



آیا برای ازدواج کردن خودت را شناخته‌ای؟

خوب باش تا همسر خوبی داشته باشی

■ **نگین خلیج سرشکی**

برخی از ما جوان ها آن قدر از تنها بودن با خودمان بیزار شده‌ایم که هر چیزی را راهی برای فرار می دانیم. فکر می کنیم اگر سریع نه آگاهانه از دواج کنیم دیگر درهای خوشبختی و شادی به روی ما باز شده است. در حالی که وقتی ما نمی توانیم خودمان را خوشحال و خوشبخت کنیم، پس چگونه می خواهیم مایه خوشبختی دیگری شویم؟ گاهی از دواج را ابزاری برای گول زدن دیگری کرده‌ایم تا راضی شود وسیله‌ای برای تنها نبودن ما باشد. البته ناگفته نماند همه

■ **ایتلا به سندروم سیندرلا!**

از دواج کردن مانند فرشته داستان‌های وال دیزنی نیست که دختر ک بیچاره و غمگین را با گردش چوبی به شاهزاده خانم رویاها تبدیل کند. آن قدر از کودکی کارتون‌های سیندرلا و سفید برفی و اینها را نشان مان دادند که بیمار شده‌ایم. مبتلا شده‌ایم به سندرومی به نام سندروم سیندرلا که دخترها فکر می کنند برای خوشبخت شدن به یک شاهزاده رویایی نیاز دارند و پسرها فکر می کنند دخترها وابسته و نیازمند آنها هستند. بس است. بس است این همه اشتباهات تربیتی. همین اشتباهات تربیتی هستند که در ناخودآگاه و گوشت و خون آدم‌ها فرومی رود و در آینده موجب ناکامی ازدواج‌ها می شود. بهتر است والدین سرزمینم به دخترهای خود یاد دهند تو قدرتمندی و موظف هستی خودت را خوشبخت کنی تا بتوانی بعدها مایه آرامش و آسایش همسرت شوی.

■ **تفاهم یعنی فهمیدن تفاهم‌ها**

همسر بودن تنها هم بالین بودن و سرس بر یک بالشت گذاشتن نیست. بانو تو باید هم فکر و هم مای مرد خودت باشی. بهتر است والدین سرزمینم به پسرهای خود یاد دهند مرد آن کسی است که گل لبخند بر روی لب‌های همسرش بکارد و با نور احترام این گل زیبا را روز به روز پرزور تر کند. سرمد نباید گریه کند، زن هم باید بتواند به شانه‌های همسر خود اعتماد کند و سر غم‌های خود را روی آن محکم‌ترین شانه‌های جهان بگذارد. کاش دخترها و پسرها متوجه شوند که قرار نیست خواننده و رنگ و غذا و فیلم‌های مورد علاقه آنها شبیه هم باشد تا بگویند با هم تفاهم داریم. بلکه تفاهم در زیباترین شکل خود یعنی فهمیدن تفاهم‌ها و پیدا کردن راهی برای همسو شدن. هیچ وقت دو رنگ مشابه کنار هم زیبایی و جذباتی ندارند بلکه رنگ‌هایی متضاد هستند که به دیگری جلوه می‌بخشند. تصور کنید وقتی در جهان رنگی با یکدیگر ترکیب شوند، چه بهشتی شکل می‌گیرد. اما نمی‌دانم چرا انسان فکر می‌کند می‌تواند کسی شبیه خود را پیدا کندد و یا او را به زور تغییر دهند تا شبیه آنها شود اما نمی‌شود.

راهنما

رفتار با همسر در سیره پیامبر(ص) و علی(ع)

من از همه شما با خانواده‌ام خوش رفتار ترم

بهترین شما کسی است که با خانواده‌اش خوش رفتار باشد و من از همه شما با خانواده‌ام

خوش رفتار ترم.
از دیدگاه ایشان هر گونه خدمت و دلسوزی زوجین نسبت به همدیگر و توجه به نیازهای یکدیگر در محیط خانه و اجتماع و مددلی و همراهی، موجد عشق و محبت وصف‌ناشدنی در میان زن و شوهر می‌گردد و کانون زندگی را پر از صفا و معنویت می‌سازد زیرا آن دو احساس می‌کنند واقعاً به یکدیگر انس و علاقه دارند و در قول و رفتار، این محبت را اظهار می‌نمایند.

روایت است که روزی رسول خدا(ص) به منزل آنان وارد شدد و مشاهده کرد که این زن و شوهر نمونه، گندم‌ها را با آسیاب دستی آرد می‌کنند. پیامبر فرمود: کدام یک خسته‌ترید؟ علی(ع) فرمود: فاطمه، خسته‌تر است. پیامبر به او فرمود: دخترم برخیز! من کار تو را انجام دهم. فاطمه برخاست و پیامبر(ص) و علی(ع) را در آرد کردن گندم، یاری نمود.
علی(ع) همیشه در کارهای خانه شرکت می‌جست. آن گرمای یا علاقه‌ای که به زهرا داشت، به او یاری می‌رساند؛ مثلاً در پاک کردن عدس، جارو کردن خانه و دستاس کردن، همسرش را یاری می‌کرد. امام صادق(ع) می‌فرماید: «علی(ع) هیزم و آب می‌آورد و خانه را جارو می‌کرد. حضرت زهرا نیز گندم‌ها را آرد می‌کرد، خمیر آماده

■ **خوب حرف بزنییم یا حرف خوب بزنیم؟**

در زندگی مشترک حرف خوب زدن کافی نیست بلکه باید خوب هم حرف زد. اگر احترام و ادب نباشد هیچ مرز و حدودی باقی نخواهد ماند. زوجین فکر می‌کنند از دواج یعنی بی‌مرز شدن و شوخی‌های بی حد و مرز و رفتارهای بسی حد و مرز، بلکه صمیمیت هیچ ارتباطی با بدهدنی و بی‌ادبی ندارد. هر چه از تباط صمیمی تر می‌شود باید احترام هم بیشتر رعایت شود. این به معنای ادبی حرف زدن و لفظ به قلم شدن نیست. این قانون یعنی بدانیم چه می‌گوییم تا دل دیگری را با جسارت و تحقیر نشکنیم.

■ **«خود روبرویی» را بشناسیم**

مسئله دیگری که پیش از ازدواج باید به آن توجه شود را می‌توان «خود روه‌رویی» نامید. خود روه‌رویی یعنی ابتدا با تمام ابعاد شخصیتی خود آشنا باشیم و بدانیم از زندگی با چیزی می‌خواهیم. ما تا زمانی که خودمان را نشناسیم چگونه انتظار داریم دیگری را درک کنیم و بشناسیم. همین است که آدم‌ها شروع می‌کنند به کنترل کردن رفتار دیگری تا بتوانند آن چیزی که از او انتظار دارند را ببینند. هیچ وقت نباید از طرف مقابل بت و نمادی رویایی بسازیم و فکر کنیم که او غنی‌ترین فرد روی کره زمین است و تمام کمبودهای ما را برطرف می‌کند. باید بپذیریم که او فرشته نیست و فقط یک انسان است با یک عالم نقص و همانند ما دارد مسیر رشد خود را طی می‌کند. نباید او را کنترل کنیم تا چیزی باشد که ما می‌خواهیم. هر چه طنابی که انداخته‌ایم دور گردن او را بخوایم سفت‌تر بکشیم، او دلایل بیشتری برای فرار کردن از شما پیدا می‌کند. پس ابتدا خود را بشناسید، اگر شکاک هستید، اگر وسواسی هستید، اگر فکر می‌کنید تمام دنیا باید در خدمت شما باشد، لطفاً ابتدا به مشاور مراجعه کنید. چون دیگران محکوم به زجر کشیدن به خاطر شک و بدبینی و خودشیفتگی شما نیستند.

■ **زانشویی، یوغ فردگی نیست**

مسئله دیگر وابستگی افراطی است که سلامت یک رابطه

د

از دواج یوغ بردگی نیست. فرد باید زمان‌هایی را با خود بگذراند. زمان‌هایی را داشته‌باشد تا دوستان خود را ببیند و ارتباط‌های کاری خود را حفظ کند. انسانی که محدود شود، هزار راه برای فرار از زندان پیدا خواهد کرد و هزاران بار شما را خواهد پیچاند. پس کنترل‌گری را در این زمینه کنترل کنید

سبک فرزند آوری



تصمیم‌دارید چند بچه داشته باشید؟

بچه‌دار شدن امری طبیعی یا انتخابی اخلاقی!؟

■ **تلخیص: سلما سلطانی**

اگر روزگاری تنها نیروهای فراتر از اختیار ما تعیین می‌کردند که بچه‌ای داشته باشیم یا نه، امروزه متخصصان وعده می‌دهند که در آینده‌ای نه چندان دور می‌توانیم جنسیت و خصوصیات ژنتیکی بچه‌های‌مان را هم تعیین کنیم. اما همین توانایی و اختیار سؤالات جدیدی پیش روی‌مان گذاشته است: آیا بچه‌دار شدن کار خوبی است؟ آیا بچه‌ها خوشحال‌مان می‌کنند؟ و اگر جواب مثبت است، آوردن چند بچه ضروری یا اخلاقی است؟

نابورری و مشکلاتی از این دست را که کنار بگذاریم زوج‌های امروزی می‌توانند خودشان تعیین کنند که چه تعداد بچه داشته باشند؛ پنج، چهار، سه، دو، یکی یا هیچ. این اواخر چندین کتاب از نظرات مختلف به این تصمیم‌گیری نگاهی انداخته‌اند و بسه نتایجی غافلگیرکننده- و حتی گاهی هشداردهنده- هم رسیده‌اند.

کریمستین اورال، در کتاب «چرا بچه‌دار شویم؟: یک مناظره اخلاقی»، تلاش کرده تا این تصمیم را به‌طور جدی از نظر اخلاقی تجزیه و تحلیل کند. اورال این نحوه استدلال کردن را رد می‌کند که بچه‌دار شدن موضوعی «طبیعی» است، پس نیازی به توجیه کردن ندارد. او می‌گوید «تعمایلات زیادی هستند که ظاهرآ از طبیعت زیست‌شناختی ما سرچشمه می‌گیرند اما وظیفه خود می‌دانیم که انتخاب کنیم که بر اساس آنها عمل نکنیم.»

البته مردم برای بچه‌دارشدن دلایلی را ذکر می‌کنند که اورال یک‌به‌یک آنها را از نظر می‌گذراند. این ادعا را در نظر بگیرد که می‌گوید بچه‌دار شدن به نفع خود بچه است. این استدلال ممکن است بدیهی به نظر برسد، چون بچه‌ای که از طریق یکی از روش‌های نولتون از نعمت وجود محروم شده همه‌چیز را از دست داده است. چنین بچه‌ای هرگز نمی‌تواند هیچ‌یک از لذت‌هایی که دنیا پیش رویش قرار می‌دهد را تجربه کند.

برایان کاپلان استاد دانشگاه جورج میسون هم از یک رشته دانشگاهی- در این مورد، رشته اقتصاد- کمک گرفته‌است که نتیجه‌اش شد کتاب «دلایلی خودخواهانه برای فرزندآوری بیشتر: چرا والدینی عالی بودن بیش از آنچه فکرش را می‌کنید تفریح است تا کار.»

به گفته اوزن و شوهرها، به‌جای اینکه تنها به فکر کنند که الان چندتا بچه می‌خواهند، باید ببینند وقتی سن‌شان بالا رفت و تنها شدند آن موقع دل‌شان می‌خواهد چندتا بچه دوروبرشان باشد. توصیه کاپلان این است که از چیزی استفاده کنید که او نامش را قانون «میانگین گرفتن» گذاشته است: فرض کنید الان ۳۰ساله‌اید. خودخواهی‌تان را می‌گذارید وسط و نتیجه می‌گیرید که خوشایندترین حالت برای یک آدم ۳۰ ساله داشتن فقط یک بچه است. ۴۰ ساله که شدید، عدد بهینه برای تعداد بچه‌ها به ۲افزایش پیدا می‌کند: چون بچه‌ها از مستقل شدن استقبال می‌کنند و شما هم وقت آزادتان بیشتر می‌شود. وقتی به دهه ۵۰سالگی رسیدید، همه بچه‌ها دیگر رفته‌اند بی کار و زندگی خودشان. ایسا، در آن برهه از زمان، جذاب نخواهد بود اگر چهار بچه می‌داشتید که نوبتی به خانه‌شدن سر می‌زدند؛ دست‌آخر وقتی دهه ۶۰سالگی را رد کردید و آماده شدید برای بازنشستگی، کلی وقت آزاد خواهید داشت برای سروکل‌زدن با نوه‌ها. پس داشتن پنج بچه محکم کاری خوبی خواهد بود برای پیشگیری از خطر بی‌توگی.

کاپلان دست به محاسبات ریاضیاتی می‌زند و محاسبه می‌کند که در این مورد «بهترین تعداد بچه برابر است با سه». به گفته کاپلان، هرچند این عدم ممکن است از خانواده‌ای به خانواده دیگر متفاوت باشد ولی روش محاسبه برای همه یکسان است. بچه تا وقتی که کوچک است بلا‌ی جان پدر و مادر است. بچه‌های کوچک به مقدار زیادی مراقبت نیاز دارند، آن هم در دست زمانی که والدین‌شان احتمالاً سخت‌تر دیگر این هستند که جای پای‌شان را در مسیر شغلی‌شان محکم کنند. در نتیجه، بیشتر افراد در آمدشان به عددی برسد که منفعت شخصی‌شان را به حداکثر برساند. کاپلان می‌نویسد «محاسبات نوبی والدین وقتی با آینده‌نگری زیاد همراه می‌شود، نسبت به زمانی که با آینده‌نگری متوسط همراه است، منجر به تعداد بیشتری بچه خواهد شد.»

کاپلان ادعا می‌کند که هستند کسانی که وقتی می‌بینند در حال حاضر وقت و منابع کافی ندارند، از آوردن بچه‌های بیشتر (یا از آوردن همان اولی) احساس عذاب وجدان می‌کنند. آیا بهتر نیست یک یا دو بچه داشته باشیم با تربیتی ثر و تمیز تا سه یا چهار تا داشته باشیم با تربیتی کر و کثیف؟ طبق گفته‌های کاپلان، خبر خوبی برای‌تان دارم: خیال‌تان راحت، اصلاً به این چیزها نیست. او به گستره‌ای از مطالعات مربوط به دوقلوها و فرزندخواندگی استناد می‌کند و نشان‌مان می‌دهد که در تعیین صفات شخصیتی مختلف کودک، از سلامت و هوش گرفته تا احتمال زندان رفتن، ژنتیک به والدگری می‌چربد. نیازی نیست سبب‌زمینی سرخ‌کرده‌هایی را که بچه می‌خورد، بشمارید یا تا دم کلاس موسیقی برسانیدش یا یادش دهید که نباید پایش به خلاف باز شود. مادامی‌که «در گنج‌ه حبشش نکنید»، بچه درستی خواهد بود، بسا خواهد بود؛ بسته به مورد.

تصمیم درباره بچه‌دار شدن یا آوردن یک بچه دیگر با هم یکی دیگر، به نظر، یک تصمیم شخصی می‌اید.انتخاب اینکه الان حاضرید در کواتممدت چه تعداد پوشک عوض کنید تا در عوض در آینده امیدوار باشید چه تعداد کارت تبریک روز مادر بگیرید نباید. اما اینکه بچه آوردن را فقط در همین چیزها ببینیم خودخواهانه است. وقتی درباره تعداد اعضای خانواده‌مان تصمیم‌گیری می‌کنیم، درواقع هر کدام از ما در حد بضاعت خودمان داریم تعیین می‌کنیم که دنیای آینده قرار است چگونه جایی باشد و یادم‌ان نرود که این کار را فقط برای خودمان یا بچه‌های خودمان انجام نمی‌دهیم؛ این کارمان روی همه بچه‌های همه انسان‌ها تأثیر خواهد گذاشت.

● **نقل و تلخیص از: وب سایت تر جمحان نوشته: الیزابت کولبرت / تر جمعه: بابک حافظی / مر جع: نیوبر کر**



می‌کرد و نان می‌پخت.»

زندگی مشترک حضرت فاطمه و علی(ع) برای ما و تمامی خانواده‌های مسلمان، بهترین الگو است. آنان چنان با عشق، صفا، محبت و صداقت با همدیگر زندگی می‌کردند که مطالعه زندگانی آن دو بزرگوار، برای همه درس آموز است.

منابع:

- همسر داری را از علی و فاطمه علیهما السلام بیاموزیم / پایگاه اطلاع‌رسانی حوزه

- پیامبر اعظم(ص) و همسر داری مطلوب؛ راه کارها و آسیب‌ها/ غلامرضا صالحی / پرتال جامع علوم انسانی