



مراقبت از زندگی مشترک در برابر دخالت دیگران

همسرم! بیا مشکلاتمان را مدیریت کنیم

■ **حجت‌الاسلام مهدی حسین پور**

رسول گرامی اسلام، حضرت محمد(ص) فرمودند: هر کسی، کاری کند که بین زن و شوهر اختلاف و جدایی بیندازد، خشمم و لعنت خداوند، در دنیا و آخرت بر اوست و کسی که قصد داشته باشد که بین زن و شوهر فساد بیندازد، هر چند باعث جدایی نشود، در دنیا و آخرت در معرض خشم و

■ **آتش کینه در زندگی دیگران انداختن**

امیرالمؤمنین علی(ع) می فرماید:سبب الفتن الحقد:علت فتنه‌ها و آشوب‌ها، کینه‌توزی است.

برخی از آدم‌ها که شامل اقوام و خویشان یا افراد غریبه می‌شوند، با کینه‌هایی که در دل نگه داشته‌اند، دنبال فرصتی برای اختلاف‌افکنی هستند تا عقده‌های دلشان را خالی کرده و به قول خودشان از طرف مقابل یا خانواده‌اش انتقام‌گیرند.
ممکن است این کینه‌پر خسته‌زاسوسه‌تفاهم‌ها یا یاهر دلیل دیگری باشد. ولی به هر حال، فرد کینه‌ای، بانگه داشتن از این کینه در دلش، آشوب و فتنه‌ای را در خانه یا خانواده‌امی به پا خواهد کرد که نتیجه‌ای جز خشم الهی را در پی نخواهد داشت افرادی که جبران حقارت‌ها، کینه‌هاو کمبودهای خود یاخانواده خود را در ایجاد اختلاف و جدایی در زندگی دیگران می‌بینند!حالا که دختر می‌ببخشت شده، چرا دختر فلائی این قدر شاد زندگی کند؟!حالا که پسر من بیکار است و معتا، چرا پسر فلائی هم کار دارد و هم زن و زندگی؟!حالا که شوهر من این قدر بداخلاقی است و زندگی راه با کم من تلخ کرده، چرا فلائی این قدر با همسرش مهربان و خوش برخورد است؟!

■ **خواهر شوهر، مادر زن، جاری!**

خواهر شوهر، مادر زن! جاری او... تا نام این افراد به میان می آید، بلافاصله بعضی از عروس‌ها و دامادها، موضع گرفته و ابر از ناراضی می کنند! قصد پرداختن به این موضوع ساختگی و تلقین شده از طرف افراد جاهل را ندارم فقط این افراد را در معرض چند سؤال قرار می‌دهم. شما که دخترت را از مادر شوهر می‌ترسانی! آیا خودت مادر شوهر نیستی؟ شما که از مادر زن، یک ازدهای دو سر ساخته‌ای! یعنی مادر خودت وقتی دخترت را عروس کند، تبدیل به ازدهایی دوسر می‌شود؟! شما که به خون خواهر شوهر تشنه‌ای! با مانعی که برادرت از ازدواج کند، همسرش باید به خونت تشنه شود؟ در این حدیث شریف که فرمودند: بهشت

■ **سمیرا عمویور** *

زن و شوهر هر دو بیرون از خانه کار می کنند و هر صبح سر کار می روند و عصر به خانه بازمی گردند و آنقدر خسته فکری و ذهنی هستند که کمتر پیش می آید در مورد مسائل مهم با یکدیگر صحبت کنند. بنابراین زن به همین ترتیب روز از شو شروع می شود و مجددا همان دیروز فرامی شود یا بالعکس زنی که خانه‌دار است، مسلمانا یکنواختی زندگی را بیشتر احساسی می کند. افراد همیشه و در هر شرایطی خصوصاً در شرایط ناهموار باید خود را جای یکدیگر قرار دهند تا بتوانند یکدیگر را درک کنند و از این فاجعه ناگوار که بعضاً منجر به جدایی از هم می شود جلوگیری کنند. در این زمینه یادگیری مهارت‌های ارتباطی به تفاهم بیشتر منجر می شود. ■ ■ ■

یکی از مهارت‌های مهم در زندگی مشترک، گوش دادن است. یعنی زوجین گوش شنوای هم باشند. با ایجاد این مهارت تفاهم شکل می‌گیرد. برای یک نویسنده یا گوینده افتخار افتاده است که پس از سمینارها و سخنرانی‌ها وقتی با محبت مخاطبان روبه‌رو شده و در جواب خسته نشاید آنها گفته است که شما خسته نباشید با تعجب شدمید آنها مواجه شده است که ما کاری نکردیم، شما صحبت کرده‌اید و وقتی گفته است گوش دادن یا شنیدن مؤثر، از سخت‌گویی به مراتب دشوارتر است با استفهام و استعجاب بیشتر آنها مواجه شده است. باید توجه داشت اگر گوش دادن از سخن گفتن دشوارتر نباشد، در یک فراگرد ارتباطی از هر جهت با آن برابر است. بیشتر افراد فکر می‌کنند که آنان گوش دهندگان خوبی هستند و نمی‌توان

لعنت خداوند قرار می‌گیرد. در اینجا سوالاتی مطرح است که باید به آنها پاسخ داد. سوالاتی از قبیل چرا عده‌ای قصد اختلاف‌افکنی در زندگی دیگران را دارند؟ چگونه می‌شود که این افراد، موفق به اختلاف‌افکنی می‌شوند؟ خانواده‌های هر یک از دختر و پسر چه مقدار در دامن زدن به این مسئله یا در حل آن دخیل هستند؟ زن و شوهر چگونه می‌توانند

زیر پای مادران است. منظور کدام مادر است؟ مادر زن یا مادر شوهر؟! پناه بر خدا! از این حرف‌های بی‌پایه و اساس! اجازه دهید تا به تفاوتی عجیب اشاره کنم. تفاوتی بین والدین قدیم و والدین امروزی. در قدیم وقتی دختر شان ازدواج می‌کرد و به خانه شوهر می‌رفت، والدینش به او می‌گفتند: با لباس سفید به خانه شوهرت رفتی و با لباس سفید از خانه شوهرت بیرون خواهی رفت. یعنی با لباس سفید عروسی آغاز کرده‌ای و با لباس سفید که کفن است، تمام می‌کنی. این جمله کنایه از این بود که دخترم برو و با شوهرت بساز. برو و مشکلات زندگی را تحمل کن و با هر بهانه‌ای فکر جدایی را به سرت راه مده. امام خمینی(ره) وقتی خطبه عقد عروس و داماد را می‌خواندند، می‌فرمودند: بروید و با هم بسازید. اما والدین امروزی هنگام ازدواج دخترشان به او می‌گویند: برو و دخترم، ولی اگر کسی به تو چپ‌نگاه کرد یا گفت بالای چشم‌ت ابروست، هر گرد به خانه و بدان که آنها لیاقت تو را ندارند! به نظر شما کدام زندگی دوام خواهد آورد و سرانجامش جدایی و طلاق خواهد بود؟ به نظر شما در کدام یک از زندگی‌ها رزمینه اختلاف فراهم‌تر است؟ به جای اینکه به فرزندانمان آموزش دهیم تا رنج‌ها را مدیریت کنند، آنها را به فرسار از رنج‌ها دعوت می‌کنیم.

والدین بزرگوار باید همچون راهنمایی دلسوز، روش درست زندگی کردن را به فرزندانشان بیاموزند و در هنگام بروز شکاف یا اختلافی به آنان کمک کنند. خداوند در سوره مبارکه نساء به‌مطلب بسیار مهمی اشاره کرده‌اند که عمل کردن به آن، خیلی از اختلافات را از بین خواهد برد و خبری از جدایی و طلاق هم نخواهد شد. آن از جدایی و شکاف میان زن و شوهر، بیم و هراس داشتید، داوری از خانواده شوهر و داوری از خانواده زن انتخاب کنید تا به کار آنان رسیدگی کند. اگر این دو داور تصمیم به اصلاح داشته باشند، خداوند به توافق و اصلاح آنها کمک می‌کند. زیرا خداوند دانا و آگاه است. با دقت اندکی در این

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۹۸۴۷۱

سبک ازدواج

چرا جوانان کمتر به ازدواج می‌اندیشند؟

دلهره برای گرفتن یک بله!

■ **فریبا مفخمیان**

ازدواج به عنوان سنتی پسندیده و زیبا، در تمامی جوامع و در طول تاریخ از اهمیت و جایگاه ویژه‌ای برخوردار بوده و از دیرباز بستر آن، توسط خانواده و همراهی اقوام و خویشان مهیا می‌شده است. هر انسانی برای ساختن یک زندگی شاد و رهایی از تنهایی به یک رابطه عمیق و صمیمانه نیاز دارد. که این امر در سایه زندگی زناشویی محقق می‌شود. زیرا ازدواج مطمئن‌ترین راه برای تأمین نیازهای عاطفی، آرامش فکری و روحی زن و مرد، تقویت روحیه امید و انگیزه‌ای برای تلاش و پیشرفت در زندگی است. یکی از شاخص‌های مهم برای ارزیابی سلامت و بهداشت روانی افراد یک جامعه سن ازدواج است. این مهم در جامعه امروز ما دستخوش تحول شده‌است. در سال‌های اخیر، با تغییر شرایط اجتماعی و فرهنگی این امر با موانعی روبه‌رو شده‌است که در نتیجه آن بسیاری از جوانان از ازدواج طفره رفته، تجرد و گذران زندگی در کنار خانواده را ترجیح داده‌اند.

عوامل تأثیرگذار در کاهش ازدواج بسیار متنوع و متعدد و دارای ارتباطی تنگاتنگ هستند ولی به‌طور کلی عواملی چون مشکلات اقتصادی، گرانی مسکن و اجاره بها، بیکاری، نبود امنیت شغلی، ادامه تحصیلات، تنوع طلبی جوانان، ترس از طلاق و شکست در زندگی، الگوپذیری از فرهنگ غربی و دهه‌امسئله اقتصادی واجتماعی دیگر اشتیاق جوانان به ازدواج و تشکیل خانواده را کاهش داده واز مطلوبیت آن کاسته‌اند.

شاید بتوان گفت در شرایط فعلی جامعه ما، مشکلات اقتصادی و معیشتی از مهم‌ترین دلایلی هستند که تشکیل زندگی و تدوام آن را تحت تأثیر خود قرار داده‌اند. امروزه داشتن شغلی با درآمد بالا تبدیل به یکی از پیش شرط‌های مهم ازدواج شده است، چراکه روز به روز شاهد رشد تجمل‌گرایی در بین خانواده‌ها، صرف هزینه‌های بالا و تشریفات مفضل مراسم‌های ازدواج، مهریه‌ها و چیزیه‌های سنگین، بالا رفتن سطح توقعات خانواده‌هاز یکدیگر و چشم

و هم‌چشمی‌های نامتعارف و بسیاری از موارد مادی و فرهنگی مختلف دیگر هستیم که با اینکه، بیشتر جوانان تمایل به ازدواج و تشکیل خانواده دارند اما خود را ناتوان از تأمین این شرایط می‌بینند و تمایل چندانی به تشکیل خانواده نشان نداده و زندگی مجردی را به متاهلی ترجیح داده‌اند بدون آنکه به تبعات و آسیب‌های آن فکر کنند.

از دلایل کاهش گرایش ازدواج در میان دختران می‌تواند این باشد که بسیاری از آنها، نگاه‌های مادی به ماهیت ازدواج دارند و از همان ابتدا خواهان رفاه و امکانات خاص در شروع زندگی مشترک هستند و حتی گاهی با اشتغال و رسیدن به استقلال مالی و کسب موقعیت‌های اجتماعی

بیهوده نداشته باشید. خیلی از مسائل، توسط خود زن و شوهر، قابل حل است. لطفاً شتابان در دخالت‌های ناخوسته نداشته باشید. آنچه را که خودتان دوست دارید و به آن علاقه‌مند هستید را به دیگران تحمیل نکنید. هر کسی اختیار زندگی خودش را دارد. لطفاً از اعمال قدرت‌های ناپجا خودداری کنید. آنچه ای می‌شنوید، به سرعت به دیگران بازگو نکنید چراکه ممکن است سوء تفاهم ایجاد کند و اسباب اختلاف شود. مانند امیر مؤمنان (ع)، واسطه اصلاح شویدن نه وسیله اختلاف و جدایی.

■ **مراقب شرایط مالی مان باشیم**

در خاتمه باید گفت از مقایسه کردن زندگی افراد از لحاظ مالی و اقتصادی و تحصیلی به شدت بیزیریم. با یک مقایسه اشتباه مسیر زندگی خود را از آرامش خارج نکنیم و در حقیقت زندگی خود را به سمت تاریکی و ناامیدی نبریم و از سردی روابط خود جلوگیری کنیم. دقت داشته باشیم ازدواج واحساسی که به همسر خود در حقیقت راضی است و آماده و آمند زیاد با آنها می‌تواند ما پس مشکلات خود بریابیم. نباید ملاک ازدواج، انتخاب و شکل‌گیری خانواده ما، ازدواج با پول، شهرت، زیبایی یا مقام طرف مقابل باشد. چون در این گونه ازدواج‌ها زوجین پس از مدتی که به خواسته‌های خود رسیدند، از زندگی و همسر خود خسته شده و دچار مشکلات روحی و بیماری‌های عصبی و افسردگی واضطراب می‌شوند.

در اوایل ازدواج افراد هنوز به این شرایط تازه عادت ندارند، و دخالت بیش از اندازه یا رفت و آمد زیاد با آنها می‌تواند ما را دچار مشکلاتی در زندگی کند. چون شیوه زندگی و طرز فکر یک فرد مجرد خیلی متفاوت‌تر از یک فرد متاهل است. برای همین زوجین باید بیشتر مراقب این عوامل بوده و آنها را کنترل کنند تا از ایجاد یک سری بحث و جدل در رابطه خود جلوگیری و محافظت کرده باشند.

میان زن و مرد کلی نگر بودن مردانه‌ستب به زنان است.

مردها معمولاً در جزئیات نمی‌شوند در حالی که زن‌ها به جزئی‌ترین و ظریف‌ترین مسائل اهمیت می‌دهند و توجه می‌کنند. در این حالت زن تصور می‌کند مرد در بسیاری از مسائل بی‌اهمیت و بی‌توجه است و برعکس تصور مرد از همسرش مانند فردی بیش از حد حساس و تنگ نظر تلقی می‌شود. زن‌ها عاطفی‌تر از مردها هستند و همین باعث می‌شود زن انتظاراتی از مرد داشته باشد. مثلاً مرد‌ها در مورد تاریخ‌های مهم زندگی مشترک (سالگرد ازدواج و...) معمولاً بی‌توجه هستند که این بی‌توجهی هیچ رابطهای با قصد و غرض ندارد. در این هنگام زن فکر می‌کند که همسرش در همه مسائل بی‌اهمیت و نسبت به او بی‌علاقه است. نکته بسیار مهم که در مهارت‌های زندگی کمتر به آن اشاره شده در آموختن آن سهل‌انگاری به عمل آمده صبر است. چه بسیار مشکلات هستند که با صبوری حل می‌شوند اما به علت تقویت نشدن آن در وجود انسان‌ها و شتابزدگی و تصمیمات عجولانه، مشکلات در هم پیچیده و به‌طور عجیبی گره می‌خورند. گذر زمان در اغلب مواقع مانع از رشد مشکلات خواهد شد و آن نشان‌دهنده توانایی صبوری در انسان‌هاست چراکه بسیاری از موارد در زمان خود روشن می‌شوند. مانند بعضی از اختلاف‌های همسران که با صبر و تحمل به‌حداقل می‌رسد.

توجه به مهارت صبر در زندگی را از همان دوران کودکی باید بیاموزیم چراکه در روش زندگی ما تأثیرگذار و شایسته است. مهارت صبر در زندگی یعنی آرامش را برای خود و دیگران به ارمان آوردن و زندگی پرباری را تجربه کردن.

■ **کارشناس ارشد ارتباطات**

روز به روز شادتر شد تجمل‌گرایی در بین خانواده‌ها، صرف هزینه‌های بالا و تشریفات مفضل مراسم‌های ازدواج، مهریه‌ها و جهیزیه‌های سنگین، بالا رفتن سطح توقعات خانواده‌ها از یکدیگر و چشم و هم‌چشمی‌های نامتعارف و بسیاری از موارد مادی و فرهنگی مختلف دیگر هستیم



ازدواج روزنه‌ای بر سر اضای مناسب نیازهای زیستی، روانی و اجتماعی افراد جامعه است. بنابراین تأخیر در آن می‌تواند پیامدها و آسیب‌های اجتماعی زیادی چون گرایش به ارتباطات نامتعارف، انحرافات و بی‌بند و باری‌های اخلاقی، ایجاد خلأهای عاطفی و روانی، افسردگی، ناامیدی، پر خاشگری، منزوی شدن و دلسردی، از دست دادن شور و نشاط زندگی، روی آوردن به مصرف مواد مخدر، روابط نامناسب اجتماعی و ارتکاب برخی جرایم و بسیاری از آسیب‌های اجتماعی دیگر داشته باشد.

برای اینکه امر مهم ازدواج برای جوانان ما میسر شود، بهتر است راهکارهای اساسی و برنامه‌ریزی‌های کلان اقتصادی، اجتماعی، در حمایت از جوانان صورت بگیرد. کارشناسان معتقدند افزایش ازدواج در گرو آموزش‌های گسترده و متناسب با نیازهای جوانان، ارائه الگوهای مناسب و از تقضای فرهنگ ازدواج در جامعه، ایجاد بسترهای مناسب و فرهنگ‌سازی برای ازدواج آسان و ترویج آن از طریق رسانه ملی، کاهش سطح توقعات و تجمل‌گرایی و مسائل سنتنی غلط و دست نیازی به ازدواج در خود احساس نمی‌کنند یا ازدواج را مانعی برای ادامه تحصیلات و پیشرفت و ارتقای اجتماعی خود می‌دانند و همین باعث تأخیر و دیررسی ازدواج در میان آنها می‌شود. به علاوه گسترش تصورات نادرستی که ازدواج کوله‌باری از مسئولیت‌ها، تعهدات و مشکلات متعدد را به بار می‌آورد و نتیجه ترس و نگرانی از اینکه آزادی‌های فردی آنها محدود شود.

از سوی دیگر سخت‌گیری‌ها و مانع تراشی‌های بی‌مورد و بی‌اعتنایی برخی والدین در حمایت از ازدواج فرزندانشان یا به‌طور کلی ضعف حمایت‌های اجتماعی در این زمینه مؤثر است. خانواده‌ها نقش اساسی در تعیین ذهنیت و نگرش جوانان نسبت به مسئله ازدواج دارند.