www.takbook.com

بسم الله الرحمن الرحیم

www.takbook.com

سرشناسه: پوریزدی، رحمت، ۱۳۶۵-
عنوان و نام پدیدآور: دوستت دارم: (روش‌های محبت‌ورزی به همسر)/
نویسنده رحمت پوریزدی؛ ویراستار فاطمه تویسرکانی‌راوری.
مشخصات نشر: کرمان: مهرتا، ۱۴۰۱. مشخصات ظاهری: ۱۰۰ص.
شابک: ۰-۵-۹۸۶۱۹-۶۲۲-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
عنوان دیگر: روش‌های محبت‌ورزی به همسر.
موضوع: زناشویی (اسلام) / Marriage -- Religious aspects -- Islam
زناشویی (اسلام) -- احادیث / Marriage -- Religious aspects -- Islam -- Hadiths
روابط زن و مرد -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام / Man-woman relationships -- Religious aspects -- Islam
رده‌بندی کنگره: BP۲۵۸/۵
رده‌بندی دیویی: ۲۹۷/۷۲۵
شماره کتاب‌شناسی ملی: ۸۸۹۲۹۸۵
اطلاعات رکورد کتاب‌شناسی: فیپا

مهرتا نشر

دوستت دارم (روش‌های محبت‌ورزی به همسر)

نویسنده: رحمت پور یزدی

ویراستار: فاطمه تویسرکانی راوری
مدیر هنری و اجرایی: محمدمهدی کاربخش راوری
صفحه‌آرا: نجف نجفی

قطع: پالتویی / ۱۰۰ صفحه
نوبت چاپ: اول / تابستان ۱۴۰۱
شمارگان: ۵۰۰ نسخه
ناشر: مهرتا
کرمان، بلوار کشاورز، نبش کوچه۹، مجتمع تجاری اداری فولا (افق)،
طبقه دوم، واحد ۲۲، تلفن ۳۲۱۲۵۷۹۱-۰۳۴

کلیه حقوق محفوظ و مخصوص می‌باشد.

شابک: ISBN: 978 - 622 - 98619 - 5 - 0

9786229861950

www.takbook.com

دوستت دارم

روش‌های محبت‌ورزی به همسر

نویسنده: رحمت پور یزدی

www.takbook.com

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله:
«این سخن مرد به زن که «دوستت دارم»
هرگز از دل زن بیرون نمی‌رود».[1]

۱. «قَوْلُ الرَّجُلِ لِلْمَرْأَةِ إِنِّي أُحِبُّكِ لايَذْهَبُ مِنْ قَلْبِهَا أَبَداً». الکافی، ج ۵، ص ۵۶۹.

www.takbook.com

فهرست مطالب

مقدمه‌ی ناشر	۹
دیباچه	۱۱
بخش اول: محبت‌ورزی مستقیم	۱۵
فصل اول: محبت‌ورزی گفتاری	۱۷
۱. خُوش‌سخن‌بودن	۱۸
۲. دل‌جویی از همسر	۱۹
۳. دوستت دارم	۲۰
۴. عذرخواهی‌کردن	۲۱
۵. سپاس‌گزاری	۲۲
۶ . تعریف و تمجید	۲۴
۷ . شوخی‌کردن	۲۶
۸ . دعا برای همسر	۲۷
۹. مشورت با همسر	۲۸
فواید مشورت‌کردن	۳۰

www.takbook.com

فصل دوم: محبت‌ورزی رفتاری	۳۱
۱. هدیه به همسر	۳۱
۲. سوغات سفر	۳۲
۳. وفای به قول و قرار	۳۳
۴. دیدار اقوام همسر	۳۴
۵. احترام به پدر و مادر همسر	۳۵
۶. پرستاری در دوران نقاهت	۳۶
۷. پرداخت مهریه	۳۶
۸. لمس و بوسه	۳۸
۹. چراغ روشن خانه	۳۹
۱۰. دفترچه‌ی خاطرات	۴۰
۱۱. وقت اختصاصی	۴۱
۱۲. هوای خانه در سر	۴۱
۱۳. احترام به سلیقه‌ی همسر	۴۲
۱۴. کدبانوی نمونه	۴۳
۱۵. پاسخ به نیاز جنسی	۴۴
۱۶. اولویت توجه به همسر	۴۶
۱۷. نگاه محبت به همسر	۴۶
۱۸. چشم‌پوشی از خطا	۴۸
۱۹. آشتی سریع	۴۹
۲۰. خوش‌بینی	۵۰

www.takbook.com

۲۱. لقمه‌ی نان و جرعه‌ای آب ۵۲

۲۲. دست‌دادن هنگام سلام ۵۳

۲۳. ایثار در حق همسر ۵۴

۲۴. گذشت و بخشش ۵۵

۲۵. لبخندزدن ۵۶

۲۶. معطرشدن برای همسر ۵۷

۲۷. یادداشت‌گذاشتن ۵۸

۲۸. سفر با همسر ۵۹

۲۹. خدمت به همسر ۶۰

۳۰. تقسیم‌کار ۶۱

۳۱. مدارا ۶۲

۳۲. توقع به‌جا ۶۳

۳۳. گوش‌دادن فعال ۶۵

۳۴. آراستگی و خوش‌تیپی ۶۷

۳۵. هم‌نشینی ۶۸

۳۶. ادب در رفتار ۶۹

۳۷. دست پر به خانه‌آمدن ۷۰

۳۸. استقبال و بدرقه ۷۱

۳۹. مدیریت خواسته‌ها ۷۲

۴۰. رفع غم و غصه ۷۳

۴۱. عدم تجسس ۷۴

www.takbook.com

۴۲. دفاع از همسر ۷۵

بخش دوم: محبت‌ورزی غیرمستقیم ۷۷

۱. سلام‌کردن ۷۹

۲. پند و اندرز ۸۰

۳. احترام به دوستان همسر ۸۱

۴. حفظ اسرار ۸۲

۵. دعوت به علم‌آموزی ۸۳

۶. دورهمی‌های خانوادگی ۸۴

۷. احترام و تکریم فرزند ۸۵

۸. تأمین رفاه و آسایش ۸۶

۹. رفع نیازهای همسر ۸۷

۱۰. تأمین آرامش و اطمینان ۸۸

۱۱. گنج قناعت ۸۹

۱۲. تواضع و فروتنی ۹۰

۱۳. آینه‌ی همسر باشیم ۹۱

کتاب‌نامه ۹۵

سؤالات مسابقه ۹۸

www.takbook.com

مقدمه‌ی ناشر

ازدواج یکی از اسرار و نعمت‌های بزرگ الهی و یکی از پدیده‌های اجتناب‌ناپذیر زندگی بشری است، با ازدواج کانون خانواده شکل می‌گیرد و وظایف جدیدی بر دوش زوجین گذاشته می‌شود. اگر مرد و زنی که تازه پا به زندگی مشترک گذاشته‌اند با اصول و معیارهای یک زندگی سالم و موفق آشنا باشند و در همه‌حال حقوق یک‌دیگر را رعایت کنند، آرامش و آسایش بر محیط خانواده حکم‌فرما می‌شود و لذت، شادی و امید به زوایای آن سایه می‌اندازد.

داشتن اطلاعات لازم در خصوص همسرداری و روابط زناشویی می‌تواند فرصت ارتباط موثر و آمیخته با شور، اشتیاق، گرمی و لذت را فراهم آورد و سبب رشد و تعالی افراد شود.

این کتاب با عنوان «دوستت دارم» با بهره‌گیری از تعالیم و آموزه‌های دینی به شیوه‌های محبت و مهرورزی همسران به یک‌دیگر پرداخته است. روش‌هایی که می‌تواند زمینه‌ساز طراوت، شیرینی، دوام و پایداری زندگی زناشویی شود و از فروپاشی و متلاشی‌شدن کانون گرم و مهرآفرین خانواده‌ها و پیامدهای ناگوار آن پیش‌گیری کند.

www.takbook.com

در این مجموعه سعی شده است مطالب به گونه‌ای جمع‌آوری و تدوین شود که همه‌ی خانواده‌های عزیز ایرانی با هر سطح سواد و آگاهی بتوانند از آن برخوردار شوند و استفاده ببرند.

امید است از این رهگذر بتوانیم زمینه‌ی تقویت محبت و روابط عاطفی بیش از پیش بین خانواده‌ها را فراهم‌آوریم و آینده‌ای بهتر و امیدآفرین برای فرزندان این سرزمین رقم بزنیم.

وظیفه‌ی خود می‌دانم از همه‌ی کسانی که در این راه ما را یاری و یاوری دادند، صمیمانه تشکر و قدردانی کنم.

ماشاالله کاربخش راوری
مدیر مسئول انتشارات مهرتا
تابستان ۱۴۰۱

www.takbook.com

دیباچه

حُب و مَحبت از ریشه‌ی «حُب» به معنای دانه‌ی گندم، جو و غلات دیگر است. هم‌چنان که دانه زمین را می‌شکافد و در آن جای می‌گیرد، محبت نیز، قلب انسان را شکافته و در آن می‌نشیند.

محبت، عشق‌ورزی و دوست‌داشتن یک‌دیگر از جمله اموری است که خالق متعال در سرشت و فطرت همه‌ی انسان‌ها نهاده است، به‌گونه‌ای که هر انسانی به صورت فطری چنین نیازی را در خود احساس و آن را در زندگی خود تجربه کرده است. نیاز انسان به محبت‌کردن و مورد محبت واقع‌شدن چندان زیاد است که حتی در مواردی که این نیاز برآورده نشده و ارضا نشود، او دچار افسردگی و احساس بیهودگی ناشی از عدم‌تعلق به کسی و عدم‌تعلق دیگری به او شده و در نتیجه گرفتار انواع بیماری‌های روحی و روانی می‌شود و بالاخره علت اصلی و اساسیِ محبت‌ورزی در انسان، حس کمال‌جویی او و احساس وجود کمال در محبوب است. انسان فطرتاً کمال‌خواه است و به طور کلی، به سوی هرکسی

www.takbook.com

که در وی کمال سراغ داشته باشد، جلب و جذب‌شده و نسبت به وی انس و علاقه پیدا می‌کند، چراکه نزدیکی و انس با وی را وسیله‌ای برای رفع نقص خود و استکمالی برای خود می‌داند.

«عشق و محبت، سنگین و تنبل را چالاک و زرنگ می‌کند و حتی از کودن، تیزهوش می‌سازد. پسر و دختری که هیچ‌کدام آن‌ها در زمان تجردشان در هیچ چیزی نمی‌اندیشیدند، مگر در آن‌چه مستقیماً به شخص خودشان ارتباط داشت، همین که به هم دل بستند و کانون خانوادگی تشکیل دادند برای اولین بار خود را به سرنوشت موجودی دیگر علاقه‌مند می‌بینند، شعاع خواسته‌هایشان وسیع‌تر می‌شود و چون صاحب فرزند شدند به‌کلی روحشان عوض می‌شود. آن پسرک تنبل و سنگین اکنون چالاک و پرتحرک شده است و آن دخترکی که به زور هم از رختخواب برنمی‌خاست، اکنون تا صدای کودک گهواره‌نشین‌اش را می‌شنود، همچون برق می‌جهد. کدام نیروست که لَختی و رخوت را بُرد و جوان را این‌چنین حساس ساخت؟ آن، جز عشق و محبت نیست».آثار بسیاری برای ابراز عشق و محبت شمرده‌اند ازجمله می‌توان به این چند مورد اشاره کرد:

۱. صفا و صمیمیت بیشتر و بهتر؛

۲. جلب اعتماد؛

۳. جلب‌توجه همسر؛

۴. استحکام بنیان خانواده؛

۵. خودپنداره‌ی شخصیتی مثبت؛

۶. بهره‌مندی دنیوی و اخروی؛

www.takbook.com

۷. لذت‌بردن از زندگی و ارتباط با دیگران؛

۸. جلوگیری از کدورت‌ها؛

۹. خودباوری مثبت؛

۱۰. داشتن خانواده‌ای پرنشاط و شاداب؛

۱۱. نجات فرزندان از جدایی پدر و مادر و بی‌سرپرستی؛

۱۲. دل گرمی به کسب‌وکار و فعالیت‌های مربوط به معاش؛

۱۳. نجات اعضای خانواده از انواع آلودگی‌ها و انحراف‌های اخلاقی و رفتاری؛

۱۴. شکوفایی استعدادها و توان‌مندی‌های خدادادی اعضای خانواده به‌طور درست و کامل؛

۱۵. دل‌گرمی همه‌ی اعضا به خانه و خانواده و حاکمیت عشق و دل‌دادگی به هم و دل درگرو غیر نسپردن.[۱]

در این دفتر کوچک روش‌های محبت‌ورزی همسران به یک‌دیگر را برشمرده‌ایم، امید آن‌که لحظه به لحظه بر گرمای صمیمیت و محبت کانون خانواده افزوده شود.

شُکر که این نامه به عنوان رسید

پیشتر از عمر به پایان رسید[۲]

الحمد لله ربّ العالمین

---

۱. همسران شایسته، ص ۲۴۲.

۲. نظامی.

www.takbook.com

www.takbook.com

بخش اول:

محبت‌ورزی مستقیم

www.takbook.com

www.takbook.com

وقتی نسبت به خود و یا دیگری حب و علاقه‌ای در دل داشته باشیم و در صدد ابراز و نشان‌دادن آن باشیم، بی‌شک دست به اقداماتی می‌زنیم و آن را در قالب‌های رفتاریِ گوناگون نشان می‌دهیم. بیان کلمات، فرستادن نامه، خرید هدیه، دفاع از او، بوسیدن، بغل‌کردن و ... از جمله‌ی آن موارد است، در این صورت، مهر و محبت خود به دیگران را به صورت مستقیم نشان می‌دهیم. این رفتارهای محبت‌آمیز به دو گونه‌ی گفتاری و غیرگفتاری میسر است.

فصل اول: محبت‌ورزی گفتاری

از جمله ابراز محبت‌های مستقیم نسبت به دیگران، ابراز محبت زبانی است. در این نوع ابراز محبت، طرفین برای نشان‌دادن عشق و علاقه به هم‌دیگر از قواعد گفتاری و استفاده از کلمات، عبارات، مَثل‌ها، شعرها، اشارات و کنایات زبانی و نوشتاری و نظایر آن بهره می‌برند. اکنون به مواردی از محبت‌ورزی زبانی اشاره می‌کنیم:

www.takbook.com

۱. خُوش‌سخن‌بودن

خوش‌زبانی، باعث طراوت و شادابی در زندگی است؛ به زندگی روح می‌بخشد و آن را از خمودی و بی‌معنایی می‌رهاند.[۱] همسران عاشق هیچ‌گاه نام یک‌دیگر را بدون صفت خوب و پسندیده نمی‌آورند، چرا که به شخصیت همسرشان احترام می‌گذارند. آن‌ها به دنبال هر درخواستی از کلمات مثبت و پرانرژی استفاده می‌کنند.

نیک‌گفتاربودن هنگام سخن‌گفتن با همسر و او را با القاب و صفات پسندیده صدازدن از روش‌های معجزه‌آسای ابراز محبت و عشق به همسر است.

عزیزم! لطف می‌کنی چای بریزی؟

کدبانوی خوشگلم! لباسم را اتو می‌زنی؟

آقای مهربانم! می‌شه آخر هفته بریم مسافرت؟

فاطمه‌جان، آقا رسول، می‌شه تلفن را جواب دهی؟

بانوی من، آقای من، لطفا به من کمک می‌کنی؟

فوت کوزه‌گری

اگر می‌خواهید از همسرتان یا افراد دیگر انتقاد کنید، آن را در بین دو عبارت مثبت قرار دهید. قراردادن جمله‌ی منفی در بین دو جمله‌ی مثبت از شدت اثر تخریبی آن کم کرده و با اشاره به نکات مثبت، فرد احساس می‌کند فقط نکات منفی دیده نشده و رعایت انصاف شده است، به همین دلیل انگیزه‌ی بیشتری برای تغییر و بهبود شرایط خواهد داشت.

۱. همسران شایسته، حسین‌زاده، علی.

www.takbook.com

به این صورت (جمله‌ی مثبت + جمله‌ی منفی + جمله‌ی مثبت)
شما مرد سخت‌کوشی هستید، اگرچه ما را به تفریح و بیرون نمی‌برید، اما به نیازهای منزل حساس هستید.
شما مهربانید، اگرچه به خاطر تذکرهای زیادتان ناراحت می‌شوم، ولی می‌دونم دوستم دارید.
شما آشپز بی‌نظیری هستید، اگرچه برنجتان امروز شور شده، اما خورشتتان معرکه هست.
شما خیلی برای بچه‌ها زحمت می‌کشید، هرچند که دائماً در درس‌دادن آن‌ها در خانه داد می‌زنید که من رو عصبانی می‌کند، اما می‌دونم که شما در مورد بچه‌ها، مسئولیت‌پذیرترین زنی هستید که من می‌شناسم.

مهارت حضرت زهرا علیهاالسلام در استفاده از ابزار زبان برای نشان‌دادن عشق و علاقه‌ی خویش به همسرشان امیرالمؤمنین علیه‌السلام در این عبارت زیبای ایشان خطاب به همسرشان نمایان است:

«رُوحِی لِرُوحِکَ الْفِدَاءُ، وَ نَفْسِی لِنَفْسِکَ الْوِقَاءُ؛[1] جانم به فدایت و خودم به قربانت».

۲. دل‌جویی از همسر

آدمی همواره در حال تحول و دگرگونی است. عوامل بیرونی و درونی بسیاری بر انسان تأثیر می‌گذارد یا از وی تأثیر می‌پذیرند. گاهی غمگین و ناراحت، گاهی خوش‌حال و خندان. گاهی دنیا را همچون بهشتی باصفا و دل‌انگیز و گاهی جهنمی سوزان و ابدی می‌بینند، در چنین شرایطی به شدت نیازمند همدلی و همراهی است تا با وی درد دل کند و با او انس بگیرد.

۱. مدینة‌المعاجز، ج ۳، ص ۳۶۹.

www.takbook.com

فوت کوزه‌گری

هـر وقت مادربزرگ قهر می‌کـرد، پدربزرگم درِ ظرف‌های مربا و ترشـی رو خیلـی سـفت می‌کـرد تـا مادربـزرگ نتوانـد بـازش کنـد و مجبـور شـود باهاش حـرف بزنـد.

همسران می‌توانند سنگ صبور هم و برای یک‌دیگر گره‌گشا باشند، حتی اگر همسران نتوانند مسئله‌ی یک‌دیگر را حل کنند، شنیدن سخن و درددل‌کردن نزد هم‌دیگر به‌تنهایی، نویدبخش آرامش است و از غم و اندوه روحی و روانی می‌کاهد. مهر و محبت و ابراز آن فقط برای دوران خوشی و سرور نیست، بلکه شایسته است دامنه و گستره‌ی محبت، ناخوشی‌ها و سختی‌ها را نیز پوشش دهد و از رنج و آلام بکاهد.

۳. دوستت دارم

«دوستت دارم» را
من دلاویزترین شعر جهان یافته‌ام
این گل سرخ من است.
دامنی پر کن از این گل که دهی هدیه به خلق
که بری خانه‌ی دشمن
که فشانی بر دوست،
راز خوش‌بختی هرکس به پراکندن اوست!
در دل مردم عالم ـ به خدا ـ
نور خواهد پاشید
روح خواهد بخشید.
تو هم ای خوب من! این نکته به تکرار بگو
این دلاویزترین شعر جهان را همه وقت

www.takbook.com

نه به یک‌بار و به ده بار، که صد بار بگو
«دوستم داری» را از من بسیار بپرس
دوستت دارم را با من بسیار بگو[1]

شایسته است همسران این جمله‌ی جادویی «دوستت دارم» را روزانه به همسر خود هدیه دهند تا شور و نشاط زندگی دوچندان و پیوند مهر و محبت محکم‌تر شود. همسران موفق، نه تنها از ابراز عشق هراسی ندارند، بلکه آن را سبب شادکامی و خوش‌بختی بیشتر می‌دانند و به کوچک‌ترین بهانه این جمله‌ی طلایی را به زبان جاری می‌کنند. از اثرات شگفت‌انگیز «دوستت دارم»، تسخیر قلب همسر است.

فوت کوزه‌گری
عشق مانند نماز است نیت که کردی، دیگه نباید به اطرافت نگاه کنی.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله در کلامی شیوا و زیبا می‌فرماید: «این سخن مرد به زن که «دوستت دارم» هرگز از دل زن بیرون نمی‌رود».[2]

۴. عذرخواهی‌کردن

اگر پوزش نکو باشد ز کِهتر
نکوتر باشد آمرزش ز مِهتر[3]

هم عذرخواهی و هم پذیرش عذر، نوعی انعطاف‌نشان‌دادن در برابر اقدام دیگران است و این اقدام، گاه موجب فرونشاندن خشم دو طرف می‌شود. به همین سبب، رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله بهترین

---

۱. فریدون مشیری
۲. «قَوْلُ الرَّجُلِ لِلْمَرْأَةِ إِنّی أُحِبُّکِ لایَذْهَبُ مِنْ قَلْبِهَا أَبَداً». الکافی، ج ۵، ص ۵۶۹.
۳. اسعد گرگانی.

www.takbook.com

زنان امت خویش را کسانی می‌داند که برای فرونشاندن خشم شوهر، انعطاف نشان می‌دهند. ایشان در بیانی شیوا می‌فرماید:

«خَیْرُ نِسَائِکُمُ» بهترین زنان شما، زنانی هستند که در خلوت با شوهرش کاملاً راحت و آزاد باشد و شرم و حیا را کنار بگذارد و وقتی خشمگین می‌شود یا همسرش بر او خشم می‌گیرد به شوهرش می‌گوید: «دستم را در دست تو می‌گذارم و خواب را به چشمم راه نمی‌دهم تا وقتی‌که از من راضی شوی».[1]

توقع این که اعضای خانواده هیچ اشتباهی را در طول زندگی مرتکب نشوند به‌جا نیست، اما می‌شود از آن‌ها انتظار داشت که در صورت بروز اشتباه عذرخواهی کنند و دیگران نیز عذر آن‌ها را بپذیرند. اولین نتیجه‌ی عذرخواهی به خود انسان برمی‌گردد، چرا که با پوزش‌خواستن به بزرگی و عزت خود کمک می‌کند. «از این‌که این حرف را زدم معذرت می‌خواهم. ببخشید یه لحظه متوجه نشدم، امیدوارم من را ببخشی،. همسر عزیزم! لطفا نادیده بگیر یه لحظه حواسم پرت شد ... .

امام علی علیه‌السلام در پذیرفتن عذر می‌فرماید: «پوزش مسلمان را بپذیر و هرگاه عذری ندارد، عذری برای او بتراش».[2]

۵. سپاس‌گزاری

شُکر نعمت از شِکر شیرین‌تر است.[3]

سپاس‌گزاری زمانی شیرین می‌شود که در عمل به بار نشیند. تشکر زبانی، کمترین رتبه‌ی تشکر است و تشکر قلبی و عملی

---

۱. «... یَدِی فِی یَدِکَ لاأَکْتَحِلُ عَیْنِی بِغُمْضٍ حَتَّی تَرْضَی عَنِّی». بحارالانوار، ج ۱۰۰، ص ۲۳۹.
۲. «اقْبَلْ عُذْرَ أَخِیکَ فَإِنْ لَمْ یَکُنْ لَهُ عُذْرٌ فَالْتَمِسْ لَهُ عُذْرا» تحف‌العقول، ص ۱۱۲.
۳. داستان‌نامه بهمنیاری، ص ۶۷۴.

www.takbook.com

بالاترین آن است، از این‌رو شایسته است همسر وجود همسرش را نعمت الهی بداند و به روش‌های گوناگون از وی تشکر کند. امام صادق علیه‌السلام در بیانی زیبا می‌فرماید:

«خَيْرُ نِسَائِكُمْ» بهترین زنان شما آن بانویی است که اگر به او چیزی دهند (و یا خدمتی کنند) سپاس‌گزاری می‌کند و چنان‌چه از او بازگیرند، راضی باشد».[1]

امیرمؤمنان علیه‌السلام نقش سپاس‌گزاری در تقویت محبت و علاقه را این‌گونه بیان می‌کنند:

«شُكْرُكَ لِلرَّاضِي»؛ سپاس‌گزاری تو از کسی که از تو راضی است، باعث رضایت و وفاداری بیشتر او می‌شود و «شُكْرُكَ لِلسَّاخِطِ»؛ سپاس‌گزاری از کسی که از تو ناخشنود است، سبب رفع ناراحتی و پیدایش مهربانی او نسبت به تو می‌شود».[2]

از مصادیق آشکار سپاس‌گزاری در قبال نعمت، شکر عملی است که می‌تواند در قالب‌های زیر ظاهر شود:

الف: توجه به نعمت بودن همسر: این‌که همسر نعمتی الهی است.

ب: احساس مسئولیت در قبال همسر: همسر را دَین و غرامتی بداند که خداوند به راحتی در اختیارش قرار داده است.

ج: درک موقعیت همسر و مراعات حال او: همسر و موقعیت‌های ویژه‌ی وی را درک کند. او را چون انسان بداند، اما از جنسی دیگر و با تفاوت‌های آشکار و نهان.

د: گذشت و ایثار داشتن، رعایت حقوق همسر، اکرام و

---

۱ . بحارالانوار، ج۱۰۰، ص۲۰۹. «... إِنْ أُعْطِيَتْ شَكَرَتْ وَ إِنْ مُنِعَتْ رَضِيَتْ». بحارالانوار، ج ۱۰۰، ح ۲۳۹.

۲ . عیون الحکم و المواعظ، ح ۵۲۱۳.

www.takbook.com

احترام به شخصیت او و چشم‌پوشی از خطاهای همسر از دیگر مصادیق قدردانی است.

از لحاظ روانی، تحسین و قدردانی از دیگران به منزله‌ی خورشیدی است که روح انسان‌ها را گرم و پرشور می‌کند و خانواده‌ای که در آن تشویق و قدردانی نباشد، اعضایش به افسردگی و انزوا دچار خواهند شد که موجب گسست عاطفی می‌شود.[1]

به یاد داشته باشیم از زیباترین حالات سپاس‌گزاری، سپاس‌گزاری در جمع خانوادگی و در جلوی دیدگان فرزندان است و برای تشکر، نیازی به بهانه نیست، بلکه خود وجود همسر، بهترین بهانه برای ابراز تشکر است، از این رو شایسته است همسران دایره‌ی لغات تشکر را با عملی‌کردن آن افزایش دهند. ممنونم عزیزم، از لطفتان متشکرم، چقدر تو مهربانی، بهتر از این نمی شود عالی بود، مثل همیشه کارت ۲۰ بود، یک دنیا ممنونتم، چقدر خوش‌بختم که تو را دارم ...!

۶. تعریف و تمجید

گر در سفرم، تویی رفیق سفرم

ور در حضرم، تویی انیس حضرم[2]

هر کس، از جمله همسر شما دارای صفات و رفتاری نیک است. نگذارید صفات نیک همسرتان در پیچ‌وخم زندگی نادیده گرفته‌شده و احیاناً پس از مدتی از بین برود. آن‌ها را یادآوری کنید تا عزت‌نفس همسرتان زیاد شود و منجر به کسب صفات نیک دیگر شود. تعریف و تمجید از داشته‌های

---

۱. هدیه در فرهنگ و سیره، کوثر، ۱۳۸۱.

۲. ابوسعید ابوالخیر

www.takbook.com

او، از صفات جسمانی تا کارهایی را که برای رفاه و آسایش خانواده انجام می‌دهد، در رفتار و گفتار نشان دهید. با تعریف و تمجید از همسر و به اصطلاح عامیانه؛ «هندوانه زیر بغل دادن»، به‌ویژه وقتی با شوخی و مزاح همراه باشد، تأثیر شگفت‌انگیزی در وی داشته و به این کار به یک معنی دل او را به دست خواهیم آورد. علاوه بر این، آدمی با همین تعریف و تمجید صحیح از طرف همسر و درنتیجه اعتمادبه‌نفس و عزت‌نفسی که به دست می‌آورد، به پیشرفت‌های بزرگی در سعادت خانواده دست می‌یابد.

امام صادق علیه‌السلام در ستایش از همسرشان حمیده می‌فرماید: «حمیده از هر نوع بدی پاک می‌باشد، همچون شِمش طلا».[1]

فوت کوزه‌گری

زنان در مقابل کوچک‌ترین تغییرات ظاهری حساس هستند و منتظر واکنش همسرشان هستند، حتما نسبت به این تغییرات واکنش نشان دهید و تعریف کنید.

ابراز محبت محدود به زمان حضور همسر نیست، بلکه عاشق حقیقی در زمان نبود همسرش نیز از او به خوبی و نیکی یاد می‌کند.

رسول خوبی‌ها حضرت محمد صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرماید: «هرکس چیزی را دوست بدارد از آن بسیار یاد می‌کند».[2]

---

۱. «حَمِيدَةُ مُصَفَّاةٌ مِنَ الْأَدْنَاسِ كَسَبِيكَةِ الذَّهَبِ». الکافی، ج ۱، ص ۴۷۷.

۲. «مَنْ أَحَبَ شَيْئاً أَكْثَرَ مِنْ ذِكْرِه». مجموعه ورام، ج ۱، ص ۷۴.

www.takbook.com

۷. شوخی‌کردن

شوخی از بهشت آمده است.[۱]

شوخی و شوخ‌طبع‌بودن، نمک و لازمه‌ی زندگی شاد و پرنشاط است. همسران نیز با ابراز شوخی‌های به‌جا و درست می‌توانند عشق خود را اظهار کنند. همه‌ی ما زندگی پرنشاط و شیرین را دوست داریم. به شادکامی و طراوت علاقه‌ی فراوان نشان می‌دهیم و از سختی‌ها و تلخی‌های زندگی - که غبار غم و اندوه را بر آینه‌ی قلبمان می‌نشاند - دوری می‌کنیم. به طور کلّی، خنده، شوخی و شادمانی از ویژگی‌های نیک انسان‌هاست که از گستره‌ی احساسات آنان دست‌چین می‌شود و نشان از نشاط روحی آنان دارد و موجب شکیبایی و بردباری آدمی می‌شود.

شوخی‌های شایسته و شادی‌های نشاط‌انگیز در ارتباط‌های فردی و اجتماعی، زمینه‌ساز گفت‌وگوهای سالم و نشست و برخاست‌های فرح‌بار است تا در مرحله‌های گوناگون زندگی، حیاتی همراه با سلامت و سعادت پدید آید و مسیر زندگی به دور از غبار غم و تیرگی اندوه طی شود.[۲]

از لقمان حکیم علیه‌السلام چنین نقل‌شده است: «سزاوار است انسان خردمند در میان خانواده‌ی خود مانند کودک باشد. اهل مزاح و شوخی پدرانه و شیرین‌کاری محبت‌آمیز باشد و چون در اجتماع و میان قوم خود درآید، رفتاری مردانه داشته باشد».[۳]

---

۱. کتاب کوچه، ج ۵، ص ۱۹۰۲. (از شوخی دوستان نباید رنجید).

۲. خانواده+ عشق/ اخلاق، اخلاق همسران، مجتبی حیدری.

۳. «ینبغی للعاقل ان یکون فی اهله کالصبی- یعنی فی المزاح- و حسن الخلق بالملاعبه والمطایبه فاذا کان فی القوم کان رجلا». لئالی‌الاخبار (تویسرکانی)، ج ۲، ص ۱۷۵ و ۲۰۹.

www.takbook.com

فوت کوزه‌گری

در خانه‌ی مادرشوهر و مادرزن برای انجام برخی کارها از آن‌ها اجازه بگیرید، با این کار، شما به مادرشوهر و مادرزن احترام می‌کنید و متقابلا به شما احترام می‌گذارند و از طرفی سیاست مهمان‌بودن شما حفظ می‌شود و فاصله‌ها و حرمت‌ها رعایت می‌شود.

۸. دعا برای همسر

از مصادیق همسردوستی دعا برای آن‌هاست. زمانی که فردی برای کسی دست به دعا برمی‌دارد این نشانگر مهر و محبت به آن شخص است.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله عفو و عافیت از خداوند را برای خانواده چنین طلب کرده‌اند:

«اللَّهُمَّ إِنِّی أَسْأَلُکَ الْعَفْوَ وَ الْعَافِیَةَ فِی أَهْلِی وَ مَالِی وَ وُلْدِی؛ بار خدایا! بخشش و سلامت در دین و دنیایم و خانواده و دارایی‌ام را از تو درخواست می‌کنم».[1]

امام صادق علیه‌السلام نقل می‌کند که پدرم همواره این دعا را می‌خواند:

«اللَّهُمَّ إِنِّی أَعُوذُ بِکَ مِنْ دَرَکِ الشَّقَاءِ وَ مِنْ شَمَاتَةِ الْأَعْدَاءِ وَ أَعُوذُ بِکَ مِنَ الْفَقْرِ وَ الْوَقْرِ وَ أَعُوذُ بِکَ مِنْ سُوءِ الْمَنْظَرِ فِی الْأَهْلِ وَ الْمَالِ وَ الْوَلَد».

«بار خدایا! از دامن‌گیرشدن رنج و بدبختی و از شماتت دشمنان به تو پناه می‌برم. از ناداری و گران‌باری به تو پناه می‌برم. از بد دیده‌شدن (بد معروف‌شدن) همسر و اموال و فرزند به تو پناه می‌برم».[2]

---

۱. مصباح‌المتهجد، ص ۳۳۶، ح ۴۴۳.

۲. الکافی، ج ۲، ص ۵۲۶، ح ۱۳.

www.takbook.com

گاهی برای این‌که قدرت و انرژی مثبت دعای خیر را لمس کنیم، باید با زبان دل و با عشق چنین دعا کنیم:

دعا می‌کنم زیر این سقف بلند
روی دامان زمین
هر کجا خسته شدی
یا که پر غصه شدی
دستی از غیب به دادت برسد
و چه زیباست که آن دست خدا باشد و بس!
***
خدای مهربانم
در این صبح زیبای ملکوتی
برای همسرم
سلامتی، نشاط، دل‌خوشی
عاقبت به خیری، عشق و محبت
خواستارم
امیدوارم زندگی‌ات
پر از عطر خدا باشد عشقم![1]

۹. مشورت با همسر

مشورت در کارها واجب شود
تا پشیمانی در آخر کم شود[2]

زن و شوهر هرکدام به نوبه‌ی خود صاحب تجربه‌اند و هم برخی از علم و دانشی برخوردار هستند که هرکدام به

---

۱. به نقل از minevisam.com.
۲. مولوی

www.takbook.com

طریقی در گره‌گشایی مسائل زندگی کارساز است. از سویی دیگر، از لوازم شریک زندگی قراردادن کسی؛ استفاده از این توان‌مندی‌ها و در نتیجه مشورت با وی در امور زندگی است، حتی اگر همسر تخصص کافی در زمینه‌ای نداشته باشد، ولی از بابت شراکت زناشویی و احترام به شریک زندگی، بهتر است به رأی و نظر او گوش فرا داده و از وی نظرخواهی شود، چرا که نظرخواهی از همسر در چنین شرایطی باعث بالابردن اعتمادبه‌نفس و عزت‌نفس در وی شده و به شخصیت وی نیز احترام گذاشته‌ایم.

از یک نگاه، دو نوع خانواده داریم؛ خانواده‌ی مشارکتی و خانواده‌ی رقابتی. در خانواده‌ی رقابتی هر یک از طرفین سعی دارند مانند دو رقیب از هم پیشی بگیرند، لذا در این نوع خانواده‌ها زن‌سالاری و مردسالاری حاکم می‌شود که هر دو عضو خانواده، محکوم به شکست هستند، ولی در خانواده‌ی مشارکتی، زن و مرد برای یک‌دیگر ارزش قایل شده و در مسایل خانواده با هم مشورت می‌کنند[1] و همین امر سبب، همدلی و محبت بیشتری می‌شود.

فوت کوزه‌گری

در جمع از طرف شوهرتان قولی به کسی ندهید یا مسئولیتی را از طرفش قبول نکنید، شاید همسرتان برنامه دیگه‌ای دارد.

۱ . نسیم عشق، رفیعی، محمد، ۱۳۸۹.

www.takbook.com

فواید مشورت‌کردن

۱- شخصیت‌دادن به طرف مقابل؛

۲- از توان عقلی او استفاده‌کردن؛

۳- احترام و محبت عملی به همسر؛

۴- دیدن نقاط قوت و ضعف از نگاه طرف مقابل؛

۵- پرهیز از خودرأیی و خودخواهی؛

۶- اثبات عشق و محبت به همسر؛

۷- کاهش آسیب‌ها و ضررها؛

۸- ایجاد همدلی و تفاهم بیشتر؛

۹- تصمیم‌گیری درست و منطقی؛

۱۰- اعتماد به همسر.[۱]

---

۱. همان.

www.takbook.com

فصل دوم: محبت‌ورزی رفتاری

برای نشان‌دادن مهر و محبت به دیگران، تنها به زبان و گفتار نمی‌توان بسنده کرد. ای بسا رفتارها و اقداماتی که صدها برابر از بیان و گفتار تأثیرگذارتر است. اهدای هدیه به مناسبت‌های مختلف، رفتار همراه با اکرام و احترام به طرف مقابل، به خصوص در مرئی و منظر دیگران، استفاده از اشارات و کنایات رفتاری غیرزبانی، همراهی با او در غم و شادی از جمله‌ی این رفتارهای محبت‌آمیز است.

۱. هدیه به همسر

هر چه از دوست می‌رسد خوب است

گر همه سنگ و گر همه چوب است[۱]

اصل هدیه از «هدی» به معنی ارشاد و هدایت است تا در واقع هدیه، ارشاد و نشانه‌ای بر محبت بین اشخاص و حاکی از دوستی‌ها و نیکی بین آنان باشد.

برای ابراز عشق به همسر گاهی حتی هدیه‌ای کوچک و ناچیز می‌تواند تأثیرگذار باشد. از ویژگی‌های مهم هدیه؛ غافل‌گیرانه و خلاق‌بودن است. گاه هدیه‌ای کوچک، مانند

---

۱. داستان‌نامه بهمنیاری، ص ۹۸۴.

www.takbook.com

شیشه‌ی عطری کوچک یا شاخه‌ای گل، چنان برای همسر غافل‌گیرانه و در وی تأثیرگذار است و به وی نیرو می‌دهد که صدها هدیه‌ی بزرگ‌تر و گران‌تر از آن، چنان کارکردی ندارد.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله در آثار معجزه‌آسای هدیه می‌فرماید:

«هدیه‌دادن، ایجاد دوستی می‌کند و روابط برادری را تازه می‌سازد و کینه‌ها را از دل‌ها می‌زداید».[1]

هدیه منحصر به هدایای مادی نیست، بلکه شامل مصداق معنویِ آن نیز می‌شود. کلام حکمت‌آمیزی را به همسر آموختن و یا جمله‌هایی که باعث تقویت مهر و محبت می‌شود و گرمی خانواده را دوچندان می‌کند نیز هدیه است. چنان‌که امام علی علیه‌السلام نصیحت‌کردن را نیز هدیه می‌دانند و می‌فرماید: «بهترین هدایا پند و اندرز است».[2]

نیکوست هدیه‌ی خود را با شوخی، لطیفه، خوش‌رویی و تبسّم تقدیم کنیم تا خاطره‌ی خوشی از آن در ذهن بماند و هدیه مورد علاقه‌ی همسر باشد، از چیزهایی باشد که مدت‌ها همسر، داشتن آن‌ها را آرزو می‌کرده است تا او درک کند که به فکر او و نیازهای او بوده‌ایم.

۲. سوغات سفر

بازگردد چو او به‌سوی حضر
چون رود یک تن از شما به سفر
قدر میسور اگرچه بود حجر
هدیه آرد برای اهل و عیال[3]

---

۱. «الْهَدِيَّةُ تُورِثُ الْمَوَدَّةَ وَ تُجَدِّدُ الْأُخُوَّةَ وَ تُذْهِبُ الضَّغِينَةَ». بحارالانوار، ج ۷۷، ص ۱۶۶.
۲. «نِعْمَ الْهَدِيَّةُ الْمَوْعِظَة». عیون‌الحکم و المواعظ، ح ۹۱۲۹.
۳. لاادری.

www.takbook.com

تدارک هدیه برای همسر، هنگام برگشت از مسافرت را فراموش نکنید. همسری که پس از چند روز دور از هم‌بودن، حال با چشم و دلی پر از انتظار پذیرای شماست، هرچند او منتظر خود شخص شماست، در عین‌حال شما با آوردن سوغاتی سفر به او می‌فهمانید که در سفر و دوری از او، به فکر و یادش بوده‌اید.

امام باقر علیه‌السلام در بیانی شیوا و زیبا می‌فرماید:

«وقتی‌که یکی از شما به مسافرت می‌رود با دست خالی به خانه بازنگردد، بلکه هنگام بازگشت از سفر برای اهل و عیال خود هدیه‌ای بیاورد، اگرچه در دست او سنگ ناچیزی باشد».[1]

فوت کوزه‌گری

همسر شیخ عبدالکریم حائری در سال‌های آخر از دو چشم نابینا و از دو پا فلج شده بود. شیخ عبدالکریم او را به دوش می‌گرفت و شب‌ها به پشت بام می‌برد که از گرما اذیت نشود به او گفتند؛ زن دوم بگیر، همسر شما چشمش نمی‌بیند. گفت: چشم که ندارد، دل که دارد! من دل کسی را نمی‌رنجانم.

۳. وفای به قول و قرار

چو عَهدی باکسی بستی به‌جا آر

که ایمان است، عهد از دست مگذار[2]

عمل به پیمان و وفای به عهد، علاوه بر وظیفه‌ی شرعی و اخلاقی، در عمل موجب جلب اعتماد و اطمینان‌خاطر همسر شده و از نشانه‌های محبت و علاقه‌ی قلبی به اوست. وفای

۱. «إِذَا سَافَرَ أَحَدُكُمْ فَقَدِمَ مِنْ سَفَرِهِ فَلْيَأْتِ أَهْلَهُ بِمَا تَيَسَّرَ وَ لَوْ بِحَجَر». وسائل‌الشیعه، ج ۱۴، ص ۴۵۹.

۲. ناصرخسرو.

www.takbook.com

به قول و قرارها، زمینه‌ی اعتمادآفرینی را فراهم می‌کند.

بین وفای به عهد و اعتماد، پیوند وثیقی وجود دارد، بدین شکل که یکی از راه‌های ایجاد و حفظ اعتماد، وفای به عهد است. رابطه‌ی زن و شوهر، رابطه‌ی عهد و وفاست، چنان‌چه رابطه‌ی زوجین بین مدار عهد و وفا باشد، اعتماد، اطمینان و محبت شگرفی میان طرفین ایجاد می‌شود. شایسته است قبل از این‌که قولی به همسرمان بدهیم، توان خود را در نظر بگیریم تا سبب بدقولی و سلب اعتماد نشود.

فوت کوزه‌گری

حرف‌های خود را با کلام مطرح کنید، نه با رفتار، چرا که از کلام همان برداشت می‌شود که شما می‌گویید، ولی از رفتارتان هزاران برداشت می‌شود.

۴. دیدار اقوام همسر

دید و بازدید از سنت‌های بسیار زیبا و پراهمیت دین مبین اسلام است، از این‌رو شایسته است همان‌گونه که به اقوام خویش احترام و عزت قائل هستید و به دیدار آن‌ها می‌روید و یا آن‌ها را دعوت به مهمانی می‌کنید از بستگان همسرتان نیز استقبال کنید؛ همان عزت و احترام را نسبت به آن‌ها داشته باشید و هیچ خط قرمزی برای خودتان در امور دید و بازدید بستگان و خویشاوندان تعیین نکنید، مگر آن‌جا که ضرر قطعی در میان باشد. دیدار با خویشان، باعث پیوند دوستی و محبت می‌شود. در این‌باره امام علی علیه‌السلام می‌فرماید: «دیدار خویشاوندان باعث ایجاد محبت بین ایشان می‌شود»[1].

۱. «صِلَةُ الرَّحِمِ تُوجِبُ الْمَحَبَّةَ». تصنیف غررالحکم و دررالکلم، ح ۹۳۰۹.

www.takbook.com

هم‌چنین ایشان درباره‌ی پیامدهای شوم قطع رحم هشدار می‌دهند: «از پیامدهای قطع رحم و قطع رابطه با خویشان، فقر و نداری است».[1]

۵. احترام به پدر و مادر همسر

به نظرها و پیشنهادهای والدین همسرتان احترام و همانند والدین خود به آن‌ها عشق بورزید، چراکه آن‌ها نیز شما را همانند فرزند خود قبول کرده‌اند، بدین‌وسیله عشق و محبت خویش نسبت به همسرتان را به وی نشان دهید، زیرا مهر و محبت همسر با احترام‌گذاشتن به والدین او چندین برابر می‌شود.

چنان‌چه معروف است: «پدران سه گونه‌اند: پدر اصلی، انسان را به دنیا آورده است و پدری که به انسان علم معرفت می‌آموزد و پدر همسر».[2]

فوت کوزه‌گری

نزد مادرشوهرتان احترام به همسرتان را فراموش نکنید، زیرا بلند حرف‌زدن، دستوردادن، اخم‌کردن و ... سبب دل‌گیری مادرشوهر می‌شود.

تلاش کنید که همسرتان همیشه ظاهری آراسته و خوب داشته باشد، چرا که با این کار مادرشوهرتان متوجه تأثیر مثبت شما و قدردان زحمات شما می‌شود.

---

۱. «قَطِیعَةُ الرَّحِمِ تُورِثُ الْفَقْر». مشکاةالانوار، ص ۱۲۹. در روایات آثاری و برکاتی برای صله‌ی رحم شمرده‌اند از جمله: جلوگیری از بلا، رفع فقر، زیادی روزی، آبادی خانواده‌ها و شهرها، سلامتی بدن، طولانی‌شدن عمر، مانع از مرگ ناخوشایند. بحارالانوار، ج ۷۱، ص ۹۱.

۲. «الآبَاءُ ثَلَاثَةٌ: أَبٌ وَلدک وَ أَبٌ عَلمک وَ أَبٌ زَوجک». به نقل از الغدیر، ج ۱، ص ۳۶۹. در کتاب‌های حدیثی معروف، اثری از این حدیث نیافتیم.

www.takbook.com

۶. پرستاری در دوران نقاهت

در سختی‌ها و بیماری‌ها همانند پرستاری مهربان کنار او بمانید و از وی به خوبی مراقبت کنید. عشق و علاقه‌ی خود را نشان دهید تا متوجه شود همسر خوب‌بودن فقط بر ای روزهای خوش در حال سلامتی نیست، بلکه در هر شرایطی حامی او هستید و او را با هر حال و اوضاعی دوست دارید. در این‌باره رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرماید:

«هر کس برای برآوردن نیاز بیماری بکوشد، چه آن را برآورده سازد و چه نسازد، مانند روزی که از مادرش زاده شده است، از گناهانش پاک می‌شود». یکی از انصار پرسید: یا رسول‌الله پدر و مادرم فدایت، اگر مریض از اهل خانه‌ی او باشد اجر و پاداش کار او بیشتر نیست؟ حضرت فرمود: بله».[۱]

این رفتار محبت‌آمیز از آن جهت حائز اهمیت فوق‌العاده است که انسان در شرایط بیماری نیاز بیشتری به توجه و اهمیت‌دادن را در خود احساس می‌کند، چنین توجهی در چنین حالتی به بیان عامیانه بیشتر به دل می‌نشیند و بی‌شک در ایجاد و تقویت عشق و محبت تأثیر بیشتری دارد.

۷. پرداخت مهریه

برای این‌که محبت و علاقه‌ی خود را به همسرتان نشان دهید، قسمتی از مهریه را به او ببخشید و اختیار آن را به دست خودش دهید با این کار ثابت می‌کنید که با علاقه و عشق به شما پیوسته است، نه به خاطر پول و ثروت.

قرآن مجید درباره‌ی اهدای مهریه می‌فرماید:

---

۱. «مَن سَعی لِمَریضٍ فی حاجَةٍ قَضاها أولَم یَقضِها ...». من لایحضره‌الفقیه، ج ۴، ص ۱۶.

www.takbook.com

«وَ آتُوا النِّساءَ صَدُقاتِهِنَّ نِحْلَةً فَإِنْ طِبْنَ لَكُمْ عَنْ شَيْءٍ مِنْهُ نَفْساً فَكُلُوهُ هَنيئاً مَريئاً؛ و مِهر زنان را (به طور کامل) به عنوان یک بدهی (یا عطیه) به آنان بپردازید! (ولی) اگر آن‌ها چیزی از آن را با رضایت خاطر به شما ببخشد، حلال و گوارا مصرف کنید».[1]

هم‌چنین نقل‌شده است که؛ جمعی از افراد که به خانه‌ی امام حسین علیه‌السلام رفته بودند، پرسیدند: ای فرزند رسول خدا] در منزل شما چیزهایی به چشم می‌خورد که در شأن زاهدانه‌ی شما نیست (مراد آن‌ها فرش‌ها و پشتی‌های رنگی و بعضاً قیمتی بود).

امام علیه‌السلام پاسخ دادند: ما مهریه‌ی زنان خود را می‌پردازیم و آن‌ها از مهریه‌ی خود، اثاث خانه و آن‌چه بخواهند می‌خرند و چیزی از این‌ها مربوط به ما نیست.[2]

فوت کوزه‌گری

زن و شوهری یک خر از بازار خریدند. در راه برگشت به خانه یک پسر بچه گفت: «چقدر احمق‌اند، چرا هیچ‌کدام سوار خر نشده‌اند»!؟

آن دو وقتی این حرف را شنیدند، زن سوار بر خر شد و مرد در کنار آن‌ها به راه افتاد. کمی بعد پیرمردی آن‌ها را دید و گفت: «مرد رئیس خانواده است، چطور زن می‌تواند در حالی که شوهرش پیاده راه می‌رود، سوار خر شود»؟

زن با شنیدن این حرف فوراً از خر پیاده شد و جای خود را به شوهرش داد. لحظاتی بعد با پیرزنی مواجه شدند. پیرزن گفت: «عجب مرد بی‌معرفتی، خودش سوار خر می‌شود و زنش پیاده راه می‌رود»!

---

۱. النساء/۴.

۲. «... فَقَالَ إِنَّمَا نَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ فَنُعْطِيهِنَّ مُهُورَهُنَّ فَيَشْتَرِينَ بِهَا مَا شِئْنَ لَيْسَ لَنَا مِنْهُ شَيْءٌ». مکارم‌الاخلاق، ص ۱۳۱.

www.takbook.com

مرد با شنیدن این حرف به زنش گفت که او هم سوار خر شود.
بعد به مرد جوانی برخوردند. او گفت:«خر بیچاره، چطور می‌تواند وزن این دو را تحمل کند، چقدر به خر ظلم می‌کنند»!
زن و شوهر با شنیدن این حرف از خر پیاده شدند و خر را به دوش گرفتند.
ظاهراً راه دیگری باقی نمانده بود.
وقتی به پل باریکی رسیدند، خر ترسید و شروع به جفتک‌زدن کرد. آن‌ها تعادلشان را از دست دادند و به رودخانه سقوط کردند.
در زندگی به حرف و نگاه مردم، زندگی‌کردن خطایی آشکار است.

۸. لمس و بوسه

میان عاشق و معشوق رازی است
چه داند آن‌که اُشتُر می‌چراند[۱]

سرچشمه‌ی لمس‌کردن و بوسیدن، عشق و محبت است. نوازش‌کردن، آرامش روحی قدرت‌مندی به انسان می‌دهد که در سایه‌ی آن مهر و محبت دوچندان می‌شود. بوسه و لمس علاوه بر فوائد جسمی، اثرات شگفت‌انگیزی در تقویت عزت و شخصیت همسر دارد و نیز زمینه‌های استرس و اضطراب را دور می‌کند و سبب نشاط و مانع افسردگی و درماندگی است. لمس‌کردن، علاوه بر آن‌چه گفته شد تأثیر شگفت‌انگیزی در کنترل خشم و هیجانات دارد. در این زمینه معدن علم و دانش، امام محمدباقر علیه‌السلام می‌فرماید: «هر کس بر

۱. امثال و حکم دهخدا، ج ۴، ص ۱۷۶۶.

www.takbook.com

خویشاوندان خشم بگیرد، باید برخیزد و نزد او رود و او را لمس کند، زیرا رحم (خویشاوند) چون لمس شود، آرامش می‌یابد»[1].

فوت کوزه‌گری
بوسه ذهن را آرام می‌کند و بهترین آرامش به خود و همسر است.

۹. چراغ روشن خانه

از محبت تلخ‌ها شیرین شود
از محبت مس‌ها زرین شود
از محبت دُردها صافی شود
از محبت دردها شافی شود
از محبت مرده زنده می‌کنند
از محبت شاه بنده می‌کنند[2]

رسیدگی به امور داخل خانه، مرتب‌کردن اسباب و اثاثیه و تهیه‌ی غذای مناسب از جمله روش‌های مناسب ابراز محبت به همسر است. رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله در بیانی زیبا می‌فرمایند:

«حَقُ الرَّجُلِ عَلَى الْمَرْأَةِ ...»؛ حق مرد بر زن آن است که چراغ خانه را روشن نگه دارد و خورد و خوراک برای اهل خانه آماده سازد».[3]

«روشن نگه‌داشتن چراغ خانه» می‌تواند کنایه از این باشد که خانه را شاداب و سرزنده نگه دارد و نیز زن مدیر خانه است و امور داخلی خانه به عهده‌ی زن است.

---

۱. «أَيُّمَا رَجُلٍ غَضِبَ عَلَى ذِی رَحِمِهِ فَلْيَقُمْ إِلَيْهِ وَ لْيَدْنُ مِنْهُ وَ لْيَمَسَّهُ فَإِنَّ الرَّحِمَ إِذَا مَسَّتِ الرَّحِمَ سَكَنَتْ». امالی (صدوق)، مجلس ۵۴، ح ۲۵.
۲. مولوی.
۳. «حَقُّ الرَّجُلِ عَلَى الْمَرْأَةِ إِنَارَةُ السِّرَاجِ وَ إِصْلَاحُ الطَّعَامِ». مکارم‌الاخلاق، ص ۲۱۴.

www.takbook.com

فوت کوزه‌گری
غالبا خانم‌ها از طریق گوش و آقایان از طریق چشم تحریک و عاشق می‌شوند.

۱۰. دفترچه‌ی خاطرات

از محبت خارها گل می‌شود
از محبت سرکه‌ها مُل می‌شود
از محبت دار تختی می‌شود
از محبت بار بختی می‌شود[۱]

همسران پس از گذران عمر، هر یک خاطراتی خوش و یا تلخ در زندگی خویش خود دارند، یادآوری خاطرات شیرین و خوش زندگی، برایشان خوشایند و فرح‌بخش است. یادآوری سال‌روز ازدواج، دوران نامزدی، مسافرت‌ها، موفقیت‌ها و ... همراه با خرید هدیه از راه‌های خوب ابراز محبت است، زیرا هرکدام از این پدیده‌ها و اتفاقات در زندگی زناشویی، فرصت‌هایی است که خداوند در اختیار ایشان قرار داده تا قدردان آن بوده و از آن برای دنیا و آخرت خویش توشه برگیرند، بنابراین یادآوری هرکدام از این موارد و دیگر موارد نظیر آن خود نوعی سپاس‌گزاری از نعمت‌های الهی خواهد بود. بی‌شک در چنین صورتی خداوند نیز نظر لطفی به این زن و شوهر خواهد داشت.

فوت کوزه‌گری
زن‌ها نیاز به به هم‌دردی و همراهی دارند، اما مردها هم‌چنان نظر کارشناسی می‌دهند.

---

۱. مولوی.

www.takbook.com

۱۱. وقت اختصاصی

زمان معینی به همسرمان اختصاص دهیم و در آن زمان به او و خواسته و نیازهایش توجه داشته باشیم که نتیجه‌ی آن، عزت به شخصیت همسر و نیز برنامه‌ریزی بهتر زندگی است.

سیره‌ی رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله نیز در خانه چنین بود. درباره‌ی سیره‌ی ایشان چنین نقل‌شده است: «وقتی به منزل می‌رفتند وقت خود را سه قسمت می‌کردند:

یک قسمت برای خداوند - تبارک‌وتعالی-

و یک قسمت برای خانواده

و یک قسمت نیز برای خود»[1].

فوت کوزه‌گری

شوهر «مغزخانه» و زن «قلب» خانه است.

۱۲. هوای خانه در سر

بازگشت سریع به خانه نوعی دیگر از ابراز محبت است، چرا که اگر برحسب ظاهر، اتفاق و کار خاصی برای همسر پیش نیاید و وی سریع به خانه برگردد، نشان از این دارد که همیشه و حتی وقتی از خانه دور است در سر هوای خانه و اهل خانه را دارد و به خانواده‌ی خویش علاقه‌مند است و آن‌ها را دوست دارد.

روزی رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله به کسی فرمود: روزه گرفته‌ای؟ گفت: نه. فرمود: مسکینی را اطعام کرده‌ای؟ گفت: نه. فرمود: به‌سوی خانواده‌ات برگرد که بازگشت تو به خانه برای ایشان صدقه است.[2]

---

۱. «... ثَلَاثَةَ أَجْزَاءٍ جُزْءاً لِلّٰهِ تَعَالَى وَ جُزْءاً لِأَهْلِهِ وَ جُزْءاً لِنَفْسِهِ». معانی‌الاخبار، ص ۸۱.

۲. «... قَالَ فَارْجِعْ إِلَى أَهْلِكَ فَإِنَّهُ مِنْكَ عَلَيْهِمْ صَدَقَةٌ». الکافی، ج ۵، ص ۴۹۵.

www.takbook.com

امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: «سه چیز، از خوش‌بختی است: همسر سازگار، فرزندان نیکوکار و مردی که محل کار و کسب درآمدش در شهر خودش باشد تا بتواند صبح و شام، نزد خانواده‌اش باشد».[1]

فوت کوزه‌گری

وقتی همسرتان اشتباه می‌کند بلافاصله به او نگویید: دیدی گفتم؟

اگر از اشتباه‌کردن در حضور شما هراس داشته باشد، شک نکنید به تدریج از شما دورتر می‌شود و به مرور، احساس آرامش و لذتِ با شمابودن برایش کم‌رنگ می‌شود و زمینه‌ای برای از بین‌رفتن اقتدار و اعتماد به‌نفس همسر، مخفی‌کاری، دروغ‌گویی و کم‌شدن ارتباط کلامی او با شما خواهد شد.

۱۳. احترام به سلیقه‌ی همسر

زن و شوهر باید صرفاً سلیقه‌های خود را برای دیگری اظهار کرده و از تحمیل آن‌ها بر همسر پرهیز کنند. از جمله راه‌های ابراز محبت، احترام به علاقه و سلیقه‌ی همسر است. هر شخصی به رنگ، غذا و لباس خاص خود علاقه دارد. از جمله علاقه‌های مهم و روزانه، وعده‌ی غذایی است. هر کس بر اساس مزاج خود تمایل به خوردن یک سری از غذاها و میوه‌ها دارد. همسران نمونه و شایسته به این تفاوت‌های غذایی اهمیت می‌دهند و آن را در نظر دارند.

ششمین پیشوای شیعیان حضرت صادق علیه‌السلام می‌فرماید:

۱. «ثَلَاثَةٌ مِنَ السَّعَادَةِ الزَّوْجَةُ الْمُؤَاتِيَةُ وَ الْأَوْلَادُ الْبَارُّونَ وَ الرَّجُلُ يُرْزَقُ مَعِيشَتَهُ بِبَلَدِهِ يَغْدُو إِلَى أَهْلِهِ وَ يَرُوحُ» الکافی، ج ۵، ص ۲۵۸.

www.takbook.com

«روا نیست که مرد، چیزی از خوراکی را به خود اختصاص دهد و از ارائه‌ی آن به خانواده‌اش دریغ ورزد».[1]

هم‌چنین رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرماید:

«مؤمن با اشتهای خانواده‌اش می‌خورد و منافق، خانواده‌اش با میل و اشتهای او می‌خورند».[2]

فوت کوزه‌گری

جوش‌آوردی بزن کنار

ماشینت که جوش می‌آورد حرکت نمی‌کنی، کنار می‌زنی و می‌ایستی، وگرنه ممکن است ماشینت آتش بگیرد! خودت هم همین‌طور هستی، وقتی جوش می‌آوری، عصبی می‌شوی، تخته‌گاز نرو! بزن کنار! ساکت باش و هیچ نگو!

۱۴. کدبانوی نمونه

همسر موفق به میل و اشتهای خود غذا درست نمی‌کند، بلکه میل همسرش را نیز در نظر می‌گیرد و دوست دارد طعم و مزه‌ی غذا به کام شوهرش خوش آید، از این‌رو می‌بینید خانم‌های خوب و کدبانو با این‌که در آشپزی مهارت دارند و نیاز به اظهارنظر دیگری ندارند، ولی باز از همسرشان جویا می‌شوند که چه چیزی را دوست داری تا برایت آماده کنم، این پرسیدن و این‌که دنبال این هستند تا غذای خوب را برای همسر تهیه کنند، خود نشانه‌ی عشق به همسر و علاقه به زندگی است.

---

۱. «لَایَجُوزُ لِلرَّجُلِ أَنْ یَخُصَ نَفْسَهُ بِشَیْءٍ مِنَ الْمَأْکُولِ دُونَ عِیَالِهِ». بحارالانوار، ج ۹، ص ۲۲۱، ح ۱۰۶.

۲. «الْمُؤْمِنُ یَأْکُلُ بِشَهْوَةِ أَهْلِهِ وَ الْمُنَافِقُ یَأْکُلُ أَهْلُهُ بِشَهْوَتِهِ». الکافی، ج ۴، ص ۱۲، ح ۶.

www.takbook.com

امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید:

«برترین زنان شما، کسانی هستند که خوش‌بو بوده و سلیقه‌ی آشپزی آنان کامل و جالب باشد».[1]

فوت کوزه‌گری

یک اشتباه رایج بانوان این است که:

یادآوری روزهای خاص (روز تولد، جشن ازدواج) را معیاری برای محک‌زدن عشق یک‌دیگر می‌دانند و همسر فراموش‌کار را کاملا بی‌عاطفه می‌انگارند.

۱۵. پاسخ به نیاز جنسی

نیاز جنسی از نیازهای اساسی هر زن و شوهری است. پاسخ‌گویی درست به این نیاز طبیعی، نه تنها یکی از بهترین لذت‌های دنیایی است، بلکه آثار مثبت روحی و جسمی فراوانی را در پی دارد. میل جنسی، در قیاس با دیگر نیازها به دقت و توجه بیشتری نیاز دارد تا آن‌جا که هم حیات و بقای انسان با آن ارتباط مستقیم دارد و هم دارای قدرت تخریبی زیادی است، به همین دلیل دین اسلام به این نیروی قدرت‌مند درونی انسان توجه ویژه‌ای کرده و برای ارضای صحیح و پاسخ‌گویی درست به آن، نه‌تنها برنامه‌هایی در نظر گرفته، بلکه بر کیفیت و کمیت اجرای آن برنامه‌ها تأکید کرده است.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرماید:

«حق مرد بر ذمه‌ی زن آن است که ... وقتی همسرش از وی درخواست هم‌آغوشی دارد، بی‌دلیل بازداری نکند و پاسخ مثبت دهد».[2]

---

۱. «خَيْرُ نِسَائِكُمُ الطَّيِّبَةُ الرِّيحِ الطَّيِّبَةُ الطَّبِيخِ ...» الکافی، ج ۵، ص ۳۲۵.

۲. «حَقُّ الرَّجُلِ عَلَى الْمَرْأَةِ ...وَ أَنْ لَاتَمْنَعَهُ نَفْسَهَا إِلَّا مِنْ عِلَّةٍ». مکارم‌الاخلاق، ص ۲۱۵.

www.takbook.com

فوت کوزه‌گری
فرمول صحیح رابطه:
حداقل ۳۰ دقیقه پیش‌نوازی داشته باشید که زن به مرحله‌ی ارضا شدن برسد.

امام صادق علیه‌السلام می‌فرمایند:

«زنی برای کاری نزد صلی‌الله‌علیه‌وآله آمد. پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله به او فرمود: «شاید تو از تعلل‌کنندگانی»؟ گفت: تعلل‌کنندگان چه کسانی هستند، ای پیامبر خدا!؟

پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله فرمود: زنی که شوهرش او را برای خواسته‌اش بخواند و او چندان تأخیر و تعلل کند که شوهرش چُرتش بگیرد و بخوابد، چنین زنی را فرشتگان تا زمانی که شوهرش بیدار شود، هم‌چنان لعنت می‌کنند تا شوهرش از خواب بیدار شود».[1]

اگر زوج‌ها در زندگی زناشویی از رضایت جنسی برخوردار باشند، راحت‌تر می‌توانند با مسائل مختلف کنار بیایند و اغلب مردها اگر این رضایت را داشته باشند، از سلامت جسمی و روحی بیشتری بهره‌مند شده و در انجام امور اجتماعی و فعالیت‌هایشان بهتر و موفق‌تر عمل می‌کنند. در محیطی که عشق و توافق جنسی وجود نداشته باشد، کوچک‌ترین اختلاف فکری به عصبانیت و پرخاشگری منجر می‌شود، از این‌رو، بهتر است تا همسران امکان تمتع و لذت مشروع را برای یک‌دیگر فراهم کنند، درصورتی‌که فقط یکی از آن‌ها لذت ببرد، کانون زندگی آن‌ها گرم نخواهد بود و گاهی به بهانه‌های مختلف، با یک‌دیگر در ستیز خواهند بود. از طرفی، بی‌اعتنایی به کسب

۱. «... حَتَّی یَنْعُسَ زَوْجُهَا وَ یَنَامَ فَتِلْکَ لَاتَزَالُ الْمَلَائِکَةُ تَلْعَنُهَا حَتَّی یَسْتَیْقِظَ زَوْجُهَا». الکافی، ج ۵، ص ۵۰۹.

www.takbook.com

توافق و تطبیق میل جنسی، سبب بروز بسیاری از اختلافات زناشویی و هم‌چنین بیمارهای روحی و جسمی خواهد شد.[۱]

۱۶. اولویت توجه به همسر

همسرمان به همه‌ی رفتارهای ما، به‌ویژه رفتارهای مرتبط با خودش توجه دارد و برای وی بسیار مهم است، مخصوصاً اگر این رفتارها در حضور دیگران باشد، از این‌رو هنگام سخن‌گفتن، گوش‌دادن، یادکردن، تهیه‌ی هدیه و ... همسرمان را بر دیگران مقدم بداریم.

رفتار پیامبر رحمت حضرت محمد صلی‌الله‌علیه‌وآله با همسرانشان در تاریخ این‌گونه گزارش‌شده است:

«هرگاه در روز عید فطر برای رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله عطری می‌آوردند، ایشان پیش از هر کس دیگر، به همسرشان عطر می‌دادند، یا او را خوش‌بو می‌ساختند».[۲]

فوت کوزه‌گری

قوانیین عصبانیت:

ناسزا نگوییم؛

اشتباهات گذشته را به رخ هم نکشیم؛

به شخصیت طرف مقابل یا خانواده‌ی او حمله نکنیم؛

محیط را ترک کنیم.

۱۷. نگاه محبت به همسر

ای روی تو راحت دل من　　چشم تو چراغ منزل من[۳]

با نگاه‌کردن همراه با مهر و محبت به چهره‌ی همسرتان

---

۱. معماری عشق پایدار، ص ۸۶.

۲. «إِذَا أُتِیَ بِطِیبٍ یَوْمَ الْفِطْرِ بَدَأَ بِنِسَائِهِ». الکافی، ج ۴، ص ۱۷۰.

۳. سعدی.

www.takbook.com

هم، دل او را شاد و هم از رحمت الهی بهره‌مند می‌شوید. چشمان ما منبع انرژی است، با نگاه مهربان و عاشقانه‌ی خود می‌توان تأثیر مثبت زیادی بر روح و روان همسر گذاشت. نگاه محبت‌آمیز جز از دل عاشق برنمی‌آید، پس با نگاهت می‌توانی محبت و دوستی خود را ابراز کنی.

ای چشم من از دیدن رویت روشن

از دیدن رویت شده خرم دل من[1]

به بیان حکیمانه‌ی رسول صلی‌الله‌علیه‌وآله هنگام نگاه زن و شوهر به هم‌دیگر، خداوند ایشان را غرق در رحمت بی‌پایان خویش می‌کند: «هنگامی که بنده‌ای به صورت همسرش و او به صورت شوهرش نگاه می‌کند، خداوند بر هر دوی آن‌ها نظر رحمت می‌افکند».[2]

فوت کوزه‌گری

همسرت را بغل کن:
وقتی خبر خوش می‌دهد؛
وقتی می‌گوید دارم مریض می‌شوم؛
وقتی استرس دارد؛
وقتی از مسافرت بر می‌گردد؛
وقتی با تو قهر است؛
وقتی دلش گرفته؛
وقتی خیلی خسته است؛
وقتی موفق می‌شود.

---

۱. حافظ.

۲. «إذا نَظَر العَبدُ اِلی وَجهِ زَوجِه وَ نَظَرت اِلیه، نَظَرالله اِلیهما نَظر رحمه». کنزالعمال، ج ۱۶، ص ۲۷۶، ح ۴۴۴۳۷.

www.takbook.com

۱۸. چشم‌پوشی از خطا

گاهی چشم‌ها را باید بست و قاعده‌ی تغافل و هم‌چنین ضرب‌المثل «شتر دیدی ندیدی» را در خانواده جاری کرد. نباید با ذره‌بین به دنبال اشتباهات همسر بود، بلکه گاهی باید چشم بپوشیم و خود را به‌غفلت بزنیم تا هم عزت و شخصیت همسر حفظ شود و هم زندگی شیرین‌تری داشته باشیم، چرا که ما نیز مانند همسرمان نیازمند تغافلیم، زیرا ممکن است دفعه‌ی دیگر قرعه‌ی «اشتباه» به نام ما درآید و ما خطا کنیم، در این صورت بی‌شک از او انتظار چشم‌پوشی داریم.

امام علی علیه‌السلام درباره‌ی نقش پراهمیت تغافل در زندگی می‌فرماید:

«کسی که تغافل نکند و چشم خود را بر بسیاری از امور نبندد، زندگانی تلخی خواهد داشت».[1]

فوت کوزه‌گری

مردی پس از طلاق همسر خود با او تماس گرفت و گفت: خانم ببخشید، اشتباه کردم، لطفا مرا ببخش و به خانه برگرد!

زن در جواب گفت: آیا در کنارت یک لیوان داری!؟

مرد گفت: بله دارم! زن گفت: اکنون آن را محکم بر زمین بکوب. مرد چنان کرد که زن گفته بود.

سپس زن گفت: حالا که دیدی آن لیوان شکسته و هزار تکه شده، آیا می‌توانی تکه‌هایش را جمع کنی و دوباره بسازی؟

مرد در پاسخ گفت : نه نشکسته، لیوان استیل بود و زن گفت: خدا نکشتت... عصر بیا دنبالم!

۱. «مَنْ لَمْ یَتَغَافَلْ وَ لَایَغُضَّ عَنْ کَثِیرٍ مِنَ الْأُمُورِ تَنَغَّصَتْ عِیشَتُه». تصنیف غررالحکم و دررالکلم، ح ۱۰۳۷۵.

www.takbook.com

امام باقر علیه‌السلام در مورد چشم‌پوشی آگاهانه از رفتار نامطلوب دیگران می‌فرماید:

«اصلاح هم‌زیستی و معاشرت سالم‌زیستن چنان پیمانه‌ی پُری است که دوسوم آن زیرکی و هوشیاری و یک‌سوم آن تغافل و چشم‌پوشی است».[1]

دو سوم زندگی، تدبیر و مدیریت است و یک سوم آن چشم پوشی و ندیده‌گرفتن.

۱۹. آشتی سریع

چه خوب است انسان در ارتباط با همه‌ی مؤمنان، به‌ویژه همسرش محل تجلی نام مبارک «سریع‌الرضا»ی الهی باشد. زن و شوهر عاقل و عاشق، واژه‌ای به عنوان «قهر» در دایره‌ی لغات خود ندارند. غالباً منشأ قهر و کدورت، خطایی است که از طرف یکی از زوجین ایجاد شده است.

فوت کوزه‌گری
سه راهکار برای زود تمام‌شدن قهر:
به او لبخند بزنید؛
شما پیش‌قدم بشوید؛
به خوبی‌هایش فکر کنید.

همسران دانا به خوبی می‌دانند که راه‌حل هر مسئله‌ای با صحبت و مشاوره قابل حل است و قهر و جدل چیزی جز بدترکردن مشکلات، هیچ کاربرد دیگری ندارد و اصولاً انسان‌های ناتوان دست به قهر می‌زنند و سریع از معرکه خارج می‌شوند.

از شیوه‌های ابراز محبت و دوستی، آشتی سریع و شیرین است.

۱. «إِصْلَاحُ شَأْنِ الْمَعَاشِ مِلْءَ مِكْيَالٍ ثُلُثَاهُ فِطْنَةٌ وَ ثُلُثُهُ تَغَافُلٌ». تحف‌العقول، ص ۳۵۹.

www.takbook.com

۲۰. خوش‌بینی

مرغ سیاه هم تخم سفید می‌کند![1]

(ظاهر اشخاص را نباید ملاک قضاوت قرار داد).

به مشکلات شخصی خود با ذره‌بین و به مشکلات زندگی زناشویی با تلسکوپ نگاه کنید. به این نکته‌ی مهم توجه داشته باشید که هر اتفاق و حادثه‌ای که در اطراف شما رخ می‌دهد، مطمئناً در زندگی صدها نفر دیگر، به همان صورت و بلکه بدتر و شدیدتر از آن اتفاق می‌افتد. به مسائل زندگی زناشویی خود با دید مثبت بنگرید و خوش‌بین باشید، چرا که خوش‌بینی، زمینه‌ی مناسبی برای ایجاد آرامش لازم، جهت اندیشیدن و رفع مشکل و نیز عامل مهمی در ایجاد و تقویت خاطرخواهی و محبت به همسر است.

امام علی علیه‌السلام درباره‌ی آثار خوش‌بینی و حُسن ظن می‌فرماید:

«کسی که به مردم خوش‌گمان باشد، محبت آن‌ها را به سوی خود جلب خواهد کرد».[2]

نیز در حدیثی دیگر می‌فرماید:

«حُسْنُ الظَّنِ رَاحَةُ الْقَلْب؛ خوش‌گمانی، آسایش دل است».[3]

طبق این حدیث، افراد خوش‌بین از سلامتی روحی و جسمی برخوردارند و در سایه‌ی آن، خانواده و اطرافیان نیز در آرامش و آسایش به سر می‌برند.

برای پرهیز از بدگمانی لازم است باورهای معقول را از باورهای نامعقول بازشناسیم تا بر اساس باورهای نامعقول

---

۱. کتاب کوچه، ج ۹، ص ۱۷۱.

۲. «مَنْ حَسُنَ ظَنُّهُ بِالنَّاسِ حَازَ مِنْهُمُ الْمَحَبَّةَ». تصنیف غررالحکم و دررالکلم، ح ۵۳۳۱.

۳. همان، ح ۵۳۲۲.

www.takbook.com

سوءظن پیدا نکنیم. باورهایی مانند:

باور معقول: همسر من زرنگ و کوشا است و هر همسر زرنگی اشتباه می‌کند.

باور نامعقول: همسر من هرگز نباید در زندگی زناشویی اشتباه کند!

باور معقول: همسران باید به توانایی‌ها و امکانات زندگی خود نگاه کنند.

باور نامعقول: چرا زندگی دیگران با ما فرق دارد و چرا دیگران دارند و ما نداریم؟!

باور معقول: همسر من به طور طبیعی زمانی خوش‌حال و گاه غمگین است.

باور نامعقول: همسر من همیشه باید خوش‌حال باشد!

فوت کوزه‌گری

خانم‌مرغه و آقاخروسه مشغول نوشتن خاطرات سفرشان بودند. خروسه هر وقت می‌رفت سراغ همسرش و می‌گفت: یه نوک میدی، مرغه با تندی می‌گفت: نه! نمی‌بینی مشغولم، خروس بی‌محل!

خروسه که ناراحت شده بود، به اتاق خودش رفت و با خود گفت: به درک با خودکار می‌نویسم!

نمی‌دانم، ولی هیچ بعید نیست به دلیل همین قضاوت عجولانه و بدخلقی خانم‌مرغه بوده که خروس این قصه، ذهنش و گاهی هم چشمش پی مرغ‌های همسایه بود![1]

۱. محمد حسین قدیری.

www.takbook.com

۲۱. لقمه‌ی نان و جرعه‌ای آب

سینه‌ی خالی ز مِهر گُلرُخان
کهنه انبانی بوَد پُر استخوان
سینه، گر خالی ز معشوقی بود
سینه نبود، کُهنه‌صندوقی بود[۱]

از بهترین فرصت‌ها برای ابراز عشق به همسر، هنگام غذاخوردن است. لقمه‌ای به همسر دادن، تشکر و قدردانی است از رحمت‌ها و زحمت‌هایی که برای تهیه‌ی غذا کشیده است. گاهی با تقدیم لیوان آبی می‌توان خستگی و پژمردگی را از تن و جان همسر بیرون کرد.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرماید:

«به مؤمن، برای هر چیزی، پاداش داده می‌شود، حتی برای لقمه‌ای که در دهان همسرش می‌گذارد».[۲]

امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید:

«زنی که به شوهرش لیوان آبی بدهد، برای او بهتر از عبادت یک سال است که روزهایش روزه باشد و شب‌هایش شب‌زنده‌داری و عبادت کند. خداوند به جای هر لیوانی که به شوهرش می‌دهد، شهری در بهشت برایش می‌سازد و شصت گناهش را می‌آمرزد».[۳]

---

۱. شیخ بهائی، نان و حلوا.

۲. «المومن یُوجَرُ فی کُلِّ شَیءٍ حتّی فِی اللُّقمَهِ یرفَعَها الی فِی امرَاتِهِ». مُسندابن‌حنبل، ج ۱، ص ۳۶۴، ح ۱۴۸۰.

۳. «مَا مِن امْرَأَةٍ تَسْقِی زَوْجَهَا شَرْبَةً مِنْ مَاءٍ ..». وسائل‌الشیعه، ج ۲۰، ص ۱۷۲.

www.takbook.com

فوت کوزه‌گری

شش جمله که باید هر روز به همسرتان بگویید:

عاشقتم؛

مراقب خودت باش؛

تو فوق‌العاده‌ای؛

با تو خوش‌بختم؛

به تو افتخار می‌کنم؛

چه خوبه تو هستی!

۲۲. دست‌دادن هنگام سلام

رسول مهربانی‌ها حضرت محمد صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرماید:

«هرگاه با هم روبه‌رو شدید با سلام‌گفتن و دست‌دادن روبه‌رو شوید،[۱] چرا که محبت را زیاد می‌کند».[۲]

لمس‌کردن و دست همسر را به آرامی‌گرفتن، احساس آرامش و آسایش خاصی را به او منتقل می‌کند. هرگز نمی‌توان قدرت تاثیرگذاری لمس را انکار کرد. برقراری ارتباط لمسی، ضریب امنیت و احساس رضایت را بالا می‌برد و در خوش‌حالی و کاهش استرس اثر شگفت‌انگیزی دارد. باید آموخت که؛ محبت تنها به زبان نیست، بلکه با لمس و دست‌دادن نیز می‌توان محبت و عشق را منتقل کرد.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله در بیانی جالب می‌فرماید:

«هنگامی‌که مرد دستان خانمش را بگیرد و یا زن دست‌های همسرش را بگیرد، گناهانشان از لابه‌لای انگشتانشان فرومی‌ریزد».[۳]

---

۱. «إِذَا الْتَقَيْتُمْ فَتَلَاقَوْا بِالتَّسْلِيمِ وَ التَّصَافُحِ». الکافی، ج ۲، ص ۱۸۱.

۲. «تَصَافَحُوا فَإِنَّ الْمُصَافَحَةَ تَزِيدُ فِي الْمَوَدَّةِ». مستدرک‌الوسائل، ج ۹، ص ۵۸.

۳. «فاذا اخذ بکفها و اخذت بکفه تَساقَطَت ذُنوبَهُما من خِلال اصابعهما». کنزالعُمال، ج ۱۶، ص ۲۷۶، ح ۴۴۴۳۷.

www.takbook.com

شاید این‌که فرموده‌اند نگاه به چهره‌ی همسر و دستان او را گرفتن گناهان را فرومی‌ریزد، کنایه از این باشد که با او به مهربانی و لطافت برخورد کنید و با او درد دل کنید و راز دلش را بشنوید.

فوت کوزه‌گری

عصبانیت را محترمانه منتقل کنید

اگر به جای «تـو» از «مـن» استفاده کنیم:

تو نمی‌فهمی؛

تو همه چیز را تحمیل می‌کنی؛

تو اعصاب من رو داغون می‌کنی و ....

بگوییم:

مـن عصبانی هستم؛

حال من خوب نیست؛

من نمی‌توانم این تصمیم را قبول کنم؛

برای من سخت است با این مساله کنار بیایم، در این صورت آتش جنگ را شعله‌ور نکرده‌اید و بدون تخریب و سرزنش طرف مقابل، حرف خودتان و حتی حرف آخر را زده‌اید.

۲۳. ایثار در حق همسر

سوزن همه را می‌پوشاند و خودش لخت راه می‌رود.[۱]

ایثار و ازخودگذشتگی در هر کاری و برای هر کسی ارزشمند است، اما ایثار به‌ویژه در روابط خانوادگی مرتبه‌ای فراتر و اهمیتی بیشتر دارد. ایثار، خمیرمایه و بنیان خانواده است، چرا که انسان به سبب جهل و غفلت، اغلب در انجام وظایف خویش دچار لغزش می‌شود. از سوی دیگر اقتضای دوستی و محبت آن است که از حق خویش بگذرد و آن را فدای دیگری کند و آن‌چه سبب آقایی و سروری می‌شود، ایثار و ازخودگذشتگی است.

۱. داستان‌نامه بهمنیاری، ص ۶۵۳.

www.takbook.com

سایه‌ی خورشیدسواران طلب

رنج خود و راحتِ یاران طلب[1]

از آثار مهم فداکاری و ایثار، جلب و جذب قلب‌هاست. فداکاری برای دیگران و مقدم‌داشتن دیگران سبب تمایل و گرایش قلبی ایشان به سوی ایثارگر و اطاعت‌پذیری از او می‌شود.

امام علی علیه‌السلام: «با مقدم‌داشتن دیگران بر خود، اختیاردارِ آنان خواهی شد».[2]

۲۴. گذشت و بخشش

چون ندانستم خطا کردم ببخش

بر دل و بر جان پر دردم ببخش[3]

گذشت و بخشودن، از کمال بزرگی عشق و علاقه به همسر خبر می‌دهد. میوه‌ی گذشت و بخشش در قبال رفتار همسر را کسی جز خود انسان برداشت نمی‌کند. بی‌شک همسران شیرینی این رفتار کریمانه در قبال یک‌دیگر را در زندگی خویش به وضوح احساس می‌کنند، چرا که می‌دانند خطا و اشتباه بر هر انسانی ممکن است. به خاطر داشته باشیم که گذشت و بخشش معجزه می‌کند و می‌تواند رفتار ناصحیح را به صحیح تبدیل کند.

امام صادق علیه‌السلام در ضمن بیان حقوق زن فرمودند:

«إِنْ جَهِلَتْ غَفَرَ لَهَا؛ اگر زن مرتکب خطایی شد، او را ببخشید».[4]

---

۱. نظامی، خمسه، مخزن‌الاسرار.

۲. «بِالْإِيثَارِ عَلَى نَفْسِكَ تَمْلِكُ الرِّقَاب». تصنیف غررالحکم و دررالکلم، ح ۹۱۶۹.

۳. عطار.

۴. الکافی، ج ۵، ص ۵۱۱.

www.takbook.com

فوت کوزه‌گری
ازدواج فرصتی برای با هم پریدن است نه به هم پریدن.[1]

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله درباره‌ی عفو و گذشت، به جهت آثار مهمی که در پی دارد چنین می‌فرمایند:

«از یک‌دیگر درگذرید تا کینه‌های میان شما از بین برود».[2]

۲۵. لبخندزدن

لبی که خنده ندارد، شکاف دیوار است
سری که عشق ندارد کدوی بی‌بار است[3]

گاهی با یک لبخند کوچک می‌توان تمامی خستگی همسر را از تن و روحش بیرون کرد. همواره تبسم‌کردن و با چهره‌ای گشاده با همسر خوش‌وبش‌کردن، نشانه‌ی بارز عشق، شیفتگی و خاطرخواهی به همسر است.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله از مهارت لبخندزدن در هنگام صحبت‌کردن استفاده می‌کردند؛ نقل شده است: «هنگامی‌که سخن می‌گفتند، در گفتارشان تبسم می‌فرمودند».[4]

درست است که انسان نمی‌تواند در تمامی شرایط لبخند بزند، اما می‌تواند روحیه‌ی نشاط و طراوت خویش را حفظ کند و حداقل حس منفی و ناامیدی را به همسر منتقل نکند. در هنگام ریزش مشکلات، هنر واقعی آن است که غم و اندوه را در دل پنهان بداریم و نشاط و شادی را در ظاهر آشکار کنیم.

---

۱. غلامرضا حیدری ابهری.
۲. «تَعَافُوا یَسقُطُ الضِّغائِنُ بَینکُم».کنزالعمال، ج ۳، ح ۷۰۰۴.
۳. داستان‌نامه بهمنیاری، ص ۳۶.
۴. «کَانَ رَسُولُ‌اللهِ صلی‌الله‌علیه‌وآله إِذَا حَدَّثَ بِحَدِیثٍ تَبَسَّمَ فِی حَدِیثِهِ». مکارم‌الاخلاق، ص ۲۱.

www.takbook.com

فوت کوزه‌گری

با مردها مستقیم حرف بزنید. مردها زبان بدن، کنایه و لحن صدا را کمتر می‌دانند.

۲۶. معطرشدن برای همسر

از محبت سِجن[۱] گلشن می‌شود
بی‌محبت روضه[۲] گُلخَن[۳] می‌شود
از محبت نار نوری می‌شود
و ز محبت دیو حوری می‌شود[۴]

بوی خوش را تقدیم یارکردن چه خوش است! طبع آدمی چنان است که تمایل به بوی خوش و مطبوع دارد، به همین جهت، از اسباب ویژه‌ی ابراز محبت، تهیه‌ی عطر موردعلاقه‌ی همسر است، چرا که در این صورت به ذوق و سلیقه‌ی او احترام گذاشته‌ایم.

«رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله هزینه‌ای که برای تهیه‌ی عطر می‌دادند، بیشتر از هزینه‌ای بود که برای خوراکشان صرف می‌کردند».[۵]

وقتی که پیشوا و رهبر دینی نسبت به خوش‌بویی و تهیه‌ی عطر این‌گونه رفتار می‌کنند، این رفتار نشان از اهمیت و موثربودن آن دلالت دارد.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله ویژگی عطر زنان و مردان را چنین توصیف می‌کنند:

---

۱. زندان.
۲. باغ.
۳. جای انداختن زباله.
۴. مولوی.
۵. «کَانَ رَسُولُ اللهِ صلی‌الله‌علیه‌وآله یُنْفِقُ فِی الطِّیبِ أَکْثَرَ مِمَّا یُنْفِقُ فِی‌الطَّعَامِ». همان، ج ۶، ص ۵۱۲.

www.takbook.com

«عطر مردان آن است که بویش آشکار و رنگش پنهان باشد و عطر زنان آن است که رنگش آشکار و بویش پنهان باشد».[1]

۲۷. یادداشت‌گذاشتن

خوش‌تر از دوران عشق ایام نیست
بامداد عاشقان را شام نیست[2]

اگرچه امروزه وسایل ارتباطی سریع‌تری در اختیار آدمی است، ولکن طعم خوش نامه‌نگاری چیز دیگری است. یادداشت‌گذاشتن و نامه‌نوشتن و آن را در کیف همسر گذاشتن یا روی در یخچال‌زدن تأثیر عجیبی در تقویت روابط همسران دارد، چه‌بسا تأثیر قلم رساتر و شیرین‌تر از زبان است. برخی همسران توان گفتن کلمات عاشقانه را کم‌تر دارند، ازاین‌رو نامه‌نگاری از بهترین روش‌ها برای این دسته افراد است. باید توجه داشت که نامه‌نگاری مختص به مسافرت و نامه‌ی چندصفحه‌ای نیست، بلکه گاهی چند جمله‌ی عاشقانه، طوفانی از مهر و محبت در دل همسر به پا می‌کند.

امام صادق علیه‌السلام درباره‌ی نوع معاشرت و زیارت با نزدیکان می‌فرماید:

«مهربانی و دوستی بین برادران دینی در وطن به دیدار یک‌دیگر رفتن و در سفر به نامه نوشتن برای یک‌دیگر است».[3]

---

۱. «طِیبُ النِّسَاءِ مَا ظَهَرَ لَوْنُهُ وَ خَفِیَ رِیحُهُ وَ طِیبُ الرِّجَالِ مَا ظَهَرَ رِیحُهُ وَ خَفِیَ لَوْنُهُ». همان، ج ۶، ص ۵۱۲.

۲. سعدی.

۳. «التَّوَاصُلُ بَیْنَ الْإِخْوَانِ فِی الْحَضَرِ التَّزَاوُرُ وَ فِی السَّفَرِ التَّکَاتُبُ». الکافی، ج ۲، ص ۶۷۰.

www.takbook.com

۲۸. سفر با همسر

در مَثل جالب چنین می‌خوانیم: «آب که یک جا بماند می‌گَندد».[۱]

همسری که اهل گردش و تفریح نباشد، روح خودش را خشک و کسل، اهالی خانه را خشک‌بار و محیط خانه را به نمک‌زار تبدیل می‌کند. برای رهایی از این حالت ناخوشایند، با همسرتان به مسافرت بروید. نیازی نیست با هزینه‌های سنگین، سفر به کوه‌های قاف را انتخاب کنید. اگر برنامه‌ی ماهیانه داشته باشید، سفر به روستاهای نزدیک و کوتاه، بهترین نشانه‌ی ابراز علاقه به اوست.

در مثلی دیگر چنین می‌خوانیم: «دنیا دیدن، به از دنیا خوردن است».[۲]

مقصود این است که دنیا را دیدن و گشت و گذارکردن بهتر از این‌که مال و ثروت دنیای را بخوری.

فوت کوزه‌گری

پروانه به خرس گفت: بیا با هم حرف بزنیم.
خرس گفت: الان می‌خوام بخوابم، باشه بیدار شم حرف می‌زنیم و خرس به خواب زمستانی رفت و هیچ‌وقت نفهمید که عمر پروانه فقط چند روز است!
هم‌دیگر را دوست داشته باشیم، شاید فردایی نباشد. آدم‌های زنده به گل و محبت نیاز دارن و مرده‌ها به فاتحه، ولی ما گاهی برعکس عمل می‌کنیم، به مرده‌ها سر می‌زنیم و گل می‌بریم براشون، ولی راحت فاتحه‌ی زندگی بعضیارو می‌خونیم!

---

۱. داستان‌نامه بهمنیاری، ص ۷.
۲. امثال و حکم دهخدا، ج ۲، ص ۸۲۸.

www.takbook.com

۲۹. خدمت به همسر

ضرب‌المثل بسیار جالب و زیبایی است که بیانگر مکمل بودن زن و شوهر است:

«دو تا در را که پهلوی هم می‌گذارند، برای این است که به درد هم برسند».[۱]

خدمت و کمک به همسر از مراتب بلند و عملی ابراز محبت و علاقه است. زن و مرد از همان آغاز تشکیل زندگی به کمک و یاری هم نیاز دارند و با اتحاد و همکاری می‌توانند بنیان خانواده را بسازند و به آن استحکام بخشند.

زن و شوهر، چو به هم یار شدند

خانه‌ای خوب خریدار شدند[۲]

درباره‌ی آثار و برکات کمک‌کار و خادم همسر بودن، پیامبر مهربانی‌ها حضرت محمد صلی‌الله‌علیه‌وآله خطاب به امیرالمؤمنین علیه‌السلام می‌فرماید:

«ای علی! آن‌که خدمت به همسر را برای خود عار نداند، این کار کفاره‌ی گناهان کبیره‌اش و خاموش‌کننده‌ی آتش خشم پروردگار جبار بوده و صِداق ازدواج او با حورالعین و موجب زیادی خوبی‌ها و علو درجات است».[۳]

هم‌چنین رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله در بیان دیگری می‌فرماید:

«هر زنی در خانه‌ی شوهر برای اصلاح، چیزی را جابه‌جا کند، خدای عزوجل به او نظر کند و هر که خدا به او نظر کند، عذابش نکند».[۴]

---

۱. همان، ج ۲، ص ۸۳۱.

۲. ملک‌الشعرای بهار.

۳. «یَا عَلِیُّ مَنْ لَمْ یَأْنَفْ مِنْ خِدْمَةِ الْعِیَالِ فَهُوَ کَفَّارَةٌ ...». بحارالانوار، ج ۱۰۱، ص ۱۳۲.

۴. «أَیُّمَا امْرَأَةٍ رَفَعَتْ مِنْ بَیْتِ زَوْجِهَا شَیْئاً مِنْ مَوْضِعٍ إِلَی مَوْضِعٍ تُرِیدُ بِهِ صَلَاحاً ...». امالی

www.takbook.com

۳۰. تقسیم‌کار

دست، دست را می‌شوید، هر دو برمی‌گردند، رو را می‌شویند.[۱]

(کار از اتحاد و هم‌پشتی بهتر پیش می‌رود.)

اگرچه یاری و کمک‌رسانی به همسر نشانه‌ی کمال و عزت انسانی است و در کانون خانواده قاعده‌ی «هرکسی کار خودش و بار خودش» حاکم نیست، بلکه سعادت و خوش‌بختی خانواده با حمایت و یاری‌رسانی به هم صورت می‌گیرد، در عین‌حال، تقسیم‌کار، سختی‌ها و مسائل زندگی را هموار می‌سازد و اعتماد و آرامش همسر به زندگی را چندین برابر می‌کند.

رویه‌ی امیرالمؤمنین علیه‌السلام و فاطمه زهرا علیهاالسلام در تقسیم کار درون و بیرون خانه چنین بوده است:

«فاطمه علیهاالسلام کار داخل خانه؛ خمیرکردن، نان‌پختن و نظافت خانه را بر عهده گرفت و علی علیه‌السلام کارهای بیرون خانه و آوردن هیزم و مواد خوراکی را عهده‌دار شد».[۲]

فوت کوزه‌گری

بحث و مجادله به وسیله‌ی پیام نوشتاری بدترین نوع بحث‌کردن است، زیرا طرفین نمی‌توانند لحن و حالت صحبت‌کردن یک‌دیگر را ببینند و اگر مجبور شدید مطلبی را با پیامک انتقال دهید، حتما منظور را بیان کنید مثلا بگویید این پیام شوخی یا از روی علاقه و یا عصبانیت بود.

(صدوق)، مجلس ۶۴، ح ۷، ص ۴۱۱.

۱. کتاب کوچه، ج ۵، ص ۱۰۹۵.

۲. «إِنَّ فَاطِمَةَ علیهاالسلام ضَمِنَتْ لِعَلِيٍ علیه‌السلام عَمَلَ الْبَيْتِ وَ الْعَجِينَ وَ الْخُبْزَ وَ قَمَّ الْبَيْتِ ...». تفسیر العیاشی، ج۱، ص ۱۷۱.

www.takbook.com

۳۱. مدارا

آب، راه خودش را باز می‌کند.[۱]

(آدم اهل مدارا و سازش به هدفش می‌رسد.)

زندگی زناشویی، محل تلاقی دو انسان عاشق است. خواه‌ناخواه در زندگی مشترک اختلاف‌سلیقه پیش خواهد آمد، از این‌رو بهترین کلید برای حل مسائل، رفق، نرمی و مداراست.

به شیرین‌زبانی و لطف خوشی

توانی پیلی به مویی کِشی[۲]

پنجمین پیشوای شیعیان امام باقر علیه‌السلام درباره‌ی تحمل و مدارای مرد با همسرش می‌فرمایند:

«هرکس یک کلمه‌ی ناگوارِ زنش را تحمل کند، از جهنم نجات یافته و بهشت بر او واجب می‌شود».[۳]

با همسرمان مدارا کنیم و چشم بر عیوب و ضعف‌های او ببندیم. در بسیاری موارد، چون عاشقی همه‌چیز او را خوب و زیبا ببینیم. خود را به‌جای وی بگذاریم و او را در وضعیتی که قرارگرفته، ببینیم. طبیعی است که هدف از مداراکردن با همسر، موفقیت هر چه بیش‌تر مدیریت زندگی و گرم‌ترشدن خانواده است، ازاین‌رو اگر مداراکردن با همسر موجب توجیه برخی کارهای نادرست و نابه‌جای همسر باشد، در این صورت توصیه نمی‌شود.

---

۱. امثال و حکم دهخدا، ج ۱، ص ۱۰.

۲. سعدی.

۳. «مَنِ احْتَمَلَ مِنِ امْرَأَتِهِ وَ لَوْ كَلِمَةً وَاحِدَةً ...». مکارم‌الاخلاق، ص ۲۱۶.

www.takbook.com

فوت کوزه‌گری

نگوید: ببخشید دیر کردم،
بگوید: ممنون که منتظرم بودی.
نگوید: ببخشید که اشتباه کردم،
بگوید: ممنونم وقتی‌که اشتباه می‌کنم، صبر می‌کنی.
نگویید: پول ندارم،
بگوید: تو برنامه‌ی امروزمون خرید فلان نیست.
نگویید: چه قدر طولی می‌دهی تا جوراب بپوشی،
بگوید: می‌بینیم که داری سعی می‌کنی با دقت و درست بپوشی.

امام علی علیه‌السلام می‌فرماید:

«همیشه و در همه حال با همسرت مدارا کن و با او به نیکی معاشرت نما تا زندگی‌ات باصفا و فرح‌زا شود».[1]

از آثار مداراکردن می‌توان به آسان‌شدن جریان زندگی، کاهش تنش‌ها، احساس آرامش و امنیت، پرهیز از کینه‌ورزی، تداوم محبت و علاقه، موفقیت و ... نام برد.[2]

۳۲. توقع به‌جا

در حد و توان همسرمان از وی توقع و انتظار داشته باشیم. هنگامی که شوهر در تنگنای اقتصادی است، همسر نیز باید مراعات کند و از لوازم غیرضروری چشم‌پوشی کند.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله با اشاره به آثار و پیامدهای شوم توقع بی‌جا و نادرست از همسر می‌فرماید:

«هر زنی که حال شوهرش را مراعات نکند و او را بر کاری که

---

۱. «فَدَارِهَا عَلَى كُلِّ حَالٍ وَ أَحْسِنِ الصُّحْبَةَ لَهَا فَيَصْفُوَ عَيْشُك». من‌لایحضره‌الفقیه، ج ۴، ص ۳۹۲.

۲. تصنیف غررالحِکم و دررالکلم، حدیث ۴۹۷۵ تا ۴۹۹۷.

www.takbook.com

توان انجامش را ندارد و فوق طاقت اوست وادارد، پروردگارش هیچ حسنه‌ای را از نمی‌پذیرد و خداوند را در حالی دیدار خواهد کرد که خشم و غضب الهی گریبان‌گیر وی است».[1]

زندگی امام علی علیه‌السلام و فاطمه زهرا علیهاالسلام نیز نمونه‌ی بسیار گویا و پندآموز است. آن دو بزرگوار نهایت ادب و احترام را به یک‌دیگر ابراز می‌داشتند. به کمترین امکانات زندگی قانع بودند و از هم درخواست چندانی نداشتند. به همین سبب، این دو بزرگوار از این‌که همسر خود را به زحمت و تکلیفی وادار کنند، شرم داشتند.

فاطمه زهرا علیهاالسلام در پاسخ به سؤال همسرشان که چرا از من درخواست نکردی، می‌فرماید:

«من از پروردگارم شرم دارم که از تو بیشتر از توانت انتظار داشته باشم».[2]

فوت کوزه‌گری
نه شوهر غول چراغ جادوست و نه همسر حورالعین.[1]

چیزی که انسان را دارای روح بلندی کرده و او را نسبت به داشته‌های حتی اندک راضی و قانع می‌سازد، داشتن روح رضایت‌مندی و قناعت است، در این صورت سطح توقع انسان محدود شده و انسان به خود اجازه نمی‌دهد تا جز در مواقع ضروری و لازم، از دیگران درخواست و تقاضا کند.

---

۱. «أَيُّمَا امْرَأَةٍ لَمْ تَرْفُقْ بِزَوْجِهَا وَ حَمَلَتْهُ عَلَى مَا لَا يَقْدِرُ عَلَيْهِ ...». کتاب من لایحضره الفقیه، ج ۴، ص ۱۶.

۲. «قَالَتْ: يَا أَبَا الْحَسَنِ إِنِّي لَأَسْتَحْيِي مِنْ إِلَهِي أَنْ تُكَلِّفَ نَفْسَكَ مَا لَاتَقْدِرُ عَلَيْه؛ یا ابا الحسن». بحارالانوار، ج ۳۷، ص ۱۰۳.

۱. غلامرضا حیدری ابهری.

www.takbook.com

این نوع انسان‌ها، به دلیلِ حس رضایت خاطری که دائماً دارند، همیشه در آرامش خاصی گذران عمر داشته و از زندگی با دیگران لذت می‌برند. از سفارش‌های لقمان حکیم به فرزندش چنین نقل شده است:

«به آن‌چه خدا قسمت تو کرده است، قانع باش تا زندگی‌ات باصفا شود».[1]

۳۳. گوش‌دادن فعال

گوش‌دادن خوب به سخنان همسر باید با نشان‌دادن چهره‌ای شاد و با نگاه محبت‌آمیز، با تکان‌دادن سر و پاسخ‌دادن‌های به‌جا همراه باشد. خوب است کلماتی را به کار ببرید که نشانگر ذوق و اشتیاق شما به گوش‌دادن است. همانند (چه جالب! واقعاً! عجیب! دیگه چی؟)، در حین صحبتِ همسر سؤالاتی بپرسید که نشان دهد شما به‌خوبی گوش می‌دهید.

در هنگام گوش‌دادن از تماس تلفنی، تماشای تلویزیون، به کار بردن کلماتی که کسل‌کننده (چقدر حرف می‌زنی! تمام نشد!) پرهیز شود. از ذهن‌خوانی و حدس‌زدن بپرهیزید. اجازه بدهیم همسرمان کاملاً سخنش را به پایان برساند.

پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله در نکوهش قطع کلام دیگران می‌فرماید:

«هر کس کلام برادر مسلمانش را که در حال سخن گفتن است، قطع کند مانند این است که روی او را خراشیده است».[2]

پس از تمام‌شدن صحبت بهتر است برای تقویت و تشویق

---

۱. «اقْنَعْ بِقِسْمِ اللهِ لَکَ یَصِفُ عَیْشُک». بحارالانوار، ج ۱۳، ص ۴۲۰.

۲. «مَنْ عَرَضَ لِأَخِیهِ الْمُسْلِمِ الْمُتَکَلِّمِ فِی حَدِیثِهِ فَکَأَنَّمَا خَدَشَ وَجْهَهُ». الکافی، ج ۲، ص ۶۶۰.

www.takbook.com

همسر خویش چنین گفته شود: «متشکرم که به حرف‌هایم گوش دادی»، «حرف‌های زیادی برای گفتن داشتم، اینک حالم بهتر شده است»، «حالا احساس بهتری دارم»، «باید این حرف‌ها را با تو در میان می‌گذاشتم»، «از این‌که کمک کردی تا حرفم را بزنم، از تو متشکرم».[1]

فوت کوزه‌گری
حساس‌ترین حس در خانم‌ها حس شنوایی است، پس همیشه به آن حساس باشید.

سعی کنیم پاسخ همسرمان را کوتاه و به اصطلاح پاسخ آری یا خیر ندهیم، بلکه از روش‌های زیر استفاده کنیم تا گوش‌دادن فعال خود را ابراز کنیم:

۱. خلاصه‌کردن مطالب همسر، شیوه‌ای مؤثر برای اعتماد هرچه بیشتر او و تداوم گفت‌وگو به شمار می‌آید.

۲. طرح پرسش از مطالبی که همسر بیان می‌کند، علاوه بر آن که علاقه و کنجکاوی ما را به آن موضوع نشان می‌دهد، همسر را نیز به ادامه‌ی گفت‌وگو ترغیب می‌کند.

۳. هنگامی که ما احساسات همسر از قبیل ترس و خشم، آشفتگی، ضعف و ... را برای او منعکس می‌سازیم، به او می‌فهمانیم که حق دارد چنین احساساتی داشته باشد. استفاده‌ی دقیق از این مهارت باعث می‌شود تا طرف مقابل حالات عاطفی خود را بیشتر بفهمد و بهتر درک کند.[2]

---

۱. معماری عشق پایدار، ص ۲۳۴.
۲. همسران سازگار، حسین‌زاده، علی.

www.takbook.com

۳۴. آراستگی و خوش‌تیپی

کُل مَن لَم یَعشق الوجه الحسن

قَرِّب الجُلَّ الیه و الرَّسن

یعنی آن‌کس را که نبود عشق یار

بهر او پالان و افساری بیار[۱]

آرایش و زیبایی هم در آقایان هم در بانوان، افزون بر عفت و پاک‌دامنی در زن و شوهر، موجب انس، الفت، عشق و علاقه‌ی بیشتر همسران به یک‌دیگر می‌شود. علاقه به زیبایی جزو فطرت آدمی است و ذات انسان به دنبال خوشگلی و خوش‌تیپی است و به هر چه و هر کس که آراسته و مرتب باشد علاقه و میل دارد، از این‌رو همسران باید با بهترین وضع ظاهری جلوی همسر خود ظاهر شوند.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله ضمن نکوهش درهم‌ریختگی برخی همسرانشان و ژولیده‌بودن ایشان، خطاب به یکی از ایشان می‌فرمود:

«چرا تو را ژولیده‌مو می‌بینم و در اثر نکشیدن سرمه، چشمت سفید شده است و چرا خضاب[۲] نمی‌کنی؟».[۳]

آراستگی ویژه‌ی زنان نیست، بلکه همان‌گونه که مردان دنبال همسرانی خوش‌تیپ و جذاب هستند، زنان نیز به دنبال مردانی دل‌ربا و شیک هستند.

در این رابطه امام باقر علیه‌السلام می‌فرمایند:

«زن‌ها دوست دارند مردها را همان‌گونه آراسته ببینند که

---

۱. شیخ بهائی.

۲. خِضاب، رنگ‌کردن موی سر و صورت و نیز دست و پا با موادی نظیر حَنا است.

۳. «مَا لِی أَرَاکِ شَعْثَاءَ مَرْهَاءَ سَلْتَاء». بحارالانوار، ج ۴۲، ص ۱۷۴، باب ۱۲۴.

www.takbook.com

مردها دوست دارند زن‌ها را آن‌گونه آراسته ببینند».[1]

شخصی به امام رضا علیه‌السلام گفت: شما خضاب‌کرده‌اید! حضرت فرمودند:

«آری، با حنا و گیاه وَسمه خضاب کردم. آیا نمی‌دانی که خضاب ثواب دارد؟ زن (همسرت) دوست دارد تو را همان‌گونه، آماده و آراسته ببینند که تو دوست داری او را همان‌گونه، آراسته ببینی، بدون شک بسیاری از زنان دامن عفتشان آلوده شده و علت خروج آنان از دایره‌ی عفاف و آلوده‌شدنشان به مفاسد و فجور چیزی نیست جز این‌که شوهرانشان خود را برای آنان کمتر آراستند».[2]

آری، به راستی، استفاده‌نکردن از عطر خوش و نیز از لباس شیک و تمیز، زمینه‌ی فساد و فجور همسر را مهیا می‌کند، چرا که او نیز فطرتاً زیبایی را دوست دارد و به آن مایل است.

۳۵. هم‌نشینی

از خودم بوی تو می‌آید و این نیست عجب
هر چه را با گُل و با مُشک نهی، گیرد بو[3]

جلسه‌ی پاک‌سازی را جزو برنامه‌های مستمر زندگی قرار دهید. در آن جلسه از خوبی‌ها، نیکی‌ها، زحمت و رحمت‌هایی که برای شما انجام داده تشکر و قدردانی کنید و مسائلی را که در طول هفته باعث ناراحتی و کدورت شده، مطرح و از

---

۱. «النِّسَاءُ يُحْبِبْنَ أَنْ يَرَيْنَ الرَّجُلَ فِي مِثْلِ مَا يُحِبُّ الرَّجُلُ أَنْ يَرَى فِيهِ النِّسَاءَ مِنَ الزِّينَةِ». مکارم‌الاخلاق، ص ۸۰.

۲. «...لَقَدْ خَرَجْنَ نِسَاءٌ مِنَ الْعَفَافِ إِلَى الْفُجُورِ مَا أَخْرَجَهُنَّ إِلَّا قِلَّةُ تَهَيُّؤِ أَزْوَاجِهِنَّ». مکارم‌الاخلاق، ص ۸۱.

۳. سیف فرغانی.

www.takbook.com

آن عذرخواهی و یا گره آن‌ها را بازکنید. نگذارید مسئله‌ای بدون جواب باقی بماند، چرا که ممکن است همین مسائل کوچک تبدیل به کوهی از کدورت شود. پیامبر خوبی‌ها حضرت محمد صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرماید:

«نشستن مرد نزد زن و فرزندش، نزد خداوند متعالی از اعتکاف در این مسجد من(مسجدالنبی) محبوب‌تر است».[1]

فوت کوزه‌گری

سه دشمن خانواده:

تلویزیون؛

سکوت؛

بیکاری.

اساساً هم‌نشینی با همسر برای طرفین، به‌ویژه اگر فنون و شگردهای هم‌نشینی را آموزش دیده باشند، بسیار مفید و تأثیرگذار است. مطالعه‌ی این روش‌ها و فنون رفتاری و گفتاری برای هم‌نشینی و هم‌صحبتی، برای همسران توصیه می‌شود.

۳۶. ادب در رفتار

ادب خرجی ندارد، ولی همه‌چیز را می‌خرد.[2]

رعایت ادب در زندگی خانوادگی از اصول و پایه‌های خانواده است. ادب نتیجه‌ی تربیت درست و نشان وجود فضایل اخلاقی است. برترین شاخص برای قضاوت افراد درباره‌ی شخصیت انسان، همین ادب و نزاکت اوست. همسران باادب هیچ‌گاه باهم پرخاشگری نمی‌کنند و از به

۱. «جُلُوسُ الْمَرْءِ عِنْدَ عِيَالِهِ أَحَبُّ إِلَى اللهِ تَعَالَى مِنِ اعْتِكَافٍ فِي مَسْجِدِي هَذَا». مجموعه ورام، ج ۲، ص ۱۲۲.

۲. داستان‌نامه بهمنیاری، ص ۷۳.

www.takbook.com

کاربردن واژه‌های رکیک و ناپسند دوری می‌جویند. ایشان هم‌دیگر را با نام‌های نیک و لقب‌های شایسته صدا می‌زنند و حریم خود و خانواده را حفظ می‌کنند.

امام باقر علیه‌السلام می‌فرماید:

«مؤمن همواره خانواده‌ی خود را از دانش و ادب شایسته بهره‌مند می‌سازد تا همه‌ی آنان را وارد بهشت کند».[1]

البته باید توجه داشت که ارتباط نزدیک و صمیمی همسران نباید موجب زیر پاگذاشتن آداب و نادیده‌گرفتن حریم ادب و احترام شود.

۳۷. دست پر به خانه‌آمدن

از محبت سنگ روغن می‌شود
بی‌محبت موم آهن می‌شود
از محبت حُزن شادی می‌شود
وز محبت غول هادی می‌شود[2]

دست پر به خانه برگشتن جزو رفتاری است که خداوند آن را دوست دارد و لازمه‌ی این کار سعی و تلاش مرد در بیرون از خانه است. هدف از این رفتار، خوش‌حال‌کردن خانواده است و چه‌بسا با کوچک‌ترین خرید، دل و قلب همسر شاد شود و سبب محبت و دل‌دادگی بیشتر و گرم‌شدن کانون خانواده می‌شود.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله در اهمیت این موضوع می‌فرماید:

«خدای عزوجل اخلاق بنده‌ای را دوست دارد که وقتی

---

۱. «لَایَزَالُ الْعَبْدُ الْمُؤْمِنُ یُورِثُ أَهْلَ بَیْتِهِ الْعِلْمَ وَ الْأَدَبَ الصَّالِحَ حَتَّی یُدْخِلَهُمُ الْجَنَّةَ جَمِیعا». دعائم‌الاسلام، ج ۱، ص ۸۲.

۲. مولوی.

www.takbook.com

از بازار برمی‌گردد چیزی در آستینش داشته باشد و برای خانواده‌اش بیاورد و آنان را با آن خوش‌حال سازد که خداوند به‌وسیله‌ی آن بنده، بر ملائک مباهات می‌کند».[1]

۳۸. استقبال و بدرقه

از محبت نیش نوشی می‌شود
وز محبت شیر موشی می‌شود
از محبت سُقم صحت می‌شود
وز محبت قهر رحمت می‌شود[2]

از زیباترین روش‌های عملی ابراز عشق، به هنگام ورود یا خروج همسر، پیشواز و بدرقه‌کردن است که لازمه‌ی آن توجه به شخصیت و ارزش همسر است.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله در بیانی شیوا می‌فرمایند:

«حق مرد بر زن آن است به هنگام ورود مرد به خانه تا جلوی در به استقبال او برود و به او خوش‌آمد بگوید».[3]

مردی خدمت رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله عرضه کرد: همسری دارم که هنگام ورودم به خانه به پیشوازم می‌آید و زمان خروج مرا بدرقه و همراهی می‌کند. هرگاه مرا اندوهگین می‌بیند می‌گوید: «نگرانی تو از چیست؟ اگر اندوه تو برای رزق و روزی است که نگران مباش، چرا که غیر تو (خداوند) تدارک آن را پذیرفته است و اگر نگران آخرت خویشی (البته اندوه مبارکی است) خداوند بر اندوه تو بیفزاید». رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله خطاب به

---

۱. «... اذا انصرف من سوقه فیاخذ شیئاً فی کُمه لعیاله فیفرحوا به فیباهی الله به الملائکه». الفردوس، ج ۱، ص ۱۶۸. به نقل از رضایت زناشویی، ص ۲۰۸.

۲. مولوی.

۳. «حَقُّ الرَّجُلِ عَلَى الْمَرْأَةِ... أَنْ تَسْتَقْبِلَهُ عِنْدَ بَابِ بَيْتِهَا فَتُرَحِّبَ بِهِ». مکارم‌الاخلاق، ص ۲۱۴.

www.takbook.com

آن مرد فرمودند: «بی‌شک خداوند کارگزارانی دارد و همسر تو یکی از کارگزاران خداوند است و اجری برابر با نصف پاداش شهدا را دارد».[1]

استمرار این عمل، رابطه‌ی محبت‌آمیز زن و مرد و علاقه‌ی ایشان به خانه و خانواده را بیش‌تر و عمیق‌تر می‌کند، به‌گونه‌ای که وقتی برای مدتی کوتاه بیرون از خانه به کاری سرگرم باشد، هر چه زودتر درصدد بازگشت به خانه است تا در کنار همسر و دیگر اعضای خانواده آرام گیرد و تجدید قوا کند.

برای پیشواز و بدرقه آثاری بسیاری شمرده‌اند از جمله می‌توان به این موارد اشاره کرد:

نجات از انواع رنج‌ها و خستگی‌های روحی و روانی، آرامش و اطمینان خاطر همسران، دل‌بستگی بیشتر همسران به زندگی، استحکام بنیان خانواده، الگوگرفتن فرزندان از این رفتار پسندیده، افزایش و تعمیق روابط عاشقانه‌ی همسران، خشنودی و رضامندی خداوند و ... .

۳۹. مدیریت خواسته‌ها

تو خاکی، چو آتش مشو تند و تیز[2]

روابط زناشویی فراز و نشیب‌های بسیاری دارد و مهم‌تر از همه رعایت حقوق دیگران است، از این‌رو لازم است همسران چنان ادب و احترام متقابل را مراعات کنند که هیچ‌گاه یک‌دیگر را به خشم نیاورند و در قبال خواسته‌های

---

۱. «... إِذَا دَخَلْتُ تَلَقَّتْنِی وَ إِذَا خَرَجْتُ شَيَّعَتْنِی وَ إِذَا رَأَتْنِی مَهْمُوماً...». کتاب من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۳۸۹.

۲. فردوسی.

www.takbook.com

معقول و منطقی طرف مقابل، نافرمانی نکنند. همواره در خواسته‌هایشان حد و توان همسر را در نظر داشته باشند تا او را در منگنه‌ی سختی و مشقت قرار ندهند.

گاهی در زندگی توان اقتصادی و یا شرایط روحی همسر کاسته می‌شود و در نتیجه صبر و حوصله را کم‌رنگ می‌کند، این‌جاست که عشق و محبت همسران باید گُل بدهد و یک‌دیگر را یاری و همدلی دهند.

فوت کوزه‌گری
یک جمله طلایی که معجزه می‌کند:
به نظر من این طوری بهتره، ولی بازم هر چی تو بگی ....

امام علی علیه‌السلام فضای حاکم بر زندگی خویش با حضرت زهرا علیهاالسلام را چنین گزارش می‌کند:

«به خداوند سوگند! تا زمانی که زهرا علیهاالسلام زنده بود او را در امری خشمگین نکردم و بر هیچ کاری وادارش نساختم. فاطمه علیهاالسلام نیز مرا هیچ‌گاه خشمناک نساخت و در هیچ امری مرا نافرمانی نکرد. فاطمه در زندگی با من چنان بود که وقتی به چهره‌ی مبارکش نگاه می‌کردم، همه‌ی غم‌ها و غصه‌ها از قلبم پاک می‌شد».[1]

۴۰. رفع غم و غصه

چهره و برخورد مناسب و شادداشتن خود نوعی ابراز محبت و شیفتگی است. از نکات ارزنده و جالب‌توجه زندگانی حضرت زهرا علیهاالسلام با حضرت امیرالمؤمنین علیه‌السلام همین نکته است که حضرت چنین توصیف می‌کند:

۱. «فَوَ اللهِ مَا أَغْضَبْتُهَا وَ لَا أَكْرَهْتُهَا عَلَى أَمْرٍ ...». بحارالانوار، ج ۴۳، ص ۱۳۴.

www.takbook.com

«فاطمه در زندگی با من چنان بود که وقتی به چهره‌ی مبارکش نگاه می‌کردم، همه‌ی غم‌ها و غصه‌ها از قلبم پاک می‌شد».[1]

فوت کوزه‌گری
این دو چیز را نخورید:
حسرت روزهای گذشته؛
حسرت زندگی دیگران.

و بالاخره امام مهربانی‌ها حضرت رضا علیه‌السلام می‌فرمایند:

«برای مرد هیچ‌چیز بهتر از زن شایسته نیست که هرگاه شوهرش او را ببیند، شاد شود».[2]

آشکار است که تنها چهره‌ی ظاهری انسان منظور نیست، بلکه شادابی و طراوت روحی همسر هم مورد نظر است.

۴۱. عدم تجسس

برای این‌که زندگانی خوشی داشته باشید از برخی سؤالات از همسرتان چشم‌پوشی کنید. نیازی نیست تمام جزئیات رفت‌وآمد همسرتان را زیر ذره‌بین بگیرد و بازجویی کنید. برای هر انسان اتفاقاتی روی می‌دهد که شخص در آن دخالتی ندارد. پشت ترافیک ماندن و دیررسیدن، خرابی گوشی تلفن و ... صدها مشکل دیگر.

مرا بیشتر دوست داری یا مادرت؟ چند تا خواستگاری داشتی؟ قبل از ازدواج با من به چه کسی علاقه داشتی؟ چرا تلفن را جواب ندادی؟ چرا دیر آمدی؟ چرا جواب خواهرت را ندادی؟ و ...، با این دسته از سؤالات عشق و علاقه‌ی خود

۱. «وَ لَقَدْ كُنتُ أَنْظُرُ إِلَيْهَا فَتَنْكَشِفُ عَنِّي الْهُمُومُ وَ الْأَحْزَانُ». کشف الغمه، ج ۱، ص ۳۶۳.
۲. «مَا أَفَادَ عَبْدٌ فَائِدَةً خَيْراً مِنْ زَوْجَةٍ صَالِحَةٍ إِذَا رَآهَا سَرَّتْه». همان، ج ۵، ص ۳۲۷.

www.takbook.com

را به همسر از بین می‌برید و مانع خوش‌بختی و شادکامی خانواده می‌شوید.

قرآن مجید در این‌باره می‌فرماید:

«یا أَیُّهَا الَّذینَ آمَنُوا لا تَسْئَلُوا عَنْ أَشْیاءَ إِنْ تُبْدَ لَکُمْ تَسُؤْکُم؛ ای کسانی‌که ایمان آورده‌اید! از چیزهایی نپرسید که اگر برای شما آشکار شود. شما را ناراحت می‌کند».[1]

زیبا نیست همسران در پی کشف صندوقچه‌ی اسرار یار و همدم زندگی‌شان باشند، بلکه باید به حریم خصوصی هر کس احترام گذاشت.

فوت کوزه‌گری

پنج ویروس مخرب زندگی:

سرزنش، مقایسه‌کردن، جر و بحث‌کردن، برچسب منفی زدن، بدبین‌بودن.

۴۲. دفاع از همسر

وظیفه‌ی زن و مرد ای حکیم، دانی چیست؟

یکی است کشتی و آن دیگری است کشتیبان

چو ناخداست خردمند و کشتی‌اش محکم

دگر چه باک ز امواج ورطه و طوفان[2]

احساس نیاز به دفاع در انسان، به‌ویژه هنگامی‌که به وی ستمی شود، در همه وجود دارد. انسان هنگام ظلم دیگران نسبت به وی، نیازمند یاری شفیق و شجاع است تا از وی دفاع کند. هر یک از زن و شوهر، خود را یار و یاور دیگری

---

۱. مائده/۱۰۱.

۲. پروین اعتصامی، دیوان اشعار، فرشته انس.

www.takbook.com

می‌داند، از این‌رو اگر به هرکدام ستم شود از همسر خویش انتظار یاری و کمک دارد. اگر همسر به این درخواست درونی همسرش به‌خوبی پاسخ دهد، موجب رضامندی وی می‌شود و از این راه، محبت و علاقه‌ی خود را به وی ابراز داشته است.

فوت کوزه‌گری

کی؟ چی دوست داره؟

مرد دوست داره تشویق بشه؛

زن دوست داره حمایت بشه.

www.takbook.com

بخش دوم:

محبت‌ورزی غیرمستقیم

www.takbook.com

www.takbook.com

شاید زیاد اتفاق افتاده باشد که ما رفتارهایی را نسبت به افرادی که به ایشان علاقه داریم، بروز می‌دهیم. ظاهر و گونه‌ی رفتار طوری نیست که به‌طور مستقیم پیام محبت‌آمیزی از آن برداشت شود، اما اگر به‌خوبی تحلیل و بررسی شود، منشأ شکل‌گیری آن رفتار نسبت به دیگری، محبت و علقه‌ای است که انسان نسبت به او دارد؛ مثلاً دفاع‌کردن از کسی، ایثار و ازخودگذشتگی به نفع دیگری، عفو و گذشت، هزینه‌کردن مال و یا آبرو، احترام‌گذاشتن به اطرافیان و افراد منتسب به‌طرف مقابل و نظایر آن مواردی از رفتار انسان نسبت به دیگری است که منشأ شکل‌گیری و انجام آن، عشق و علاقه به‌طرف مقابل است. این نوع ارتباط طرفینی میان اعضای خانواده به‌ویژه همسران، نه‌تنها همان پیام را دارد، بلکه دارای اثرات محبت‌آمیز بسیار بیشتر و عمیق‌تری است. در این قسمت به مواردی از این نوع رفتارها اشاره می‌کنیم:

۱. سلام‌کردن

گفت پیغمبر سلام، آنگه کلام.[۱]

به بیان حضرت امام باقر علیه‌السلام سلام نامی از نام‌های خداوند است.[۲]

---

۱. مولوی.

۲. «إِنَّ السَّلَامَ اسْمٌ مِنْ أَسْمَاءِ اللهِ عَزَّوَجَلَّ». کتاب من لا یحضره الفقیه، ج۱، ص۳۸۶. نیز

www.takbook.com

با سلام‌کردن، سرآغاز صلح، صفا و صمیمیت را تقدیم می‌کنیم. همسران با سلام‌کردن به هم‌دیگر و پیش‌کش‌کردن چنین کلامی مقدس و چنین دعایی پرمغز، به‌یقین بهترین شیوه‌ی اکرام و احترام را در قبال یک‌دیگر خواهند داشت.

فوت کوزه‌گری

به جای این‌که همسرتان را «خانم» صدا بزنید، با دادن میم مالکیت او را «خانمم» صدا بزنید.

خانم‌ها، عاشق این میم‌های مالکیت هستند که از سمت شوهرشان ابراز می‌شود.

امام علی علیه‌السلام در بیانی گویا می‌فرماید:

«هرگاه یکی از شما به منزل خود وارد می‌شود باید به خانواده‌اش سلام کند و بگوید: «السَّلامُ عَلَیْکُم»سلام و درود بر شما (اهل خانه)».[1]

۲. پند و اندرز

اگر شخصی را دوست بداری، برایش دل می‌سوزانی و بهترین را برایش برمی‌گزینی، آن‌گاه اگر برای وی احساس خطر کنی و یا منفعتی از وی را درخطر ببینی، بی‌شک وی را از آن نجات داده و یا هشدارهای لازم را به وی خواهی داد. امام صادق علیه‌السلام در پاسخ به این پرسش که چگونه مردان باید خانواده را از عذاب حفظ کنند، فرمودند:

«به کارهای نیک امرشان کنید و از اعمال زشت نهی‌شان، در این صورت شما وظیفه‌ی خود را انجام داده‌اید و اگر آنان

فرمودند: «سلام، یکی از نام‌های خدای متعال است، پس آن را میان خود رواج دهید». مستدرک‌الوسائل، ج ۸، ص ۳۶۳.

۱. «إِذَا دَخَلَ أَحَدُکُمْ مَنْزِلَهُ فَلْیُسَلِّمْ عَلَی أَهْلِهِ یَقُولُ السَّلَامُ عَلَیْکُم». الخصال، ج ۲، ص ۲۶۲.

www.takbook.com

به توصیه‌ی شما توجهی نکنند بر عهده‌ی شما نخواهد بود».[1]

البته پند و اندرز در صورتی تأثیرگذار و مثبت است که شرایط آن نیز رعایت شود؛ خالی از هرگونه، تهمت، تحقیر، تهدید، سرزنش و القاب ناپسند باشد. رعایت شرایط مکانی و زمانی نیز در انتقال پند و اندرز تأثیر بسزایی دارد.

فوت کوزه‌گری

نصیحت‌پاشیدن ممنوع

اگر یک کشاورز در زمین کوچک چند کیلو گندم بپاشد، یقیناً همه‌ی دانه‌ها سبز نمی‌شوند و شاید بعد از جوانه‌زدن، یک‌دیگر را خفه کنند.

موعظه‌ی بسیار زیاد به همسر یا فرزند، فرد را لجباز و سرخورده می‌کند و گاه عزّت او را زیر سؤال می‌برد.

۳. احترام به دوستان همسر

احترام به دوستان همسر، نوعی ابراز عشق و علاقه به همسر است، چرا که دوستان همسر، سالیانی با او مأنوس بوده و رابطه‌ی صمیمی با وی دارند، از این‌رو احترام و تکریم آن‌ها، احترام به همسر است. رعایت احترام به دوستان همسر به خوبی در سیره‌ی پیامبر رحمت حضرت محمد صلی‌الله‌علیه‌وآله دیده می‌شود و از جایگاه و اهمیت بالایی برخوردار است، نقل‌شده است:

هرگاه چیزی به رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله داده می‌شد حضرت صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرمود «از آن برای فلان زن ببرید که او دوست خدیجه علیهاالسلام بود»[2] و هرگاه گوسفندی را ذبح می‌کرد از گوشت آن برای

---

۱. «...إِذَا أَمَرْتُمُوهُنَّ وَنَهَيْتُمُوهُنَّ فَقَدْ قَضَيْتُمْ مَا عَلَيْكُمْ». کتاب من لایحضره الفقیه، ج ۳، ص ۴۴۳.

۲. «إِذهَبُوا بِفُلانَةَ فَإِنَّها كانَت صَديقَةُ خَديجَه». ادب‌الفرد، ص ۵۸، به نقل از سیره رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله با همسران، ص ۱۷۴.

www.takbook.com

دوستان خدیجه علیهاالسلام می‌فرستاد و می‌فرمود «إنّی اُحِبُّ حَبیبَها؛ من دوستان خدیجه را دوست دارم».[1]

توجه رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله به دوستان همسرشان، خدیجه کبری علیهاالسلام پس از گذشت سال‌ها از مرگ ایشان حاکی از احترام فوق‌العاده‌ی حضرت به او در زمان حیات خدیجه علیهاالسلام بوده است. بی‌شک اگر این رویه و سیره‌ی مبارک حضرت، در زمان حیات همسران اجرا شود، دارای برکات زیادی در ایجاد الفت و محبت نسبت به هم‌دیگر خواهد بود.

۴. حفظ اسرار

لب مگشا گرچه در او نوش‌هاست

کز پس دیوار بسی گوش‌هاست[2]

شکی نیست که: «راز بلبل گل بداند بی‌شکی»[3] ولکن می‌بایست مراقب بود چراکه «هر زبان گوشی و هر گوش زبانی دارد».[4]

پیشوای اول شیعیان علی علیه‌السلام در تجلیل از صفت برجسته‌ی رازداری، آن را بخشی از خوش‌بختی می‌دانند:

«رازداری، بخشی از خوش‌بختی است».[5]

فوت کوزه‌گری

سه راز که هیچ‌کس نباید بداند:

۱. مشکلات مالی؛ ۲. جزئیات دعوای زن و شوهری؛

۳. همسر شما چه فکری راجع به دیگران (سایر اعضای خانواده و دوستان) می‌کند.

---

۱. الاصابه، ج ۸، ص ۱۰۳، به نقل از سیره رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله با همسران، ص ۱۷۴.

۲. نظامی.

۳. عطار.

۴. فوت کوزه‌گری، ج ۲، ص ۱۰۴۸.

۵. «الْکِتْمَانُ طَرَفٌ مِنَ السَّعَادَةِ». تحف‌العقول، ص ۲۲۵.

www.takbook.com

چه خوب است تا ما صندوقچه‌ی اسرار خانواده، به‌ویژه همسرمان باشیم تا استحکام زندگی و استمرار آن بیمه شود و طراوت و اعتماد زندگی پابرجا بماند. نیازی نیست هر آن‌چه بین همسران رخ می‌دهد به دیگری سرایت کند، چرا که ممکن است دیگران با قضاوتی یک‌طرفه، رأی و نظری باطل دهند و زندگی شما را به تباهی و سیاهی نزدیک کنند.

۵. دعوت به علم‌آموزی

به دانش‌آموختن همسرمان کمک کنیم. او را تشویق و ترغیب کنیم که به دنبال کسب علمی باشد که مفید برای خانواده است. اگر در توانمان نیست، می‌توانیم محیط خانواده را برای او آماده کنیم. در اهمیت این موضوع همین بس که رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله آن را در رتبه‌ی حج و جهاد در راه خدا قرار داده و می‌فرماید:

«هر زنی که در حج، جهاد و طلب دانش به شوهرش کمک کند، خداوند پاداشی به او می‌دهد که به همسر حضرت ایوب علیه‌السلام داده است.».[1]

همسر شایسته، علم مفید و ادب را شایسته‌ی خانواده‌ی خود می‌داند و محیط را آماده‌ی استفاده از این مواهب الهی کرده و یا خود به آن‌ها تعلیم می‌دهد. حضرت امام صادق علیه‌السلام این امر را از فضایل و برجستگی‌های هر انسان مؤمنی می‌دانند و می‌فرمایند:

«مؤمن همواره خانواده‌ی خود را از دانش و ادبِ شایسته بهره‌مند می‌سازد تا همه‌ی آنان را وارد بهشت کند».[2]

---

۱. «أَيُّمَا امْرَأَةٍ أَعَانَتْ زَوْجَهَا ...». مکارم‌الاخلاق، ص ۲۰۱.

۲. «لَا يَزَالُ الْمُؤْمِنُ يُورِثُ أَهْلَ بَيْتِهِ الْعِلْمَ وَ الْأَدَبَ الصَّالِحَ حَتَّى يُدْخِلَهُمُ الْجَنَّةَ جَمِيعاً». دعائم‌الاسلام، ج ۱، ص ۸۲.

www.takbook.com

۶. دورهمی‌های خانوادگی

مرا با تو نان و نمک‌خوردن است
نشستن همان مهرپروردن است[۱]

روز جمعه و ایام تعطیلی را روز خاصی قرار دهید. سعی کنید تمامی اعضای خانواده دور هم جمع شوند. دورهم‌بودن برکات فراوانی دارد، جدا از این‌که محبت‌ها و پیوندها را قوی‌تر می‌کند، بسیاری از مشکلات آشکار و پنهان خانواده‌ها نیز حل می‌شود.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله در باب اهمیت این موضوع می‌فرمایند:

«خانواده‌تان را در هر جمعه، با مقداری میوه یا گوشت، دور هم جمع کنید تا این‌که در این روز، خوش‌حال باشند.».[۲]

چه‌بسا کسانی که به عشق همسرشان صبر می‌کنند تا با یک‌دیگر و بر سر یک سفره غذا بخورند و این‌گونه عشق و علاقه‌ی خود را به همسرشان نشان دهند. شادی و لذتی که در صرف غذای دورهمی است در صدها غذای خوش‌مزه دیگر و در تنهایی نیست.

به فرموده رسول صلی‌الله‌علیه‌وآله خداوند جمع‌شدن اعضای خانواده و با هم غذاخوردن را بسیار دوست دارد و به چنین اجتماعی نظر رحمت نگاه می‌کند:

«خداوند، مؤمن و خانواده و فرزندانش را دوست دارد و محبوب‌ترین چیز نزد خداوند این است که مردی را با زن و فرزندش ببیند که بر سفره‌ای غذا می‌خورند. هنگامی‌که

---

۱. فردوسی.
۲. «أَطْرِفُوا أَهَالِيَكُمْ فِي كُلِّ جُمُعَةٍ بِشَيْءٍ مِنَ الْفَاكِهَةِ أَوِ اللَّحْمِ حَتَّى يَفْرَحُوا بِالْجُمُعَةِ». الکافی، ج ۶، ص ۲۹۹.

www.takbook.com

آن‌ها را دور سفره جمع ببیند از روی رحمت بر آن‌ها نظر کند و پیش‌از این که از جایشان متفرق شوند، آن‌ها را بیامرزد».[1]

۷. احترام و تکریم فرزند

فرزندان میوه‌ی دل والدین هستند و احترام هر یک از زن و مرد به فرزند خویش قدردانی و تشکری است از همسر خود که در تربیت صحیح فرزند، همسر شما، نیز نقش مهمی داشته است. از آن‌جایی‌که همسران به فرزندان خود دل‌بسته‌اند و نورِ دیده‌ی آن‌ها به‌حساب می‌آیند از این‌رو هر رفتار و گفتار صحیحی نسبت به فرزندان، بر محبت بین والدین و فرزندان و بین خود همسران می‌افزاید. هم‌چنین تصمیم‌گیری صحیح و مشترک برای آینده‌ی سالم و مفید در تربیت و هدایت فرزند، نقش تأثیرگذاری در روابط بین همسران و فرزندان دارد.

فوت کوزه‌گری

خوبی‌های همسرتان را برای فرزندان بگویید:
ببین عزیزم چقدر بابا زحمت میکشه!
ببین پسرم کدوم مادری این‌قدر دلسوزه؟
با این کار، هم فرزندت ارزش و جایگاه والدین را می‌فهمد و هم به همسرت احساس بالندگی دست می‌دهد.

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله در باب تربیت و تأدیب فرزند توسط پدر و مادر می‌فرمایند:

«هیچ پدری به فرزندش، هدیه‌ای بهتر از تربیت نیکو، پیش‌کش نکرده است».[2]

---

۱. «...اَحَبُّ شَیءٍ اِلَی اللهِ تَعالی اَن یَرَی الرَّجُلَ مَعَ امَرأَتِهِ و وُلْدِهِ عَلی مائِدَةٍ یَأکُلونَ...». تحکیم خانواده، ص۲۰۳.

۲. «ما نَحَلَ والدٌ ولداً من نُحْلٍ أَفضَل من أَدبٍ حَسَن». مستدرک الوسائل، ج ۱۵، ص ۱۶۵.

www.takbook.com

۸. تأمین رفاه و آسایش

ببخش و بخور تا توانی دِرم[۱]

که جز این دگر جمله درد است و غم[۲]

زمانی که مردان خسته از فعالیت روزمره به خانه بازمی‌گردند، به آرامش روحی و روانی در کنار آسایش جسمی نیازمندند، در چنین وضعیتی همسر می‌تواند با تدارک وسایل مانند شربت، دم‌نوش، آب سرد و یا انجام برخی رفتارها مانند ماساژ، بوسه، عشق و علاقه‌ی خود را به همسرش ابراز کند البته نیاز خانم‌ها به این مسئله بیش‌تر از مردان است. اسباب و اثاثیه، لباس، وسایل آشپزخانه و ... برای خانم‌ها بسیار بااهمیت است، ازاین‌رو تهیه‌ی این وسایل به دست توانای شوهر نشانه‌ی عشق و علاقه به همسرش خواهد بود.

امام زین‌العابدین علیه‌السلام درباره‌ی مهیاکردن اسباب زندگی راحت برای خانواده در سخنی شیوا می‌فرمایند:

«أَرْضَاكُمْ عِنْدَ اللهِ أَسْبَغُكُمْ عَلَى عِيَالِهِ؛ خداوند از آن‌کس خشنودتر است که خانواده‌ی خود را بیشتر در رفاه و نعمت قرار دهد».[۳]

جوانمرد و خُوش‌خُوی و بخشنده باش

چو حق بر تو پاشَد تو بر خَلق پاش[۴]

در حدیثی جالب امام کاظم علیه‌السلام در باب توسعه بر خانواده و اثر فوق‌العاده‌ی آن چنین می‌فرمایند:

---

۱. دِرهم، نقره.

۲. فردوسی.

۳. الکافی، ج ۴، ص ۱۱.

۴. سعدی.

www.takbook.com

« شایسته است که مرد بر خانواده‌اش وسعت (مالی) دهد تا این‌که آرزوی مرگش را نکنند».[1]

از آثار بخشنده‌بودن، جلب محبت دیگران به سوی انسان است و اعضای خانواده، به‌ویژه همسران از این قاعده مستثنا نیستند. اگر خواهان این هستید که محبت دیگری را به دست آورید، سخاوت و بخشش از بهترین و شیرین‌ترین آن‌هاست. به گفته سعدی: «هر که در زندگی نانش نخورند، در مُردگی نامش نبرند».[2]

سخاوت و بخشش از صفات برجسته‌ی انسانی است و در همه جا و ارتباط با همه، به‌ویژه اعضای خانواده پسندیده‌تر است. امیرالمؤمنین علیه‌السلام در مقام بیان آثار بخشش و سخاوت می‌فرمایند:

«سخاوت‌مندی چنان مزرعه‌ای، محبت به بار می‌آورد».[3]

همان‌طور که دانه‌ای می‌کاریم و در آینده از آن محصول برداشت می‌کنیم، سخاوت نیز محبت را می‌نشاند و به‌زودی ثمره‌ی آن را آشکار می‌کند.

۹. رفع نیازهای همسر

رزق بر اهل خانه تنگ مکن

روزی، او می‌دهد تو جنگ مکن[4]

خدای مهربان انسان را همراه با برخی نیازمندی‌ها آفریده است که ارضای درست و کامل این نیازها، موجب شکوفایی

---

۱. «یَنْبَغِی لِلرَّجُلِ أَنْ یُوَسِّعَ عَلَی عِیَالِهِ کَیْلَا یَتَمَنَّوْا مَوْتَه». الکافی، ج ۴، ص ۱۱.

۲. سعدی.

۳. «السَّخَاءُ یَزْرَعُ الْمَحَبَّة». تصنیف غُرَرُالحکم و دُرَرُ الکلم، ح ۸۵۲۱.

۴. اوحدی مراغه‌ای.

www.takbook.com

استعدادها می‌شود. ازدواج یکی از راه‌های درست ارضای برخی از این نیازهاست. زمانی که مرد یا زن با کمک همسرش به ارضای نیازی موفق شود، حالتی از رضامندی درونی در وی ظاهر می‌شود، لذا برآوردن نیازهای همسر به‌گونه‌ای ابراز علاقه و محبت به وی است.

روزی سه زن، نزد پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله آمدند. یکی از آنان گفت: شوهرم گوشت نمی‌خورد. دومی گفت: شوهرم بوی خوش استشمام نمی‌کند. سومی گفت: شوهرم با زنان، نزدیکی نمی‌کند. رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله در حالی‌که رَدایش را می‌کشید، بیرون آمد و بر منبر شد و حمد و ثنای الهی را به‌جا آورد، سپس فرمود: «چه شده است که گروهی از یارانم گوشت نمی‌خورند، بوی خوش نمی‌بویند و با زنان، هم‌بستر نمی‌شوند؟! به‌درستی که من گوشت می‌خورم، بوی خوش می‌بویم و با زنان هم‌بستر می‌شوم، پس هر که از راه و رسم من روی بگردانَد، از من نیست».[1]

۱۰. تأمین آرامش و اطمینان

ایجاد فضایی پر از آرامش، اطمینان و اعتماد، حاکی از محبت و عشق است. همسران که کارگردان اصلی خانواده هستند، باید خانواده را به‌گونه‌ای مدیریت کنند که همه‌ی اعضا در آن احساس اطمینان‌خاطر داشته و به هم‌دیگر اعتماد کامل داشته باشند. اگر بین اعضای خانواده، به‌ویژه همسران خاطرخواهی و محبت حاکم باشد، محصولی جز

۱. «إِنَّ ثَلَاثَ نِسْوَةٍ أَتَيْنَ رَسُولَ اللهِ صلی‌الله‌علیه‌وآله فَقَالَتْ إِحْدَاهُنَّ إِنَّ زَوْجِي لَا يَأْكُلُ اللَّحْمَ ...». الکافی، ج ۵، ص ۴۹۶.

www.takbook.com

فضای اطمینان‌بخش و مورد اعتماد نخواهد داشت. این همان ایده‌آلی است که موردنظر اولیای دین است.

فوت کوزه‌گری

روزی زنی روستایی که هرگز حرف دل‌نشینی از همسرش نشنیده بود، بیمار شد. شوهر او که راننده‌ی موتوسیکلت بود و از موتورش برای حمل و نقل کالا در شهر استفاده می‌کرد برای اولین بار همسرش را سوار کرد.

زن با احتیاط سوار موتور شد و از دست پاچگی و خجالت نمی‌دانست دست‌هایش را کجا بگذارد که ناگهان شوهرش گفت: «مرا بغل کن».

زن پرسید: «چه کار کنم» و وقتی متوجه حرف شوهرش شد ناگهان صورتش سرخ شد. با خجالت کمر شوهرش را بغل و کم‌کم اشک صورتش را خیس کرد.

به نیمه‌ی راه رسیده بودند که زن از شوهرش خواست به خانه برگردند.

شوهرش با تعجب پرسید: «چرا؟ تقریبا به بیمارستان رسیده‌ایم».

زن جواب داد: «دیگر لازم نیست، بهتر شدم. سرم درد نمی‌کند».

شوهر، همسرش را به خانه رساند، ولی هرگز متوجه نخواهد شد که گفتن همان جمله‌ی ساده‌ی: «مرا بغل کن»، چقدر احساس خوش‌بختی را در قلب همسرش ایجاد کرده و باعث شده است که در همین مسیر کوتاه، سردردش خوب شود.

۱۱. گنج قناعت

قانع‌بودن و دقت در استفاده از وسایل زندگی و هزینه‌کردن آن، خود نوعی کمک و ابراز علاقه به همسر است. زنی که قانع

www.takbook.com

است و به «دار و ندار» زوجش می‌سازد، در حقیقت علاقه و محبت خود را به زندگی و همسرش نشان می‌دهد. در اهمیت این امر در خانواده همین بس که امام علی علیه‌السلام می‌فرمایند:

«بهترین زندگی از آن‌کسی است که خداوند به او قناعت بخشیده و همسری شایسته، روزی‌اش کرده است».[1]

آن حضرت در بیانی دیگر می‌فرماید:

«أَطْيَبُ الْعَيْشِ الْقَنَاعَةُ؛ خوش‌ترین زندگی، زیستن همراه با قناعت است».[2]

۱۲. تواضع و فروتنی

افتادگی آموز اگر طالب فیضی
هرگز نخورد آب زمینی که بلند است

تواضع و فروتنی از خصال نیک و فضایل برجسته‌ی انسانی و نشانه‌ی فضل و برتری انسان است. انسان متواضع در نظر همه، بزرگ جلوه می‌کند و همیشه چنین انسان‌هایی از نگاه دیگران در هاله‌ای از احترام دیده می‌شوند.

تواضع و فروتنی دارای چنین آثار و برکاتی است، بنابراین از جمله آثار تواضع؛ جلب محبت دیگران است. آدمی‌زاد به انسان‌های فروتن و متواضع، بیشتر گرایش و علاقه دارد تا به افراد گردن‌کش و متکبر.

به بیان حضرت مولی امیرالمؤمنین علی علیه‌السلام عشق و محبت میوه تواضع است: «ثمره‌ی فروتنی، محبت است».[3]

---

۱. «أَنْعَمُ النَّاسِ عَيْشاً مَنْ مَنَحَهُ اللهُ سُبْحَانَهُ الْقَنَاعَةَ وَ أَصْلَحَ لَهُ زَوْجَه». تصنیف غررالحکم و درر الکلم، ح ۹۰۷۶.

۲. همان، ح ۸۹۸۲.

۳. «ثَمَرَةُ التَّوَاضُعِ الْمَحَبَّة». همان، ح ۵۱۷۹.

www.takbook.com

فوت کوزه‌گری
مردها در تنهایی باطریشان شارژ می‌شود، پس بگذارید بعضی مواقع تنها باشند.

۱۳. آینه‌ی همسر باشیم

تاج سر من، خاک ره پای کسی است
کو، چشم مرا به عیب من بینا کرد[۱]

آدمی آن‌کس را که دوست داشته باشد، عیب‌هایش را به وی می‌گوید تا این‌که گل بی‌عیب شود و شایسته است در بیان عیب، اول به خود نگاهی بیندازیم که خالی از آن باشیم و دوم این‌که شرایط بیان آن را آموخته باشیم.

امیرالمؤمنین علی علیه‌السلام در تشبیهی زیبا و گویا بیان عیب‌های مؤمنان را برای خودشان به کار آینه تشبیه فرمودند:

«الْمُؤْمِنُ مِرْآةُ الْمُؤْمِن؛ مؤمن، آینه‌ی مؤمن است».[۲]

چون‌که مؤمن آینه‌ی مؤمن بود
روی او ز آلودگی ایمن بود[۳]

می‌توان از این حدیث گهربار و زیبا ۲۰ نکته‌ی ظریف آموخت:

همه‌وقت می‌گوید.	هر چه بیشتر نزدیک شوی، بهتر می‌گوید.
با وضوح تمام می‌گوید نه با کنایه و ابهام.	عیب را بی‌غرض می‌بیند و می‌گوید.

۱. ابوسعید ابوالخیر.
۲. تحف‌العقول، ص ۱۷۳.
۳. مولوی.

www.takbook.com

مو به مو می‌گوید.	حال را می‌گوید، نه گذشته یا آینده را.
خوب و بد را با هم می‌گوید.	محسوسات را می‌گوید (آن‌چه را دیده می‌گوید.)
به همه یکسان می‌گوید.	عیب‌نمایی آینه از روی خیرخواهی است نه به هدف تنقیص و ضربه‌زدن.
در گفتن خجالت نمی‌کشد.	آشکار و واضح می‌بیند (برای دیدن من کنجکاوی نمی‌کند.)
شرط دیدنش، صافی و صداقت است.	اگر شکسته شد، باز نشان می‌دهد.
کمک به اصلاح می‌کند.	عیب را که دید در حافظه نگه نمی‌دارد، فراموش می‌کند، مگر این‌که دوباره ببیند.
همه را می‌بیند؛ دوست و دشمن.	یقین‌ترین چیزها را می‌گوید.
از نشان‌دادن خسته نمی‌شود.	هیچ‌کس از آینه آزرده نمی‌شود.[1]

چنان‌که دیده می‌شود؛ حضرت در این تشبیه زیبا این‌همه مطلب و مطالب دیگر را در یک عبارت کوتاه رسانده است. صداقت و خیرخواهی در چنین رفتارهایی موج می‌زند و بی‌شک شخصی که صاحب عیب است، به‌ویژه اگر همسر انسان باشد، چنین برخورد خیرخواهانه، صادقانه و دقیق را،

۱. به نقل از مرحوم حسن عرفان.

www.takbook.com

نه‌تنها به جان می‌خرد و درصدد رفع آن برمی‌آید، بلکه این رفتار را نشانه‌ی عشق و محبت واقعی و عمیق همسر به خودش می‌داند و بی‌شک درصدد جبران آن بر خواهد آمد.

هزاران درود و هزاران سلام ز ما بر محمّد علیه‌السّلام[1]

۱. اسدی طوسی.

www.takbook.com

www.takbook.com

کتاب‌نامه

* قرآن مجید، ترجمه آیت‌الله مکارم شیرازی.

۱. ابن أبی فراس، مسعود بن عیسی، مجموعه ورّام ، بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی، مشهد، ۱۳۶۹.

۲. ابن‌بابویه، محمد بن علی، الخصال، جامعه مدرسین، قم، ۱۳۶۲.

۳. ابن‌بابویه، محمد بن علی، من لا یحضره الفقیه، دفتر انتشارات اسلامی، قم، ۱۴۱۳ هـ . ق.

۴. ابن حیون، نعمان بن محمد مغربی، دعائم الإسلام، مؤسسه آل‌البیت علیهم‌السلام، قم، ۱۳۸۵ هـ . ق.

۵. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، تُحَف‌العقول، جامعه مدرسین، قم، ۱۴۰۴ هـ . ق.

۶. احمد بن حنبل، مسند احمد بن حنبل، دارصادر، بیروت، بی‌تا.

۷. اربلی، علی بن عیسی، بنی‌هاشمی، کشف الغمة فی معرفة الأئمة علیهم‌السلام، تبریز، ۱۳۸۱ هـ . ق.

۸. امینی، عبدالحسین، الغدیر، دار الکتاب العربی، بیروت، ۱۳۹۷ هـ . ق.

۹. پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحة، دنیای دانش، تهران، ۱۳۸۲.

۱۰. پسندیده عباس، رضایت زناشویی، دارالحدیث، قم، ۱۳۹۱.

۱۱. تمیمی آمدی، عبدالواحد، تصنیف غررالحکم و درر الکلم، مصحح: درایتی، مصطفی، دفتر تبلیغات، قم، ۱۳۶۶.

۱۲. حسین‌زاده، علی، خانواده موفق، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی رحمه‌الله، قم، ۱۳۹۰.

www.takbook.com

۱۳. حسین‌زاده، علی، همسران سازگار، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی رحمه‌الله، قم، ۱۳۸۶.
۱۴. حیدری ابهری، غلامرضا، نان‌ونمک، محراب قلم، تهران، ۱۳۹۰.
۱۵. راد، سید مسعود، معماری عشق پایدار در زندگی زناشویی، برادری، تهران، ۱۳۸۹.
۱۶. رحمان دوست، مصطفی، فوت کوزه‌گری، انتشارات مدرسه، تهران، ۱۳۸۹.
۱۷. شعیری، محمد بن محمد، جامع الأخبار (للشعیری)، شعیری، مطبعة حیدریة، نجف، بی‌تا.
۱۸. شیخ حر عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعة، مؤسسة آل‌البیت علیهم‌السلام، قم، ۱۴۰۹ هـ . ق.
۱۹. طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الأخلاق، الشریف الرضی، قم، ۱۴۱۲هـ.ق.
۲۰. طوسی، اسدالله، ارتباط با خداوند در خانواده، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی رحمه‌الله، قم، ۱۳۸۹.
۲۱. طوسی، اسدالله، همسران شایسته، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی رحمه‌الله، قم، ۱۳۹۱.
۲۲. طوسی، محمد بن الحسن، تهذیب الأحکام (تحقیق خرسان)، ار الکتب الإسلامیه، تهران، ۱۴۰۷ هـ . ق.
۲۳. طوسی، محمد بن الحسن، مصباح المتهجّد و سلاح المتعبّد، مؤسسه فقه الشیعة، بیروت، ۱۴۱۱ هـ . ق.
۲۴. عبداللهی، زهرا، سیره رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله با همسران، دفتر نشر معارف، قم، ۱۳۹۲.
۲۵. عسقلانی، ابن حجر، الاصابه، دارالکتب العلمیه، ۱۴۱۵ هـ . ق.
۲۶. علی بن حسام‌الدین المتقی الهندی، کنزالعمال، موسسه الرساله، بیروت، بی‌تا.
۲۷. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، دار الکتب الإسلامیة، تهران، ۱۴۰۷هـ.ق.
۲۸. لیثی واسطی، علی بن محمد، عیون الحکم و المواعظ (للیثی)، دارالحدیث، قم، ۱۳۷۶.

www.takbook.com

۲۹. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار علیهم‌السلام
۳۰. دار إحیاء التراث العربی، بیروت، ۱۴۰۳ هـ. ق.
۳۱. محمدی ری‌شهری، تحکیم خانواده، دارالحدیث، قم، ۱۳۸۷.
۳۲. مطهری، مرتضی، مجموعه آثار، صدرا، قم، ۱۳۷۲.
۳۳. نوری، حسین بن محمدتقی، مستدرک‌الوسائل و مستنبط المسائل، مؤسسه آل‌البیت علیهم‌السلام ، قم، ۱۴۰۸هـ. ق.

www.takbook.com

سؤالات مسابقه

۱. این مَثَل اشاره به چیست؟ «مرغ سیاه هم تخم سفید می‌کند»!

الف: خوش‌بینی و خوش‌گمانی ☐ ب: توانایی انسان ☐

ج: تلقین ☐ د: هیچ‌کدام ☐

۲. این کلام رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله اشاره به چیست؟ «حق مرد بر زن آن است که چراغ خانه را روشن نگه دارد و خوردوخوراک برای اهل خانه آماده سازد»؟

الف: خانه را شاداب نگه‌داشتن ☐ ب: تهیه‌ی غذا ☐

ج: مدیریت داخلی خانه ☐ د: الف و ج ☐

۳. این مثل اشاره به چیست؟ «دست، دست را می‌شوید، هردو برمی‌گردند رو را می‌شویند».

الف: رازداری ☐ ب: کمک و یاری ☐

ج: احترام به خویشاوندان ☐ د: محبت ☐

۴. امام باقر علیه‌السلام: «اصلاح هم‌زیستی و معاشرت سالم زیستن چنان پیمانه‌ی پُری است که دوسوم آن ... و یک‌سوم آن ... است»؟

الف: هوشیاری و سخاوت ☐ ب: تغافل و زیرکی ☐

ج: زیرکی و تغافل ☐ د: چشم‌پوشی و زیرکی ☐

۵. «رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله هزینه‌ای که برای تهیه‌ی ... می‌دادند، بیشتر از هزینه‌ای بود که برای خوراکشان صرف می‌کردند».

الف: خانه ☐ ب: عطر ☐

ج: لباس ☐ د: وسایل خانه ☐

www.takbook.com

۶. کدام سخن مرد هرگز از قلب زن بیرون نمی‌رود؟

الف: عاشقتم ☐ ب: دوستت دارم ☐

ج: تو بهترینی ☐ د: بی‌تو هرگز ☐

۷. غالبا خانم‌ها از طریق ... و آقایان از طریق ... تحریک و عاشق می‌شوند.

الف: چشم و گوش ☐ ب: گوش و چشم ☐

ج: استدلال و احساس ☐ د: هیچ‌کدام ☐

۸. بنا بر فرمایش حضرت سجاد علیه‌السلام: «خداوند از آن‌کس خشنودتر است که خانواده‌ی خود را بیشتر ...»

الف: در رفاه و نعمت قرار دهد ☐

ب: به آنان مهر و محبت کند ☐

ج: در کنار آنان باشد ☐

د: هیچ‌کدام ☐

۹. این سخن از کیست؟ «شُکر نعمت، از شِکر شیرین‌تر است»؟

الف: سعدی ☐ ب: نظامی ☐

ج: داستان نامه بهمنیاری ☐ د: حافظ ☐

۱۰. گوش‌دادن فعال چه ویژگی‌هایی دارد؟

الف: خلاصه‌کردن ☐ ب: پرسش‌کردن ☐

ج: بروز احساس‌ها ☐ د: همه‌ی موارد ☐

۱۱. بنا بر فرمایش امام علی علیه‌السلام بهترین هدیه چیست؟

الف: کتاب ☐ ب: دسته‌گل ☐

ج: پند و اندرز ☐ د: هیچ‌کدام ☐

www.takbook.com

۱۲ . این مثل اشاره به چیست؟ «سوزن همه را می‌پوشاند و خودش لخت راه می‌رود».

الف: تقسیم کار ☐ ب: ایثار و از خودگذشتگی ☐

ج: همکاری ☐ د: هدیه‌دادن ☐

۱۳. بنا بر فرمایش امام علی علیه‌السلام خوش‌ترین زندگی همراه با چیست؟

الف: محبت ☐ ب: قناعت ☐

ج: همدلی ☐ د: توکل ☐

۱۴. این سخن از کیست؟ «به مؤمن، برای هر چیزی پاداش داده می‌شود، حتی برای لقمه‌ای که در دهان همسرش می‌گذارد».

الف: امام باقر علیه‌السلام ☐ ب: رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله ☐

ج: امام رضا علیه‌السلام ☐ د: امام جواد علیه‌السلام ☐

۱۵. بنا به توصیه‌ی امام رضا علیه‌السلام عدم آراستگی مرد سبب ... می‌شود.

الف: دشمنی ☐ ب: کینه ☐

ج: فساد و فجور همسر ☐ د: قهر و دعوا ☐