این صفحه پیام‌ها، متن‌ها، عکس‌نوشت‌ها و خبرهای کوتاه منتشر شده در فضای مجازی را بازنشر می‌دهد. تلاش بر این است که دیدگاه‌ها و نظرات کاربران اندیشمند شبکه‌های اجتماعی در عرصه مکتوب هم دیده شود.

آیینه نفس

اگر کسی دنبال عیب مردم باشد خدا هم دنبال عیب اوست

آیت‌الله احمد عابدی:

امام عسکری (ع) حدیثی از رسول خدا(ص) نقل فرمودند: «مَنْ تَتَبَّعَ عَوْرَاتِ الْمُؤْمِنِينَ تَتَبَّعَ اللهُ عَوْرَاتِهِ وَمَنْ تَتَبَّعَ اللهُ عَوْرَاتِهِ فَضَحَهُ فِي جَوْفِ بَيْتِهِ: اگر کسی دنبال عیب مردم باشد، خدا هم دنبال عیب خود اوست و او را رسوا می‌کند، حتی در خانه خودش.» به گونه‌ای که چنین کسی در خانه خودش و کنار زن و بچه‌اش خجالت بکشد و نتواند زندگی کند. خدا در خانه خودش او را رسوا می‌کند. هر که دنبال این باشد که فلانی چه اشتباهی کرده؟ فلانی نمره امتحاناتش چند شد؟ در امتحانات مردود شد یا نشد؟ فلانی به نامحرم نگاه کرد یا نکرد؟ هر کس دنبال این چیزها باشد، خدا هم دنبال عیب خود او خواهد بود و او را در خانه‌اش هم که باشد رسوا می‌کند.

... این از غرر کلمات امام عسکری(ع) است که می‌فرمود: «ضَعْ أَمْرَ أَخِيكَ عَلَى أَحْسَنِهِ: هر کاری از هر کس دیدی آن را بر بهترین وجهش حمل و توجیه کن. مثلاً اگر می‌بینم آقایی لبش دارد تکان می‌خورد، آیا بگویم دارد به من فحش می‌دهد، یا بگویم دارد صلوات می‌فرستد؟ این فرمایش امام می‌فرماید ببین بهترین کار کدام است؟ بگو او هم همانگونه است. حتی اگر کسی را که یک روز از صبح تا شب هم با او بودید و نمازش را نخواند، نگویید فلانی بی‌نماز است بلکه حمل بر احسن بکنید و بگویید شاید حواسش نبوده، شاید غفلت و فراموش کرده است.

منبع: کانال تلگرامی «استاد احمد عابدی»

حاصل حضور نظامی صهیونیست‌ها در منطقه

مهدی محمدی در توئیتی نوشت: افزایش حضور نظامی رژیم صهیونیستی در خاورمیانه در قالب مانورهای نظامی با اعراب، مشارکت در ائتلاف‌های امنیتی پنهان و همراهی با جنگنده‌های امریکایی، گرچه تلاشی برای شکل‌دهی به ترتیبات جدید نظامی همزمان با تغییر شکل حضور امریکاست، اما بی‌گمان قبل از هر چیز امنیت اعراب را کاهش خواهد داد.

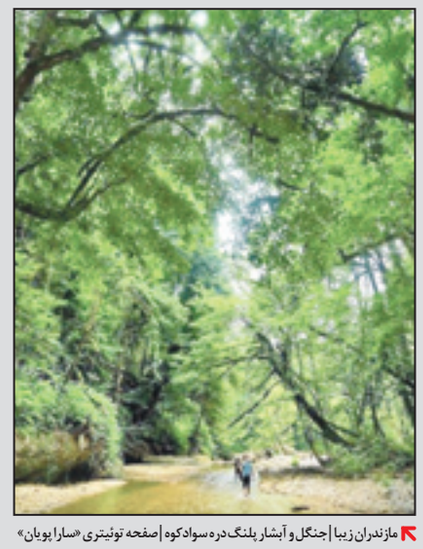
چه کسانی به شورای عالی انقلاب فرهنگی آمدند و چه کسانی رفتند؟

چه کسانی از شورای عالی انقلاب فرهنگی رفتند و چه کسانی آمدند؟ طبق حکم رهبر معظم انقلاب، افراد ذیل در شورای عالی انقلاب فرهنگی جای خود را به نفرات جدید دادند: محمدرضا عارف، داوری اردکانی، سیدعلیرضا صدرحسینی، محمدعلی کی‌نژاد، مهدی گلشنی، علی‌اکبر ولایتی، محسن قمی، حسین کچویان، عبدالله جاسبی، عزت‌الله ضرغامی و محمد محمدیان. افراد ذیل با حکم رهبر انقلاب، به عضویت شورای عالی انقلاب فرهنگی درآمدند: ایمان افتخاری، امیرحسین بانکی‌پور فرد، عادل پیغامی، حسین ساعی، ابراهیم سوزنچی، مرتضی میرباقری و احمد واعظی.

درآمد سنگین گوگل از بلوت‌وار

کانال تلگرامی «فجازیست» نوشت: بلوت‌وار (Bloatware) به برنامه‌های از پیش نصب شده روی سیستم عامل‌های تلفن‌های همراه که توسط سازندگان گوشی قفل شده و حذف نمی‌شوند، گفته می‌شود. البته گوشی‌های Google Pixel به کاربرها اجازه می‌دهد این برنامه‌ها را حذف کنند، اما تولیدکنندگان گوشی مانند سامسونگ، شیائومی و هوآوی این اجازه حذف را نمی‌دهند. نکته جالب اینکه گوگل بابت قفل برنامه‌ها و جلوگیری از حذف آنها، از شرکت‌های سازنده برنامه‌ها مبالغ سنگینی می‌گیرد.

تصویر منتخب



مازندران زیبا | جنگل و آبشار پلنگ دره سوادکوه | صفحه توئیتری «سارا پویان»

واکنش کاربران شبکه‌های اجتماعی به اکران فیلم جدید اصغر فرهادی

از قهرمان، قهرِمان آمد

با بازگشایی سینماها مخاطبان بار دیگر پای پرده سینما نشستند. «قهرمان» اصغر فرهادی از جمله نخستین فیلم‌های اکران شده در این ایام است. بینندگان نظرات خود را در توئیتر بیان و اذعان داشتند که دیدن این فیلم آنها را از بازگشت سینما ناامید کرد. کاربران توئیتر این فیلم را ضعیف‌تر از سایر تولیدات فرهادی دانستند. برخی دیگر از کاربران نیز از سناریوهای تکراری و سیاه‌نمایی‌هایی که در سایر آثار فرهادی مشاهده می‌شود، گلایه داشتند و آن را به تلاشی برای دریافت جایزه‌های بین‌المللی تعبیر کردند. گمانه‌زنی‌هایی نیز در خصوص برداشت ایده فیلم از یک مستند وجود دارد. در ادامه بخش‌هایی از واکنش‌های کاربران آمده است.

■ **امیر بی‌گزند:**
بعد از سال‌ها رفتم سینما و قهرمان اصغر فرهادی رو دیدم! فیلم طولانی، خسته‌کننده و کسل‌کننده‌ای بود و در مجموع خوشم نیومد؛ به‌نظرم ضعیف‌ترین فیلم اصغر تا اینجا بوده! کلاً بعد از جدایی همینجوری داره پسرفت میکنه. تنها نقطه درخشان فیلم بازی امیر جدیدی بود.

■ **علی رضوی:**
نه. از قهرمان، قهرمان آمد. واقعاً قابل قیاس با کارهای قبلی اصغر فرهادی نبود. یه اقدام ناکام برای تجربه‌ای جدید از آقای فرهادی عزیز. این کار اگه لیبل فرهادی رو نداشت به نظرم در سطح یه فیلم خیلی معمولی پایین میومد.

■ **کاربری با نام «نوشینه»:**
ماکه رومون نشد تا همین حد بگیم ولی دم پوریا ذوالفقاری گرم که به درستی نوشت قهرمان زباله‌اس. آخه آدم از رو فیلم‌های خودش هم کپی کاری میکنه! فرهادی چه میکنی با خودت؟

■ **صدرا حاج علی:**
قهرمان رو دیدم؛ نظر شخصی: بدبخت و سیاه نشان دادن ایران و پایان باز در فیلم‌های اصغر فرهادی از بین نمی‌رود بلکه از فیلمی به فیلم دیگر منتقل می‌شود و البته فقط همین سبک از سینمای ایران اسکار می‌گیرد...

■ **محمدحسین اسفندیاری:**
اصغر فرهادی فیلمش رو با یه سکانس از عظمت بنای تاریخی نقش رستم شروع میکنه و در ادامه فیلم، همه سکانس‌ها تو چندتا از محروم‌ترین نقاط شیراز رقم میخوره و این قیاس پنهون که ایشون به‌واسطه روایت ناقص و هدفدار خودش ایجاد میکنه، واسه ناخودآگاه مخاطب پیغامی داره! #قهرمان

■ **وحید نامی:**
«قهرمان» از هر نظر فیلم متوسطی است. تمجیدها و کوبیدن‌ها همه محصول سوءتفاهم‌هایی است که درباره سینمای فرهادی و خود اصغر فرهادی وجود دارد. #قهرمان

■ **بهنام منتظر:**
فیلم قهرمان رو دیدم به نظرم فیلم خوبی بود ولی فیلم‌های دیگه فرهادی به نظرم از قهرمان بهتر بودند.

■ **نعیم رحیمی:**
فیلم قهرمان را دیدم. اصغر فرهادی دنبال دادن حال خوب به مردم نیست. داستان‌هایی که از بدبختی و گرفتاری‌های مردم می‌گوید و جشنواره پسند هستند... چرا؟ چون چنین تصویرهایی از ایران مخابره می‌کنند! همسو با تصویری که غرب می‌خواهد از ایران ارائه دهد.

■ **کاربری با نام «همایون»:**
قهرمان اصغر فرهادی را دیدم؛ بازی‌ها و بازیگردانی، بخش عمده کارگردانی، ایجاد تعلیق، درگیر کردن عالی بود. تدوین میتونست بهتر باشه. انتخاب بعضی از نماها و کادرها رو نپسندیدم. میکس و صداگذاری یا ضعیف بود یا صدای سالن بسیار بد بود و اما داستان! داستان درگیر کننده ست اما فیلم پیام‌های زیرمتنی زیادی داشت.

■ **آرامه اعتمادی:**
آزاده مسیح‌زاده، کارگردان فیلم مستند دو سر برد، دو سر باخت مدعی است که فیلم سینمایی قهرمان ساخته اصغر فرهادی با اثرپذیری جدی از مستند او ساخته شده و در این مسیر نه تنها حق و حقوق مادی و معنوی او تأمین نشده بلکه شاهد برخوردهایی از گونه‌ای دیگر بوده است.

نیم قرن چالش با آلودگی هوا

حسین آخانی، استاد دانشگاه تهران در کانال تلگرامی خود نوشت: مشکل آلودگی و ترافیک شهر تهران نیم قرن سابقه دارد ولی نه تنها این مشکل برطرف نشده است بلکه شهرهای دیگر نیز به آن گرفتار شده‌اند.

در مهر ماه گذشته، شهروندان تهرانی هشت روز ناسالم و در شش ماه گذشته شهروندان اراکی با ۶۳ روز هوای ناسالم و کرجی‌ها بدون داشتن حتی یک روز هوای سالم رکورد آلوده‌ترین شهر کشور را دارند. منابع آلودگی برای مسئولان شناخته شده است. در شهر تهران مهم‌ترین منبع آلودگی وسایل نقلیه متحرک و در شهر اراک علاوه بر آن، صنایع به‌شدت آلوده‌ای است که به‌خصوص در فصل سرما با تغییر سوخت نیروگاه‌ها آلوده می‌شود. اما آلودگی در اثر گرد و غبار بسیاری از شهرهای خشک کشور را فرا گرفته است. در بازدیدی که مهر ماه از شهر اراک داشتم، کاملاً مشخص بود که بخش عمده آلودگی این شهر ناشی از فعالیت‌های کشاورزی (شخم)، فرسایش شدید خاک و افت آب‌های زیر سطحی دشت فراهان و اطراف تالاب میقان است.

سؤالی که در ذهن مردم وجود دارد این است که با وجود آنکه همه به‌خوبی می‌دانند مشکل کجاست، چرا کسی برای حل مشکل آلودگی کاری نمی‌کند. پاسخ به این سؤال چندان پیچیده نیست. برای حل منشأ آلودگی خودروها، راهی جز توسعه حمل‌ونقل عمومی و حمل‌ونقل پاک نیست. اتفاقاً رویکرد حمل‌ونقل پاک، بسیار آسان، ارزان و منشأ سلامتی است. کسانی که در این سال‌ها به شهرهای اروپایی سفر کرده‌اند به‌خوبی می‌دانند حتی داشتن دو کودک نوزاد دوقلو یا معلولیت مانع استفاده از دوچرخه نمی‌شود. در کلانشهرهای اروپایی، هر روز فضای تردد خودروها تنگ‌تر و به فضای تردد پیاده، دوچرخه و اسکوتر اضافه می‌شود. نگارنده در سه سال گذشته تردد با خودرو در شهر تهران را با دوچرخه جایگزین کردم و با ۵ هزار کیلومتر دوچرخه سواری توانستم از انتشار یک تن دی اکسید کربن به شهر جلوگیری کنم. تجربه من نشان داد که با استفاده از دوچرخه باتری دار می‌توان حتی در پر شیب‌ترین نقطه تهران (محله گیشا و برج میلاد) در هفت روز هفته با دوچرخه سر کار رفت. تجربه من نه تنها باعث سلامتی و نشاط من شد، بلکه زمان قابل ملاحظه‌ای در وقت صرفه‌جویی کردم.

بسیار خوشحالم که رویکرد معاونت جدید حمل‌ونقل و ترافیک شهر تهران، توسعه حمل‌ونقل پاک است. ایجاد خطوط دوچرخه بسیار ارزان‌تر از ساخت مترو، خرید اتوبوس و وارد کردن خودروهای برقی و هیبریدی است. علاوه بر آن به عدالت اجتماعی نزدیک‌تر بوده و نقش بسیاری در عدم وابستگی کشور به خارج از کشور و عملی کردن اقتصاد مقاومتی دارد. بر اساس تحقیقات جدید، بیش از ۲۹ میلیون نفر در ایران دارای چاقی و اضافه وزن هستند که عامل ۵۰ هزار مرگ در سال است. دلیل این مشکل کم تحرکی جامعه است که به‌راحتی با توسعه دوچرخه، نه تنها صرفه‌جویی نجومی در هزینه‌های بهداشت و درمان می‌شود بلکه با کاهش آلودگی هوا، ۴۱ هزار مرگ زودرس در اثر آلودگی نیز شانس زیستن خواهند داشت. با مقایسه این رقم با سالانه ۴۰۰ تا ۵۰۰ هزار فوتی در کشور می‌توان درک کرد که با یک تغییر کوچک در سبک زندگی و حمایت از دوچرخه سواری می‌توان از مرگ یک چهارم ایرانی‌ها جلوگیری کرد.

اما در خصوص آلودگی ناشی از استفاده از مازوت، مقصر اصلی وزارتخانه‌های نیرو، صنایع و نفت است. کشوری که مستعدترین کشور در تولید انرژی‌های پاک است، وزارت نیرو همچنان با پیگیری روش‌های قدیمی مانند سدسازی و توسعه نیروگاه‌های حرارتی و عادت دادن مردم به استفاده از گاز کشور را درگیر مشکلات فزاینده آلودگی و ناپایداری کرده است. استفاده از انرژی خورشیدی و بادی از سیاست‌های فراموش شده‌ای است که متأسفانه در فصول سرد سال منشأ سخت‌ترین آلودگی‌ها در شهرهایی چون تهران و اراک است. خلاصه آنکه آلودگی هوا در ایران، نتیجه عدم درک مفاهیم توسعه است. وزارتخانه‌های قدرتمندی چون نیرو، نفت و صنایع نیاز به تغییر نگاه خود در توسعه دارند، به‌خصوص در روزهایی که دنیا با درک خطر نابودی تمدن بشری با افزایش گازهای گلخانه‌ای پیگیر عدم‌وابستگی به سوخت‌های فسیلی است. اگر به حفظ سلامت مردم و پایداری این سرزمین ایمان داریم، چاره‌ای جز تغییر سیاست‌های کلان و کاهش وابستگی به سوخت‌های فسیلی نیست.

ترمزدستی‌ات را بکش!

سید مصطفی حسینی در کانال تلگرامی خود نوشت: دنیا آنقدر جذابیت‌های رنگارنگ دارد که تا آخر عمر هم بدوی چیزهای جدیدی هست که هنوز می‌توانی حسرتشان را بخوری؛ پس یک جاهایی در زندگی ترمزدستی‌ات را بکش! بایست و زندگی کن...

حکم جالب یک قاضی برای شکارچی غیرمجاز

آزاده مختاری در توئیتی نوشت: یک قاضی در استان بوشهر شکارچی غیر مجازی را که اقدام به شکار ۱۰ تیهو کرده بود، به ساخت ۳۰ آبشخور برای حیات وحش منطقه گلدشت و میلک شهرستان دشتستان محکوم کرد.

بیاییم مثل ادوارد و آنیلی عاشق اسلام شویم

فردین ساروخانی به مناسبت ۱۵ نوامبر سالگرد شهادت ادوارد و آنیلی توئیت کرد: قرار بود ادوارد و آنیلی تمام ثروتش را خرج ترویج تشیع کند اما به صورت *اتفاقی* کشته شد. بعدها خواهرش که وارثش بود کاملاً *اتفاقی* عاشق مردی یهودی شد. سپس خواهرش نیز کاملاً *اتفاقی* به قتل رسید. در پایان کل ثروتش کاملاً *اتفاقی* وارد خزانه نامحدود یهود شد...

مصطفی عاشوری نیز در توئیتی نوشت: از حقانیت شیعه همین بس که جوان آزاده تازه مسلمانی که ثروتی افسانه‌ای داشت و وارث اموال زیادی بود، تمایل داشت دارایی‌اش را در راه دین و مذهبش خرج کند و اعتقاداتش را با تمام ثروت و قدرتی که پیشنهاد دادند، عوض نکرد!

همچنین کاربری با نام «منتخب» توئیت کرد: بیاییم ما هم مثل ثروتمندترین فرد جهان شروع به تحقیق درباره دین اسلام و قرآن کنیم. شاید ما هم همچون ادوارد و عاشق دین اسلام شدیم.

افشاگری «نیویورک تایمز» از کشتار ۷۰ غیرنظامی به دست امریکا در سوریه

کانال تلگرامی «سوریه به فارسی» خبر داد: روزنامه «نیویورک تایمز» برای اولین بار خبر داد امریکا در دوران جنگ با داعش در سوریه در حمله‌ای باعث کشته شدن ۷۰ غیرنظامی از جمله زنان و کودکان شده است.

این نشریه در گزارشی تأکید کرد ارتش امریکا در حمله‌ای در ۱۸ مارس ۲۰۱۹ در منطقه باغوز، آخرین منطقه‌ای که از کنترل تروریست‌های داعش خارج شد، با استفاده از جنگنده‌های F15 به مقدار ۲ تُن مواد منفجره بر گروهی از افراد غیر نظامی سرازیر کرد. این گزارش افزوده که در آن زمان ارتش امریکا در این باره اطلاع‌رسانی نکرد و این اولین بار است که این موضوع فاش می‌شود. نیویورک تایمز افزوده است این یکی از بزرگ‌ترین تلفات غیر نظامی در جنگ با داعش بوده و یک حقوقدان آن را احتمالاً در حد «جنایت جنگی» دانسته است. این گزارش تأکید کرده است نیروهای ائتلاف بین‌المللی با بولدوزر منطقه انفجار را صاف کرده و موضوع را از فرماندهان بلندپایه پنهان کرده‌اند. این نشریه افزوده که این گزارش را بر اساس چند ماه بررسی اسناد و گزارش‌های محرمانه و جلسات رو در رو با برخی مقامات و کارکنان ذیربط تنظیم کرده است. «نیویورک تایمز» تأکید کرده است گزارش کامل را به ستاد مرکزی ارتش امریکا ارسال کرده و فرماندهی این ستاد هم این موضوع را تأیید و به کشته شدن ۷۰ نفر اذعان کرده است. فرماندهی ستاد مرکزی امریکا به این نشریه گفته است در این حمله ۱۸ تروریست داعشی و چهار غیر نظامی کشته شدند و درباره مابقی قربانیان نمی‌توان مطمئن بود که آنان غیر نظامی بوده‌اند یا تروریست، چون گاهی در مناطقی که ستیزه‌جویان داعش می‌جنگیدند، زنان و کودکان هم حضور داشتند.

چرا امارات از الحدیده عقب‌نشینی کرد؟

کانال تلگرامی «تبیین» نوشت: منابع یمنی جمعه خبر دادند نیروهای ائتلاف سعودی- اماراتی در اقدامی ناگهانی از دهها موضع خود در جنوب و شرق استان الحدیده خارج شده‌اند. شهر «الصالح»، «کیلو۱۶» و مجتمع «اخوان ثابت» در شرق الحدیده و منطقه «المنظر» در اطراف فرودگاه الحدیده جزء این مناطق است. در ارتباط با این رویداد چند احتمال قابل طرح است:

نخست این که نیروهای ائتلاف، این مناطق را تخلیه کرده‌اند تا نیروهای انصارالله را نیز مجبور به عقب‌نشینی نمایند. تخلیه این مناطق از نیروهای نظامی بخشی از توافق استکهلم بوده که طرفین سه سال پیش آن را امضا کردند. احتمال دوم این که هدف از این تخلیه در واقع جابه‌جایی نیروها به منظور تقویت جبهه مأرب است، زیرا تحولات نبرد مأرب به مرحله نهایی و سرنوشت‌سازی رسیده و در صورت تسلط نیروهای انصارالله بر جاده مابین این استان و استان حضرموت، آخرین راه دسترسی به مأرب نیز قطع خواهد شد و محاصره شهر قطعی می‌شود. احتمال سوم مربوط به عملکرد «طارق صالح» است. طارق، برادرزاده علی عبدالله صالح است که با حمایت امارات فرماندهی نیروهای «مقاومت وطنی» را بر عهده دارد که عملاً تسلط کامل بر پایگاه‌های ائتلاف سعودی در سراسر ساحل غربی یمن دارد.

به نظر می‌رسد با توجه به تحولات میدانی در یمن به ویژه در مأرب، طارق صالح معروف به «عفّاش» به خوبی دریافته برنده اصلی جنگ هفت ساله در یمن انصارالله است و در نهایت ائتلاف سعودی جایی در یمن نخواهد داشت. بر این اساس ممکن است با توافقی پشت پرده و در ازای دریافت وعده‌هایی این مناطق را ناگهانی و بدون درگیری در اختیار انصارالله قرار دهد. احتمال چهارم نیز مربوط به اماراتی‌هاست. تحولات مأرب و سقوط قریب‌الوقوع این شهر رویداد با اهمیتی است که در صورت وقوع، تغییری اساسی در معادلات یمن و حتی منطقه ایجاد خواهد کرد. با آگاهی از این موضوع و با عنایت به مشی عملگرایانه اماراتی‌ها محتمل است آنها به سمت توافقات پشت پرده با طرف پیروز تحولات یمن رفته و بر این اساس ساحل غربی را بدون درگیری در اختیار نیروهای انصارالله قرار داده‌اند.

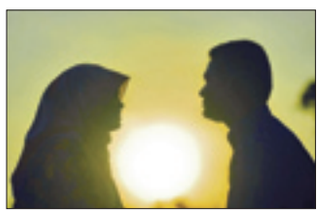
رؤیای کامیابی

دکتر نعمت‌الله فاضلی خلاصه‌ای از یادداشت مبسوط خود را با عنوان «رویای کامیابی؛ هیولای بزرگ زندگی روزمره ایرانیان» در کانال تلگرامی‌اش منتشر کرد.

در خلاصه این یادداشت آمده است: دو واژه پربسامد امروزی و معاصر واژه‌های «کامیابی» و «ناکامی» هستند. در فضای معاصر، ایده کامیابی به تدریج همچون «وعده مدرنیته» معنا شده است. در جامعه ایران نیز به تدریج که علوم و فناوری‌ها و مؤسسات و سازمان‌های جدید توسعه یافتند، ایده کامیابی گسترش یافته است.

در جامعه ایران معاصر ما مانند دیگر ملت‌ها و جوامع با اشکال پیچیده‌ای از کامیابی‌ها و ناکامی‌های ساختاری مواجه هستیم. از سویی در نتیجه تحولات علم و فناوری و توانایی ما برای استخراج منابع و معادن طبیعی توانسته‌ایم از قحطی‌ها و خشکسالی‌ها و همچنین بیماری‌های فراگیر که در تمام دوران‌های پیشامعاصر، انسان و جامعه ایرانی را ناکام و رنجور می‌ساخت تا حدی رها شویم. با افزایش فرآیندهای صادرات منابع و معادن و گسترش شهرها و کلانشهرها، رؤیای ایرانی برای لذت بیشتر و بیشتر گسترش یافته است. در عین حال، مقایسه میان کیفیت کامیابی‌ها یا ناکامی‌ها با جوامع توسعه یافته، باعث سیطره احساس محرومیت یا ناکامی و ایجاد نوعی «فرهنگ ناکامی» شده است. سیطره میل به کامیابی و لذت بر زندگی روزمره اشکال پیچیده‌ای از تعاملات و روابط قدرت را در ایران شکل داده است.

تداوم کیفیت بهتر در زندگی مشترک



فرزانه فردین فر، مشاور و روانشناس طی یادداشتی کوتاه نوشت: موفقیت در زندگی مشترک نتیجه گفت‌وگو و تغییر و هماهنگی در راستای خواست همدیگر است. برای داشتن زندگی سالم و موفق باید دائماً رنگ تازه‌ای به آن اضافه کنید. از جمله مواردی که می‌توان با رعایت آنها عشق و محبت را در زندگی تازه و پایدار نگه داشت، عبارتند از: «صداقت»، «گوش دادن به طرف مقابل»، «تأثیرپذیری»، «تأثیرگذاری»، «حواس جمع بودن»، «کمک و همکاری کردن» و «بلافاصله مشکلات را حل کردن».

خانواده نهادی است که به صورت مدام و متقابل، نیازمند صرف زمان و انرژی است. به همین دلیل هر دو طرف باید آنچه را که در توان دارند؛ برای حفظ این نهاد مقدس به کار گیرند.