

عنوان: راهکارهای روابط صمیمانه و تداوم محبت بین زوجین در خانواده

نگارنده: فاطمه رستمیان

چکیده:

ارتباط درست و صحیح کلامی- رفتاری و روابط صمیمانه از جمله تکریم یکدیگر و درک و فهم متقابل و... موجب مودت و رحمت در زندگی زناشویی می شود و از تاثیرگذاری حوادث تلخ ، نابسامانی ها و مشکلات جلوگیری می کند. همچنین شناخت زوجین نسبت به همدیگر و توجه به نکات مثبت هم و بکار بردن الفاظ خوب و معنی دار و هدیه دادن از جمله راهکارهای تداوم محبت بین آنهاست .

کلید واژه گان: ارتباط ، راهکارهای روابط صمیمانه ، راهکارهای تداوم محبت،زوجین

مقدمه

روابط انسان ها با یکدیگر، بر مبنای دویینش متضاد یعنی یا بر پایه تکریم شخصیت و یا بر پایه تحقیر شخصیت استوار است. بنابراین انسانها در ارتباط با دیگران ، بر مبنای برداشت خود با آنها رفتار می کنند. اگر طرف مقابل را انسانی با شخصیت و با عزت بدانند ، می کوشند این کرامت را در آن شخص تقویت کرده و اگر آن فرد را دارای کرامت نفس ندانند ، او را تحقیر می کنند. از دیدگاه اسلام ، ارتباطی سالم است که بر پایه تکریم شخصیت و عزت نفس و احترام متقابل افراد انسانی استوار باشد. روابطی که بر این اساس پایه گذاری شود، افراد را در برابر انحراف ها ایمن می کند ،^۱ چنان که امیر المومنین علی (ع) می فرماید : «مَنْ كَرُمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ هَانَتْ عَلَيْهِ شَهْوَتُهُ» کسی که از کرامت نفس بر خوردار شد، شهوت نفسانی در نظرش خوار و ناچیز می آید.^۲

معنا و مفهوم ارتباط

ارتباط انگاره ای است که با آن دو نفر یکدیگر را می سنجند. ارتباط شامل رشته کامل راه های ردّ و بدل کردن اطلاعات بین مردم است، و یا اطلاعاتی را که می دهند و می گویند و نیز راه های استفاده از این اطلاعات را دربر دارد. ارتباط نحوه معنا بخشیدن به این اطلاعات به وسیله مردم را در بر می گیرد. ارتباط به ما می آموزد؛ چطور خود را ببینیم و از دیگران در دنیا چه انتظاری داشته باشیم و چه چیزی به نظرمان ممکن یا ناممکن می آید، تصویرهایی

^۱ داود حسینی، روابط سالم در خانواده ، ص ۳۰

^۲ غرور الحکم، ص ۶۶۹

پیدا کنیم. این تصویرها راهنمای ثابتی برای بقیه عمر ما خواهند بود.^۳ ارتباط درست و صحیح کلامی و رفتاری موجب می شود که مودت و رحمت در خانواده قوام گیرد و از تاثیرگذاری حوادث تلخ نابسامانی ها و مشکلات بر زندگی زناشویی و روابط صمیمانه در کانون خانواده جلوگیری کند.^۴

فلسفه ارتباط بین زوجین

انس و آرامش روحی که یکی از نیازهای دائمی انسان است به همین علت انسان نمی تواند به تنهایی و دور از جامعه زندگی کند در دوران طفولیت و نوجوانی وابستگی شدید به والدین و خانواده پدری، باعث می شود که انسان در کنار خانواده و پدر و مادر آرام باشد. رشد جسمانی و روحانی انسان از یک سو و متفرق شدن اعضای خانواده پدری، از سوی دیگر به تدریج این محیط آرام را از انسان می گیرد.^۵

بنابراین طرح نظام آفرینش در این مرحله از سن، میل به جنس مخالف را در انسان زنده می کند تا جوان با تشکیل خانواده ی جدید، آرامشی را که از کودکی در دامن پدر و مادر بدست می آورد اینک در کنار همسر خود جستجو کند.

انس و محبتی که به وسیله ازدواج بین دو فرد بوجود می آید نه تنها زندگی را برای آنها شیرین و انگیزه آنها را برای مقابله با مشکلات زندگی بیشتر می کند بلکه موجب می شود انسان در راه طاعت و عبادت نشاط بیشتری پیدا کند.^۶ که قرآن کریم می فرماید: «ومن آیاته ان خلق لکم من انفسکم ازواجاً» از نشانه های خداست که از خود شما برایتان همسرانی آفریده تا در کنار ایشان آرام بگیرید و در میان شما عشق و مهربانی نهاد.^۷

راهکار های روابط صمیمانه بین زوجین در خانواده

۱- احترام و تکریم یکدیگر

مقصود از احترام نگرشی است که در آن همسران برای هم ارزش و احترام بسیاری قائلند. در زندگی مشترک شاید رعایت کامل آداب امکان پذیر نباشد، ولی وجود احترام متقابل، اصلی اساسی است چرا که درگیری و اختلاف های آشکار زمانی پدید می آیند که پرده حرمت میان زوجین دریده شود و طرفین برای یکدیگر ارزش و احترامی قائل نباشند از این رو می توان گفت که مهم ترین شیوه جلوگیری از پیدایش درگیری و اختلاف میان آن دو تکریم همدیگر است

^۳ - ویرجینا ستیر آدم سازی در روان شناسی خانواده، ترجمه بهروز بیرشک، تهران، رشد، ۱۳۷۰، ص ۴۳، ۴۴، ۴۵.

^۴ - خانواده پویا، ج ۶، ص ۹.

^۵ - علم اخلاق، ج ۱، ص ۱۸۳.

^۶ علم اخلاق، ج ۱، ص ۱۸۳.

^۷ - قرآن مجید، سوره روم، آیه ۲۱.

الف - تأثیر و علت تکریم به همدیگر :

تکریم همدیگر طرفین را به یکدیگر علاقمند می کند چون بزرگداشت و تکریم شخصیت ، نیاز طبیعی هر انسانی است . انسان به دلیل غریزه حُب ذات که در طبیعت او نهاده شده ، به ذات خویش علاقه دارد و مایل است دیگران نیز شخصیت او را بپذیرند و گرمی بدارند . اگر نیاز طبیعی تکریم شخصیت هر فرد در خانواده تأمین شود ، احساس آرامش و اعتماد به نفس می کند ، توانایی هایی خود را به کار می بندد و با دل گرمی و امید به موفقیت و کسب رضایت دیگر اعضای خانواده در مسیر زندگی قدم بر می دارد . همچنین به خانواده ، و دیگر مردم خوش بین می شود و آنان را قدر شناس و قابل اعتماد می شناسد و از همکاری با افرادی که قدر او را می دانند و شخصیتش را گرمی می دارند هراسی ندارد . در روایات اسلامی ، به احترام متقابل میان زن و شوهر بسیار سفارش شده است . امام صادق (ع) درباره احترام گذاشتن زن به شوهرش می فرماید : «هر زنی که به شوهرش احترام بگذارد و آزارش نرساند ، خوشبخت و سعادتمند خواهد بود . همچنین ایشان درباره احترام گذاشتن مرد به زن می فرماید : «مردی که همسری اختیار کرد ، باید او را گرمی و محترم بشمارد .^۸

ب - چگونگی تکریم به همدیگر :

اگر هر زن و مردی نکات مثبت زندگی همسر خود را بیابد و او را برای آن نکات مثبت تکریم کند . این مهمترین شیوه برای جلوگیری از پیدایش درگیری ها میان زن و شوهر است .^۹ تکریم همدیگر ، طرفین را به یکدیگر علاقمند می کند حرمت گزاردن به هم یک حسن است . چنانچه اگر کرامت انسانی حفظ نشود ، سوءظن ها و بد بینی ها سراسر وجود او را فرا میگیرد و در پی انتقام جویی بر خواهد آمد ۱۰ از این رو در احادیث معصومین ع درباره کسانی که تحقیر شده اند و به عزت نفس آنها خدشه وارد شده است امام صادق نیز می فرماید : «هیچ کس تکبر و طغیان نمی کند ، مگر در اثر ذلتی که در نفسش احساس می کند»^{۱۱} اگر نیاز طبیعی به تکریم شخصیت هر فرد در خانواده تأمین شد ، احساس آرامش می نماید و اعتماد نفس پیدا می کند . از توانایی های خود استفاده می نماید و با دل گرمی و امید به موفقیت در مسیر زندگی قدم برمی دارد ، به خانواده همسر و دیگر مردم خوش بین می شود و آنان را قابل اعتماد می داند .^{۱۲}

۹- وسایل الشعیه ، ج ۲۰ ، ب ۳ ف ص ۲۳ .

۱۰- علی قائمی ، خانواده و مسائل همسران جوان ، ص ۲۵۸ .

۱۱- داود ، حسینی ، روابط سالم در خانواده ، ۱۳۸۸ ج ۲ ، ص ۳۷

۱۲- یعقوب کلینی ، اصول کافی ، جلد ۲ ، ص ۳۱۲

۱۳- امینی ، اسلام و تعلیم و تربیت (۲) ، تهران ، انجمن اولیا و مربیان ، ۱۳۷۲ ، ص ۱۷۸ با تلخیص) ۳ .

ج - بهترین نوع احترام :

احترام در اصیل ترین شکل خود به صورت توانایی گوش دادن به همسر ، نشان داده می شود . روشن است که این توانایی به ارزش گذاری فعالانه و قدردانی احترام آمیز تبدیل می شود^{۱۳}

بنابراین احترام به این معنا نیست که زن وشوهر ،عواطف و احساسات خود ،مانند خشم ،سرسختی، ناراحتی روحی و غیره را از یکدیگر پنهان و آنها را به صورت عقده های روانی روی هم انباشته کنند .خشم های سطحی وبگومگوهای کوتاه میان زن وشوهر در زندگی زناشویی ،چون رعد و برق است؛ همیشه پس از رعدو برق باران می بارد واین باران ،درخت زناشویی را بارور می کند . همچنین ،احترام متقابل ،به معنای انتقاد نکردن از یکدیگر نیست . گاهی لازم است زن وشوهر ،آشکارا از رفتار نا مناسب یکدیگر انتقاد کنند ،ولی باید از تند خویی بپرهیزند تا انتقاد آنان بی اثر و بی نتیجه نباشد .^{۱۴}

۲- درک وفهم متقابل :

درک و فهم فرآیند پیچیده ای است که همسران بوسیله آن اطلاعات متقاعد کننده و توضیح دهنده ای از یکدیگر کسب می کنند . می توان به همسران آموزش داد که هنگام پیدا شدن ابهام، عبارت ساده زیر را بیان کنند :«مطمئن نیستیم که حرف ها یت را به خوبی می فهمم ،می توانی بیشتر توضیح بدهی ؟» این جمله ، به ظاهر تقاضایی ساده برای کسب اطلاعات بیشتر است . با وجود این ،در معنای ظریف تر ،همسران در لفافه می گویند :«من به واقع تلاش می کنم که این مسئله را از دیدگاه تو ببینم .» در حقیقت ،این همان چیزی است که درک وفهم به آن مر بوط می شود ؛یعنی توانایی دانستن ودرک هم دلانه آنچه عمر تجربه کرده است . افزون بر این ، نوعی پذیرش تجربه نیز هست. این به آن معنا نیست که همسران ،پیوسته ،با یکدیگر موافقند ،بلکه به این معناست که آنان به چار چوب های داوری یکدیگر مشروعیت می بخشند .^{۱۵}

زن وشوهر در دو خانواده و دو فرهنگ جدا گانه پرورش یافته اند پس اندیشه ها ،سلیقه ها ،طرز تلقی ها وبرداشت ها ی متفاوتی دارند .بدین ترتیب ، در هر مسئله ای ممکن است اختلاف نظر هایی بین آنها وجود داشته باشد . همین اختلاف نظر هاست که هر یک، شیوه ای را بر می گزینند وچون به توافق نمی رسند ، می گویند که همسر مرا درک نمی کند که این سبب پیدایش انفجاری در زندگی خانوادگی آنها می شود. در صورتی که اگر بکوشند یکدیگر را بشناسند واز علاقه ها و اندیشه های هم آگاه شوند ، بی گمان ،به موفقیت هایی دست می یابند . آنان در راه درک

^{۱۳} داود حسینی ، روابط سالم در خانواده ،چاپ هفدهم ،مرکز نشر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم ،قم ،۱۳۸۶، ص ۲۲

^{۱۴} همان ،ص ۲۳

^{۱۵} فیلیپ اچ. برنشتاین، ماری تی. برنشتاین، شناخت و درمان اختلاف های زناشویی (زناشویی درمانی)، ترجمه حمیدرضا سهرابی، رسا، ۱۳۷۷، ص ۱۲۵-۱۲۴ و داود

حسینی، روابط سالم در خانواده ،ص ۲۷

یکدیگر و رسیدن به تفاهم، باید به این اطمینان برسند که محبوب یکدیگرند و در میانشان پیوندی حقیقی وجود دارد.^{۱۶}

در محیط خانوادگی، گاه زن و مرد یکدیگر را درک نمی کنند و بدون در نظر گرفتن توان یکدیگر، هر یک از دیگری انتظاراتی دارند که خارج از توان اوست و بر همین اساس، همواره میان آن دو جنگ وجدال وجود دارد. در حالی که اگر هر دو همدیگر را درک کرده بودند، به جای درگیری، سازش و سازگاری میان آن دو پدید می آمد.^{۱۷}

فراموش نکنیم که درک کردن هنگامی است که انتظارهای افراد از دیگران، با توانایی های آنها برابر باشد. در چنین شرایطی است که تلاش، کوشش و امید حرکت کردن پدید خواهد آمد، ولی هنگامی که انتظارات بیش از توانایی فرد باشد، درک کردن وجود ندارد. در نتیجه، سردی، یأس و سکون پدید خواهد آمد؛ زیرا اگر کسی را درک نکرده باشیم، دچار رنج و ملال می شود و از حرکت و پویایی باز خواهند ماند.^{۱۸}

۳- چشم پوشی از خطاها

بیشترین سفارش اسلام در مورد مسائل خانوادگی، گذشت و چشم پوشی زن و شوهر از لغزش ها، کج خلقی ها و اشتباه های یکدیگر است، زیرا زن و شوهر همانند دیگر انسان ها، روحیات و طرز تفکری دو گانه دارند.^{۱۹} آنهايي که مدعی اند در همه موارد مانند هم می اندیشند و موافق و هماهنگ هستند، شاید هنوز زمینه و موقعیتی نیافته اند که خصلت های واقعی همدیگر را بشناسند. حتی اگر زن و شوهری با روحیه مشترک پیدا شوند، باز هم هیچ یک از اشتباه و خطا و عصبانیت در امان نیستند. از این رو، اهمیت گذشت و تأثیر آن در تداوم روابط سالم زندگی آشکار می شود.^{۲۰} وجود گذشت، بی گمان کانون خانواده را با حرارت نگاه می دارد، عشق و محبت را افزایش می دهد و اختلاف و مشاجره را پایان می بخشد.^{۲۱} عفو و گذشت، نشانه حسن نیت و خوش بینی به زندگی است. گذشت و چشم پوشی در عواطف طرفین اثری نیکو دارد و طرز فکر و شیوه عمل آنان را متحول خواهد کرد. چه بسیار تیرگی ها که در پرتو این صفت از میان برخاسته و جای خود را به صفا و صمیمیت سپرده است.

عیب جویی، گل و دوستی و محبت را پژمرده می کند و عیب بینی، دشمنی را در دل می پروراند و زندگی خانوادگی را به تلخی و جدایی می کشاند در عین حال، دستور زندگی، صبر و شکیبایی در برابر مشکلات و گذشت و

^{۱۶} - داود حسینی، روابط سالم در خانواده، ص ۲۷ و فیلیپ اچ. برنشتاین، ماری تی. برنشتاین، شناخت و درمان اختلاف های زناشویی (زناشویی درمانی)، ترجمه

حمیدرضا سهرابی، رسا، ۱۳۷۷، ص ۱۲۵-۱۲۴

^{۱۷} داود حسینی، روابط سالم در خانواده، ص ۲۸

^{۱۸} همان ص ۲۸ و رشید پور، تعادل و استحکام خانواده، تهران، ۱۳۷۳، ص ۱۵۴.

^{۱۹} - امینی، اسلام و تعلیم و تربیت (۲)، تهران، انجمن اولیا و مربیان، ۱۳۷۲، ص ۱۷۸ با تلخیص

^{۲۰} - داود حسینی، روابط سالم در خانواده، ص ۲۷

^{۲۱} - حسینی، بهداشت روانی از دواج و همسر داری، تهران، مفید، ۱۳۸۰، ص ۲۰۱

فداکاری برای ادامه حیات است به ویژه به هنگام رفتار نابخردانه، این گذشت و نادیده گرفتن، برای فرد ضروری است؛ زیرا بی تابی در برابر این امور، سبب شکست در زندگی می شود.

زن و مرد، باید توجه کنند که انسان به آسانی و به سرعت نمی تواند به خطاها و اشتباه های خود پی ببرد، بلکه باید با شیوه ای بسیار لطیف و با روشی بسیار ملایم و دقیق، او را به قله آگاهی رسانید.^{۲۲}

خداوند در قرآن کریم سفارش می کند که از خطاهای یک دیگر چشم پوشی کنید، بلکه خطای هم را نادیده بگیرید. «آنها باید عفو کنند و چشم ببوشند آیا دوست نمی دارید خداوند شما را ببخشد؟! و خداوند آمرزنده و مهربان است.»^{۲۳}

برخورد منطقی و متعادل در زندگی مشترک زمانی برقرار می شود که روابط متقابل بر پایه های عقلانی استوار باشد. آدمی به دلیل حبّ نفس پیوسته گرایش به جانب منافع شخصی دارد و سیاست جلب منفعت و دفع ضرر را بر خط مشی های دیگر ترجیح می دهد.^{۲۴} چنین نگرشی در زندگی دوران تجرد، تا حدی عملی و امکان پذیر است، ولی در زندگی مشترک، با لحاظ پیدایش روابط و مناسبات جدید، سلیقه های شخصی زن و شوهر در تقابل با یکدیگر قرار می گیرند؛ چون هریک از درجه منفعت شخصی به زندگی می نگرد و ترجیحات او از نوع عقلانی نیست بلکه از نوع نفسانی است.^{۲۵} زوجین در اینجا باید به جای اعمال سلیقه شخصی منطبق را در صحنه زندگی شان حاکم کنند. چرا که خدای سبحان زنان را لباس مردان و مردان را لباس زنان معرفی کرده است.^{۲۶} لباس مانع از آسیب و پوشانده عیوب و حافظ از گرما و سرما و زینت بخش و مایه آرامش انسان است زن و شوهر نیز برای همدیگر چنین اند به شرط آنکه دو اصل مهم مودت (دوستی) و رحمت (مهربانی) بر زندگی آنان حاکم باشد.^{۲۷}

۴. حساسیت آگاه بودن از نیازهای همسر،

شناخت خواسته ها و نیازهای همسر در روابط بین زن و شوهر، به دلیل اشتراک در همه زمینه ها، خواسته ها و نیازهای متقابلی وجود دارند که بخشی از آن ها طبیعی و منطقی است و معمولاً در بیشتر زندگی ها یکسان است. با

۲۲- داود حسینی، روابط سالم در خانواده ص ۳۹

۲۳- نور، آیه ۲۲

۲۴- حسینی، بهداشت روانی ازدواج و همسرمداری، تهران، مفید، ۱۳۸۰/ ص ۲۰۱

۲۵- شرفی، خانواده متعادل، تهران، انجمن اولیا و مربیان، ۱۳۷۴، ص ۹۶

۲۶- سوره بقره آیه ۱۸۷.

۲۷- آیه الله عبدالله، جوادی آملی، چاپ ۱۱، قم، ۱۳۹۱، اسراء، ص ۲۵۶.

این وصف، این بستگی به نوع شخصیت افراد دارد که بتوانند خواسته های طبیعی خود را ابراز کنند و حد و مرز آن را نیز حفظ نمایند. آگاهی به اینکه چه نوع و چه میزان انتظارات، خواسته ها و نیازهای زن و شوهر از یکدیگر شکل طبیعی و منطقی دارند، از نکات مهمی است که باید به آن توجه دقیق داشت. ۲۸ فردی که از همسرش توجه، عاطفه و محبت می خواهد باید توجه داشته باشد که دیگری نیز این حق را دارد که چنین انتظاری داشته باشد حساسیت آگاه بودن از نیازهای همسر، یک جزء کلیدی در فرایند ارتباط است. متأسفانه به نظر می رسد که این کار نسبتاً مشکل است. افراد اغلب آن قدر به فکر خود هستند که حتی از شناخت خواسته های همسرشان کوتاهی کرده و برای شنیدن نیازهای آنها وقت صرف نمی کنند ۲۹

بنابراین رسیدن به تفاهم، نیازمند شناخت طرف مقابل است تا بتوان در برابر آن حساسیت مناسب نشان داد. همسرانی که اندیشه ها، علاقه ها و خواسته های همسر خود را به خوبی می شناسند و در موقعیت های گوناگون در برابر آنها از خود واکنش مناسب نشان می دهند، هیچ گاه در روابط شان با مشکل روبه رو نمی شوند و با شناختی که از حالت های روی همسر خود دارند، در برابر خواسته های او واکنش مناسبی خواهد داشت. ۳۰

۵- ارضای نیاز جنسی

بدون شک، نکته بسیار حساسی که توجه به آن ضروری است، اینکه همان گونه که گزینه جنسی عامل اساسی در پیدایش خانواده و زندگی مشترک است، همین گزینه در استمرار و استحکام خانواده نیز نقش مهمی دارد تحقیقات انجام شده حاکی از آن است که بخش معظمی از طلاق ها معلول عدم ارضای جنسی صحیح و متعادل این گزینه می باشد. سرد مزاجی زنان یا مردان و یا بی اهمیتی به ارضای صحیح و طبیعی گزینه جنسی، خانواده تشکیل شده را در آستانه طلاق قرار می دهد ۳۱. امام صادق (ع) از پیامبر اکرم (ص) نقل می کنند که فرمود: «هرگاه مردی بخواهد با همسرش هم بستر شود، نباید در انجام این کار شتاب کند. ۳۲

۶- عذر خواهی هنگام اشتباه

انسان های غیر معصوم، حتی پاک ترین و آگاه ترین آنها، در برخی موارد دچار لغزش و خطا می شوند. البته درجه آن در افراد، متفاوت خواهد بود. عده معدودی از خطاهای بسیار، مبرایند و به اصطلاح، کم اشتباه هستند. در زندگی خانوادگی، گاهی اشتباه ها و لغزش ها همانند لکه هایی سیاه، چهره حیات زنا شویی را زشت و نفرت انگیز

۲۸- عسکری، نقش بهداشت روان در زندگی زناشویی ازدواج طلاق، تهران، گفتگو، ۱۳۸۰، ص ۲۶۶ / همان / ص ۲۶۷

۲۹- برنشتاین، ماری تی. برنشتاین، شناخت و درمان اختلاف های زناشویی (زناشویی درمانی)، ترجمه حمیدرضا سهرابی، رسا، ۱۳۷۷ / ص ۱۲۵ / ص ۱۲۶

۳۰- داود حسینی، روابط سالم در خانواده، ص ۲۹

۳۱- مجیدرشیدپور، تعادل و استحکام خانواده، ص ۱۰۲

۳۲- طبرسی، وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۸۲، ح ۲، باب ۵۶

و حتی در مواردی، ارکان آنرا متزلزل می کنند. ما گاه بر اثر ندانم کاری ها، تربیت نادرست^{۳۳}، بی حوصلگی ها و عقده ها، همسرمان را از خود می رنجانیم. برای نمونه، با نیش زبان او را می آزاریم، با به رخ کشیدن فقر و ناداری اش، با اخم ها و افاده فروشی ها، دلش را به درد می آوریم و تعادل روانی او را برهم می زنیم. این رفتار، زندگی را بی معنا می کند و گاه دشواری هایی پدید می آورد و کار را به درگیری می کشاند. آنچه می تواند کدورت ها را از میان بردارد و صفا و صمیمیت را در روابط خانوادگی برقرار کند، عذر خواهی هنگام خطا و اشتباه است.

عذر خواهی به دلیل اشتباهی که از انسان سر زده است، محبت، مودت، و صمیمیت را پدید می آورد. در زندگی زنا شویی، طبیعی است که گاه شوهر دچار خطایی شود و زن را رنجور و افسرده کند. با این حال، اگر به دنبال اشتباه عذر خواهی و پوزش نباشد، اثر ناگوار آن برای همیشه در روح و روان طرف مقابل به جا می ماند؛ زیرا او همواره همه خطا کارش را در برابر چشم خود می بیند و هاله ای از نفرت، بد بینی و کدورت در خانه آنان حکم فرما می گردد. با گفتن جمله کوتاه «معذرت می خواهم» همه این ها از میان می رود و حتی باعث سر بلندی و سر افزای شخص عذر خواه در نگاه همسرش می شود و عذر خواهی کردن به هنگام خطا و اشتباه را به او هم می آموزد.^{۳۴}

راهکار های تداوم محبت بین زوجین

انسان اگر قدر شناس باشد، این قدر شناسی خود موجب ادامه آن صفا و صمیمیت خواهد شد منتهی وقتی انسان نعمتی را به دست می آورد قدر آن نعمت را فراموش می کند مثل سلامتی که زیباترین و گران قدرترین نعمت های خداست ولی پیامبر اکرم (ص) می فرماید: انسان قدر سلامتی را نمی شناسد مگر وقتی که آن را از دست دهد صفا و صمیمیت بین خانواده هم اینگونه است.^{۳۵}

ارزش و اهمیت محبت و عشق بین زن و شوهر

خداوند متعال زن و شوهر و محبت و عشق میان آنان را برای هم از نشانه ها و آیات رحمت خود برشمرد.^{۳۶} مرد نقش اساسی در قلمرو محبت دارد همه می دانند اعتکاف ثواب زیادی دارد و مهمتر از آن اعتکاف در مسجد النبی است که یک نماز آن مساوی با هزار رکعت نماز در جاهای دیگر است با این حال پیامبر اکرم (ص) می فرماید: اگر مرد کنار زن و بچه اش بنشیند با زن و بچه اش حرف بزند دل جویی کند نیازهای همسرش را بفهمد از اعتکاف در مسجد النبی بهتر است.^{۳۷}

۳۳- داود حسینی، روابط سالم در خانواده ص ۴۰

۳۴- داود حسینی، روابط سالم در خانواده، ص ۴۱

۳۵- معاونت تربیتی و فرهنگی موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، خانواده پویا، ج ۱، زلال کوثر، قم، ۸۶.

۳۶- خانواده پویا، ج ۵، ص ۹.

۳۷- مجموعه ورام، ج ۲، ص ۱۲۱.

شناخت نسبت به همدیگر یکی از راهکارهای تداوم محبت است چون اگر همدیگر را نشناسند ممکن است برداشت های اشتباهی از رفتارهای یکدیگر داشته باشند زن حالتی دارد که با عنوان ناز از آن یاد می کنند زن یک وجود لطیف، ظریف و کانونی از احساسات و عواطف است حال اگر مرد زن را نشناسد ناز او را قهر تلقی می کند.^{۳۸}

۲- نقش زن به عنوان کانون محبت و تداوم آن

یکی از ارکان اساسی خانواده زن است، در جهت حقوق و موازینی که ریشه در فطرت و آفرینش انسان دارد، پس از ازدواج، زیر سرپرستی و حمایت شوهر قرار می گیرد.

زن، با قدرتی که خدا در وجودش نهاده، می تواند از طریق نفوذ در قلب شوهرش و محبت به او، به زندگی آرامش دهد. وی می تواند بهترین مونس و غمخوار مرد باشد، تا مرد در کنارش آرام گیرد و اندوه و ناگواری های زندگی را از یاد ببرد. یک خانم شایسته علاوه بر عقل و دینداری و اخلاق نیک و عفت و نجابت و شرافت و زیبایی خوب شوهرداری، خانه داری و بچه داری می کند. شوهرداری کلمه کوچکی است ولی معنای بسیار وسیعی دارد بهترین و ظریف ترین هنر زن این است که بتواند خواسته های مشروع شوهرش را در نوع رفتار، غذا، لباس، مهمانداری و استراحت به دست آورد و روابطش را با او بر اساس آن شکل دهد. شوهرداری آن قدر مهم است که در اسلام در حکم جهاد در راه خدا است حضرت علی علیه السلام می فرماید جهاد زن در این است که خوب شوهرداری کند. «جِهَادُ الرَّأْهِ حُسْنُ الْبَعْلِ»^{۳۹}.

آرامش دنیوی و سعادت اخروی مرد در اختیار زن است. زنی را می توان گفت خوب شوهرداری می کند که رفتارش چنین باشد در حفظ دین و تقوا و انجام وظایف الهی، شوهرش را یاری کند. با ادب خوش زبان، امانتدار، راز نگهدار، راستگو، مهربان، خوش نفس و خوش اخلاق باشد. شوهرش را گرمی و محترم بدارد وقتی وارد منزل شد به استقبالش برود و سلام و احوال پرسی کند خانه را محل استراحت او قرار دهد. هنگام بروز مشکلات و ناراحتی ها دلداری اش دهد. اگر بیمار شد مانند مادر مهربان از او پرستاری کند. نسبت به شوهر متواضع و فرمانبردار است و در صورت امکان از دستوراتش تخلف نمی کند.^{۴۰}

۳- اطاعت از شوهر و تأثیر آن در تداوم محبت

زن، فهمیده و سلیم در می یابد که ادامه زندگی و جلب محبت بیشتر شوهر، جز با اطاعت از او میسر نیست و اگر بخواهد مورد احترام شوهر باشد باید او هم به شوهر و سخنان و رهنمود های او احترام بگذارد و مدیریت او را در امور

^{۳۸}- خانواده پویا، ج ۴، ص ۱۸.

^{۳۹}- حسن بن علی ابن شعبه الحرانی، تحف العقول، ص ۶۰.

^{۴۰}- احمد شریف زاده، اخلاق زندگی، نیاز روحانی، ج ۱، ۱۳۸۸ ص ۱۰۷.

زندگی بپذیرد. او نیک می داند که اگر در اطاعت از شوهر کوتاهی کند به خویشتن ستم کرده و خود را از خدمت به محبت بیشتر شوهر محروم ساخته است. حضرت رسول (ص) فرمودند: زن خوب به حرف شوهرش گوش می دهد و مطابق دستور های او عمل می کند.^{۴۱}

۴- اظهار و ابراز علاقه به زن

آقای خدمت امام صادق (ع) رسید در حالی که ژولیده وضع بود و محاسن و زلفش را شانه نزده بود. آقا به او نگاهی کردند و فرمودند: شما ازدواج نکرده اید؟ گفت: آقا، خودتان عقدمان را خواندید. الان یک بچه هم داریم. حضرت فرمودند: تو را می بینم همانند کسی که ازدواج نکرده است! عفاف زنان خود را به زیبا کردن و تمیز نمودن خویش محافظت کنید. او گفت: خانم به من شک دارد و همیشه اظهار ناراحتی می کند. امام (ع) فرمودند: آیا زنت را دوست داری؟ گفت: بله، حضرت سوال کرد: به او می گویی که دوستت دارم؟ گفت: نه، لوس می شود. حضرت فرمود: کسی که زنش را دوست دارد، باید به او بگوید دوستش دارد و دائماً به او ابراز علاقه کند.^{۴۲} درباره اظهار محبت به زن پیامبر اکرم (ص) در حدیثی می فرمایند: اینکه مردی به همسرش بگوید دوستت دارم این سخن هرگز از قلب او خارج نمی شود.^{۴۳} امام صادق (ع) نیز می فرماید: همسر دوستی از اخلاق پیامبران است.^{۴۴} و در روایت دیگر فرمودند هر گاه کسی را دوست داری به او بگو چون اظهار دوستی محبت را زیاد می کند.^{۴۵}

۵- اظهار و ابراز علاقه به شوهر

یکی از مشکلات برخی زوجین این است که وقتی خداوند فرزندی به آنان داد، ممکن است یک مرتبه زن محبت هایی را که به شوهر ابراز می کرده کم شود. همیشه با بچه ها بازی کند. مرد هم ممکن است اینگونه رفتار کند یعنی گاهی به همسرش بی توجهی کند. و همش جلوی زنش قریون صدقه دخترش برود! بنابراین زوجین باید مراقب رفتار خود باشند و به موقع باید زن علاقه خود را نسبت به شوهرش ابراز کند، کنارش بنشیند و حیا نکند. آب به دست شوهرش بدهد. کفش شوهر و لباس او را آماده کند. مرد هم زنش را نوازش کند و با او به محبت رفتار

۴۱- محمد رضا کاشفی، آیین، مهر ورزی ص ۱۸۵

۴۲- کتاب خانواده پویا (۴) / معاونت تربیتی - فرهنگی موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، مرکز انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، قم

۱۳۸۵، ص ۱۹

۴۳- وسائل الشعیه، ج ۲۰، ب ۳ ف ص ۲۳.

۴۴- سنن النبی، ص ۹۱.

۴۵- همان

کند . اگر ابراز علاقه نباشد ، زن و مرد در معرض خطرند .^{۴۶} پیامبر اکرم (ص) می فرماید اگر می خواستم یه کسی دستور دهم که برای دیگری سجده کند به زن می گفتم که برای شوهرش سجده کند^{۴۷}

نتیجه گیری

در روابط سالم و صحیح طرفین در مبادله اطلاعات و احساسات ، در فضایی مناسب با هم مشارکت دارند و با یکدیگر هماهنگ هستند و در این نوع ارتباط ، هردو برای هم ارزش بالایی قائلند . همچنین ارتباط درست و صحیح کلامی و رفتاری موجب می شود که مودت و رحمت در خانواده قوام گیرد و از تاثیرگذاری حوادث تلخ نابسامانی ها و مشکلات بر زندگی زناشویی و روابط صمیمانه در کانون خانواده جلوگیری کند.^{۴۸}

۴۶- کتاب خانواده پویا (۴) معاونت تربیتی - فرهنگی موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره) ، مرکز انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره) ، قم ، ۱۳۸۵ ، ص ۱۹-۲۱

۴۷- الکافی ، ج ۵ ، ص ۵۰۸ . به از مفاتیح الجیاه ، ص ۲۶۳ .

۴۸- خانواده پویا ، ج ۶ ، ص ۹ .

- ۱- امینی، ابراهیم، اسلام و تعلیم و تربیت، چ اول، واحد انتشارات انجمن اولیاء و مربیان جمهوری اسلامی، ۱۳۶۳.
- ۲- برنشتاین، فیلیپ، مارس، برنشتاین، ترجمه: حمید رضا سهرابی، شناخت و درمان اختلاف های زناشویی، تهران، رسا، ۱۳۷۷.
- ۳- تمیمی آمدی، عبدالواحد، تمیمی آمدی، شرح غررالحکم و دررالکلم، ترجمه: لطیف راشدی و سعید راشدی، چ ۱، چ ۲، قم، انتشارات صبح پیروزی، ۱۳۸۹.
- ۴- جوادی آملی، عبدالله، مفاتیح الحیاه، چ پنجاهم، بی جا، اسراء، ۱۳۹۱.
- ۵- حسینا، احمد، بهداشت روانی ازدواج و همسررداری، تهران، مفید، ۱۳۸۰.
- ۶- حسینی، داود، روابط سالم در خانواده، چاپ هفدهم، مرکز نشر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، قم، ۱۳۸۶.
- ۷- جباران محمد رضا، علم اخلاق، چ ۱، قم، سنابل، ۸۳.
- ۸- رشیدپور، مجید، جوان و تشکیل خانواده، ناشر: انجمن اولیاء و مربیان، ۱۳۸۶.
- ۹- شرفی، خانواده متعادل، تهران، انجمن اولیا و مربیان، ۱۳۷۴.
- ۱۰- شریف زاده احمد، اخلاق زندگی، نیاز روحانی، چ ۱، ۱۳۸۸ ص ۱۰۷.
- ۱۱- طاهری، سیری در مسائل خانواده، سازمان تبلیغات اسلامی، ۱۳۷۰.
- ۱۲- طبرسی، وسائل الشیعه، ج ۱۴، ح ۲، باب ۵۶.
- ۱۳- عسکری، نقش بهداشت روان در زندگی زناشویی ازدواج طلاق، تهران، گفتگو، ۱۳۸۰.
- ۱۴- قائمی، علی، خانواده و مسائل همسران جوان، چ ششم، بی جا، انتشارات امیری، بی تا.
- ۱۵- کلینی رازی، محمدبن یعقوب، اصول کافی، جلد ۲، انتشارات اسوه، ۱۳۷۰.
- ۱۶- کاشفی محمد رضا، آیین، مهر ورزی ص ۱۸۵.
- ۱۷- ویرجینا ستیر آدم سازی در روان شناسی خانواده، ترجمه بهروز بیرشک، تهران، رشد، ۱۳۷۰.
- ۱۸- معاون تربیتی - فرهنگی موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، کتاب خانواده پویا، ج ۱ و ۲ و ۳ و ۴ و ۵ و ۶، مرکز انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، قم، ۱۳۸۵.

