

سبک‌ار تباط



آیا پیش‌نیازهای عشق واقعی را پاس کرده‌ایم؟

همسرم! آن‌قدر دوست دارم که عاشقت هستم

■ مجید محمد

عشق حسی است که به معنای دوست‌داشتن شدید فرد یا چیزی است. همچنین احساسی عمیق، علاقه‌ای لطیف یا جاذبه‌ای شدید است که محدودیتی در موجودات و مفاهیم ندارد اما محدودیت در فکر و عملکرد دارد. حتی می‌تواند در حوزه‌هایی غیر قابل تصور ظهور کند. همچنین نوعی عاطفه در مورد دیگران یا جذابیت بی‌انتها برای دیگران است. این تعریف یا تأویل کلی از عشق بود اما عشق را می‌توان اینگونه هم تعریف کرد: قوه‌ای است نامحسوس که به نظر من مر تبه کمال در دوست‌داشتن و محبت و رزین است. بسیاری از افراد جامعه دوست‌داشتن در حد زیاد را عشق تلقی می‌کنند و این اشتباه را مدام تکرار کرده و ضر به‌های

وقتی کسی را نمی‌شناسیم و هیچ نوع برخوردی با او نداریم باطبع در قبال وی احساسی هم نداریم؛ چراکه محرک و پاسخ یا کنش و واکنشی نداشته‌ایم. گاهی از سر اتفاقی ساده ارتباطی شکل می‌گیرد، دوستی‌ای رقم می‌خورد،

شناخت به‌وجود می‌آید و پس از آن نسبت به فضایل اخلاقی و رفتارهای زیبای طرف مقابل علاقه‌مند می‌شویم. مثلاً از فعالیت‌های زیبای یک هنرمند به اشتیاق آمده، علاقه‌مند هستیم در وی جست‌وجو کنیم چه چیز باعث این همه خلق زیبایی می‌شود، بعد کم‌کم شخصیت وی برای ما دوست‌داشتنی شده، خب بدیهی می‌توانیم در این محبت اینجاست که ما همه کسانی را که به وی شده‌ایم دوست خواهیم داشت. اما نکته مهم و اساسی در این محبت اینجاست که ما همه کسانی را که می‌شناسیم می‌توانیم دوست داشته باشیم و در عناوین مختلف نیز به گونه‌های مختلف نشان بدهیم و ابراز کنیم؛ مثلاً رابطهای که با هم‌کلاسی، همکار، هم‌خدمتی و غیره داریم یا رابطهای که با دوستان صمیمی یا خیلی صمیمی تر داریم. در این مثال کاملاً میزان دوست‌داشتن‌ها متفاوت است و البته که ایرادی ندارد اگر ما اطرافیانمان را دوست بداریم. حتی در مناسبت‌های مختلف یا حوادث گوناگون شاهد هستیم به‌خاطر اینکه هموطن خود را دوست داریم به ابراز این دوست‌داشتن‌ها می‌پردازیم. اما آنکه را دیدیم، شناختیم، محبت ورزیده، دوست داشتیم و در دوست‌داشتن تا حد کمال پیش رفته‌ایم از عشق می‌گویند. دقیقاً آنجایی که نتوانستیم بگوییم چه چیز در ما رشد کرده تا این حد از دوست‌داشتن ما را افتاع نکرده و دوست داریم فدای معشوقمان شویم، عشق رخ داده و ما عاشق شده‌ایم. نکته‌ای که در عشق مشهود است همین نامحسوس بودن آن است. اگر کسی را دوست داریم از همان ابتدای می‌توانیم حداقل برای خودمان استدلالی بیاوریم که مثلاً من فلائی را دوست دارم اما از یک جایی به بعد می‌رویم در وادی دل و آنجاست که می‌گوییم فلائی هر چه تو را دوست دارم کم است خودم از خودم رضایت ندارم تا جایی که فدای تو شوم!

محبت در وجود ما از سر آغاز تا کنون بوده و هست و شاید مانند ادراک‌های حسی باشد. حتی در کلام هم می‌گوییم حسن انسان دوستی‌اش گل کرده و دست فقرا

را می‌گیرد... شاید این حس بود که مقدمه همه احساس ما شد. وقتی مهربانی را، محبت را، دوست‌داشتن را، هنوز به دنیا نیامده بودیم در کم می‌کردیم بعید نیست که در لحظه ظهور و حضورمان ما نیز چنین نکنیم. می‌خواهم بگویم نه اکتسابی است که شاید مؤثر هم باشد، نه وراثت دخیل است که شاید بی‌تأثیر هم نباشد، اصالت ما خدای مهربانی است که جهانیان را بر پایه عشق و مهربانی پنهان‌د و از این خلقت بعد یاد اگر سزای تواز من عشق نباشد...

همه چیز از شناخت به‌وجود می‌آید

آیا می‌دانید دشمنان شما همان دوستان دیرین شما هستند که دوستی‌تان تبدیل به دشمنی شده است؟ آیا می‌دانید کسی را که نمی‌شناسید و تا از درونیات او باخبر نشده‌اید و به قول معروف رمزگشایی نکرده‌اید، او دوست شما نشده و هنوز غریبه است؟ آیا می‌دانید غریبه‌ها در مقابل شما کاملاً خنثی هستند؟ این یک

قانون و منطق مبرهن است، با کسی که نمی‌شناسید: شراکت، دوستی، رفاقت، ازدواج و... نمی‌کنید. اگر کسی را تازه بشناسید که ایشان چه کسی است، بعد شخصیت و درونیات، منویات، علاقه‌مندی‌ها و غیره را شناختید، پس از آن یا با مطالعه علمی قبلی از شخصیت‌ها یا با مطالعه جدید روی شخصیت مورد انتخابتان، اگر را را درست رفته باشید این رابطه ممکن است به حد اعلای دوست‌داشتن و عشق و ازدواج ختم شود. تصور کنید اگر این شناخت به‌خوبی به‌وجود نیاید، تنفر، ظن بد نسبت به همه، تکذیب عشق، آن هم عشقی که اصلاً در کار نبوده است و حتی کینه و دشمنی نیز به همراه خواهد داشت. پس این شناخت است که به ما اجازه و امنیت خاطر می‌دهد تا عاشق شویم و ازدواج کنیم.

عشق یک معنویت و موهبت الهی است

هیچ کدام از ما شاید انقدرها مرد میدان نباشیم که جان خود را فدای پدر یا مادر یا فرزندمان کنیم، اما امان از لحظه معروف عشق در یک نگاه! اسان از وقتی که می‌گویند: «وقتی دیدمش دلم لرزید، یه جوری شدم.» امان از وقتی که آرام و قرار نداریم، تا خبری از آنکه دوستش داریم به ما برسد. شده دست به هر کاری بزنیم تا او را ببینیم، جای بسی تعجب است که در دنیای ارتباطی امروز که شاید راحت‌تر بتوان نوشت «دوست دارم» و این جمله را برای هر که دلت خواست در فضای

زیادی از نظر روحی و عاطفی می‌خورند. قانون عجیب و جالبی است که ما می‌توانیم همه را دوست داشته باشیم، البته با میزان و شدت‌های مختلف، اما هیچ وقت نمی‌توانیم در قبال همه افراد دور و برمان عاشق باشیم. آیا می‌دانید عاشق شدن یک فرایند شیمیایی هم هست؟ وقتی فردی عاشق می‌شود، مجموعه‌ای از واکنش‌ها در بدن او رخ می‌دهد. به عقیده کارشناسان این تغییر و تحولات شیمیایی تضمین‌کننده بقای گونه انسان هاست. نشانه‌های عاشق شدن، که شبیه بروز کردن علائم بیماری هاست، به‌وضوح قابل شناسایی است؛ از عرق کردن دست‌ها گرفته تا از بین رفتن اشتها و حس سرخوشی و همچنین سرخ شدن گونه‌ها و تپش قلب. عشق مراحل مختلف دارد. شروع شدن هر کدام

مجازی ارسال کرد، عشق حیایی در دلمان می‌اندازد که حتی رومیان نمی‌شود نامش را ببرسیم. اصلاً اصالت و قداست حد اعلای دوست‌داشتن و عشق همین است. عشق که میان عاشق و معشوق رخ می‌دهد یک معنویت و یک موهبت الهی است. عشق در همه ما وجود داشته و دارد، فقط نیاز به درک صحیح دارد.

پیش‌نیاز های رشتۀ عاشقی چیست؟

عاشق شدن و عاشقی کردن پیش‌نیازهایی دارد که تا آنها را پاس نکنیم به معنای درست عشق دست نمی‌یابیم.

اول اینکه نگاهمان را عوض کنیم: در مقابل همه کسانی که نسبت به آنها تعلق خاطر

داریم محبت روا داشته و آنها را دوست بداریم.

دوم اینکه دوست‌داشتن‌هایمان را بی‌مقدار و بدون توقع کنیم: وقتی کسی را دوست داریم از چیزهایی که باعث می‌شود رابطه‌مان را تیره و تار کند پرهیز کنیم. سوم اینکه از خودگذشتگی کار عشق هاست: وقتی مرحله به مرحله دوست‌داشتن‌ها را پیش رقتیم، وقتی بدون اینکه در قبال محبت‌هایمان از کسی توقعی کنیم پیش رقتیم، تازه ابتدای احوال عارفانه و شیدایی ماست. چهارم افراد وقتی از منویات خود می‌گذرند و به طرف مقابل خود بیشتر فکر می‌کنند بزرگ‌منشی را در خود تقویت خواهند کرد، در‌ست مانند کسی که از مرحله جوانویی به جوانی رشد کرده و احساس بزرگی، آقایی و غروری جالب دارد. حالا همین مثال را در سطح وسیع و مقدس تصور کنید تا برایتان مسجل شود.

چهارم ارزشیابی دنیا در دید عاشقان فرق دارد: آنچه برای شخصیت‌های عاشق ارزشمند است رسیدن به کمال از طریق سیر صعودی دوست‌داشتن و عشقی است که میان خود و یا خود دارند و همواره در این راه، تمام زیبایی‌ها را که در کم می‌کنند، مدیون ذات باری تعالی بوده، به شکر گذاری از وی می‌پردازند. و خلاصه جان کلام این است اگر طرف مقابل ما همسر ما شده است، اگر او انتخاب واپسین روزهای شیدایی ماست، اگر مهر او به دلمان افتاده و اکنون همسر و هم‌اسرار ماست، اگر عشقی میان ما حاکم نیست جای تعجب دارد که یا همه آنچه رخ داده کذب بوده یا یک جای کار ایراد دارد؟! یعنی پیش‌نیازهای عشق را پاس نکرده‌ایم.



سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۹۴۷۱

درد

آیا روزی که به خواستگاری رفتید اصل موضوع، همسر‌تان نبود؟ اصل موضوع با هم بودنی برای همیشه نبود؟ شما نبودید که می‌گفتید یک چادر می‌اندازیم زیرمان همان را رویمان؟! اصلاً چادر می‌زنیم در کوه، فقط، تو مال من باش! گیریم که دوره زمانه عوض شده است، شما چطور؟ آیا دوست‌داشتنتان رنگ رخ باخته است؟ آیا همین که مثلاً ۱۲ سال است در کنار هم سالم و سرحال، خوش و خرم، با فرزندان‌ی بهتر از برگ درخت زندگی می‌کنید کم است؟ حالا اگر کم و کسری هم هست به ثروت با هم بودن‌تان ببخشید...

درد

از این مراحل با ترشح مجموعه‌ای از مواد شیمیایی همراه است که واکنش‌های فیزیکِ خاصی را سبب می‌شود. محققان مجموعه‌ای از ترکیبات شیمیایی را شناسایی کرده‌اند که در کدام از این مراحل ترشح می‌شوند. مرحله جذب، حس وابستگی و دلبستگی و ابعادی چون همدلی، صمیمیت، تمنای عاطفی و...

اما نکته اینجاست چرا بسیاری از افراد نتوانسته‌اند به آن دست پیدا کنند. حتی گاهی این عدم‌دسترسی باعث شده است تا عده‌ای یک چاب‌نشینند و ضمن انکار عشق آن را به کتاب‌ها و قصه‌ها نسبت داده و تکذیب کنند.

عشق که باشد هیچ پایه‌ای متزلزل نمی‌شود

اگر در بین همه زوج‌های ایرانی که آوازه تاریخی عشق‌های پاکشان را به همه جای جهان الگو و اسطوره بوده و هست، همچنان عشق حاکم باشد هیچ خانواده‌ای متزلزل نمی‌شود، هیچ خانواده‌ای بی‌آنکه گسسته نشده

و این همه موجبات طلاق افزایش نمی‌یابد.

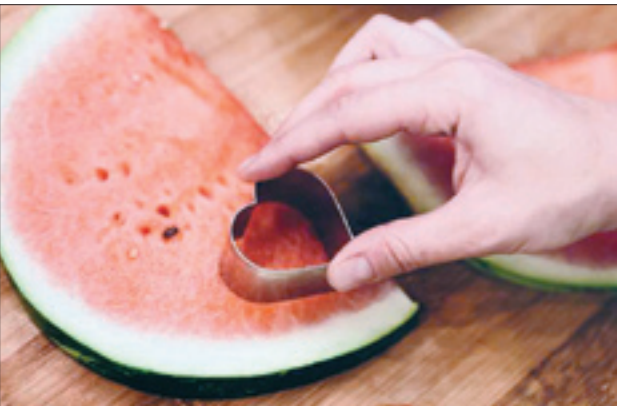
می‌گویند تا کی عاشقی کنیم؟ مگر می‌شود نان خشک خورد و عاشق بود؟ مگر می‌شود نخورد نداشت! نبوشید و نگشت و عاشق بود؟! اینها برای قه و کتاب‌هاست... می‌گوییم بسه مادرت نگاه کن و خانمی را از او یاد بگیر، پدرت را نگاه کن و عاشقی را از او یاد بگیر. اسلامی دانی عشق چیست؟ شمای که هنوز به دوست‌داشتن هم مردد هستید معیارتان برای زندگی و خوشبختی، با هم بودن نیست! شمای که با هم بودن از همه چیز بی‌نیازتان نمی‌کند! شمای که برایتان فرق دارد با هم کجا بنشینید، چه بخورید، کجاها بروید! شما چرا با هم در آمیخته‌اید و وصال را پیشه کردید؟ برای شما ازدواج خوب که نیست ضرر هم دارد... زندگی زناشویی که با عشق شروع می‌شود چرا در طول زندگی بدون عشق شود؟ افزایش توقعات و خیالپای‌های برخی دختران و پسران درباره همسر و داشتن تصور اشتباه برای ساخت خانه و خانواده رؤیایی، تشکیل یا حتی حفظ زندگی را با تمام رویه‌رو می‌کنند. وقتی در خانواده‌ها اصالت فراموش می‌شود جای تعجب نیست که سرما کنون عاطفی‌تان را در بر بگیرد. اینجا سوآلی مطرح است: آیا روزی که به خواستگاری رفتید اصل موضوع، همسر‌تان نبود؟ اصل موضوع با هم بودنی برای همیشه نبود؟ شما نبودید که می‌گفتید یک چادر می‌اندازیم زیرمان همان را رویمان؟! اصلاً چادر می‌زنیم در کوه، فقط تو مال من باش! گیریم که دوره زمانه عوض شده است، شما چطور؟ آیا دوست‌داشتنتان رنگ رخ باخته است؟ آیا همین که مثلاً ۱۲ سال است در کنار هم سالم و سرحال، خوش و خرم، با فرزندان‌ی بهتر از برگ درخت زندگی می‌کنید کم است؟ حالا اگر کم و کسری هم هست به ثروت با هم بودن‌تان ببخشید...

نگارید مشکلات شما را از محبت غافل کند. از قدیم هم گفته‌اند دوست م‌را بد کند یک هله بوک. هدیه هر چند اندک و کم‌ارزش حتی در حد یک دانه هلو بوک شده باشد، نشان می‌دهد به یاد دوست هستید و به او علاقه دارید؛ چراکه مهم عطر و بوی هل یا همان دوستی است. حالا هم همین است! از سر کار در حال رفتن به خانه هستید حتماً هر چند اندک اما چیزی برای همسر‌تان خرید و هر از چند گاهی با هدیه‌ای او را شاد کنید. تهران هم که تا دلتان بخواهد پر شده است از چهارراه‌هایی که مملو است از کودکان کار یا حراج گل و اجناس ارزان. گاهی یک خرید از سر محبت می‌تواند چقدر آنها را خوشحال کند و این شادی را خدا نیز در خانه‌تان جبران خواهد کرد.

وقتی به یکدیگر محبت نکنید، وقتی عشق در بینتان نباشد، طبیعی است که میل به هم نداشته و کم‌کم گرمای موجود بین شما از بین رفته و خانواده‌ها دچار فروپاشی خواهند شد. نهایتاً سن ازدواج و دوام زندگی‌ها پایین آمده و طلاق سرنوشت این عدم مدیریت‌های عاطفی خواهد شد. برای زندگی هر چه بهتر پیش از اینها باید مهارت‌های مختلف ارتباطی و مهارت‌های زندگی را بیاموزیم، اما چه این باید‌ها را بلد باشیم، یا به مرور فرابگیریم آنچه اولویت بیشتری دارد استمرار روابطی است که تبدیل به عشق واقعی بشود و بتواند محرکی برای پاسخ به خوبی‌ها باشد.

•مددکار اجتماعی و مشاور خانواده

بی‌مقدمه بی‌تعارف



اندر حکایت عشق و عاشقی در جامعه امروز ما

هم عاشق هندوانه هستی هم عاشق زنت!

■ مجید محمد

باید بعضی اوقات بی‌مقدمه و بی‌تعارف رو در روی عده‌ای ایستاد و گفت تو چگونه عاشقی هستی که... زندگی‌های کنونی نیاز به ریکواری دارد، حالا چرا؟! به دلایلی که به همین مناسبت، و مثل همیشه، بی‌برده با شما، در این نوشته خواهم گفت.

■ ■ ■

۱- مدام به خواهرانش می‌گوید: احسان عشق منه اصلاً جونش برای من در می‌ره! حقوق که می‌دن بهش دوستی می‌ده به من...

۲- ما هرگز متوجه نشدیدم این چگونه عشقی است که در یک نگاه اتفاق افتاد؟! اگر اینگونه بود عشق دقیقاً در همه جای زندگی و در تمام حیطه‌ها

۳- دست به دست داده‌اید عشق را دهم‌دستی کنید؟ عاشق مادرت هستی! همسرت را عشق جان صدا می‌کنی! بعد صحبت با هندوانه می‌شود می‌گویی وای عاشقشم! این دیگر چه سودایی است؟

۴- مدام دم می‌زند ما زن و شوهر عاشق هم هستیم، اما خانمش بدون اجازه او حق هیچ کاری ندارد.

۵- یک مدل عاشقی هم داریم که به‌خاطرش از روی جنازه پدر و مادر هم عبور می‌کنند! همه مواقع را برمی‌دارند تا به هم برسند. به اینها خرده بگیرید و حتی توپ و نشر هم کنید باز کم است، در اتاق خانه حبس نموده و با همان اسباب بازی کودکی‌شان محصورشان کنید! وقتی هنوز بویی از معرفت و شناخت نبرده، حلال و حرام را قاطی کرده و در کمال ناباوری بی‌آنکه بدانند دوست

درد

عده‌ای هم با کارهایشان نام نیک عاشقان را خراب می‌کنند. مثلاً آنکه دیروز عاشق و سرگشته شمای که برایتان فرق دارد با هم کجا بنشینید، از جانش بود حالا برای یک مسئله ناچیز همسرش را به‌باب‌کُتک می‌گیرد! یا بارها شده است در زندگی‌ای که با عشق شروع شده به‌خاطر شوری غذا دعوا‌یی راه‌انداخته‌اند که محشر کبر است! اینها همان‌هایی‌اند که می‌گفتند نمک‌دان بی‌نمک شوری ندارد، دل من طاقت دوری ندارد

دارم یعنی چه، می‌گوید عاشقشم، می‌خواهشم. ۶- حتی روایت داریم خانمی در عتفان آشنایی پیش از ازدواج بارها تأکید کرده که من از تو تمنای عشق دارم! اما زمان خرید انگشتر به داماد گفته ا ن یکی را یخر که نگین بزرگ‌تری دارد!

۷- بعضی‌ها هم که باز همان درگیر عشق در یک نگاه هستند، منتها به‌اندازه یک عکس روفایل در فضای مجازی با هم از طریق کلمات و گفت‌وگوی اینترنتی حرف زده‌اند و چه احساساتی که رد و بدل نکرده‌اند، جوری عاشقانه حرف می‌زنند که انگار لیلیای در برابر مجنون نشسته است، بعد از مدت‌ها هم آقا متوجه می‌شود آنکه با او چه می‌کرده پدرش بوده که او را امتحان کند، البته با پروفایل جعلی.

۸- عده‌ای هم هستند با کارهایشان نام نیک عاشقان را خراب می‌کنند. مثلاً آنکه دیروز عاشق و سرگشته خانم عزیزتر از جانش بود حالا برای یک مسئله ناچیز همسرش را به باد کتک می‌گیرد! یا بارها شده است در زندگی‌ای که با عشق شروع شده‌است به‌خاطر شوری غذا دعوا‌یی راه‌انداخته‌اند که محشر کبر است! انگار دقیقاً اینها همان‌هایی‌اند که می‌گفتند نمک‌دان بی‌نمک شوری ندارد، دل من طاقت دوری ندارد.

۹- همگی در کلام از عاشقی حرف می‌زنند اما دقیقاً سر بزنگاه می‌گویند: ببین من عاشق توام! اگر قرار باشه به‌خاطر تو برم با داداش‌ات اشتی کنم از من بخوابم! پرس به بچه و زندگی. ۱۰- مردها سریعاً برای جذب آنکه دوستش دارند ابراز عشق می‌کنند، دوست دارم‌هایشان