فراوان شده، به همان اندازه نیز تأکید شده است که استعمال زینت و اظهار زیبایی، فقط باید محدود به فضای خانواده باشد. در واقع، اهتمام بر زیبایی در داخل خانه، زمینه‌ساز روابط شیرین‌تر زن و شوهر است؛ درحالی‌که زیورآرایی‌های خارج از خانه، زمینه‌ساز تحریک در محیط اجتماعی است. به همین علت، زینت‌کردن بیرون از حریم خصوصی خانه، مؤکداً نهی شده است؛ چراکه چنین رفتاری آرامش و امنیت خانوادگی را برهم می‌زند.

برخلاف نظر عوام که غالباً بر آراستگی زن برای شوهر تأکید دارند، در فرهنگ اسلامی این عمل، انتظاری دوسویه است؛ یعنی مرد نیز باید خود را برای همسرش آراسته کند. بر اساس روایتی از رسول خدا ﷺ زنان بنی اسرائیل به گناه افتادند، زیرا مردانشان به وضع ظاهری خود

۱. نک: محمد محمّدی ری‌شهری، دانشنامه قرآن و حدیث، ج ۴، ص ۱۰.





بی‌اعتنا بودند.^۱ در این باره پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم به مردان توصیه فرموده‌اند، همچنان که دوست دارند همسرانشان خودشان را زینت و آماده کنند، آن‌ها هم برای بهره‌مندی از همسرانشان، خود را آرایش و مرتب کنند.^۲

شناخت تفاوت‌های زن و مرد در انگیزه جنسی

در زمینه انگیزش جنسی، میان زن و مرد تفاوت‌های زیادی وجود دارد که بعضی از آن‌ها نوع تعامل خاصی را میان زن و مرد می‌طلبد. این تفاوت‌ها عبارت‌اند از:

- تمایلات جنسی، مردان را از پای در می‌آورد و تمایلات عاطفی، زنان را؛ زیرا مردان بنده شهوت‌اند و زنان بنده محبت.
- میل جنسی زنان بیشتر به بخش عاطفی مغزشان مرتبط است؛ ولی میل جنسی مردان، کمتر به احساسات عاطفی‌شان وابسته است.
- تمایلات جنسی در مردان به صورت دائم و در مواقعی با کمی کاهش یا افزایش وجود دارد؛ ولی در زنان این تمایلات از زمان و مکان تأثیر زیادی می‌پذیرد.

- محرک‌های جنسی در مردان دیداری و در زنان شنیداری است.
- در امور جنسی، مردان به تأیید قدرت و زنان به تمجید از ظاهرشان نیاز دارند.

از تفاوت‌های گفته شده، مشخص می‌شود که کلید ورود به میل جنسی زن، قلب اوست؛ حال آنکه کلید ورود به قلب مرد، شهوت

۱. نک: «تَزَيَّنُوا وَ تَتَطَفَّؤْا فَإِنَّ بَيْنِي إِسْرَائِيلَ لَمْ يَكُونُوا يَفْعَلُونَ ذَلِكَ فَرَزْتُ نِسَاءَهُمْ» (ابوالقاسم پاینده، نهج الفصاحة، ص ۲۲۶).

۲. حسین نوری طبرسی (محدث نوری)، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۱۴، ص ۲۹۶.





جنسی اوست. متأسفانه، بیشتر زنان از اهمیت این رابطه در نزد مردان آگاه نیستند و آن را دست‌کم می‌گیرند و به همین دلیل، رفتار آن‌ها را در این باره سطحی و خودخواهانه تعبیر می‌کنند؛ درحالی‌که برای بسیاری از مردان، تحریک جنسی کلیدی برای ابراز عشق است.





وظایف اختصاصی مرد

ریاست و مدیریت

مرد باید تکیه‌گاه محکمی برای زن باشد و مردی که اقتدار ندارد، نمی‌تواند این نقش را به‌درستی بازی کند. زنان نیز مرد مقتدر را می‌پسندند؛ هرچند در رفتارهای اولیه ممکن است بخواهند مردشان به‌طور کامل تابع آن‌ها باشد؛ بنابراین رفتار مطلوب برای مرد در جایگاه کسی که مدیریت عمومی زندگی را برعهده دارد، اقتدار است. مردی که دمدمی‌مزاج باشد و نتواند در زمان و مکان مشخص، به‌طور مستقل تصمیم بگیرد و تدبیر کند، روابط را دچار آسیب می‌کند. البته اقتدار به معنای رفتار قلدرمانه نیست، به معنای استبداد رأی نیست، به معنای برخورد خشونت‌آمیز نیست؛ بلکه اقتدار بر مبنای نفوذ و محبت و مدارا، همراه با تدبیر و اراده و قاطعیت به‌دست می‌آید و نبود هریک از این شش عامل، ممکن است به اقتدار آسیب بزند.

اقتدار بیش از آنکه با زور و تحمیل به‌دست آید، با نفوذ در قلب‌ها به‌دست می‌آید. شرط نفوذ در قلب‌ها وجود مهربانی توأم با عقلانیت است؛ به این معنا که مرد بتواند همراه با محبت، رفتارها و تصمیم‌های حساب‌شده‌ای از خود بروز دهد. در این صورت، اگر ابتدا همسرش مخالفتی هم با تصمیم او داشته باشد، بعداً می‌فهمد که حق با شوهرش بوده است. البته مرد باید مواظب باشد که این موضوع را به رخ همسرش نکشد و بگذارد خود او به این نتیجه برسد؛ هرچند اظهار نکند و به روی خودش نیاورد.

مدیریت زندگی در صورتی موفق خواهد بود که مرد، همسرش را از





عشق و محبت سیراب کند؛ در غیر این صورت، ممکن است زندگی به مدیریت چندگانه و تنش زاده‌چار شود.

نَفقه

تأمین مالی همسر و فرزندان یا اصطلاحاً «پرداخت نفقه»، از وظایف اصلی مرد است. نفقه شامل همهٔ نیازمندی‌هایی است که به صورت متعارف برای یک خانواده و در حد شئونات زن، به تناسب زمان ضروری است و مرد نمی‌تواند از آن سر باز زند. وظیفه و نقش حفاظت و حمایت مالی از خانواده برعهدهٔ مرد است و جزو نقش‌ها و وظایف زن محسوب نمی‌شود؛ حتی اگر درآمد یا سرمایهٔ زن، از داراییِ مرد بیشتر باشد؛ نیز به هر میزان که مرد نفقهٔ همسرش را نپردازد، مدیون اوست و باید معادل آن را نقداً به او بپردازد؛ اگرچه چندسال گذشته باشد.

البته مشارکت مالی و کاری زن در تأمین هزینه‌های زندگی، در صورت داشتن وضعیت مالی مناسب، کار خوبی است و در بعضی اوقات اجتناب‌ناپذیر؛ اما در عین حال کاملاً اختیاری و وابسته به تشخیص و میل و ارادهٔ زن است؛ بنابراین در این زمینه، وظیفه‌ای متوجه زن نیست؛ ولی همکاری او در حد توان پسندیده است.





وظایف اختصاصی زن

اطاعت و تمکین

اطاعت زن از شوهر، مطلق نیست؛ بلکه مانند اطاعت از پدر و مادر مقید است. در واقع این اطاعت، فقط به حوزه مشترک زندگی و مسائل زناشویی مربوط می‌شود و حیطه‌های اختصاصی و فردی زن، از دایره اطاعت از شوهر خارج است.

این‌طور هم نیست که بگوییم همه‌جا خانم باید از آقا تبعیت کند؛ خیر، چنین چیزی نه در اسلام داریم و نه در شرع. ﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ﴾^۱ معنایش این نیست که زن بایستی در همه امور تابع شوهر باشد...^۲

در روایات داریم: «الْمَرْأَةُ رِيحَانَةٌ» زن گل است. حالا شما ببینید: اگر مردی با یک گلی با خشونت و بی‌اعتنائی رفتار کند و پاس گل بودن او را ندارد، چقدر ظالم و بد است! مثل تحمیل کردن، زیاده‌روی کردن، زیاده‌خواهی کردن مردها از زن‌ها: توقعات بیجا و زیادی! «الْمَرْأَةُ رِيحَانَةٌ وَ لَيْسَتْ بِقَهْرْمَانَةٍ»^۳ قهرمان یعنی همین کارپرداز امور زندگی... این زن، کارپرداز شما نیست که همه کارهای زندگی‌تان را روی دوش او بگذارید و بعد هم از او مؤاخذه کنید. نه! این یک گلی است در دست شما... حتی اگر دانشمند یا سیاست‌مدار

۱. نساء، ۳۴.

۲. بیانات رهبر معظم انقلاب «عَلَيْهِ السَّلَام» هنگام جاری کردن خطبه عقد، ۱۹ فروردین ۱۳۷۱، به نقل از: پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌الله العظمی خامنه‌ای؛ محمدجواد حاج‌علی اکبری، مطلع عشق (گزیده‌ای از رهنمودهای مقام معظم رهبری به زوج‌های جوان)، ص ۷۴.

۳. محمدبن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۱۱، ص ۱۷۰.





باشد، در بحث معاشرت خانوادگی او گُل است.^۱

بنابراین آن چیزی که با عنوان ولایت شوهر مطرح می‌شود، حیطة محدودی دارد که اولی مربوط به نیاز جنسی است و دومی درخصوص خانه است. اگر شوهر به زن بگوید امروز از خانه خارج نشود یا به فلان مکان نرود، زن مؤظف است بپذیرد؛ اما مرد نیز که مدیریت خانه و خانواده را برعهده دارد، باید مانند هر مدیری سعی کند از اختیارات مدیریتی خود در حدّ ضرورت استفاده کند.

اطاعت از والدین و شوهر؛ جلوه اطاعت از خدا

اطاعت از پدر و مادر و افرادی که خداوند اطاعتشان را بر ما واجب کرده است، در ردیف اطاعت از خدا قرار دارد: اطاعت زن از شوهر هم این‌گونه است و طبق روایت رسول گرامی اسلام ﷺ: «زن تا حق شوهر را ادا نکند، حق خداوند را ادا نکرده است.»^۲ برای طی مسیر بندگی، راهی جز اطاعت وجود ندارد؛ به همین دلیل امیرالمؤمنین علی علیه السلام فرموده‌اند: «وای بر زنی که شوهرش را ناراحت کند و خوشا به حال زنی که شوهرش از او راضی باشد.»^۳

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب (علیه السلام) هنگام جاری کردن خطبه عقد، ۲۸ شهریور ۱۳۷۹، به نقل از: پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌الله العظمی خامنه‌ای؛ محمدجواد حاج‌علی اکبری، مطلع عشق (گزیده‌ای از رهنمودهای مقام معظم رهبری به زوج‌های جوان)، ص ۷۳.

۲. حسن بن فضل طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۲۱۵.

۳. محمدبن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، عیون اخبار الرضا، ج ۲، ص ۱۱.





شوهرداری نیکو

روشن است که روابط دوطرفه زن و شوهر باید به شیرینی بگذرد. این شیرینی ازطرفی نیازمند عقل و تدبیر مرد است و ازطرف دیگر، نیازمند حوصله و صبوری همسرش:

هر تلاشی که یک مرد در میدان‌های مختلف انجام می‌دهد، به میزان زیادی مرهون همکاری، همراهی، صبر و سازگاری همسر اوست. همیشه همین‌طور بوده است. فرموده‌اند: «وَجِهَادُ الْمَرْأَةِ حُسْنُ التَّبَعْلِ»^۱ «حُسْنُ التَّبَعْلِ» یعنی چه؟ عده‌ای خیال می‌کنند جهاد زن این است که فقط وسایل راحتی مرد را فراهم کند. حُسْنُ تَبَعْلٍ فقط این نیست. این جهاد نیست. جهاد این است که زنان مبارز، مؤمن و فداکار وقتی شوهرهایشان مسئولیت‌های سنگینی دارند، بار آن سنگینی به میزان زیادی روی دوش آن‌ها می‌افتد... مردم عادت کرده‌اند که خیال کنند زحمت چیزی است که انسان با بازو و بدن و جسم خود انجام می‌دهد. نمی‌دانند زحمات روحی و عاطفی گاهی سنگین‌تر است. آقایان خیلی از زحمات‌های شما را درست مُلْتَفِت نیستند؛ اما خدای متعال که «لَا يَخْفَى عَلَيْهِ خَافِيَةٌ»^۲ است و هیچ چیزی از او پوشیده نمی‌ماند، ناظر کار شماست و شما اجر دارید.^۳



۱. حسن بن علی بن شعبه حزنّی، تحف العقول عن آل الرسول ﷺ، ص ۶۰.
 ۲. تعبیری روایی است که بارها در احادیث به کار رفته است و نشان‌دهنده علم و آگاهی خداوند از همه چیز و احاطه او بر جمیع امور آشکار و مخفی عالم است.
 ۳. بیانات رهبر معظم انقلاب ﷺ در دیدار سپاه حفاظت ولیّ امر، ۱۸ مهر ۱۳۸۱؛ امیرحسین بانکی‌پور فرد، نقش و رسالت زن^۳، زن و خانواده (برگرفته از بیانات حضرت آیت‌الله العظمی خامنه‌ای، رهبر معظم انقلاب ﷺ)، ص ۵۸ و ۶۲.





فصل ششم:
مهارت‌های
حل اختلاف







همواره، در شیرین‌ترین زندگی‌ها هم اختلاف وجود داشته است. نمی‌شود دو انسان زیر یک سقف باهم زندگی کنند و در هیچ موضوعی اختلاف نداشته باشند. مهم این است که بدانیم با اختلاف‌هایمان چگونه مقابله کنیم! از قدیم گفته‌اند که اختلاف زن و شوهر، نمک زندگی است؛ اما باید مواظب باشیم زندگی‌مان خیلی شور نشود. استفاده از مهارت‌هایی که در این فصل مطرح می‌شود، کمک می‌کند اختلاف‌ها را مدیریت کنیم تا مایه تلخی زندگی نشود.

از طرف دیگر، یکی از نتایج مهم ازدواج، تربیت زوجین است. اختلافاتی که در زندگی مشترک رخ می‌دهد، زن و شوهر را با ضعف‌هایشان آشنا می‌کند. در این مواقع، هریک از آن‌ها با همکاری دیگری می‌تواند حواشی و بدی‌ها را از نفس خود دور کند و با آوردن دلایل منطقی، همسر را مجاب کرده و باعث رشد فکری و اخلاقی او شود. برای مواجهه با این اختلافات باید مهارت‌های خود را در این زمینه تقویت کرد و بهتر است این مهارت‌ها را قبل از تشکیل خانواده تمرین و کسب کرد.





اگر مهارت‌های زندگی را نداشته باشیم، بسیاری از ما در برقراری ارتباط مؤثر دچار مشکل می‌شویم و بیشتر ارتباط‌هایمان به دعا و گریز یا سازش اجباری ختم می‌شود؛ همچنین فشارهای روحی بیش‌ازحد و غیرمنطقی، لطمه‌های فراوانی به موقعیت‌های خانوادگی و شغلی ما می‌زند و باعث می‌شود عملکردمان بسیار کمتر از توانایی‌های بالقوه‌مان ظاهر شود؛ به‌عنوان نمونه، گاهی در موقعیت‌هایی قرار گرفته‌ایم که منجر به بروز عصبانیت در ما شده است؛ اما به‌سبب آگاه‌نبودن از روش‌های کنترل خشم و مدیریت صحیح آن، فشارهای روحی فراوانی را متحمل شده‌ایم. نمونه دیگر این است که در این صورت، مهارت «نه‌گفتن» نداریم و برخلاف خواسته‌های درونی خودمان، درخواست‌های دیگران را می‌پذیریم؛ درحالی‌که از درون احساس نارضایتی می‌کنیم و بعد هم به‌شدت پشیمان می‌شویم.

همه این امور، از نداشتن مهارت‌های لازم برای زندگی‌ای شیرین ناشی می‌شود. بعضی از این مهارت‌ها برای حل اختلاف‌ها بسیار مؤثرتر است و بعضی دیگر نیز زمینه‌ای ایجاد می‌کند که اختلاف کمتری به‌وجود آید. در اینجا، ابتدا به بیان مهارت‌های مواجهه با اختلافات و سپس مهارت‌های پیشگیری از بروز اختلافات خواهیم پرداخت.





مهارت‌های حل اختلاف

وجود تفاوت و بروز اختلاف بین افراد، امری عادی و طبیعی است. وقتی دو جنس مخالف با شخصیت و تربیت خانوادگی و فرهنگ‌های متفاوت با یکدیگر ازدواج می‌کنند، اگر باهم اختلاف پیدا نکنند، جای تردید و تعجب است. وقتی اختلاف‌ها نمایان می‌شود، با مهارت «حل تعارض یا حل اختلاف» می‌توان آن‌ها را کنترل کرد. کسب و تقویت توانایی حل اختلاف نه فقط برای ازدواج، بلکه در سایر ابعاد زندگی نیز ضروری بوده و اصول آن به شرح زیر است:

۱. آرامش و ادب را حفظ کنید

هنگام بروز اختلاف، مهم‌ترین نکته حفظ آرامش خود است. این کار، در ابتدا ممکن است سخت باشد؛ اما باید خودتان را کنترل کرده و با لحنی آرام صحبت کنید تا بتوانید آنچه در نظر دارید، انتقال دهید. در همهٔ مراحل، احترام و ادب باید حفظ شود. اگر حیا بین زن و مرد از بین برود، کار بسیار سخت می‌شود. دادوبیداد و بی‌احترامی کردن به یکدیگر، نه فقط باعث تشدید اختلاف می‌شود، بلکه شخصیت شما را نیز در نگاه دیگران خرد می‌کند.

بعضی‌ها فکر می‌کنند با دادوبیداد و شاید هم با جیغ و گریه، حرفشان زودتر به کرسی می‌نشیند یا دیگران از آن‌ها حساب می‌برند. روشن است که این کار، فقط سبب تخلیهٔ فوری ناراحتی شده و ممکن است طرف مقابل را ساکت کند؛ ولی کمکی به حل اختلاف نمی‌کند. در این باره، ضرب‌المثل‌های جالبی هم وجود دارد؛ از جمله: «اگر فریاد





بزنی، به صدایت گوش می‌دهند و اگر آرام بگویی، به حرفت گوش می‌دهند! 'قدرت کلمات را بالا ببر، نه صدایت را!' 'باران است که باعث رشد گل‌ها می‌شود، نه رعدوبرق و سیل!'.

۲. پشت گوش نیندازید

در اولین فرصت که آرامش به شما و طرف مقابلتان بازگشت، به حل اختلاف بپردازید. بعضی از اختلاف‌ها و سوء تفاهم‌ها با گذر زمان تبدیل به رنجش و کینه می‌شود.

۳. خوب گوش دهید

هرکدام از شما ابتدا باید شنونده خوبی باشید و دغدغه‌های طرف مقابل را بشنوید. در گفت‌وگوهای رگباری، هیچ‌کدام از طرفین حرف یکدیگر را نمی‌فهمند و فقط بر دیدگاه و حرف خود تکیه دارند.

۴. فقط یک موضوع را حل کنید

در هنگام بروز اختلاف، روی یک موضوع تمرکز کنید. بیشتر ما وقتی دعوا می‌کنیم، ناراحتی‌ها و دلخوری‌های قبلی را هم در ذهنمان مرور می‌کنیم و بعضی مواقع از آن‌ها پتکی برای کوبیدن طرف مقابل می‌سازیم تا بفهمد چقدر ما را رنجانده است! این کار باعث می‌شود نتوانیم موضوع را حل کنیم. در این صورت، ممکن است مسائل آن قدر پیچیده شود که اغلب به وضعیت‌های بدتری منجر می‌شود.





۵. توقعات کمتری داشته باشید

یاد بگیرید که هرچه توقعات بیشتری داشته باشید، اختلاف‌های بیشتری را تجربه خواهید کرد. از طرف مقابلتان توقع بیش از حد نداشته باشید؛ مثلاً اگر توقع دارید که طرف مقابل هیچ اشتباهی نکند، به اشتباهات خودتان فکر کنید تا انتظارتان از دیگران تعدیل شود.

۶. خواسته‌هایتان را مطرح کنید

ضمن اینکه احساسات منفی خود را به زبان می‌آورید، خواسته‌ها و انتظار واقعی خود را بیان کنید؛ البته به حرف طرف مقابل نیز گوش داده و خواسته‌های او را هم بشنوید و به آن‌ها توجه کنید. کلی‌گویی نکنید. استفاده از تعبیرهایی مثل «تو همیشه...» یا «تو هیچ‌وقت...» و جملاتی شبیه به این‌ها، کمکی به حل اختلاف نمی‌کند. به جای آن بگویید: «ممنون می‌شوم اگر این‌گونه رفتار کنی...»

۷. جنبه‌های مثبت را هم ببینید

اگر با کسی مشکل دارید، سرزنش و تحقیر و متهم کردن او باعث می‌شود که بخواهد از خودش دفاع کند و به انتقاد شما جواب منفی دهد؛ بنابراین، جنبه‌های مثبت شخصیت او را نیز هنگام بیان مشکل در نظر بگیرید و آن‌ها را به طور صریح بیان کنید.





۸. مکرر انتقاد نکنید

انتقادهای مکرر باعث اختلاف می‌شود. لازم نیست هراسگالی را که می‌بینید، به روی طرف مقابل بیاورید؛ چراکه اعتماد به نفس او را از بین می‌برد.

۹. اِشکال‌های خود را بپذیرید

هنگام بحث، کمتر به فکر دفاع از خود باشید؛ انتقادپذیر باشید و به جای مقصّر جلوه‌دادنِ دیگران، سهم خودتان را در بروز اختلاف بپذیرید تا هم بتوانید خود را اصلاح کنید و هم از دعوای تکراری پیشگیری کنید.

۱۰. بحث را ادامه ندهید

یاد بگیرید که هیچ‌گاه بحث را کُش ندهید؛ هرچند حق با شما باشد. ادامه‌دادن بحث، به نفع هیچ‌یک از طرفین نیست؛ برعکس، گذشت و بخشش شما، می‌تواند اختلاف را از بین ببرد. این قانون را در تمام مدت زندگی خود جاری کنید که حتی المقدور، اختلاف را تا موقع خوابتان ادامه ندهید و آن را قبل از خوابیدن حل کنید؛ چون «اختلاف شب‌مانده»، سخت حل می‌شود.

۱۱. عذرخواهی کنید و عذرخواهی دیگران را بپذیرید

افرادی که قدرت و اعتماد به نفس کافی دارند، به محض اینکه





به اشتباه خود پی می‌برند، خاضعانه عذرخواهی کرده و سریع به مسئله پیش آمده پایان می‌دهند؛ زیرا به تعبیر امیرالمؤمنین علی علیه السلام: «عذرخواهی دلیل خردمندی است.»^۱ عذرخواهی کردن باعث کوچک شدن نمی‌شود و اتفاقاً نشان می‌دهد که فقط در پی اثبات خودتان نیستید؛ بلکه وقتی حق روشن شد، آن را می‌پذیرید؛ هرچند به زیان شما باشد.

شما هم عذرخواهی دیگران را بپذیرید و طرف مقابلتان را شرمسار نکنید. نه شما کامل هستید و نه آن که عذرخواهی می‌کند؛ پس اگر کسی شما را رنجاند و بعد پشیمان شد، او را سرزنش نکنید. زمانی که نتوانید دیگران را ببخشید، آرامش را از خود سلب کرده‌اید.

۱۲. اختلاف‌ها را محرمانه نگه دارید

اختلاف با همسر را به جای دیگری نبرید؛ به‌ویژه از انتقال آن به خانه پدری خود یا همسران پرهیز کنید. هیچ‌گاه اختلافتان را در حضور دیگران مطرح نکنید و از این طریق، دخالت آن‌ها را در زندگی خود محدود کنید؛ البته باید در صورت نیاز، با مشاوره امین و ترجیحاً غریبه مشورت کنید.

۱۳. واژه طلاق را به کار نبرید

در اختلاف‌ها سریع تعبیر طلاق را به کار نبرید و قُبَح آن را بین خودتان نشکنید و حرمت زندگی مشترکتان را در کلام نگه دارید.

۱. «الْمَغْزِرَةُ بُرْهَانُ الْقَلِّ» علی بن محمد لثی واسطی، عیون الحکم والمواعظ، ص ۳۵.





۱۴. از حَکَم استفاده کنید

اگر اختلاف زیاد شد و خودتان قادر نبودید آن را حل کنید، باید حَکَمی از طرف خود و حکمی از طرف همسران برای حل و فصل دعوا انتخاب کنید تا در فضایی خارج از هیجان‌های شما دو نفر، چاره‌جویی کنند. حَکَم فردی است که معتمد شماست و برای تجزیه و تحلیل مسائل خانوادگی، آشنایی و پختگی لازم را دارد و حرفش برای شما پذیرفتنی است.^۱

جایش را پیدا کنید

این مهارت‌ها اگر در جای خودش استفاده نشود، ممکن است آسیب‌زا باشد؛ بنابراین در اینجا، بعد از هر مهارت، موضوعاتی را که مناسب آن مهارت نیست، بیان کرده‌ایم تا بتوانید جای به‌کارگیری هر مهارت را پیدا کنید. دربارهٔ مهارت حل اختلاف خارج از خانواده باید توجه داشته باشید که:

- در بعضی مواقع، عذرخواهی مکرر، دیگران را بدعادت و پرتوقع می‌کند. برای اینکه چنین اتفاقی نیفتد، از کاری که موجب عذرخواهی زیاد می‌شود، پرهیز کنید^۲ تا مجبور نشوید همیشه پیش‌قدم باشید.
- ممکن است خطای دیگران، به زندگی شما آسیب جدی وارد کند. گاهی لازم است اشتباه یک دوست را بهانه‌ای قرار دهید تا رابطه‌ای مخرب را قطع کنید. اینجا لازم نیست نشان دهید که عذرخواهی فرد مقابل را پذیرفته‌اید؛ ولی از درون، او را ببخشید تا به آرامش برسید.

۱. نک: نساء، ۳۵.

۲. نک: حسن بن علی بن شعبه حرّانی، تحف العقول عن آل الرسول ﷺ، ص ۲۴۸.





● اختلاف با خویشاوندان، نباید در هیچ وضعیتی، به قطع ارتباط با آنان منجر شود؛ چراکه صلۀ رحم واجب است؛ البته صلۀ رحم، به معنای احسان به اقوام است و در رفت و آمد خلاصه نمی‌شود. در صلۀ رحم محدوده‌های حلال و حرام باید مراعات شود؛ مثلاً اقوامی که با فرد نامحرم هستند، همچون نامحرم‌های غریبه محسوب می‌شوند و در مواجهه با آن‌ها نباید با این دلیل که از اقوام هستند، به حریم‌های الهی بی‌اعتنایی کرد.





مهارت مدیریت خشم

رنگ چهره تغییر می‌کند، اعضای بدن به‌لرزه می‌افتد، دندان‌ها روی هم فشرده می‌شود، شخص با دشواری حرف می‌زند و به نفس نفس می‌افتد، سخنان زشت به زبان می‌آورد، به این‌وآن می‌پرد؛ جیغ می‌زند؛ تازه حتی ممکن است پنجه بکشد، به خود سیلی بزند و...، بعد هم از همه این کارها پشیمان می‌شود و می‌گوید دست خودش نبوده است. اینجاست که امیرالمؤمنین علی علیه السلام فرموده‌اند: «عصبانیت نوعی دیوانگی است؛ چراکه فرد عصبانی، پشیمان می‌شود و اگر پشیمان نشد، دیوانگی اش پایدار است.»^۱

خشم هیجانی طبیعی است که بودن آن مانند قوای دیگر در زندگی هر انسان لازم است؛ البته باید همیشه تحت مدیریت و کنترل عقل باشد. اگر خشم از کنترل فرد خارج شود، ممکن است مشکلاتی در خانواده و ارتباط‌های اجتماعی او پدید آورده و حتی به زندگی روزمره آسیب بزند؛ چراکه براساس آموزه‌های دینی و تعبیر امام صادق علیه السلام، خشم کلید هرگونه شر و بدی است.^۲

در هنگام عصبانیت، هرگز نباید تصمیم بگیرید یا اظهار نظر کنید یا اینکه رفتاری از خود بروز دهید. آگاهی از مهارت‌های مدیریت خشم موجب می‌شود که شیوه کنار آمدن با آن را تمرین کنید. این مهارت‌ها در دو دسته اقدامات فوری هنگام بروز خشم و اقدامات پیشگیرانه، در ادامه بیان خواهد شد.

۱. علی بن ابی طالب علیه السلام، نهج البلاغه، حکمت ۲۵۵.

۲. محمد بن یعقوب کلینی رازی، الاصول من الکافی، ج ۳، ص ۷۴۰.





اقدامات فوری در مواجهه با خشم

- از موقعیت خارج شوید. قدمی بزنید. هوایی تازه کنید. تنفس عمیق باعث می‌شود که ضربان قلب کاهش یافته و در نتیجه فشارخون پایین بیاید و باعث کاهش عصبانیت شود.
- وضعیت خودتان را تغییر دهید؛ اگر ایستاده‌اید، بنشینید و اگر نشسته‌اید، بخوابید یا بایستید.
- از آب برای فروکش کردن آتش خشم‌تان استفاده کنید. آبی به دست و صورت خود بزنید یا اگر ممکن بود، وضو بگیرید.
- خوب است که موضوع توجه‌تان را تغییر دهید؛ مثلاً شمارش اعداد به صورت معکوس، بهانه خوبی برای تغییر توجه است.
- مرور ذهنی برخی جمله‌ها مثل «من ناراحت شدم؛ اما سعی می‌کنم آرام باشم» یا «دنیا که به آخر نرسیده» یا «با عصبانیت فقط اوضاع بدتر می‌شود» هم می‌تواند کمک‌کننده باشد.
- در هنگام عصبانیت، خودتان را توصیه و نصیحت کنید؛ ولی توصیه و نصیحت کردن به طرف مقابل ممکن است اوضاع را دشوارتر کند.

اقدامات پیشگیرانه در مواجهه با خشم

- به تدریج زمینه‌های خشم خود و اطرافیان را شناسایی کنید. سعی کنید بفهمید چه چیزهایی تاکنون عصبانیت شما یا اطرافیان‌تان را تشدید کرده است! از این زمینه‌ها دوری کنید.
- در مواجهه با افرادی که احساس می‌کنید می‌خواهند با رفتارشان





شما را ناراحت کنند، از خود حساسیتی نشان ندهید: صحبت‌های آن‌ها را نشنیده بگیرید و سعی کنید موضوع را عوض کنید. از طرف مقابلتان دربارهٔ خودش سؤالی مطرح کنید یا ترجیحاً موضوعی را که به آن علاقه داشته باشد، پیش بکشید.

● همان‌طور که در مهارت حل اختلاف گفته شد، بهتر است بحث را طولانی نکنید تا زمینه‌های بروز خشم در خودتان و در طرف مقابل تحریک نشود.

● آیت‌الله بهجت رحمته‌الله علیه توصیه می‌کردند برای کنترل خشم زیاد صلوات بفرستیم.^۱

● امیرالمؤمنین علی علیه السلام فرموده‌اند: «خشم را با سکوت درمان کنید.»^۲ باتوجه به این جمله، بار دیگر توصیه‌های قبل را مرور کنید و دقت کنید که وقتی سکوت می‌کنید، ناخودآگاه چند تا از آن توصیه‌ها عملی شده است.

● بعضی‌ها زود از کوره در می‌روند و جوش می‌آورند. این موضوع ممکن است زمینه‌های زیستی داشته باشد. تجربه نشان داده است که اصلاح سبک تغذیه و تعدیل مزاج با مشورت متخصصان، به صورت جدی می‌تواند زمینه‌های زیستی خشم را کاهش دهد؛ البته به خاطر داشته باشید که باید عادت‌های پرخاشگرانه مثل بددهنی و توهین را خودتان اصلاح کنید؛ چون این عادت‌ها به مرور زمان، در وجود نهادینه و عادی شده است.

۱. نک: سیدمهدی ساعی، به‌سوی محبوبه ص ۷۰، به‌نقل از: مرکز تنظیم و نشر آثار آیت‌الله بهجت؛ پایگاه اطلاع‌رسانی الغدير، به‌نقل از: حامد اسلام‌جو، پرسش‌های شما و پاسخ‌های آیت‌الله العظمی بهجت.

۲. علی‌بن محمد لیشی واسطی، عیون الحکم و المواعظ، ص ۲۵۰.





مهارت‌های مؤثر در پیشگیری از اختلاف

در صفحات پیشین، مهارت‌های حل اختلاف و کنترل خشم مطرح شد. اکنون، به مهارت‌هایی می‌پردازیم که از ایجاد زمینه‌های بروز اختلافات پیشگیری می‌کند. محور مهارت‌های پیشگیرانه، درک دیگران و خودخواه نبودن است. برای درک بهتر همسران، نیاز دارید که تفاوت‌های زن و مرد را بشناسید و مهارت‌های همدلی و انعطاف و مثبت نگری را کسب کنید.

تفاوت‌ها را به رسمیت بشناس

برای داشتن زندگی موفق، تفاهم زن و شوهر، اصلی اساسی است. تفاهم یعنی توانایی تحمل تفاوت‌ها. علاوه بر تفاوت‌های فرهنگی و شخصیتی که ممکن است بین زن و شوهر وجود داشته باشد، تفاوت جنسیتی را هم باید در نظر داشت. به علت همین تفاوت‌های جنسیتی است که زن و مرد به مسائل، متفاوت نگاه می‌کنند. آگاهی از این تفاوت‌ها و درکشان، می‌تواند زمینه‌ی خیلی از پیش‌دواری‌های غلط و اختلافات بعدی را از بین ببرد. در اینجا به اختصار به بعضی از تفاوت‌های جنسیتی زن و مرد اشاره می‌شود:

● معمولاً زنان توجه بیشتری به جزئیات دارند و نگاه مردان کلی‌تر است؛ از این‌رو معمولاً آن میزان دقتی را که زنان انتظار دارند، از طرف مردها برآورده نمی‌شود.

● معمولاً زنان هنگام ناراحتی، دلشان می‌خواهد دیگران از آن‌ها دلجویی یا به آن‌ها کمک کنند؛ ولی مردان در موقع ناراحتی، به





تنهایی نیاز دارند.

● تمایل به حرف زدن و برقراری ارتباط اجتماعی برای زنان مهم است. زنان با حرف زدن دربارهٔ خود و مشکلاتشان، بسیاری از نگرانی‌ها و استرس‌ها و ناراحتی‌هایشان را تعدیل کرده و آرام می‌شوند؛ درحالی‌که مردان کمتر تمایل دارند دربارهٔ خود و مشکلاتشان صحبت کنند.

● معمولاً زنان با مسائل، عاطفی‌تر برخورد می‌کنند و از مردان هم همین انتظار را دارند؛ درحالی‌که مردان کمتر از بُعد عاطفی به مسائل نگاه می‌کنند.

● زنان نفوذ و حمایت را به راحتی می‌پذیرند؛ درحالی‌که مردان در مقابل نفوذ و حمایت دیگران، از خود مقاومت نشان می‌دهند.

● معمولاً زنان تصوّر می‌کنند که مردان در بسیاری از مسائل، بی‌دقت و بدون توجه هستند و مردها تصوّر می‌کنند زنان، حساس و ریزبین هستند.

● زنان احساسات خود مانند ترس، ناراحتی، غم، شادی، اضطراب و استرس را با واکنش‌های هیجانی زیادی ابراز می‌کنند؛ درحالی‌که مردان احساسات خود را کمتر بروز می‌دهند.

مهارت همدلی

هر فرد، در زندگی دچار کمبودها و مشکلات و ناراحتی‌هایی است. در چنین موقعیت‌هایی، انسان بیش از هرچیز، به همدلی دیگران نیاز دارد. همدلی یعنی طوری با طرف مقابل صحبت کرده یا با او رفتار کنید که احساس کند، شما او را درک می‌کنید و احساساتش را می‌فهمید.





برای کسب همدلی، گزینه‌های زیر را به کار گیرید:

● بیشتر ما بلد نیستیم درست گوش کنیم. گوش کردن با شنیدن متفاوت است. به احساسات و هیجانات طرف مقابل توجه کنید و صحبت‌هایش را خوب گوش دهید تا بتوانید از دید او به موضوعات نگاه کنید.

● خیلی از افراد، در مواجهه با موضوعات دردناک دیگران، درباره آن‌ها قضاوت می‌کنند یا بی‌درنگ در پی ارائه راه‌حل، کوچک نشان دادن مشکل، تحلیل منطقی مسئله، سرزنش یا مقایسه هستند. این‌ها مانع همدلی است؛ چراکه فرد درگیر با مشکل، قبل از هر چیز، نیاز دارد کسی او را درک کند.

● قراردادن خود در جای دیگران و توجه به وضعیت، موقعیت، ویژگی‌ها و گذشته افراد، به ایجاد فضای همدلی کمک می‌کند.

● به بهانه اینکه طرف مقابل، متوجه اشتباهش نمی‌شود، از همدلی و گذشت صرف نظر نکنید. وقتی همدلی کنید، بهتر می‌توانید او را متوجه اشتباهش کنید.

جایش را پیدا کنید

مهارت‌های پیش گفته، اگر در جای خودش استفاده نشود، می‌تواند آسیب‌زا باشد؛ بنابراین در این قسمت نیز، بعد از هر مهارت، شروطی را که مناسب به کارگیری آن نیست، بیان کرده‌ایم تا بتوانید جای استفاده از هر مهارت را پیدا کنید؛ مثلاً درباره مهارت همدلی در خارج از





خانواده، باید توجه داشته باشید که:

● شما مسئول همه ناراحتی‌ها و مشکلات دیگران نیستید. اگر ظرفیت شنیدن دردهای طرف مقابل را ندارید، لازم نیست سنگ صبور همه باشید. خیلی محترمانه از فضا فاصله بگیرید. شما می‌توانید برایشان دعا کرده یا مشاوره معتمد به آن‌ها معرفی کنید.

● گاهی خوب است قبل از همدلی، قصد و منظور طرف مقابل را حدس بزنید. بعضی‌ها برای اینکه بتوانند به کسی نزدیک شوند، از عواطف او سوءاستفاده می‌کنند. سرکیسه کردن کوچک‌ترین این آسیب‌هاست.

تأمین نیازهای جنسی

بسیاری از روان‌شناسان و مشاوران خانواده، ریشه بیشتر اختلاف‌های خانوادگی را تأمین‌نشدن صحیح و کامل نیازهای جنسی در روابط زناشویی می‌دانند. واقعیت هم این است که در طول عمر بشر، چیزی که توانسته است در کنار فقدان مهارت‌ها و ضعف‌های گوناگون انسان‌ها، ساختار خانواده را حفظ کند، در درجه نخست، سادگی و صداقت و احساس مسئولیت و در درجه بعد، وجود رابطه جنسی آرامش‌بخش در خانه و در کنار همسر بوده است. حال، اگر این موضوع آسیب ببیند یا در خارج از خانواده تأمین شود، به فروپاشی خانواده منجر خواهد شد؛ بنابراین زن و شوهر هر کدام موظف هستند به بهترین وجه، زمینه تأمین نیاز جنسی خود و همسرشان را فراهم کنند؛ به همین دلیل است که به آراستگی زن و مرد در خانه و ایجاد موقعیت





مساعد برای خلوتشان، به شدت تأکید شده است. جالب اینکه از نظر اسلام، این‌گونه روابط در خانه، موجب رشد و کمال معنوی و بخشش گناهان است و برعکس، امتناع از این امر، مجازات سخت دنیوی و اخروی در پی خواهد داشت.

«روابط زناشویی» در کنار «صمیمیت و محبتِ توأم با اعتماد زن و شوهر» و «تعهدات اخلاقی و عرفی و قانونی زن و شوهر در قبال یکدیگر» سه عامل مهم در استحکام خانواده شناخته می‌شوند. وجود رابطه معنوی و الهی زن و شوهر نیز عامل مهمی برای تقویت هر کدام از عوامل گفته شده یا جبران ضعف در هریک از آنهاست.

انعطاف‌پذیری

بعضی افراد با وجود اختلاف نظرهایی که با دیگران دارند، می‌توانند طوری با آن‌ها کنار بیایند که نه به خودشان سخت بگذرد و نه دیگران از بودن در کنار آن‌ها ناراحت شوند. این افراد انعطاف‌پذیر، ضمن اینکه برای خود چارچوب و قوانینی دارند و در حفظ ارزش‌هایشان محکم هستند، در اعمال روش‌ها و سلیقه‌های شخصی خود سرسختی و تعصب نشان نمی‌دهند. کسانی که انعطاف و سازگاری مطلوبی دارند، بعد از ازدواج نیز به خوبی با همسر و خانواده او کنار می‌آیند.

از طرف دیگر، بعضی افراد آن‌چنان کاخی شیشه‌ای از زندگی‌شان درست می‌کنند که با بروز کوچک‌ترین اشتباه، احساس شکست و ویرانی به آن‌ها دست می‌دهد. یکی از جنبه‌های انعطاف‌پذیری این است که بپذیریم همه ممکن است اشتباه کنیم و بر این مبنا به





خودمان یا دیگران فرصت جبران بدهیم.

اگر می‌خواهید زندگی موفق و سازنده‌ای داشته باشید، باید بتوانید از میزان «من» بودن خود کم کنید. همیشه قرار نیست همه چیز طبق خواسته شما پیش برود. گاهی باید بتوانید از خودگذشتگی کنید و برخلاف میل‌تان، خواسته‌های دیگران را انجام دهید؛ البته به این شرط که آن خواسته‌ها، غیرمنطقی و نامتعارف نباشد.

با ویژگی‌های نامطلوب فرد مقابلتان کنار بیایید؛ مثلاً بپذیرید که خواهرتان زودرنج یا پدرتان سخت‌گیر است. این پذیرش به معنای تأیید آن ویژگی‌ها نیست؛ ولی انسان‌های منعطف راحت‌تر می‌توانند خود و دیگران و موقعیت‌های مختلف را بپذیرند و سپس بهترین عملکرد را نشان دهند. چه بسا همین انعطاف شما باعث شود آن‌ها به تغییر شخصیت منفی خود تمایل پیدا کنند.

جایش را پیدا کنید

● انعطاف‌پذیری به این معنا نیست که احساس کنید مجبور به برآورده کردن تمام انتظار و خواسته‌های دیگران هستید؛ چراکه این احساس اجبار، خود نشانه وابستگی و نیاز به تأیید است.

● انعطاف‌پذیری و اعتماد شما در جایی که احتمال خطر وجود دارد، آسیب‌زاست. این وضعیت را از پیش حدس بزنید تا به‌طور ناگهانی با موضوعات ناخواسته مواجه نشوید. زمانی که نمی‌دانید همراهی شما به کجا ختم می‌شود یا وقتی تعبیرهایی مثل «به من اعتماد کن»، «فقط با من همراهی کن»، «من به تو قول می‌دهم» یا «تترس، اتفاقی





نمی‌افتد» را می‌شنوید، ممکن است شما را در موقعیتی آسیب‌زا و جبران‌ناپذیر قرار دهد. در اینجا باید از مهارت «نه گفتن» استفاده کنید.

● توجه به این نکته نیز ضروری است که ارزش‌های دینی و اخلاقی، سیلقه شخصی نیستند و کوتاه‌آمدن از آن‌ها، به معنای انعطاف‌پذیری صحیح نیست؛ پس باید از ارزش‌ها مراقبت کرد.

مثبت‌نگری

زندگی مانند ضربان قلب است: فرازونشیب و پستی و بلندی دارد و اگر آهنگ آن صاف شد، نشانه مرگ انسان است. اگر دره‌ها یا سختی‌ها نباشد، قلّه‌ها معنا نمی‌دهد. مشکلات و مسائل، بخش جدانشدنی زندگی در دنیاست. از طرف دیگر، فرصت‌ها و امکانات فراوانی نیز در اختیار ماست. این ما هستیم که تصمیم می‌گیریم بر فرصت‌ها و امکانات امیدوارکننده تمرکز کنیم یا اینکه تسلیم عوامل منفی و احساسات یأس‌آور شویم.

رخدادها و مسائلی که منفی به نظر می‌رسند، فرصت‌هایی برای قوی‌تر شدن به ما اعطا می‌کنند و چه بسا اگر در آن وضعیت قرار نمی‌گرفتیم، در برابر فشارها قوی و مقاوم نمی‌شدیم و راه مبارزه برای رسیدن به موفقیت را نمی‌آموختیم. چالش‌های زندگی، هم می‌تواند ما را درهم بشکند و باعث شود به دنیا با عینک بدبینی بنگریم و هم می‌تواند قدرتی را که هیچ‌وقت از وجودش آگاه نبوده‌ایم، از درونمان بیرون بکشد و موجب رشدمان شود. پژوهش‌های تجربی نشان داده است که تمرکز بر توانایی‌ها یا همان «مثبت‌نگری»،





موفقیت‌های بیشتر را در پی خواهد داشت.

بعضی افراد با ژستِ واقع‌گرایی، مدام از دوروبرشان گله و شکایت کرده و بدبینی و منفی‌نگری خودشان را توجیه می‌کنند. در بسیاری از مواقع، این نگاه منفی، ناشی از تمرکز بر اشتباه‌ها و شکست‌های شخصی این افراد است که به بیرون از خود، فرافکنی^۱ می‌کنند.

مثبت‌اندیشی به معنای ساده‌اندیشی نیست؛ بلکه فرد مثبت‌نگر معمولاً به دیگران خوش‌بین است و همه اشتباهات آن‌ها را عمدی نمی‌داند. چنین فردی معتقد است در پسِ هر مشکلی، خیر و مصلحتی وجود دارد و ناامیدی در کارش نیست. فرد مثبت‌نگر، بسیاری از آسیب‌ها و ایرادها را نادیده می‌گیرد و این از نظر امیرالمؤمنین علی علیه السلام بخش مهمی از عقل است.^۲ این‌ها هنرهایی است که فرد بدبین و منفی‌باف ندارد.

شما نیز برای تقویت هنر مثبت‌نگری در خود، از راهکارهای زیر استفاده کنید:

● ذهن انسان، مرتب در حال جوش و خروش است. در واقع این شما هستید که تعیین می‌کنید ذهنتان به چه چیزی فکر کند و این فکر به خصوص اگر ناراحت‌کننده باشد، شما را بسیار تحت تأثیر قرار می‌دهد. با آگاهی از این واقعیت، هرگاه افکار منفی به ذهنتان راه یافت، آن‌ها را متوقف کرده و افکار مثبت را جانشینش کنید.

● سعی کنید از آدم‌های منفی‌باف فاصله بگیرید و با انسان‌های شاد

۱. فرافکنی یعنی امری را به دیگران نسبت دادن.

۲. نک: «لَا عَقْلَ كَالْتَّجَاهِلِ» (عبد الواحد بن محمد تمیمی آمدی، تصنیف غر الحکم و درر الکلم، ص ۵۳).





و پُرانرژی بیشتر رفت‌وآمد کنید. خودتان هم منفی‌بافی نکنید و این تفکر را انتقال ندهید. دیگران عموماً افرادی که افکار ناامیدکننده را نشر می‌دهند، نمی‌پسندند.

● از کلمات امیدوارکننده و مثبت استفاده کنید تا بتوانید به سمت پیشرفت حرکت کنید. تعبیرهای منفی مثل «نمی‌توانم» یا «من خیلی خوب نیستم»، انگیزه شما را برای حرکت روبه‌جلو کم‌رنگ می‌کند؛ پس افکار و تعبیرهای مثبت‌تر و موفقیت‌آمیزتری را انتخاب کنید. خوشبختی و رضایت، اتفاق نیست؛ بلکه انتخابی شخصی است.

● حتی اگر فکر می‌کنید جنبه‌های منفی زندگیتان از جنبه‌های مثبت آن بیشتر است، به داشته‌های خوبتان بیندیشید: به آنچه الان دارید و حاضر نیستید از دست بدهیدشان، بیندیشید و برای همه آن‌ها خدای مهربان را شکر کنید.

● باید یاد بگیرید از موضوعات کم‌اهمیت که ارزششان با گذر زمان کم می‌شود، بگذرید. به‌دست‌آوردن نمره‌ای کم از یک درس، چقدر فکرتان را آزار می‌دهد؟ یک سال بعدش هم همان قدر آزارتان می‌دهد؟ خراب شدن اسباب‌بازی محبوبتان در بچگی، ارزش آن همه گریه شما را داشت؟ کمی که تأمل کنید، فراوان از این دست مثال‌ها می‌یابید و متوجه می‌شوید خیلی از موضوعات، واقعاً آن قدرها که درحال حاضر فکر می‌کنید، اهمیت ندارند.





جایش را پیدا کنید

● مثبت‌نگری به معنای ندیدن مشکلات نیست. کسی که به بهانه مثبت‌اندیشی، چشمش را بر مشکلات می‌بندد، در واقع بخشی از واقعیت را انکار کرده است؛ درحالی‌که برای خروج از محدودیت‌ها به خلاقیت نیاز است.

● اگر اهدافتان به اندازه‌ای بزرگ باشند که هر قدر هم با سختی کار کنید، به آن‌ها دست نیابید، ناامید خواهید شد و در این صورت، مثبت‌نگری شما را از واقعیت دور می‌کند. اهداف کوچک‌تر و واقع‌بینانه‌تری انتخاب کنید تا به جای اینکه هر روز احساس شکست داشته باشید، بتوانید موفقیت را تجربه کنید. برای این کار، به تعدیل اهداف و مهارت برنامه‌ریزی نیاز دارید.

● مثبت فکر کردن به معنای انکار اشتباهات نیست. به موضوعاتی فکر کنید که شما را به وضعیت کنونی کشانده است؛ اما فقط تا زمانی که به این موضوعات فکر کنید که برای بهتر شدن اوضاع راه‌حلی پیدا کنید. اگر از زیر بار اشتباهاتتان شانه خالی کنید، هیچ وقت اصلاح نخواهید شد؛ البته باید مواظب باشید به «خودسرزنشگری بیش از حد» مبتلا نشوید.

● قدیمی‌ها می‌گفتند: «قبل از ازدواج، خوب چشم‌هایت را باز کن؛ اما بعد از ازدواج گاهی چشم‌هایت را ببند!» این جمله نشان می‌دهد که مثبت‌نگری در مواجهه با خواستگاران و آشنایی‌های قبل از ازدواج، موضوعیت ندارد.





راهکارهای اصلاح روابط با همسر

۱. علت‌شناسی

ما بیش از نگاه به رفتارها، باید در پی علت رفتارها باشیم. هر رفتاری، قطعاً علتی دارد که اگر آن را درک کنیم، تصویر بهتری از رفتارها خواهیم داشت و می‌تواند ما را در کنترل وضعیت کمک کند؛ مثلاً وقتی با پرخاشگری همسر خود مواجه می‌شویم، بسیار مهم است که علت اصلی این پرخاشگری را درک کنیم؛ زیرا درک علت‌ها تصویر بهتری از واقعیت پیش روی ما قرار داده و نمی‌گذارد که همیشه خود را حق به جانب بدانیم؛ بنابراین، در کنار پرداختن به پدیده‌های نامطلوب زندگی، باید علت‌های آن‌ها را نیز هدف بگیریم و به دنبال اصلاحشان باشیم.

۲. رفاقت به جای رقابت

زندگی خانوادگی محل رفاقت است، نه رقابت. در واقع بازی زندگی خانوادگی، بازی برد و باخت نیست؛ یا بُرد بُرد است یا باخت باخت. غیرممکن است که در روابط خانوادگی، درحالی‌که یکی از طرفین احساس باخت می‌کند، دیگری برنده باشد و احساس مثبت داشته باشد؛ چراکه ناخوشی همسر ما باعث ناخوشی ما خواهد شد و این معنای یگانگی در زندگی است. برای همین است که باید باور داشته باشیم پدر همسر، پدر من و مادر همسر، مادر من و ناراحتی و خوشی آن‌ها، ناراحتی و خوشی من است.





رقابت یعنی امتیاز جمع کردن. اگر زندگی به شکلی در آید که یکی از زوجین بگوید: «چون تو این کار را کردی، من هم این کار را می‌کنم»، خطری ایجاد می‌شود که براساس آن، رابطه‌ای که باید مبتنی بر حمایت از هم باشد، به جنگ و بستری برای برتری طلبی منجر می‌شود. صمیمیت و توجه داشتن حقیقی، در لذت دادن و مایه گذاشتن از خود است؛ در حالی که حسابگری و امتیاز جمع کردن در اغلب اوقات، به نوعی بدبینی تبدیل می‌شود. زن و شوهرهایی که در پی کشف خطاهای یکدیگر هستند یا به هر بهانه‌ای می‌خواهند در برابر هم امتیازی کسب کنند، صحنه زندگی را بستر جر و بحث‌های دائمی و بی‌پایان می‌کنند. همسرانی که برای گرفتن امتیاز از هم، خود را درگیر تلاش‌های پردامنه می‌کنند، به زندگی‌شان آسیب می‌زنند. زن و شوهر نباید بر سرِ فزون‌طلبی و امتیازخواهی‌های نابجا با یکدیگر نزاع کنند.^۱

۳. نقش مؤثر مردان در اصلاح روابط

آنچه روابط را اصلاح می‌کند، در درجه اول اقتدار مرد است. مردی که دمدمی مزاج باشد و نتواند در وقت مقتضی، به‌طور مستقل تصمیم بگیرد و تدبیر کند، روابط را دچار آسیب می‌کند. مرد باید تکیه‌گاهی محکم برای زن باشد و مردی که اقتدار ندارد، نمی‌تواند این نقش را به‌درستی ایفا کند. زنان نیز مرد مقتدر را می‌پسندند؛ هرچند در رفتارهای اولیه ممکن است بخواهند مردشان کاملاً تابع آن‌ها باشد. همان‌طور که در مطلب وظایف اختصاصی مرد در فصل قبل گفته شد،

۱. نک: فیلیپ مک‌گرا، نجات رابطه، ص ۸۹.





اقتدار با قلدری و رفتارهای خشن حاصل نمی‌شود؛ بلکه با محبت و تدبیر و قاطعیت به‌دست می‌آید. مرد باید زندگی خود را به‌خوبی مدیریت کند و برای اینکه بتواند زمام امور را در دست داشته باشد، باید زن را از عشق و محبت سیراب کند؛ در غیر این صورت، زندگی دچار مدیریت چندانگانه و تنش‌زا خواهد شد.

۴. نقش مؤثر زنان در اصلاح روابط

نقش مؤثر زن در زندگی، تدبیرهای توأم با عاطفه و مهربانی است. چهار مصداق از عرصه‌ها و نمودهای این نقش در ادامه آمده است:

شوهرداری

طبیعت مردان نسبت به زنان، در بعضی مسائل، خام‌تر است و بر این اساس، مرد نیاز به رسیدگی و مراقبت دارد و این، کار زن است. گاهی مردان بهانه‌گیر شده و گاهی از فشارهای اقتصادی و اجتماعی خسته می‌شوند و نتیجهٔ این فشارها و خستگی را به خانه منتقل می‌کنند که این امر ممکن است باعث اختلاف زن و شوهر شود. در اینجا است که زنِ مدبّر همان‌طور که در برابر رفتارهای کودکانهٔ فرزندش مدارا به خرج می‌دهد تا او را خوب تربیت کند و به‌قولی بچه‌داری می‌کند، باید به همین ترتیب نیز شوهرداری کند. به عبارت دیگر، مقولهٔ شوهرداری در بعضی مواقع، شبیه بچه‌داری است و البته سخت‌تر.

برای تبیین نقش مهم شوهرداری، به آنچه در رینگ بوکس اتفاق می‌افتد، دقت کنید. در هر مرحله از بازی، دو بازیکن باهم درگیر





می‌شوند و در زمان استراحت به کناررینگ می‌روند. مربی در این مواقع، ضمن انجام اقدامات اولیه، مانند خنک کردن و ماساژ دادن بازیکن، هم‌زمان تذکرات لازم را هم گوشزد کرده و با دادن روحیه و کمک‌های فکری، او را با انرژی مضاعف، روانه مرحله دیگری از بازی می‌کند. در واقع، زن در نقش همان مربی است که مرد میدان را تقویت می‌کند.

علاوه بر این، بازیگر اصلی در فضای داخل خانه، خود زن است. زن باید تدبیر امور داخلی منزل را به خوبی برعهده بگیرد و با شایستگی آن را مدیریت کند. از آنجا که خانه مأمن و پناهگاه عاطفی همسران است، اگر زنی در این زمینه، هنرمند و بالیاقت باشد، می‌تواند توانایی‌های خود را در کانون باصفای خانه به مرحله ظهور برساند و با هنرنمایی خود، فضای خانه را پر از سرور و شادی کند؛ البته شرط بروز این توانایی‌ها، داشتن استقلال کافی برای تدبیر در امور منزل از طرف شوهر است. همسر موفق زنی است که با آنچه در زندگی دارد، اهل خانه را به شوق آورد. او باید از افراط و تفریط و خرج‌های غیرضروری بکاهد و با ابتکار و خلاقیت، پیوسته، نشاط جدیدی را به خانواده هدیه کند.

خودآرایی

اولین و مؤثرترین ارتباط با همسر، جذب ارتباط چشمی است. بیشتر مردان، بصری هستند و با نگاهی کلی به زن درباره اوقضاوت می‌کنند. حال اگر زن، این توانایی را داشته باشد که با زینت و آراستگی خود و انتخاب رنگ‌ها و مدل‌هایی که زیبایی ظاهری او را دوچندان می‌کند، شوهرش را به خود متمایل و توجه او را جلب کند، در این ارتباط مؤثرتر





عمل کرده است.

در روایتی آمده است که امام صادق علیه السلام فرمودند: «خدا زیبایی و زینت کردن را دوست دارد و تظاهر به فقر و نداری را نمی‌پسندد و هنگامی که نعمتی به بنده‌اش می‌دهد، دوست دارد اثر نعمتش را بر [زندگی] او ببیند.» سؤال شد: «چگونه این کار را بکند؟» حضرت علیه السلام پاسخ دادند: «لباسش را پاکیزه و خودش را خوش بو کند و...»^۱

سفره‌آرایی و مدیریت تغذیه

در مسیر رشد تکنولوژی در دنیای حاضر، یکی از اموری که هنوز اصالت خانواده را حفظ کرده است، پخت غذاهای باارزش و لذیذ است که اهل خانواده را دورهم جمع می‌کند. علم و هنر مدیریت تغذیه به طور مستقیم و غیرمستقیم، در سلامت اعضای خانواده مؤثر است و این از ویژگی‌های بانوی خانه‌دار است که بر اعتبار و ارزش او می‌افزاید.

خانه‌آرایی

رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرموده‌اند: «هر زنی در خانه شوهر به منظور سامان دادن و اصلاح امور [و برای زیباسازی و چشم‌نوازی] چیزی را جابه‌جا کند، خداوند با نظر رحمت به او می‌نگرد و هرکس در جوار رحمت الهی باشد، از عذاب در امان است.»^۲

۱. محمدبن حسن طوسی، الامالی، ص ۲۷۵؛ محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۶، ص ۳۰۰، با اندکی

تفاوت در واژه‌ها؛ ابراهیم امینی، آئین همسردهاری یا اخلاق خانواده، ص ۱۴۱.

۲. محمدبن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، امالی الصدوق، ص ۴۱۱.





درجه‌بندی موضوعات

اگر تمام روش‌های حل مسئله را به کار بردیم و مسئله‌ای حل نشد، چه باید کرد؟ هر مشکل، یا حل شدنی است یا به عنوان مسئله، به مشکلی دائمی تبدیل می‌شود. در چنین زمان‌هایی، توصیه آن است که از کنار مسئله گذر کنیم؛ یعنی حل چنین مسئله‌ای، با عبورکردن از کنار آن ممکن می‌شود؛ دیگر آنکه باید مسائل و مشکلات خود را درجه‌بندی کنیم و بسنجیم که هر کدام، واقعاً تا چه حد مهم و حیاتی است؟ مثلاً اگر همسرمان به خانه عموی ما نیاید، تا چه حد خوشبختی ما تهدید می‌شود؟ اگر تمام روش‌های حل مسئله را به کار بردیم و متقاعد نشد که به آنجا بیاید، بهتر است با او کنار بیاییم و این مسئله را آن قدر بزرگ نکنیم که سایه‌اش، بر همه زندگی و خوشبختی ما گسترده شود. همسر ما نیز مانند هر انسان دیگر، ضعف‌هایی دارد که باید آن‌ها را بپذیریم. با این شیوه، هم به او و هم به خود، آرامش را هدیه می‌دهیم. سازگاری از گل‌واژه‌های دل‌انگیز زندگی محسوب می‌شود که پیش‌نیاز آن، صبر است. سازگاری یعنی نشان دادن انعطاف در مقابل ضعف‌ها و ناهنجاری‌های کسی که می‌خواهیم کمترین مشکل را با او داشته باشیم.

بسازید یعنی سازگار باشید و سازگاری وقتی موضوعیت پیدا می‌کند که شما با نقصی روبه‌رو هستید. وقتی که توصیه می‌کنیم در برابر مشکلات و سختی‌های زندگی و احیاناً ضعف‌های همسر تاجایی که می‌توانید، بسازید، یعنی باید بکوشید که خود را با وضعیت موجود سازگار کنید. در چنین موقعیتی، اول باید مثل حکیمی حاذق به دنبال درمان اساسی و رفع نقایص موجود باشید که البته ممکن است خیلی





هم زود نتیجه ندهد؛ ولی از آنجاکه این حکیم حاذق است و می‌داند این مداوا ممکن است چند سال طول بکشد، دلسرد نمی‌شود و دست از تلاش برنمی‌دارد. گاهی هم شما درمان را انجام می‌دهید، ولی به نتیجه نمی‌رسید و متوجه می‌شوید ضعفی که در صدد رفع آن هستید، به این راحتی‌ها برطرف نمی‌شود؛ آن وقت است که واژه سازگاری معنای واقعی پیدا می‌کند.





کتابنامه

۱. قرآن کریم.
۲. ابن ابی الحديد، عبد الحميد بن هبة الله معتزلى، شرح نهج البلاغة لابن ابی الحديد، به تحقيق و تصحيح محمد ابوالفضل ابراهيم، ج ۲۰، چ ۱، قم: كتابخانه عمومى آيت الله مرعشى نجفى، ۱۴۰۴ ق.
۳. ابن ابی فراس مالکى اشترى، مسعود بن عيسى بن ورام بن ابی فراس، تنبيه الخواطر و نزهة النواظر المعروف بمجموعة ورام، ج ۱، چ ۱، قم: مكتبة الفقيه، ۱۴۱۰ ق.
۴. ابن شعبه حزانى، حسن بن على، تحف العقول عن آل الرسول ﷺ، به تحقيق و تصحيح على اكبر غفارى، چ ۲، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۴۰۴ ق.
۵. امينى، ابراهيم، آئين همسردارى يا اخلاق خانواده، چ ۲۱، تهران: انتشارات اسلامى، ۱۳۸۹.
۶. بانكى پور فرد، امير حسين، نقش و رسالت زن ۳: زن و خانواده (برگرفته از بيانان حضرت آيت الله العظمى خامنه اى، رهبر معظم انقلاب)، چ ۲، تهران: انتشارات انقلاب اسلامى، ۱۳۹۷، به نقل از: نسخه الكترونيكى موجود در سايت انتشارات انقلاب اسلامى.
۷. بحراني، سيدهاشم بن سليمان، البرهان فى تفسير القرآن، ج ۱، چ ۱، قم: مؤسسه البعثة، ۱۳۷۴ ش.





۸. برقی، احمد بن محمد بن خالد، المحاسن، به تحقیق و تصحیح جلال الدین محدث، ج ۱، چ ۲، قم: دارالکتاب الاسلامیه، ۱۳۷۱ ش.

۹. بستانی، فؤاد افرام، فرهنگ ابجدی، ترجمه رضا مهیار، چ ۲، تهران: انتشارات اسلامی، ۱۳۷۵ ش.

۱۰. پایگاه اطلاع رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت الله العظمی خامنه ای: www.khamenei.ir

۱۱. پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحة (مجموعه کلمات قصار حضرت رسول ﷺ)، چ ۴، تهران: دنیای دانش، ۱۳۸۲ ش.

۱۲. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، به تحقیق و تصحیح مصطفی درایتی، چ ۱، قم: دفتر تبلیغات اسلامی وابسته به حوزه علمیه قم، ۱۴۱۰ ق.

۱۳. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غرر الحکم و درر الکلم، به تحقیق و تصحیح سید مهدی رجایی، چ ۲، قم: دارالکتاب الاسلامیه، ۱۴۱۰ ق.

۱۴. جرجانی، علی بن محمد استرآبادی، کتاب التعریفات، چ ۴، تهران: ناصر خسرو، ۱۳۷۰ ش.

۱۵. جمعی از نویسندگان، اعلام الهدایه، ج ۵، چ ۲، قم: مجمع جهانی اهل بیت (علیهم السلام)، ۱۴۲۵ ق، به نقل از: کتابخانه دیجیتال نور.

۱۶. جوادی آملی، عبدالله، تفسیر تسنیم، ج ۱۸، چ ۲، قم: اسراء، ۱۳۸۹.

۱۷. حاج علی اکبری، محمد جواد، مطلع عشق (گزیده ای از





ره‌نمودهای مقام معظم رهبری به زوج‌های جوان)، چ ۲، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۸.

۱۸. حرّ عاملی، محمد بن حسن، تفصیل وسائل الشیعة الی تحصیل مسائل الشریعة، ج ۱۲ و ۲، چ ۱، قم: مؤسسه آل‌البیت علیهم‌السلام، ۱۴۰۹ ق.

۱۹. حسینی واسطی زبیدی، سید محمد مرتضی، تاج العروس من جواهر القاموس، به تحقیق و تصحیح علی هلالی و علی سیری، ج ۱۳ و ۱۵، چ ۱، بیروت: دار الفکر، ۱۴۱۴ ق.

۲۰. خمینی، سید روح‌الله، صحیفه‌امام: مجموعه آثار امام خمینی (س)، ج ۶، چ ۵، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (س)، ۱۳۸۹، به نقل از: پرتال امام خمینی.

۲۱. خنیفر، حسین و مؤدّه پورحسینی، مهارت‌های زندگی، چ ۱۳، قم: هاجر (وابسته به مرکز مدیریت حوزه‌های علمیّه خواران)، ۱۳۹۱.

۲۲. دیلمی، حسن بن محمد، ارشاد القلوب، ج ۱، چ ۱، قم: الشریف الرضی، ۱۴۱۲ ق.

۲۳. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، مفردات الفاظ القرآن، به تحقیق صفوان عدنان داودی، چ ۱، بیروت و دمشق: دار القلم و الدار الشامیة، ۱۴۱۲ ق.

۲۴. شعیری، محمد بن محمد بن حیدر، جامع الاخبار، چ ۱، نجف: مطبعة حیدریة، بی‌تا.

۲۵. صدری مازندرانی، حسن، هنر همسر داری: اخلاق در دانشگاه





منزل، چ ۵، قم: میراث ماندگار، ۱۳۸۶.

۲۶. صدوق (شیخ صدوق)، محمد بن علی بن بابویه قمی، الخصال، به تحقیق و تصحیح علی اکبر غفاری، ج ۱ و ۲، چ ۱، قم: مؤسسه نشر اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیّه قم، ۱۳۶۲ ش.

۲۷. صدوق (شیخ صدوق)، محمد بن علی بن بابویه قمی، امالی الصدوق، چ ۶، تهران: کتابچی، ۱۳۷۶ ش.

۲۸. صدوق (شیخ صدوق)، محمد بن علی بن بابویه قمی، علل الشرائع، ج ۲، چ ۱، قم: کتاب فروشی داوری، ۱۳۸۵ ش.

۲۹. صدوق (شیخ صدوق)، محمد بن علی بن بابویه قمی، عیون اخبار الرضا، به تحقیق و تصحیح مهدی لاجوردی، ج ۲، چ ۱، تهران: جهان، ۱۳۷۸ ق.

۳۰. صدوق (شیخ صدوق)، محمد بن علی بن بابویه قمی، کتاب من لا یحضره الفقیه، به تحقیق و تصحیح علی اکبر غفاری، ج ۲ و ۳ و ۴، چ ۲، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیّه قم، ۱۴۱۳ ق.

۳۱. طباطبائی، سید محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۶، چ ۲، قم: اسماعیلیان، ۱۳۹۳ ق.

۳۲. طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الاخلاق، چ ۴، قم: الشریف الرضی، ۱۴۱۲ ق.

۳۳. طوسی (شیخ الطائفه)، محمد بن حسن، الامالی، چ ۱، قم:





دارالثقافة، ۱۴۱۴ق.

۳۴. طیب، سید عبدالحسین، تفسیر اطیب البیان فی تفسیر القرآن، ج ۱۳، ۲، تهران: اسلام، ۱۳۷۴ش.

۳۵. علی بن ابی طالب علیه السلام، نهج البلاغه، به کوشش محمد بن حسین شریف رضی، به تحقیق و تصحیح صبحی صالح، چ ۱، قم: هجرت، ۱۴۱۴ق.

۳۶. عیاشی، محمد بن مسعود، التفسیر، به تحقیق و تصحیح هاشم رسولی محلاتی، ج ۱ و ۲، چ ۱، تهران: المطبعة العلمية، ۱۳۸۰ق.

۳۷. فراهیدی بصری، خلیل بن احمد، کتاب العین، ج ۸، چ ۲، قم: هجرت، ۱۴۰۹ق.

۳۸. قمی، عباس، نزهة النواظر فی ترجمة معدن الجواهر، چ ۱، تهران: کتاب فروشی اسلامیة، ۱۳۷۴ق.

۳۹. کلانتری، علی اکبر، اخلاق زندگی، چ ۲، قم: معارف، ۱۳۸۷.

۴۰. کلینی رازی، محمد بن یعقوب، الاصول من الکافی، ج ۲ و ۳ و ۴ و ۵ و ۱۱ و ۱۵، چ ۱، قم: دارالحديث، ۱۴۲۹ق.

۴۱. لیثی واسطی، علی بن محمد، عیون الحكم و المواعظ، به تحقیق و تصحیح حسین حسینی بیرجندی، چ ۱، قم: دارالحديث، ۱۳۷۶ش.

۴۲. مجلسی، محمد باقر، مرآة العقول فی شرح اخبار آل الرسول، به تحقیق و تصحیح هاشم رسولی محلاتی، ج ۸، چ ۲، تهران:





دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۰۴ ق.

۴۳. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار الجامعة لدرر اخبار الائمة الاطهار علیهم السلام، ج ۴۶ و ۷۶ و ۸۹ و ۱۰۰، ۲، بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ ق.

۴۴. محدثی، جواد، راه زندگی: الفبای سعادت خانواده، چ ۳، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۵.

۴۵. محمدی ری شهری، محمد، دانشنامه قرآن و حدیث، ج ۴، قم: دار الحدیث، ۱۳۹۱، به نقل از: کتابخانه دیجیتال نور.

۴۶. مرکز اطلاع رسانی غدیر: «<http://www.ghadeer.org>».

۴۷. مرکز تنظیم و نشر آثار آیت الله بهجت: «<https://bahjat.ir>».

۴۸. مصلحتی، حسین، ازدواج و ازدواج درمانی، چ ۲، تهران: نشر البرز، ۱۳۸۳.

۴۹. مفید (شیخ مفید)، محمد بن محمد بن نعمان عکبری بغدادی، الاختصاص، به تحقیق و تصحیح علی اکبر غفاری و محمود محرمی زرنندی، چ ۱، قم: کنگره شیخ مفید رحمته الله علیه، ۱۴۱۳ ق.

۵۰. مک گرا، فیلیپ، نجات رابطه، ترجمه مهدی قراچه داغی، تهران: ذهن آویز، ۱۳۸۷ ش.

۵۱. مک گینس، تام، اولین سال ازدواج: اطلاعات جامع در روابط زناشویی، ترجمه آذر کارآگاه، چ ۱۳، تهران: تلاش، ۱۳۸۵ ش.





۵۲. ملکی، حسن و غلام عباس سرشور خراسانی، خانواده موفق ۱۰: با مشکلات همسر چه کنم؟، چ ۱، تهران: پیام رسان، ۱۳۸۷.

۵۳. منسوب به امام حسن بن علی علیه السلام، التفسیر المنسوب الی الامام الحسن العسکری علیه السلام، چ ۱، قم: مدرسه الامام المهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف، ۱۴۰۹ ق.

۵۴. نوری طبرسی (محدث نوری)، حسین، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۸ و ۱۴ و ۱۵ و ۴، چ ۱، قم: مؤسسة آل البيت عليهم السلام لإحياء التراث، ۱۴۰۸ ق.



مسابقه فرهنگی تاروپود عاشقی

توضیحات شرکت در مسابقه

* پرسش‌ها از متن موجود طرح شده است.
 * به روش زیر می‌توانید در مسابقه فرهنگی شرکت کنید:
 ارسال پاسخ به سامانه پیامکی: برای این کار، کافی است
 به ترتیب نام مسابقه و شماره گزینه‌های صحیح پرسش‌ها
 به صورت یک عدد ۴ رقمی از چپ به راست را، همراه با
 نام و نام خانوادگی خود به سامانه پیامکی ۳۰۰۰۸۰۲۲۲۲
 ارسال کنید.

مثال: تاروپود عاشقی ۱۳۴۲ سید محمد رضوی



پرسش‌ها

پرسش اول. برای به دست آوردن زمینه و توان مدیریت رابطه با خانواده‌ها، ضروری است که زن و شوهر به کدام محور اساسی توجه کنند؟

۱. لزوم استقلال در زندگی جدید و چگونگی کسب آن
۲. شیوه‌های تعامل با خانواده‌ها
۳. اهمیت پیشگیری از اختلاف و روش‌های حل نگرانی‌ها
۴. همه گزینه‌ها

پرسش دوم. اگر شریک زندگی ما با رفقای بد، رفت‌وآمد داشت و خودش به بدبودن آنها قائل نبود، در صورت نزدیک شدن به خطری بزرگ و نبودن مجال برای مقدمه چینی‌های لازم، چه باید کرد؟

۱. پرهیز از رفتار تقابلی و سپردن این امر به افراد موّجه
۲. تغافل و گذشت و استفاده از حربه محبت
۳. اجرای مراحل مواجهه با خطاهای عمده
۴. علت‌شناسی و تلاش مضاعف و پیوسته برای رفع آن



پرسش سوم. مهم‌ترین کار در صورت یقین به اینکه همسرمان دوستی‌های پنهان دارد، کدام است؟

۱. پرهیز از تجسس
۲. مدیریت احساس و رفتار خود
۳. مشورت با افراد متخصص
۴. تلاش برای حفظ اعتماد

پرسش چهارم. در رابطه میان زن وشوهر، دو سرمایه اصلی برای رسیدن به آرامش چیست؟

۱. عشق و محبت
۲. نداشتن حرص و طمع
۳. مودّت و رحمت
۴. تدبیر و قاطعیت

بَدْر فَرْهَنگ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بانک ملت —————
شماره حساب: روشنی نذر کبیر
۷۶ ۵۸ ۵۸ ۵۸ ۸۶
شماره کارت:



۶۱۰۴ ۳۳۷۷ ۸۸۸۸ ۸۸۸۹
شناسه واریز ۱۰۰۱۵۳۱۶۹ در هنگام واریز، حتماً
شناسه را وارد کنید.



پرداخت حضوری —————
حرم مطهر رضوی، صحن پیامبر اعظم ﷺ،
باب الجواد علیه السلام، اتاق ۲۲۰، سامانه توزیع.
تلفن: ۰۵۱۳۲۲۴۰۶۰۵

