

# شریکه

## برای خوشبختی زندگی زناشویی

مؤلف: بثینه سید العراقی  
مترجم: صلاح الدین توحیدی



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

هزار نکته

برای

خوش بختی زندگی زناشویی

---

سرشناسه	: عراقی، بثینه سید.
عنوان قراردادی	<b>Iraqi, buthaynah al - sayyid</b>
عنوان و پدیدآور	: ۱۰۰۰ طریقه للسعاده الزوجیه. فارسی هزار نکهه برای خوشبختی زندگی زناشویی
مشخصات نشر	: سنندج: کردستان، ۱۳۸۵.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۴ ص
شابک	: 964 - 980 - 003 - 4
یادداشت	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۱۴۴.
موضوع	: زناشویی
موضوع	: خوشبختی
شناسه‌ی افزوده	: توحیدی، صلاح الدین، ۱۳۵۰ - مترجم
رده‌بندی کنگره	: ۱۳۸۵ ۷۰۴۱ الف ۴ع / HQ۷۴۲
رده‌بندی دیویی	: ۳۰۶/۸۱
شماره کتابخانه ملی	: ۲۸۲۵۷ - ۸۵م

---

# هزار نکته

برای

خوش بختی زندگی زناشویی

مؤلف: بشینه سید العراقی

مترجم: صلاح الدین توحیدی



انتشارات کردستان

سنندج - ۱۳۸۶



انتشارات کردستان

Kurdistan Publication

سننحج - پاساژ عزتی - تافن: ۲۲۶۵۳۸۲

## هزار نکته

✓ نام کتاب:	هزار نکته برای خوش بختی زندگی زناشویی
✓ مؤلف:	بشینه سید العراقی
✓ مترجم:	صلاح الدین توحیدی
✓ نوبت چاپ:	اول: ۱۳۸۶
✓ تیراژ:	۳۰۰۰ جلد
✓ تعداد صفحه و قطع:	۱۴۲ صفحه‌ی رقعی
✓ ناشر:	انتشارات کردستان

شابک: ۹۶۴ - ۹۸۰ - ۰۰۳ - ۴

ISBN: 964 - 980 - 003 - 4

قیمت:

۱۲۰۰ تومان

## تقدیم

تقدیم به دختر عزیزم «الیا» که سیزده بهار از عمرش گذشته است تقدیم به او که بزرگ‌ترین مایه شادابی، شگوفاترین گل و اولین پرتو نورانی زندگی ام می‌باشد.

این کتاب را به او هدیه می‌کنم تا همچون چراغی فروزان باشد که مسیر هدایت را به او بنمایاند و در سایه‌ی نکات پندآموز آن به سر برد تا به خواست خداوند به فووش بفتی که همگی پویای آن هستند.

پر سر.

مادرت پشینه سید العراقی



## فهرست مطالب

۹	پیش‌گفتار مترجم
۱۱	پیش‌گفتار مؤلف
۱۵	گام‌هایی در راه ازدواج
۱۵	اسرار خوش‌بختی
۱۹	خواستگاری ... ایستگاه اول
۲۳	صحت و مشروعیت عقد
۲۸	آداب زفاف و بعد از آن
۳۱	به دنبال خوش‌بختی
۳۱	فواید ازدواج
۳۳	ویژگی‌های یک ازدواج سالم
۳۵	بنای خوب و پایدار
۳۶	برای تمام عروسانی که در شرف ازدواجند
۳۸	تا همای سعادت بر بام خانواده به پرواز در آید
۵۹	برخورد و ارتباط نمونه خانوادگی
۵۹	چگونه زنی موفق خواهی شد
۶۰	چه هنگام دروغ حلال است؟
۶۲	چگونه از منزلت محیطی امن بسازی
۶۳	چگونه شوهری تمام عیار شوی؟
۶۷	هنر برخورد زناشویی
۷۴	موانع و مشکلات در مقابل خوش‌بختی زناشویی
۷۴	سردی و بی‌روحي روابط زناشویی
۷۵	سکوت وحشتناک
۷۶	چگونه می‌توان بر افسردگی زناشویی غلبه نمود
۷۹	خشکی احساسات
۸۲	برانگیختن احساسات زناشویی
۸۳	نجوایی در گوش تو ای زن!
۸۵	نقش خانوادگی زن و شوهر در موفقیت ازدواج



- ۹۰ ..... حوزه‌های ایجاد شکاف در رابطه‌ی زناشویی
- ۹۳ ..... سازگاری زناشویی
- ۹۴ ..... گفت‌وگوی زن و شوهر
- ۹۶ ..... اجتناب از اختلافات زناشویی
- ۱۰۰ ..... مشکلات زناشویی: شزی که از آن گریزی نیست!
- ۱۰۰ ..... تندبادهای زندگی خانوادگی
- ۱۰۲ ..... روش‌های عملی برای حل اختلافات زناشویی
- ۱۰۶ ..... اختلافات در خانواده‌ی پیامبر
- ۱۰۸ ..... نمونه‌هایی از مشکلات زناشویی و راه‌حل آن‌ها
- ۱۰۸ ..... زن خودسر و سرکش
- ۱۱۰ ..... زن تندخو و سخت‌گیر
- ۱۱۲ ..... زن ولخرج
- ۱۱۳ ..... زن سهل‌انگار و نامنظم
- ۱۱۵ ..... کار زن
- ۱۱۶ ..... احترام نگذاشتن به خانواده
- ۱۱۸ ..... مداخله مداوم در کار شوهر
- ۱۱۹ ..... شوهر غیرتی
- ۱۲۱ ..... شوهر بخیل
- ۱۲۲ ..... شوهر بد رفتار
- ۱۲۵ ..... با هم بر سر راه خوش‌بختی و موفقیت
- ۱۲۵ ..... خانه‌ی نمونه
- ۱۲۶ ..... خوش‌بختی در زندگی پس از چهل سالگی
- ۱۲۷ ..... آینده‌ای روشن برای ازدواجی پربار
- ۱۳۰ ..... شوهرت را به سوی موفقیت راهنمایی کن
- ۱۳۶ ..... تا با عشقی دایمی زندگی کنی
- ۱۳۸ ..... ظروف لذیذ برای خوش‌بختی زناشویی
- ۱۴۳ ..... فهرست مطالب
- ۱۴۵ ..... مراجع

## پیش‌گفتار مترجم

جامعه زمانی سالم است که خانواده‌هایی سالم داشته باشد. انسان‌ها همواره از نهاد کوچک خانواده وارد نهاد بزرگ جامعه می‌شوند و هرچه این نهاد کوچک اما بسیار مهم که به مثابه‌ی واحد سازنده‌ی نهاد جامعه است، سالم‌تر و مشکلات جدی کم‌تری داشته باشد، جامعه نیز سالم‌تر خواهد بود و خانواده‌ها نیز زمانی سالم می‌باشند که اجزای تشکیل‌دهنده‌ی آن‌ها به ویژه دو رکن اساسی آن یعنی زن و شوهر، از سلامت جسمی، ذهنی، روحی و اخلاقی بهره‌مند باشند و بر هنر دست‌یابی به خوش‌بختی و سعادت زناشویی اطلاع کافی داشته باشند و برای رسیدن به آن بسیار کوشا باشند.

خداوند مؤمنان را فرا خوانده است که نه تنها خود بلکه افراد خانواده‌ی خود را نیز از آتش جهنم به دور دارند ﴿قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا﴾<sup>۱</sup> و آنان را به راه راست که صلاح دنیا و آخرت را دربر دارد، دعوت نمایند و از این روست که ابراهیم خلیل علیه السلام دست به دعا برداشته و از خداوند می‌خواهد که او و فرزندان‌ش را اهل نماز که مهم‌ترین عبادت است و انسان را از فحشاء و منکر باز می‌دارد، قرار دهد ﴿رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا تَقَبَّلْ دُعَاءً﴾<sup>۲</sup> و نوح علیه السلام هم برای افراد مؤمن خانواده‌اش طلب غفران و بخشش می‌کند ﴿رَبِّ اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِمَنْ دَخَلَ بَيْتِي مُؤْمِنًا وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ﴾<sup>۳</sup> آری پیامبران الهی که الگوی جامعه‌ی بشریتند، نگران

۲. ابراهیم؛ ۴۰.

۱. تحریم؛ ۶.

۳. نوح؛ ۲۸.

خانواده‌ی خود بوده‌اند، زیرا بیش از دیگران به اهمیت خانواده و خوشبختی آن واقف بوده‌اند.

اما باید گفت که اصلاح خانواده و رساندن آن به مرز خوشبختی، کاری ساده و آسان نیست و با گفتار بدون کردار نمی‌توان به آن رسید و گاهی نیز با گفتار و کردار هم نمی‌توان به آن رسید و در این مسیر حتی انسان‌های بزرگی هم ناکام مانده‌اند. آیا نوح و لوط پیامبر توانستند زنان خود را اصلاح نمایند؟ از طرف دیگر آیا آسیه زن فرعون توانست بر شوهر خود اثرگذار باشد؟ هیچ خانواده‌ای بدون مشکل نیست، حتی خانواده‌ی پیامبر ﷺ از این قاعده مستثنی نبوده است، پس چه باید کرد؟

برای داشتن خانواده‌ای موفق و خوشبخت باید تلاش و کوشش نمود، مطالعه کرد و مشکلات و راه‌حل‌های آن را شناخت و از تجربیات دیگران استفاده نمود و عمل کرد. در عمل کردن نیز باید صبور و بردبار بود. تلاش برای رسیدن به خوشبختی خانوادگی و زناشویی، تلاشی سخت اما شیرین و پربار است.

نویسنده‌ی کتاب حاضر که یک زن می‌باشد، تلاش نموده است با ارائه‌ی راهکارهای عملی و ارائه‌ی هزار نکته جالب، راه و روش رسیدن به خوشبختی زناشویی را به روشنی توضیح دهد. امید است که زوج‌های جوان با استفاده از نکات مثبت این کتاب که از قرآن و سنت و نظرات روانشناسی و جامعه‌شناسی گرفته شده است، خانواده‌ای خوشبخت و سالم داشته باشند و به تبع آن از جامعه‌ای سالم، پاک و مترقی برخوردار شویم.

صلاح الدین توحیدی - پایه ۱۳۸۵

## پیش‌گفتار مؤلف

اسلام به منظور عمران و آبادی در زمین، صلاح، عفت و محافظت از فرد و جامعه و فواید بسیار زیادی که مایه‌ی دوری از رنجش خداوند و نزدیکی به رضای او می‌باشد، انسان‌ها را به ازدواج تشویق نموده است. آثار پاک ازدواج که گسترش مهربانی و مودت و رحمت است، بر کسی پوشیده نیست و شاید پیوند زناشویی زناشویی بعد از پیوند عقیدتی یکی از قوی‌ترین و مقدس‌ترین پیوندها باشد و برای محافظت از آن، به هیچ‌وجه جایز نیست که در معرض نگرانی‌ها و مزاحمت‌ها قرار گیرد و یا تیشه‌ی نابودی به ریشه‌ی آن زده شود.

دین حنیف اسلام چنان اصول و قواعد اساسی محکمی را برای این علاقه و ارتباط پایه‌گذاری نموده است که هیچ نقصی دامنگیر آن نشود و هیچ تندبادی آن را نلرزاند.

از مهم‌ترین پایه‌های این ارتباط، انتخاب نیک و صحیح همسر از لحاظ دین، اخلاق پسندیده، خانواده و اصل و نسب پاک است. پس از آن معاشرت خوب و پسندیده بین زن و شوهر و تلاش جدی برای درک و فهم هم‌دیگر و سازگاری با صفات مثبت و منفی هم‌دیگر از اصولی است که باید مورد توجه قرار بگیرد و هریک از زوجین باید این حقیقت را درک کند که کمال تنها از آن خداوند است و بس و این برای آدمی عیب نیست. درک و شناخت هریک از زوجین از موارد نفع و ضرر و خلوص نیت برای خداوند در ادای واجبات

باعث می شود که خداوند نیز آن ها را در رسیدن به حقوقشان به صورتی که رضایت او در آن باشد، حمایت کند. احساس تنعم با خوشبختی، امنیت و استقرار خانواده و شیرین نمودن این نهاد با شکیبایی و تعقل و گذاشتن هر چیز در جای صحیح و مناسب خود و تسلیم نشدن در برابر اختلافات و یا ناکامی هایی که ممکن است در زندگی خانوادگی به وجود بیاید، از تضمین هایی است که باعث صفای درون می شود و به کیان خانواده نیروی می دهد که بتواند وظایف خود را در زندگی به نحو احسن ادا نماید. نمی توان یک زندگی زناشویی متنعم همراه با خوشبختی، آرامش و استقرار را یافت که تندبادهایی در آن نوزیده باشد. این سنت زندگی است که همواره بر یک حالت باقی نمی ماند اما لازم است که با آرامش، تعقل، گردن نهادن به شریعت الهی و توجه به سیره ی سید مخلوقات - به عنوان برترین الگوی زندگی که بتوان در تمام امور دنیا و آخرت از آن کمک گرفت - با این ناکامی ها و ناگواری ها تعامل و رفتار نمود.

در حقیقت خوشبختی زناشویی مسؤولیت مشترک بین زن و شوهر است و بر هر دو لازم است که به خاطر آن جان فشانی و ایثار نمایند، عواطف و احساسات بین خود را سر زنده نگه دارند و همواره در تلاش باشند که یکدیگر را خوشبخت کنند، خوشبختی زناشویی آسان نیست، اما غیرممکن نیست.

این کتاب چراغ فروزانی است که خانواده ها را به سمت رشد و بالندگی و چگونگی تعامل صحیح با مشکلات و اختلافات خانوادگی راهنمایی می کند.

این کتاب اسلوبی نوین و روشی منحصر به فرد را در به کارگیری اندرز و مشورت در زندگی خانوادگی باروشی نرم و مهربانانه در پیش گرفته است. و این کتاب پر از راهنمایی و اندرزهایی است که اگر زوجین به آن ها عمل

نمایند، ضامن استمرار علاقه، آرامش و استقرار خانواده و دوری از هر آنچه باعث کدورت صفای خانواده شود، می‌باشد تا این‌که سرانجام همای خوش‌بختی را بر بالای خانواده‌ی آن‌ها به پرواز درآورد.

این راهنمایی‌ها و اندرزها با وجود سادگی و سهولت دارای مفاهیم و معانی بزرگ و دربرگیرنده‌ی افکاری است که در رسیدن به خوش‌بختی زناشویی به زن و شوهر یاری می‌رساند.

و خداوند ورای هر نیت و قصدی است.

بئینة سید العراقی / ریاض - ۱۴۲۳ هـ. ق



## گام‌هایی در راه لزدواج

### «اسرار خوش‌بختی»

به طور کلی می‌توان موارد زیر را به عنوان مهم‌ترین عوامل خوش‌بختی نام برد.

۱- هدایت، ایمان و استقامت نسبت به اوامر الهی و مخالفت با هوا و هوس و شیطان و دوری‌گزیدن از کفر، گناه و نافرمانی اوامر پروردگار.

۲- علم سودمند، زیرا باعث گشایش سینه، فزونی اجر و پاداش، انتشار نام و آوازه و پاک شدن گناهان می‌گردد.

۳- استغفار فراوان و توبه از گناهان و عادت به کوییدن درگاه داننده‌ی غیب‌ها و درخواست از او برای گشودن دل‌ها زیرا او توبه‌ی هر توبه‌کننده‌ای را می‌پذیرد.

۴- مداومت بر ذکر و یاد خداوند در هر حال و موقعیت و همراهی قلب با زبان در ذکر و یاد پروردگار.

۵- نیکی و احسان به بندگان خداوند و سودرسانی به حاضر و غایب و دور و نزدیک آن‌ها، دیدار از فقرا و برطرف نمودن نیازهایشان با کمک مادی و یا خوش‌حال نمودن و آرزوی خوش‌بختی برای آن‌ها.

۶- شجاعت قلب در بحران‌ها و ثبات آن در بلاهای دشوار و قوت آن در ناگواری‌ها و بی‌تاب‌نشدن آن در مقابل سختی‌ها و پریشان‌نشدن آن در هنگام مصائب.

۷- پاک کردن دل و درون از هر کینه، فساد، تقلب، انتقام از بندگان خدا و



گذشت از اهل عناد.

۸- میانه روی در کارها به صورت مداوم و پرهیز از زیاده روی در هر امری و اجتناب از نظربازی و پرحرفی.

۹- مبارزه با بیکاری، قناعت در دنیا و ستیز با سرکشان و متجاوزان.

۱۰- به کسانی که از لحاظ تندرستی، دانش و درآمد، پایین تر از تو هستند، نظری بینداز تا به آنچه که خداوند به تو عطا نموده است، قناعت کنی.

۱۱- فراموش نمودن کدورت های گذشته و از یاد نبردن تجربه ها و آموخته های آن.

۱۲- اگر مصیبت و یا پیش آمد بدی واقع شود، بدتر از آن را نزد خودت تصور کن و در کمال آرامش در مورد احتمال وقوع آن تصمیم بگیر و بر خداوند توکل نما زیرا تو را کفایت می کند. در این صورت آنچه که قبلاً پیش آمده است تو را از آنچه که پیش می آید کفایت می کند.

۱۳- در انتظار بحران مباش؛ هرکس با پروردگارش راست باشد، خداوند پریشانی خاطر را از او دور می دارد.

۱۴- بدان که زندگی دنیا کوتاه است، پس با توهمات و غم و غصه های زیاد آن را کوتاه تر مکن.

۱۵- اگر تو را گزند و خسارتی رسد، میان آنچه که از دست داده ای و آنچه که باقی مانده است، مقایسه کن تا بدانی که تو نعمت های زیادی را داری و آنچه که نزد تو باقی مانده است، به مراتب بیشتر از آنچه است که از دست داده ای.

۱۶- از حرف حسودان اگرچه در نهایت خبائث و تباهی هم باشد، بیم به خود راه مده، زیرا به تو ضرر و زبانی نمی رساند و زیان آن به خود آنها برمی گردد و خداوند حسودان را کفایت می کند به درستی که خداوند آگاه بر بندگان است.

۱۷- افکار و اندیشه‌هایت را به کار مفید مشغول گردان و هر امر پسندیده و نیک را جلو چشمان خود قرار ده، زیرا اگر اندیشه و افکارت را نیکو گردانی، خوش بخت خواهی شد.

۱۸- کار امروز را به فردا میفکن زیرا سبب انباشتگی کارها می شود، پس تلاش کن که در هر روز کار آن روز را انجام دهی.

۱۹- در کارهایت کار مهم‌تر را آغاز کن و به پایان برسان و به کیفیت کار بیشتر از کمیت آن توجه کن و قبل از اقدام به آن از خداوند طلب خیر نما.

۲۰- از میان اعمال آنچه که مناسب توست، برگزین و دوستی را که در تقوا و پرهیزگاری تو را همراهی کند، انتخاب نما و بدان که نگرهبانی وجود دارد که تو را محاسبه می‌کند.

۲۱- از نعمت‌های خیرکننده‌ی ظاهر و باطن که به تو عطا شده است، سخن گوی زیرا بیان نعمت‌ها، غم و غصه‌های محنت‌زا را از انسان دور نموده و خوش بختی را به او باز می‌گرداند.

۲۲- نیکی‌های همسر، فرزندان و خویشان را مد نظر قرار بده و عیب‌ها و بدی‌های آنان را فراموش کن زیرا کسی بدون عیب یافت نمی‌شود... اگر هر صاحب عیبی را ترک کنی کسی را برای مصاحبت پیدا نخواهی کرد، زیرا هرکسی دارای جنبه‌های خوشایند و ناخوشایندی است.

۲۳- زیاد دعا کن، بسیار خوش بین و امیدوار باش. ناامیدی را از خود دور نما، زیرا هر چه بلا بزرگ، بی‌عدالتی شدید و دشمنان زیاد باشند، در نهایت، سررشته‌ی امور در دست پروردگار آسمان (و زمین) است.

۲۴- هر واقعه‌ای که اتفاق افتد، به قضا و قدر الهی است. ممکن است خداوند به وسیله‌ی پیش‌آمدهای بد، تو را از بلاهای سنگین‌تری نجات دهد و بسا چیزهایی که به ظاهر مضرند اما در اصل سودمندند؛ بنابراین از تقدیرات خداوندی ناراحت مباش.

- ۲۵-** با مصیبت دیدگان همدردی کن. در این جهان هزاران انسان در دکشیده، بلا دیده و نعمت از دست رفته در حوادث روزگار وجود دارد.
- ۲۶-** مردم همواره از روزگار خود شاکمی، از عصر و دوران خود گریان و از کار و زندگی خود نالان می‌باشند و عمر خود را با غم و اندوه به پایان می‌رسانند. بدان که با هر گلی خاری است و هر ثمری را اخگری.
- ۲۷-** بدان که هر سختی، آسانی را و هر صبری پیروزی را به دنبال دارد. پس از فقر، غنا و پس از مضرت و بیماری، سلامت و عافیت خواهد آمد. روزگار از این تلخ و شیرین‌ها و فراز و نشیب‌ها بسیار دارد.
- ۲۸-** بر توست صبر زیبا و واگذاری امور به خداوند جلیل، رضایت و قناعت به اندک و عمل نمودن به آنچه خداوند نازل نموده است و آمادگی برای روز کوچ کردن از دنیا.
- ۲۹-** بدان که بهترین نعمت‌ها آسودگی خاطر است و زیاده خواهی در زندگی مایه تشویش خاطر و زیادی مال دست و پاگیر و روی آوردن به دنیا غم و غصه و سنگینی به دنبال دارد.
- ۳۰-** کسی که به تو دشنام دهد و هرزه‌گویی تو را دل‌تنگ نماید، توجه نکن تا از آن دست کشیده و عصبانیتش قروکش کند و دهان سگ را جز با سنگ نمی‌توان گرفت.
- ۳۱-** از معاشرت با هر احمق و ابلهی دوری کن و اجازه‌ی رفت و آمد آنان را به خانه خود مده.
- ۳۲-** روی آوردن مردم به تو، تو را دچار شگفتی نسازد. آنان همانند روزگار می‌چرخند و تو را تا زمانی می‌خواهند که به مراد خود برسند. از تجارب گذشته‌ی خود بهره‌گیر که تو را کفایت می‌کند.
- ۳۳-** به ذکر و اوارد شرعی عادت کن و بر تمرینات ورزشی ممارست نما. نوشیدنی‌های مست‌کننده را هرگز منوش و لباسی سفید و پاک بر تن کن و از

رایحه‌ها و بوهای خوش و معطر استفاده کن.

**۳۴-** همواره دعای صاحب ماهی (یونس پیامبر علیه السلام) را تکرار کن<sup>۱</sup> و بیشتر به یاد مرگ باش و کارها را آسان بگیر تا بر تو آسان شود و در دین خود پستی را مپسند و بر اندک دنیا راضی باش.

### «خواستگاری ... ایستگاه اول»

**۳۵-** خواستگاری مقدمه‌ای برای عقد نکاح است و در اصل عقدی ابتدایی برای اعلان قبول ازدواج طرفین است.

**۳۶-** اسلام نگاه خواستگار به دختر مورد نظر و بر عکس را مجاز دانسته است به شرطی که خواستگاری شده زینت و جمال خود را به جز صورت و هر دو دست آشکار ننماید.

**۳۷-** جابر از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله روایت می‌کند که فرمود: «هرگاه یکی از شما خواست به خواستگاری برود اگر توانست به زن مورد نظر نگاه کند، چنان‌گاهی که او را به سوی ازدواج بکشاند، حتماً این کار را انجام دهد».

**۳۸-** برای خواستگار روا نیست که قبل از عقد با خواستگاری شده در جایی خلوت کنند زیرا بر اساس فرموده‌ی پیامبر صلی الله علیه و آله این عمل حرام است آن‌جا که می‌فرماید: «هیچ مردی با زنی خلوت نکند زیرا سومین نفر آن‌ها شیطان است».

**۳۹-** یازان پیامبر خدا صلی الله علیه و آله خود بدون دشواری و رودربایستی و با تمام صراحت به دنبال خواستگاران صالح برای دختران و یا خواهران خود بودند.

**۴۰-** عمر بن خطاب رضی الله عنه دخترش حفصه را بعد از مرگ شوهرش به

۱. حضرت یونس علیه السلام در شکم ماهی فرمود: «لا إله إلا أنت سبحانک انی كنت من الظالمین» انبیاء / ۸۷ یعنی «بارالها خدایی به جز تو وجود ندارد و تو منزهی به درستی که من از زمره‌ی ستمگران بودم». مترجم.

ابوبکر صدیق رضی الله عنه و عثمان بن عفان رضی الله عنه عرضه نمود و از جواب رد عثمان و عدم جواب ابوبکر خشمگین شد و شکایت خود را نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آورد. پیامبر صلی الله علیه و آله به او فرمود: «شاید خداوند بهتر از عثمان برای دخترت و بهتر از دخترت را برای عثمان مقدر نموده باشد». پیامبر صلی الله علیه و آله خود با حصه ازدواج نمود و دخترش ام کلثوم را به نکاح عثمان در آورد.

**۴۱-** و به همین طریق سعید بن مسیب رضی الله عنه دخترش را پس از مرگ شوهرش به یکی از شاگردانش عرضه نمود و با دو درهم آن‌ها را به عقد نکاح هم در آورد.

**۴۲-** جهل مردم نسبت به این آداب متعالی پیامبر صلی الله علیه و آله و یارانش باعث شده است که نسبت به این رفتارها اظهار شگفتی و بی‌اطلاعی نمایند.

**۴۳-** مردم از ترس این‌که مبدا کرامت دختران و یا خواهرانشان لگدمال شود و یا دیگران به آن‌ها بدگمان شوند، از عرضه کردن آن‌ها به نزدیک‌ترین خویشاوندان خود نیز خودداری می‌کنند.

**۴۴-** همگان باید این مسأله را به خوبی درک کنند مردی که به دنبال خواستگار برای دختر و یا خواهرش می‌باشد، دارای شخصیتی قوی است و در انجام امور و محافظت از خانواده‌اش دارای نظری مؤثر و صحیح است.

**۴۵-** اسلام فرد مسلمان را به انتخاب زوج مناسب برای دختر، خواهر و یا خویشاوندش عملاً تشویق نموده است و خداوند در قرآن می‌فرماید: ﴿مردان و زنان مجرد و غلامان و کنیزان شایسته‌ی (ازدواج) خویش را به ازدواج یکدیگر در آورید و اگر تنگدست و فقیر باشید خداوند از فضل خود آن‌ها را بی‌نیاز می‌گرداند. به راستی که خداوند دارای نعمت زیاد و آگاه (به همگان) است﴾.<sup>۱</sup>

**۴۶-** پیامبر اسلام ﷺ نهی نموده است از این که شخصی بر خواستگار کسی برود که برادر دینی اش به خواستگاری او رفته است و باید صبر کند و ببیند که کار آن‌ها به نکاح یا به ترک می‌انجامد زیرا این عمل بر برادری اسلامی خدشه وارد می‌کند.

**۴۷-** موافقت و رضایت دختر یا بیوه لازم می‌باشد زیرا اساس رابطه‌ی زناشویی بر رحمت و مودت است و این جز با رضایت طرفین ازدواج حاصل نمی‌شود.

**۴۸-** روش‌ها و وسایلی که انسان برای انتخاب همسر مورد استفاده قرار می‌دهد از محیطی به محیط دیگر، از انسانی به انسان دیگر و از موقعیتی به موقعیت دیگر متفاوت است.

**۴۹-** خواستگاری عادتاً بر اساس تبادل اطلاعات بین دختران و پسران جوان و انتقال این معلومات به محیط خانواده‌ها استوار می‌گردد.

**۵۰-** اگرچه روش خود انتخابی زوجین محدوده‌ی انتخاب را تنگ می‌کند و عده‌ای مخالف آن هستند، اما عده‌ای دیگر آن را تأیید می‌کنند.

**۵۱-** رسم خواستگاری در بعضی از جوامع محافظه‌کار بیشترین فایده‌ها را دربر داشته است و زوجین را به صورت حلال کنار هم گردآورده است.

**۵۲-** البته این روش خالی از عیب و نقص نیست و عده‌ای به علت فریب، دروغ و انتقال معلومات نادرست از سوی پسر یا دختر قربانی آن شده‌اند.

**۵۳-** خواستگاری نزدیکان و آشنایان نتیجه‌ای بهتر دربر دارد به شرطی که هدف خیر و صلاح شخص باشد.

**۵۴-** در این روش می‌توان معلومات درستی از اصل و نسب، تربیت، اخلاق و محیط تربیت طرفین را به دست آورد.

**۵۵-** در حقیقت نزدیکی طرفین ازدواج در شرایطی به دور از خودستایی، اغراق‌گرایی و تظاهر پایه‌هایی جهت انتخاب درست و دقیق برای یک ازدواج

پایدار می‌باشد.

**۵۶-** خواستگاری از طریق همسایگان و ارتباطات اجتماعی بین آنان فرصتی را برای آگاهی و شناخت از دختران در سن ازدواج و سرشت و رفتار آنان مهیا می‌نماید و این شیوه یکی از روش‌های خواستگاری کارآمد به حساب می‌آید.

**۵۷-** خواستگاری از طریق همکلاسی‌ها باعث گسترش آموزش و ازدیاد پیوندها بین دانش‌آموختگان می‌گردد و از طریق همکاران در مدرسه، بیمارستان، بانک، پدر، مادر، خواهر و برادر، آنان را قادر می‌سازد تا برای جوان خود، شخصی را که در او نشانه‌هایی از دین، اخلاق و رفتار شایسته مشاهده می‌کنند، خواستگاری نمایند.

**۵۸-** لغو خواستگاری هیچ‌گونه حقوقی را به دنبال ندارد.

**۵۹-** یکی از بدعت‌های خواستگاری که مورد قبول شریعت هم نیست برپایی مجالس و پیروی از تقالیدی است که همه چیز را به جز هم‌بستری، برای خواستگار جایز می‌داند مانند نظر [بیش از حد لزوم] و خلوت.

**۶۰-** یکی از بدعت‌های خواستگاری رد و بدل نمودن حلقه‌های انگشتر است که برگرفته از فرهنگ غیر مسلمانان می‌باشد.

**۶۱-** بر مسلمانان واجب است که از عادات و روش‌های بیگانه و وارداتی و دور از روش‌های اسلامی در خواستگاری دست بردارند.

**۶۲-** در خواستگاری فقط آگاه نمودن و اطلاع رسانی کفایت می‌کند و در آنچه باعث فشار بر طرفین می‌شود و در هنگام فسخ پشیمانی به بار می‌آورد، باید میانه‌روی نمود.

**۶۳-** استفاده‌ی مردان از انگشتر طلا در خواستگاری مخالفت صریح با نصوصی است که طلا را برای مردان حرام نموده است. پیامبر ﷺ با دیدن انگشتر طلا در دست مردی، آن را از انگشت او بیرون کشیده دور انداخت و

فرمود: یکی از شما بر شعله‌ای از آتش روی آورده و در دست خود قرار داده است.<sup>۱</sup>

**۶۴-** آگاهی خواستگار از خواستگاری شده باید در حد آگاهی یک فرد بیگانه از او باشد [و نه بیش از حد لزوم].

**۶۵-** اگر خواستگار هدیه‌ای را به نامزد خود داده باشد و خواستگاری از طرف او فسخ گردد، پس گرفتن هدیه‌ی خود جایز نیست زیرا پیامبر ﷺ می‌فرماید: «کسی که هدیه‌اش را پس می‌گیرد مانند سگی است که استفراغ می‌کند و سپس استفراغش را می‌خورد».

**۶۶-** اگر فسخ از طرف زن باشد، بر او لازم است آنچه را که از مرد گرفته است، پس دهد.

### «صحت و مشروعیت عقد»

**۶۷-** قانون خانواده قانونی شناخته شده و متکامل است و عقد ازدواج ناگزیر باید دارای شروطی باشد تا صحیح و مطابق با آموزه‌های دین حنیف باشد.

**۶۸-** از مهم‌ترین این شروط [حق] ولایت و سرپرستی ولی می‌باشد که روشی است در راستای تحقق بخشیدن به مشورت و نظرخواهی مورد تأکید در امر ازدواج و تصمیم‌گیری بر اساس تبادل آرا و نظرات.

**۶۹-** [حق] ولایت و سرپرستی از کرامت دختر محافظت می‌کند و از آن‌جا که با وجود بالغ و عاقل بودن دختر، ولی او مستقیماً در امر عقدش دخیل است، باعث جلوگیری از درگیری و برخورد بین افراد خانواده می‌گردد.

**۷۰-** رضایت دختر شرط اساسی صحت عقد ازدواج است.

۱. روایت از امام احمد و امام بخاری می‌باشد.



**۷۱-** گواه گرفتن یکی دیگر از شرط‌های صحت عقد می‌باشد زیرا در تشکیل خانواده و استحکام پیوندها و اصلاح جامعه تأثیر زیادی دارد و پیامبر بزرگوار اسلام ﷺ در این مورد فرموده است: «نکاح به جز با اجازه ولی و حضور دو گواه عادل جایز نیست و هر نکاحی که این شرایط را نداشته باشد، باطل است»<sup>۱</sup>.

**۷۲-** اعلام عمومی ازدواج در میان مردم لازم است تا [روابط] حلال و حرام از یکدیگر تشخیص داده شوند.

**۷۳-** نکاح و ازدواج پنهانی جایز نیست مگر این‌که اعلان عمومی شود و گواهانی بر آن شهادت دهند.

**۷۴-** دو گواه عادل نیز باید همانند ولی دارای شرایط عقل، بلوغ و اسلام باشند.

**۷۵-** از شروط دیگر صحت عقد این است که ازدواج زن نباید با خواستگارش حرام باشد. این تحریم ممکن است به علت پیوند خویشاوندی، نسب و شیرخوارگی، تحریم ابدی باشد یا این‌که موقت باشد یعنی همسر دوم با همسر اول رابطه‌ی مادری، فرزندی، خاله، عمه داشته باشد یا در عده‌ی شخص دیگری باشد یا خود او سه طلاقه‌اش داده باشد یا این‌که مشرک باشد.

**۷۶-** از جمله محارم تحریم ابدی، محارم نسبی می‌باشند. (این محارم عبارتند از مادر، خواهر، دختر، عمه، خاله، دختر برادر و دختر خواهر).

**۷۷-** محارم پیوند خویشاوندی عبارتند از مادر دختری که به عقد شخص در آمده باشد (مادر زن) و دختر زنی که به عقد شخص در آمده باشد (دختر خوانده)، عروس و زن بابا (نامادری).

۱. ابن حبان، دار قطنی، طبرانی و دیگران این حدیث را روایت نموده‌اند.

- ۷۸-** محارم شیرخوارگی عبارتند از تمام کسانی که از پستانی واحد شیر خورده‌اند و هم‌چنین نسب‌های آن‌ها... هرکس که از پستان زنی شیر خورده است نمی‌تواند با او و با خواهر، مادر و یا دختران آن زن ازدواج کند.
- ۷۹-** حکمتی بلیغ در این تحریم‌ها وجود دارد زیرا عقد ازدواج باعث فرض واجبات و حقوقی می‌گردد که با حقوق مادری، برادری و فرزندی تفاوت دارد و جمع بین این حقوق جایز نیست.
- ۸۰-** این تحریم، تحقق بخش تعادل، عفت و جو سالمی برای جامعه است که در آن رشد و تکامل انسان بروز نموده و عواطف پاک در میان همگان پرورش می‌یابد.
- ۸۱-** خداوند -عزوجل- مهریه را شرط صحت نکاح قرار داده است که از طرف مرد به عنوان هدیه و دلجویی به زن تقدیم می‌گردد.
- ۸۲-** مهریه جزو دارایی زن محسوب می‌گردد و جایز است که از تمام یا بخشی از آن به خاطر شوهرش دست بکشد.
- ۸۳-** شریعت کم یا زیاد بودن مهریه را مشخص ننموده است اما از میانه‌روی در آن استقبال کرده و از زیاده‌خواهی در آن نهی نموده است.
- ۸۴-** صیغه‌ی ایجاب و قبول در عقد نکاح شرط صحت عقد می‌باشد. ایجاب به معنی طلب ازدواج مرد از زن یا وکیلش و قبول به معنی اقرار به رضایت از طرف زن یا وکیل او به این ازدواج می‌باشد.
- ۸۵-** چیزهایی که صحت عقد را باطل می‌نماید، یکی ازدواج متقابل است که دو مرد هریک زنی را از بستگان دیگری با مهریه یا بدون مهریه به نکاح خود در می‌آورند، به دلیل فرموده‌ی پیامبر ﷺ که مسلم آن را روایت نموده است: «سفار، (ازدواج متقابل) در اسلام وجود ندارد.
- ۸۶-** حکمت خداوند از تحریم این نوع ازدواج به این دلیل است که زندگی هریک از دو زن به زندگی دیگری وابسته می‌باشد و اگر یکی از آن‌ها

مورد اهانت قرار گیرد، ممکن است دیگری نیز مورد اهانت قرار گیرد.

**۸۷-** علت این تحریم این است که ازدواج دور از بی‌ثباتی، چانه‌زنی و ستمی باشد که باعث تلخ شدن زندگی هریک از زوجین و تهدید نمودن آینده‌ی فرزندان آن‌ها می‌گردد.

**۸۸-** همگان باید بدانند که نکاح تحلیل نکاحی باطل است به این معنی که مرد پس از سه طلاقه نمودن همسرش به حيله متوسل شده و همسرش را به عقد دیگری به مدت یک روز در می‌آورد و سپس زنش را برمی‌گرداند تا از نو با او ازدواج کند. این عمل از بزرگ‌ترین زناها محسوب می‌شود و انجام دهنده‌ی آن ملعون است.

**۸۹-** آن‌چه که باعث تباهی عقد نکاح و ابطال آن می‌گردد، نکاح متعه می‌باشد به این معنی که زوجین به تمام شدن مدت عقد در زمانی محدود توافق می‌کنند در حالی که پیامبر ﷺ از این نوع نکاح نهی فرموده و تا روز قیامت آن را حرام اعلام نموده است.

**۹۰-** خداوند نکاح متعه را به این دلیل حرام کرده است که کرامت زن و مرد را مورد تهدید قرار می‌دهد و ارتباط آن دو را فقط در بهره بردن جنسی از یکدیگر محدود نموده است بدون این‌که این نکاح باعث سکون، آرامش و استقرار خانواده گردد.

**۹۱-** در حالی که هدف والا در ازدواج ارتباط دائمی و استوار بر حقوق و واجبات [زن و شوهر] و برآورده نمودن هدف وجود بر روی این کره‌ی خاکی است.

**۹۲-** پس از عقد نکاح حق معاشرت و کامیابی زوجین از یکدیگر جایز بوده و این حق بر هریک از زوجین نسبت به طرف دیگر واجب است.

**۹۳-** اگر مراسم عقد به صورت صحیح انجام بگیرد و یکی از طرفین فوت نماید قبل از این‌که با همسرش هم‌بستر شود، زنده از مرده ارث می‌برد. اگر

زن فرزندی نداشته باشد، نیمی از اموالش به عنوان ارث به شوهرش می‌رسد، اما اگر زن دارای اولاد باشد یک چهارم دارایی‌اش از آن شوهرش می‌گردد... اگر مرد بمیرد و فرزندی نداشته باشد، یک چهارم دارایی‌اش از آن همسرش است و اگر دارای فرزند باشد، زنش از دارایی او یک هشتم به ارث می‌برد و هوهای او اگر از هم جدا نشده باشند، در آن یک هشتم با او شریکند.

**۹۴-** از آثار دیگر ناشی از صحت عقد، ثابت شدن نسب است به شرط هم‌بستری با او و سپری شدن مدت کافی برای دوران بارداری که حداقل آن شش ماه است.

**۹۵-** از آثار عقد ازدواج پرداخت نفقه از طرف شوهر در دوران عقد و حتی پس از جدایی از همسر است که شامل خوراک، پوشاک و مسکن می‌گردد. «باید که صاحب دارایی از دارایی خود انفاق کند».

**۹۶-** معاشرت نیک، نرم‌خویی، اعمال پسندیده و دوری از لعن، دشنام و اعمال زشت بر زوج واجب است.

**۹۷-** به محض عقد ازدواج، مرد مسئول اصلاح رفتار همسرش می‌باشد و در امور زندگی زناشویی، سخن آخر از آن اوست و این نباید به معنی تسلط مرد بر زن تعبیر شود بلکه به معنی ارائه‌ی پند و مشورت و ایستادگی قاطع در مقابل انحراف می‌باشد.

**۹۸-** یکی از واجبات و مصالح خانواده و نظام آن این است که زن همان گونه که خداوند امر فرموده است، مطیع همسرش باشد.

**۹۹-** از زمان عقد نکاح، خدمات منزل تکلیف زن در قبال همسرش می‌باشد.

**۱۰۰-** فرمانبرداری زن یعنی اختصاص دادن قلب و وقت خود برای شوهر.

**۱۰۱-** به محض عقد ازدواج فوراً اطاعت از والدین خود برای زن جای

خود را به اطاعت از شوهر می‌دهد و اطاعت از والدین بعد از اطاعت از شوهر قرار می‌گیرد.

### «آداب زفاف و بعد از آن»

۱۰۲- نرمخوبی و ملاحظت در هنگام زفاف با سخنان زیبا و مدارا و نرمش.  
 ۱۰۳- [سنت است که] شوهر دستش را بر پیشانی همسرش قرار دهد و بگوید: «بِسْمِ اللّٰهِ! اللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَسْأَلُكَ خَيْرَهَا وَ خَيْرَ مَا جَبَلْتَهَا عَلَيْهِ وَ اَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّهَا وَ شَرِّ مَا جَبَلْتَهَا عَلَيْهِ» یعنی: به نام خدا! بار الها! من خیر این زن را و خیر آن چه را که سرشت این زن بر آن است، از تو خواهانم و به تو پناه می‌برم از شر او و شر آن چه که سرشت او بر آن است.

۱۰۴- مستحب است که زن و شوهر دو رکعت نماز بگذارند.

۱۰۵- هنگام جماع گفته شود: «بِسْمِ اللّٰهِ، اللّٰهُمَّ جَنَّبْنَا الشَّيْطَانَ وَ جَنَّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا» یعنی: به نام خدا، بار الها شیطان را از ما و آن چه که روزی ما می‌گردانی، دور بدار.

۱۰۶- جماع در محل طبیعی آن صورت گیرد و از دُبر به شدت پرهیز شود؛ زیرا حرام است و برای فاعل آن عذاب شدیدی وعده داده شده است.

۱۰۷- بین هر دو جماع وضویی گرفته شود؛ زیرا باعث نشاط است اما در صورت امکان غسل بهتر است.

۱۰۸- شایسته است که زوجین، نزدیکی و جماع را با نیت عفت نفس و پرهیز از گناه انجام دهند.

۱۰۹- افشای اسرار زوجین در کامیابی از یکدیگر حرام است.

۱۱۰- کسی که جنب شده است، قبل از خوابیدن وضو بگیرد اما غسل بهتر است تا با پاکی و طهارت به خواب رود.

۱۱۱- شایسته است که در عروسی مهمانی (ولیمه) مختصری داده شود و

همسایگان و خویشاوندان به جشن عروسی دعوت شوند.

۱۱۲- شایسته است که مهریه سبک باشد و به جای زیاده خواهی و اسراف، میانه روی مد نظر قرار بگیرد زیرا پر برکت ترین ازدواج، آن است که کم خرج تر باشد.

۱۱۳- زوجین از مسافرت به خارج بلافاصله بعد از ازدواج پرهیز نمایند زیرا [ممکن است] باعث اسراف و عدم توجه به حجاب و پوشش اسلامی و حیا و نیز شبیه نمودن خود به بیگانگان گردد.

۱۱۴- واجب است که از اختلاط مردان و زنان و تصویربرداری [از آنان] اجتناب شود زیرا انجام دهنده و گسترش دهنده این عمل بنابر قول پیامبر اسلام ﷺ ملعون است.

۱۱۵- برای داماد و سایر مردان تراشیدن ریش، پوشیدن لباس های بلند [ناشی از تکبر] و انگشتر طلا حرام است.

۱۱۶- دعوت نمودن ثروتمندان و عدم دعوت فقرا برای جشن عروسی مکروه است زیرا پیامبر اسلام ﷺ می فرماید: «بدترین طعام، طعام ولیمه ای است که ثروتمندان به آن فرا خوانده شوند و فقرا از آن بی بهره باشند».

۱۱۷- جواب مثبت دادن به دعوت عروسی [که آداب اسلامی در آن رعایت شده باشد] واجب است، حتی اگر شخص روزه دار باشد.

۱۱۸- اعلان عروسی با زدن دف توسط زنان بدون خواندن آواز و استفاده از بلندگوها عملی شرعی است.

۱۱۹- [سنت است که] به زوجین تبریک گفته شود با این عبارت: «بَارَكَ اللَّهُ لَكَ وَ بَارَكَ عَلَيْكَ وَ جَمَعَ بَيْنَكُمَا فِي خَيْرٍ» یعنی خداوند بر شما مبارک گرداند و شما را در خیر و خوشی گرد هم آورد و از گفتن تبریکات جاهلی مانند: «با خوشی و فرزندان» اجتناب شود.

۱۲۰- عدم رابطه ی جنسی در هنگام قاعدگی و زایمان. انجام دهنده این

عمل ملعون است مگر این که توبه کرده و از خداوند طلب بخشش نماید.

**۱۳۱-** ارتباط و معاشرت نیک شوهر با همسرش واجب است.

**۱۳۲-** بر زوجین واجب است که هم دیگر را به اطاعت از خدا و پیامبر ﷺ

نصیحت نمایند و در مورد آن از هم دیگر تعهد بگیرند.

**۱۳۳-** بر زوجین واجب است که هر کدام از آنان انتخاب دیگری را با

دیده‌ی نیک و بر اساس صلاح، دین و رفتار شایسته بنگرد. اگر شوهری

زنش را دوست داشته باشد او را گرامی بدارد و اگر از او بدش آید، به او

توهین نکند و ظلم و ستم روا ندارد.

**۱۳۴-** بر زوجین واجب است که از خداوند بخواهند فرزندان صالح و

نیکوکار به آن‌ها عطا نماید.

## به دنبال خوش بختی

### «فواید ازدواج»

اسلام زود ازدواج کردن و آسان‌گیری در امر ازدواج را سفارش و تشویق نموده است تا بدین وسیله از خدا و پیامبر اطاعت شده، از عفت، نسب، نفس و ناموس انسان پاسداری و محافظت شود و فواید دیگری از قبیل فواید دینی، دنیایی، اجتماعی و بهداشتی نصیب انسان گردد که به ذکر تعدادی از آن‌ها می‌پردازیم:

**۱۲۵-** فرمانبرداری از دستور خدا و پیامبرش که کمال خوش بختی بنده را در دنیا و آخرت در پی دارد.

**۱۲۶-** پیروی از سنت و روش پیامبرانی که ما به تبعیت و اقتدا به آنان امر شده‌ایم.

**۱۲۷-** کام گرفتن، دلخوشی و شادمانی و آرامش درونی.

**۱۲۸-** پاک دامنی، پاسداری از ناموس، فرو بستن چشمان [از نامحرم] و دوری از فتنه و وسوسه.

**۱۲۹-** افزایش امت اسلام و افزایش قوت و هیبت آن در میان سایر ملل و عدم وابستگی این امت به سایر امت‌ها به شرط به‌کارگیری نیروهایش آن گونه که شریعت پاک اسلام فرمان داده است.

**۱۳۰-** محقق شدن مباحثات پیامبر ﷺ بر سایر امت‌ها در روز قیامت.

**۱۳۱-** ارتباطات خانوادگی و تقویت پیوندهای محبت‌آمیز بین خانواده‌ها و ارتباطات اجتماعی زیرا جامعه‌ای که افراد آن دارای ارتباطات محکمی با هم



باشند، جامعه‌ای قوی و خوش‌بخت می‌باشد.

**۱۳۲-** ازدواج سبب فزونی روزی و ثروت می‌گردد آن گونه که پیامبر برگزیده‌ی خدا ﷺ می‌فرماید: خداوند وظیفه‌ی خود می‌داند که سه نفر را مورد کمک و حمایت خود قرار دهد و یکی از آن سه نفر کسی است که به خاطر حفاظت از عفت تصمیم به ازدواج گرفته است.

**۱۳۳-** بقای نوع انسان با تولید نسل ناشی از ازدواج و روشن شدن دیدگان با تولد فرزندان.

**۱۳۴-** نیاز هریک از زوجین به طرف مقابل از لحاظ آرامش درونی، روحی و جسمی.

**۱۳۵-** جواب مثبت دادن به تمایل طبیعی موجود در نهاد زن و مرد که خداوند آن را برای کامل نمودن زندگی بشری قرار داده است.

**۱۳۶-** همکاری هریک از زن و مرد برای تربیت نسل و بنای خانواده و محافظت از آن.

**۱۳۷-** تنظیم ارتباط بین زن و مرد بر اساس تبادل حقوق طرفین و همکاری مفید در دایره‌ی رحمت و مهربانی و محبت و احترام و حق‌شناسی.

**۱۳۸-** دستیابی به اجر بزرگ و ثواب فراوان با ادا نمودن حقوق همسر و فرزندان و پرداخت نفقه آنان همان گونه که پیامبر برگزیده‌ی خداوند ﷺ می‌فرماید: «هیچ چیزی را به خاطر رضای خداوند انفاق نمی‌کنید مگر این که به شما پاداش داده شود حتی لقمه‌ای که در دهان همسرت می‌گذاری [بدون پاداش نمی‌ماند].»

**۱۳۹-** کامل شدن دین، پاکی نفس، بدن، حفظ آبرو و... حصول دعای فرزند صالح و نیکوکار آن گونه که پیامبر اسلام ﷺ می‌فرماید: «هنگامی که بنی آدم از دنیا می‌رود اعمال او نیز قطع می‌شوند مگر در سه مورد: صدقه‌ی جاریه، علم سودمند که دیگران از آن بهره‌مند شوند و فرزند صالح که

دعاگویی او باشد.

۱۴۰- مصون ماندن از شیطان، دفع ضرر و زیان شهوت، هوس و دوری از زنا.

۱۴۱- حفظ نسب و حقوق مرتبط با ارث و میراث.

۱۴۲- شادابی درون و خوش مشربی با نشست و برخاست، همدمی و نظر

مباح و شوخی و مزاح با همسر که باعث آرامش قلب و تقویت آن برای انجام

عبادت می‌گردد.

۱۴۳- ازدواج برای سلامتی و تندرستی مرد و زن مفید می‌باشد.

۱۴۴- مجاهدت و ریاضت نفس با رعایت نمودن افراد خانواده و

سرپرستی و ادای حقوق آنان و تحمل این مسؤولیت و صبر در مقابل

مشکلات آن و انتظار اجر و پاداش به علت آن.

۱۴۵- ازدواج عبادت است زیرا سبب محافظت نفس از گرفتار شدن به

فتنه‌های شهوانی، نظر به نامحرم و افتادن در دام فحشاء می‌گردد.

۱۴۶- سلامت فرد و جامعه از انهدام اخلاقی و بیماری‌های جسمی و

روانی.

### «ویژگی‌های یک ازدواج سالم»

شرایط و ویژگی‌هایی برای یک ازدواج سالم وجود دارد که شایسته است

کسانی که درصدد شوهر دادن دخترانشان هستند، آن‌ها را مورد توجه قرار

دهند.

۱۴۷- خواستگار باید به تعالیم دین حنیف اسلام از لحاظ قولی، اعتقادی

و عملی پای‌بند و ملتزم باشد.

۱۴۸- خواستگار باید به ادای نمازهای پنج‌گانه و همراه با جماعت

محافظت نماید زیرا نماز ستون دین و ارتباط دهنده‌ی بنده با پروردگار

جهانیان است. شوهر دیندار و ملتزم به تعالیم دینی در صورت دوست

داشتن همسرش، او را گرامی می‌دارد و در صورت بیزار شدن از همسرش به او ظلم و ستم روا نمی‌دارد. دختر دادن به کسی که نماز نمی‌خواند، حلال نیست زیرا ترک نماز کفر است.

**۱۴۹-** خواستگار باید به طور کلی به سنت پیامبر ﷺ پای‌بند باشد.

**۱۵۰-** [خواستگار باید از لحاظ ظاهر و پوشاک تابع سنت باشد] و نباید لباس‌هایش به پایین‌تر از قوزک پاهایش کشیده شود زیرا این عمل یکی از مظاهر کبر و از گناهان کبیره است.

**۱۵۱-** خواستگار باید از مشروبات الکلی و مواد مخدر که باعث دشمنی، کینه و مانع ذکر خداوند و نماز می‌گردند، به شدت دوری کند.

**۱۵۲-** خواستگار باید با افراد خوب و نیکوکار دوست باشد و از همنشینی با افراد ناباب پرهیز کند زیرا انسان با دوستش شناخته می‌شود و بر مرام و عقیده دوستش می‌باشد پس هرکس باید بنگرد که چه کسانی را به دوستی برمی‌گزیند.

**۱۵۳-** مرد باید با همسرش رفتار خوبی داشته باشد و از لحاظ گفتار و کردار به نیکی با او معاشرت کند.

**۱۵۴-** مرد، رفیق‌باز و شب‌گرد نباشد و زبانش آلوده به سخنان زشت، لعن و دشنام نگردد زیرا این‌ها از صفات مؤمن نیست.

**۱۵۵-** مرد، تعالیم دین حنیف اسلام را در خوراک و پوشاک و رفتار خانوادگی و پرداخت نفقه مراعات نماید تا نمونه و الگویی نیک برای دیگران باشد.

**۱۵۶-** همراه با همسرش به کشورهای خارجی مسافرت نکند مگر با رضایت همسرش در هنگام ضرورت و آن هم بعد از اطلاع از حکم شرعی این سفر.

**۱۵۷-** اوقات گران‌بهای خود را با کارهای ناپسند و بی‌فایده تباه نکند زیرا

زمان محدود و نفس‌های انسان معدود است.

- ۱۵۸- [هیچکدام از طرفین ازدواج] به مبلغ مهریه نیفزایند زیرا پر برکت‌ترین ازدواج کم خرج‌ترین آن است.
- ۱۵۹- زن نیز باید نیکوکار و به تعالیم اسلام در عبادات، معاملات و آداب و اخلاق پای‌بند باشد.

### «بنای خوب و پایدار»

برای موفقیت در زندگی زناشویی و استمرار آن، پایه‌هایی وجود دارند که بنای ازدواج بر روی آن‌ها استحکام می‌یابد و نتایج مفید ناشی از تشریح ازدواج حاصل می‌شود. این پایه‌ها عبارتند از:

۱۶۰- **پایه‌ی اول:** زن باید مسلمان باشد زیرا رابطه‌ی ازدواج قوی‌ترین و بادوام‌ترین رابطه بعد از رابطه‌ی عقیده است و با وجود این پایه است که ازدواج ثمرات خود را کامل و بدون نقص ارائه می‌نماید.

۱۶۱- **پایه‌ی دوم:** همان‌گونه که زن باید یک مسلمان واقعی باشد، مرد نیز باید چنان باشد به این معنی که زن و شوهر هر دو فهمی حقیقی از اسلام و احکام و آداب آن داشته باشند. این پایه در موفقیت ازدواج دارای فایده بسیار بزرگی است تا حدی که باعث می‌شود زوجین واجبات و وظایف خود را به صورت کامل انجام دهند.

۱۶۲- **پایه‌ی سوم:** هر کدام از زوجین از خانواده‌هایی همسر خود را برگزینند که در شرافت و صلاح و نیکوکاری اصالت داشته باشند زیرا پیامبر ﷺ می‌فرماید: «برای نطفه‌های خود جایگاه مناسبی را بیابید زیرا ریشه‌ی والدین به فرزندان کشیده می‌شود»<sup>۱</sup> و طفل و بزرگی‌های والدین را از لحاظ جسمی، عقلی و رفتاری به ارث می‌برد.

۱. [شیر بچه را همی مانند به او]. مترجم.

**۱۶۳- پایه‌ی چهارم:** زن و شوهر نسبت خویشاوندی نزدیک با هم نداشته باشند تا ارتباطات خانوادگی و اجتماعی گسترش بیشتری پیدا کند و فرزند نیز از نجات و سلامت نفسی و روانی برخوردار باشد.

**۱۶۴- پایه‌ی پنجم:** [بهتر است که] زن باکره باشد نه بیوه تا انس و الفت حاصل شود و از مکر و فریب دوری گردد زیرا پیامبر ﷺ می‌فرماید: «باکره‌ها را به همسری برگزینید زیرا زبانی شیرین‌تر و رحمی پاکیزه‌تر دارند، کم‌تر پنهان‌کاری می‌کنند و به مقدار کم راضی‌ترند».

**۱۶۵- پایه‌ی ششم:** [بهتر است که] زن نازا نباشد زیرا فرزند برای زن و شوهر دارای اهمیت می‌باشد و اسلام نیز خواهان افزایش نسل است همان‌گونه که پیامبر اسلام ﷺ می‌فرماید: «با زنان مهربانی که نازا نباشند، ازدواج کنید به راستی که من با شما نسبت به سایر امت‌ها طلب فزونی می‌کنم».

**۱۶۶- پایه‌ی هفتم:** خواستگار باید به دختر مورد نظر نگاه کند زیرا باعث دوام معاشرت و بقای زندگی زناشویی می‌شود و از احتمالات زیادی که از نگاه نکردن ناشی می‌شوند، اجتناب می‌شود.

**۱۶۷- پایه‌ی هشتم:** رضایت زوجین نسبت به هم دیگر.

**۱۶۸- پایه‌ی نهم:** [بهتر است که] زن از میان دختران آن سرزمینی باشد که مرد در آن‌جا زندگی می‌کند تا به علت یکی بودن محیط و آداب و رسوم، ازدواج موفق و بادوام باشد.

### «برای تمام عروسانی که در شرف ازدواجند»

خوشبختی زناشویی آرزویی دست نیافتنی نیست، برای محقق شدن آن لازم است که هریک از طرفین ازدواج وظایف خود را نسبت به هم بشناسد و از پیوند مقدس زناشویی با مهربانی، محبت و ایثار محافظت نماید.

از جمله وظایف و پایه‌ها برای زندگی زناشویی پر از خوشبختی به ویژه

برای کسانی که در شرف انتقال از مرحله‌ی مجرد بودن به مرحله‌ی زندگی زناشویی هستند، عبارتند از:

**۱۶۹-** اساس معاشرت نیک، شوهر لازم است که بداند همسرش مخلوقی است که نیازمند نیکی، ملاطفت و نرمخویی است و در غیر این صورت ارتباط و معاشرت بین آنان به تدریج از بین می‌رود. خداوند متعال در این مورد می‌فرماید: ﴿با همسرانتان به نیکی معاشرت کنید﴾.<sup>۱</sup>

**۱۷۰-** ملاطفت با همسر: و نیز بر شوهر لازم است که با همسرش خشک، سخت‌گیر و تندخو نباشد و لازم است که با وی ملاطفت نماید و احساساتش را با محبت و بخشش نوازش کند. از عقبه بن عامر رضی الله عنه روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «سه چیز از اعمال بیهوده و لهوهای مکروه نمی‌باشند: تعلیم اسب، تیراندازی با کمان و نیزه و شوخی و بازی با همسر».

**۱۷۱-** سرپرستی همسر و دادن نفقه به او: یکی از وظایف شوهر نسبت به همسرش این است که سرپرستی او را به عهده بگیرد، خوراک و پوشاک او را فراهم آورد، از او حمایت کند و به او زشتی روا ندارد.

**۱۷۲-** در صورتی که زن از شوهرش اطاعت نکند، اسلام مرد را از تنبیه همسرش منع ننموده است اما مرد نباید در تنبیه زن زیاده‌روی کند و بهترین نوع تنبیه دوری از همخوابگی با او و یا زدنی سبک و بدون شدت و خشونت می‌باشد.

**۱۷۳-** زن وظیفه دارد که در تمام امور به جز معصیت پروردگار از شوهرش اطاعت نماید.

**۱۷۴-** شوهر نباید به همسرش زور بگوید و به او ستم نماید زیرا خداوند سبحان به اعمال او آگاه است و از ستم‌کاران انتقام می‌گیرد.

**۱۷۵-** اگر زنی از شوهرش اطاعت نماید و نمازهای پنج‌گانه‌اش را بخواند و ماه رمضان روزه بگیرد و پاک‌دامنی اختیار کند، به بهشت پروردگارش وارد خواهد شد.

**۱۷۶-** اطاعت زن از شوهر از لحاظ ثواب مانند جهاد در میدان کارزار است.

**۱۷۷-** زن نباید از خانه شوهرش بیرون رود مگر با اجازه‌ی او و شوهر می‌تواند او را از بیرون رفتن منع نماید و اگر زن بدون اجازه بیرون رود، لعنت خداوند و فرشتگان بر اوست تا زمانی که توبه کند و یا برگردد.

**۱۷۸-** زن باید در زمان غیبت شوهرش نسبت به حفظ مال او حریص باشد و با خرد و حکمت با شوهرش رفتار نماید و چیزی را که خارج از توانایی شوهرش است از او نخواهد.

**۱۷۹-** هنگامی که شوهر حاضر و در خانه است، زن حق ندارد روزه‌ی سنت بگیرد مگر با اجازه‌ی شوهرش.

### «تا همای سعادت بر بام خانواده به پرواز در آید»

ازدواج از مهم‌ترین ارزش‌های زندگی، کامل‌کننده وظایف بشری و اصلی برای ارزیابی انسان از منظر اجتماعی بودن است. استحکام ازدواج بر پایه‌ی محبت همراه با احترام متقابل زوجین و حکمفرما بودن روحیه‌ی بخشش و تسامح استوار است. اسلام و وسایل و مواردی را برای تربیت زوجین به منظور محقق شدن خوش‌بختی زناشویی اتخاذ نموده است؛ تعدادی از این موارد عبارتند از:

**۱۸۰-** اول، **آمادگی عقلی**، و آن عبارت است از پرورش قوه‌ی فکر در انسان و تشویق او برای به‌کارگیری عقل و خردش در خلال آمادگی علمی برای هر فرد که باعث به وجود آمدن یک قید دینی محرک برای او گردد که عقلیتی مناسب و شایسته نسبت به طرف مقابل در وی بیافریند و در نهایت

- منجر به پیدایش خانواده‌ای صالح گردد.
- ۱۸۱- دوم، آمادگی روانی و رفتاری: با دمیدن روح قوت و اراده و پیر نمودن ذهن با افکار نیک و کنترل نمودن انفعالات درونی و آن‌ها را در مسیر خیر قرار دادن.
- ۱۸۲- سوم، احترام به زندگی زناشویی، رعایت و حفاظت از آن و حریص بودن بر تداوم آن.
- ۱۸۳- چهارم، دادن حق سرپرستی و مدیریت به مرد به شرط عقل و التزام به مسایل دینی زیرا حق سرپرستی برای مردی که کودن و فاسق یا نادان و ستمکاری باشد که علناً به گناه و معصیت مبادرت ورزد، محقق نیست.
- ۱۸۴- پنجم، مشورت به این معنی که شوهر رأی و نظر شریک زندگیش را نادیده نگیرد بلکه تا آنجا که شایسته است به نظرات او توجه کرده و اهتمام ورزد.
- ۱۸۵- دادن حق قیمومیت و سرپرستی به مرد به معنی استبداد و سخت‌گیری در قبولاندن رأی و نظر و فرمان نیست.
- ۱۸۶- توانایی رهبری زندگی زناشویی به معنی توانایی بدنی، عقلی، مالی و روانی است.
- ۱۸۷- حق زن در انتخاب شوهر تا حدی است که عقد جز با رضایت وی صحیح نمی‌باشد.
- ۱۸۸- حق زن در گرفتن مهریه تا حدی است که کسی در آن متنازع‌ای ندارد.
- ۱۸۹- معاشرت و ارتباط نیک و پسندیده بین زوجین.
- ۱۹۰- حق شوهر بر زن بزرگ‌تر از حق زن بر شوهر است زیرا شوهر، بهشت و جهنم زن است.
- ۱۹۱- از حق شوهر بر زن این است که او را آرایش شده، آراسته و خندان ببیند.



**۱۹۲-** حق دیگر شوهر بر زن، دوام حیا در زن و نظر نداشتن او به نامحرم است.

**۱۹۳-** حق شوهر است که در کنار زنش احساس آرامش روانی، راحتی و محبت نماید.

**۱۹۴-** شوهر وظیفه دارد با همسرش نیکی و ملامت نماید [و اگر از او رنجشی ببیند] صبر پیشه نماید و در معاشرت، حق شناسی و احترام حق زنش را ادا نماید.

**۱۹۵-** حق زن است که از شوهرش کام دل بگیرد و شوهر عشق و احساساتش را بدون پرده با وی در میان گذارد تا فضایی پر از شادی، اطمینان و آرامش در خانواده به وجود آید.

**۱۹۶-** حق غیرت داشتن برای هر دو زوج نسبت به هم دیگر محفوظ است زیرا غیرت عاطفه‌ای متعالی از عواطف عشق حقیقی است اما به شرطی که در آن مبالغه و زیاده روی صورت نگیرد.

**۱۹۷-** از حق زن بر شوهر این است که شوهر او را به انجام اعمال خیر و عبادت خداوند راهنمایی نماید زیرا هر اندازه که زن در اطاعت خداوند باشد به همان اندازه در اطاعت شوهر و محافظت از او نیز هست.

**۱۹۸-** رسول گرامی اسلام ﷺ درست فرمودند که: «هرکس که ازدواج کند، نیمی از دینش را کامل نموده است پس در نیمه‌ی باقیمانده تقوای الهی پیشه کند».<sup>۱</sup>

**۱۹۹-** مقصود از حقوق و وظایف زوجین نسبت به هم دیگر، قوانینی مانند قوانین و مقررات نظامی خشک و دور از عاطفه و محبت نیست بلکه از آنجایی که این حقوق متکی بر بخشش و محبت است، از نرمش و انعطاف زیادی برخوردار می‌باشد.

۱. روایت از طبرانی است.

شوهر نمونه:

۴۰۰- مردی است که از همان لحظه‌ی اول زندگی مزیت او راست‌گویی و صراحت باشد و هنگام خواستگاری آن‌چه را که زن نمی‌پسندد، پنهان ننماید.

۴۰۱- با همسرش معاشرت و ارتباطی نیک داشته باشد، با او مهربان و لطیف باشد و شخصیت او را چه در تنهایی و چه در میان خانواده و با تمام دارایی‌اش گرامی بدارد.

۴۰۲- بهترین شوهر آن است که با همسرش بهترین رفتار را داشته باشد و زنان را گرامی نمی‌دارد مگر شخصی که خود گرامی باشد و به آن‌ها اهانت نمی‌کند مگر کسی که پست و فرومایه باشد.

۴۰۳- شوهر نمونه مردی است که با زنش نرم‌خو باشد، با او شوخی و اظهار عشق نماید و حق او را در مزاح و شادی و عشقبازی رعایت نماید.

۴۰۴- شوهر نمونه در غیرتمندی میانه‌رو است به طوری که افسارش را به دست ظن و گمان‌های بیهوده نمی‌سپارد، کنجکاویش بیش از حد و جاسوسی نمی‌کند و بیش از حد شکاک نیست.

۴۰۵- شوهر نمونه با همسرش به نیکی سخن می‌گوید و از کلمات صریح و شایسته و لطیف استفاده می‌کند و به رأی و نظر همسرش احترام گذاشته آن را ارج می‌نهد.

۴۰۶- شوهر نمونه در خرج کردن برای خانواده، میانه‌رو است، نه اسراف می‌کند و نه خست به خرج می‌دهد.

۴۰۷- شایسته نیست که شوهر جوان‌مرد و صاحب مروت خود از چیزی بهره‌بردارد و همسرش را از آن محروم نماید.

۴۰۸- شوهر نمونه همواره با ظاهری آراسته و قیافه‌ای زیبا در مقابل

همسرش ظاهر می‌شود و در نظافت شخصی از سنت محمدی ﷺ پیروی می‌کند.

**۲۰۹-** شوهر نمونه آن کسی است که از اسرار زندگی زناشویی محافظت می‌کند و چیزی از آن را بر زبان نمی‌آورد زیرا افشای اسرار خانواده از بدترین اعمال به حساب می‌آید.

**۲۱۰-** شوهر نمونه از مظاهر مردانگی محافظت می‌کند و در هیچ یک از صفات مردانگی که از لحاظ ظاهری و چه از لحاظ روانی افراط نمی‌کند و نیز در این صفات به حدی نرزش نشان نمی‌دهد که هیبت و وقارش از دست برود.

**۲۱۱-** در حقیقت والاترین و بهترین الگو برای شوهران نمونه، رفتار پیامبر گرامی اسلام ﷺ در خانواده و سادگی و روراست بودن ایشان با همسرانش همراه با قاطعیت ایشان می‌باشد.

### زن نمونه:

**۲۱۲-** زن نمونه زنی است که شوهرش همواره با آرایش و زیبایی او دلش آرام می‌گیرد.

**۲۱۳-** همواره بر پاکی و نظافت خود و خانه‌اش کوشاست.

**۲۱۴-** زن نمونه همواره از شوهرش به غیر از معصیت پروردگار اطاعت می‌کند.

**۲۱۵-** در غیاب شوهرش از خود و اموال شوهرش محافظت می‌کند و اسرار زناشویی را پاس می‌دارد.

**۲۱۶-** فرزندان را بر صلاح و رفتار نیک تربیت می‌کند و آن‌ها را به دست مستخدمان و یا افراد دیگری نمی‌سپارد زیرا او مسئول تربیت و پرورش آن‌هاست.

**۲۱۷-** زن نمونه به آنچه که قسمت اوست، چه کم و چه زیاد، قانع و راضی است و از شوهرش آنچه را که خارج از توانایی اوست، نمی خواهد.

**۲۱۸-** زن نمونه اداری امور منزل را به نیکی انجام می دهد و رفتار و تدبیرش نیک و پسندیده است.

**۲۱۹-** با خوش رفتاری به خود زینت می بخشد و جز با الفاظ نیک سخن نمی گوید و باعث نگرانی و ناراحتی شوهرش نمی گردد.

**۲۲۰-** همواره با کلماتی زیبا و تبسمی گرم از شوهرش استقبال می کند و بساط الفت و گشاده رویی را برای او می گستراند.

**۲۲۱-** زن نمونه با خانواده و خویشان شوهرش رابطه ای نیک دارد، به آنها محبت می کند و نسبت به آنها لطف دارد و به آنها احترام می گذارد.

**۲۲۲-** به احساسات شوهرش احترام می گذارد و در احساسات و عواطف او شریک می شود.

**۲۲۳-** عفت زبان دارد و گفتار و کرداری را برمیگزیند که شوهرش را نگران نکند و یا عواطف و احساساتش را جریحه دار ننماید.

**۲۲۴-** به شوهرش نشان می دهد که او را دوست دارد و به او افتخار می کند اگرچه تا اندازه ای از راست گویی نیز تجاوز کند.

**۲۲۵-** زن نمونه به خاطر کارهای خوب شوهرش از او تشکر می کند زیرا این کار او باعث افزایش محبت می گردد و فضل و احسان بیشتر شوهر را دربر خواهد داشت.

صفات از زن که مورد پسند شوهر است

**۲۲۶-** اطاعت از خداونده منزله و بلندمرتبه در نهان و آشکار و اطاعت از پیامبر گرامی او ﷺ.

**۲۲۷-** زن، صالح و نیکوکار باشد.

**۲۲۸-** در غیاب شوهرش از خود و دارایی و مال شوهرش محافظت نماید.

**۲۲۹-** باعث شادمانی و مسرت شوهرش گردد زمانی که شوهر به زیبایی جسمی، روحی و عقلی او نظر دارد. هر چه زن زیباتر و آراسته تر باشد، تعلق شوهر به او بیشتر است.

**۲۳۰-** بدون اجازه‌ی شوهرش از خانه خارج نشود.

**۲۳۱-** مرد دوست دارد که همواره زنش را تبسم بر لب ببیند.

**۲۳۲-** زن به خاطر نعمت ازدواج که مایه‌ی عفت و محافظت نفس از افتادن به دام شهوت می‌گردد، از خداوند و شوهرش سپاسگزار باشد.

**۲۳۳-** زن در هنگام درخواست کاری و یا مطلبی زمان و روش مناسب را برگزیند و از کلمات و سخنان مناسب استفاده نماید.

**۲۳۴-** زن خوش رفتار باشد.

**۲۳۵-** بزرگ کرده از خانه خارج نشود.

**۲۳۶-** در هنگام مجادله با شوهر صدایش را بر او بلند نکنند.

**۲۳۷-** اگر شوهر تنگدست باشد، بر تنگدستی او بردبار و اگر غنی است بر غنایش شکرگزار باشد.

**۲۳۸-** شوهرش را تشویق نماید که با والدین، دوستان و نزدیکان شوهر پیوند و رابطه داشته باشد.

**۲۳۹-** دوستدار خیر و در نشر آن کوشا باشد.

**۲۴۰-** با راست‌گویی خود را بیاراید و از دروغ‌گویی اجتناب کند.

**۲۴۱-** فرزندان‌ش را بر محبت خدا و پیامبرش و نیز بر احترام والدین و اطاعت از آن‌ها تربیت نماید.

**۲۴۲-** از خشم و عصبانیت دوری گیرند.

**۲۴۳-** دیگران را مسخره نکند و به آن‌ها طعنه نزند.

- ۴۴۴- متواضع و دور از تکبر، ضرور و خودنمایی باشد.
- ۴۴۵- هنگام خارج شدن از منزل، چشمانش را پایین اندازد.
- ۴۴۶- در دنیا زهد پیشه کند و آخرت را در نظر داشته باشد و امیدوار به لقای پروردگار باشد.
- ۴۴۷- در نهان و آشکار بر خداوند توکل نماید و از او رنجیده و ناامید نباشد.
- ۴۴۸- از عبادتی که خداوند بر او فرض نموده است، محافظت نماید.
- ۴۴۹- معترف باشد به این که شوهرش آقای اوست زیرا خداوند می فرماید: «و آقای او (زلیخا) را در کنار در، یافتند»<sup>۱</sup>.
- ۴۵۰- بداند که حق شوهر بر او حقی بزرگ است و بزرگ تر از حق او بر شوهرش می باشد.
- ۴۵۱- در اعتراف به خطا و اشتباه مردد نباشد بلکه به سرعت اعتراف نماید و دلایل آن را توضیح دهد.
- ۴۵۲- به یاد خدا بوده و زبانش به ذکر خدا مشغول باشد.
- ۴۵۳- خواسته های او در محدوده ی توان شوهرش باشد و زندگی را بر او سخت و سنگین ننماید و به کم راضی باشد.
- ۴۵۴- به جوانی، زیبایی، علم و شغلش مغرور نشود زیرا تمام این ها زایل شدنی هستند.
- ۴۵۵- نظافت و پاکی را در جسم و پوشاک، ظاهر و لطافتش رعایت نماید.
- ۴۵۶- از دستورات شوهرش که در آن معصیت خدا و پیامبرش نباشد، اطاعت نماید.
- ۴۵۷- اگر چیزی را به شوهرش عطا نمود، بر او منت نگذارد.

**۲۵۸-** بدون اجازه‌ی شوهرش روزه‌ی سنت نگیرد.

**۲۵۹-** در زمان عدم حضور شوهر در خانه به احدی غیر از محارم خود به جز با اذن شوهر، اجازه‌ی ورود به خانه را ندهد زیرا باعث شبهه و گمان می‌گردد.

**۲۶۰-** غیر خود را برای شوهرش وصف نکند زیرا این عمل خطر بزرگی برای کیان خانواده به حساب می‌آید.

**۲۶۱-** به شرم و حیا آراسته باشد.

**۲۶۲-** هنگامی که شوهرش او را به بستر بخواند، دریغ نوزرد.

**۲۶۳-** از شوهرش نخواهد که او را طلاق دهد زیرا این عمل بر او حرام است.

**۲۶۴-** خواسته‌ها و اوامر شوهرش را بر خواسته‌های دیگران و حتی پدر و مادرش مقدم بدارد.

**۲۶۵-** لباس‌هایش را در غیر خانه‌ی شوهرش نگذارد.

**۲۶۶-** از شبیه‌نمودن خود به مردان دوری گزیند.

**۲۶۷-** اگر شوهرش دعای زمان جماع را فراموش کرد، آن را به یاد او بیاورد.

**۲۶۸-** اسرار زناشویی را افشا نکند و روابط خود با شوهرش را برای زنان دیگر بیان نکند.

**۲۶۹-** احساسات شوهرش را جریحه‌دار ننماید و از لحاظ روحی و معنوی او را نیازارد.

**۲۷۰-** مرد دوست دارد که زنش با او شوخی و بازی نماید همان گونه که پیامبر ﷺ به جابر فرمود: «چرا دختری را به زنی نمی‌گیری که با او بازی کنی و او نیز با تو بازی کند».

**۲۷۱-** از مال و دارایی شوهرش انفاق نکند مگر با اجازه‌ی او.

**۲۷۲-** اگر رفتار ناخوشایندی را از شوهرش ببیند بر آن صبر کند زیرا رفتارهای بهتر و زیباتری را در وجود او درک می‌کند که در صورت طلاق گرفتن در شوهر دیگر نمی‌یابد.

**۲۷۳-** عورت خود را جز برای شوهرش محافظت نماید.

**۲۷۴-** خواسته‌ها و غذاهای مورد علاقه شوهرش را بشناسد.

**۲۷۵-** دیندار باشد و اوامر الهی را به جای آورد و حافظ حقوق شوهر، دارایی و فرزندان او باشد، در اطاعت از اوامر پروردگار به شوهرش کمک نماید، در صورت فراموشی آن‌ها را به یاد شوهرش آورد، در صورت سنگین احساس کردن اوامر الهی از طرف شوهر، او را به نشاط وادارد و در حالت خشم شوهر درصدد رضایت او برآید.

**۲۷۶-** [رفتار زن باید به گونه‌ای باشد] که شوهر احساس کند نزد همسرش مرد مهمی است و همسرش نیازمند اوست و منزلت او نزد همسرش مانند آب و غذاست تا نزدیکی بین آن‌ها بیشتر گردد و هر قدر شوهر احساس کند که زنش او را به حساب نمی‌آورد و نیازمند او نیست، بیشتر افسرده و ناراحت می‌گردد.

**۲۷۷-** از ذکر لغزش‌ها و اشتباهات شوهرش نزد او دوری گزیند بلکه همواره تلاش نماید که خاطرات زیبایی را که در گذشته داشته‌اند و تأثیر نیکی بر آن‌ها داشته است، به یاد او آورد.

**۲۷۸-** محبت، احترام و قدرشناسی خود را نسبت به خانواده‌ی شوهرش ابراز نماید و اجازه دهد شوهرش به این مسأله پی ببرد و در حضور و عدم حضور شوهر آنان را دعای خیر کند و به آنان ابراز دوستی نماید.

**۲۷۹-** تلاش نماید که بر خواسته‌ها و علایق شوهرش در مورد پوشاک، خوراک و رفتار جویا شود و در برآورده کردن آن‌ها تلاش نماید زیرا این عمل باعث افزایش محبت و تعلق خاطر شوهر به همسر می‌گردد.



**۲۸۰-** در هنگام خروج شوهر از خانه با عباراتی عاشقانه و خوشایند با او وداع گوید زیرا این عمل نمایانگر اهتمام زیاد و تعلق خاطر زن به شوهر است.

**۲۸۱-** هنگام بازگشت شوهر به منزل با خوش رویی و لبخند از او استقبال نماید و در تخفیف بار سنگین کار روزانه اش کوشش نماید.

**۲۸۲-** در رفتار و گفتار و با هر شیوه‌ی مناسب و خوشایند عشق خود به شوهرش را ابراز نماید.

**۲۸۳-** شوهرش را بر نزدیک‌ترین خویشان خود و حتی بر پدرش نیز ترجیح دهد.

**۲۸۴-** هنگامی که شوهرش خواست چیزی بگوید، سکوت نماید و به او فرصت سخن گفتن بدهد و به سخنانش گوش فرا دهد، با کار او، شوهرش احساس می‌کند که زنش به او علاقه‌مند است.

**۲۸۵-** از تکرار اشتباهاتش دوری گزیند زیرا تکرار اشتباه، از احترام او نزد شوهرش می‌کاهد.

**۲۸۶-** نزد شوهرش از مرد بیگانه‌ای مدح و ستایش نکند مگر به خاطر وجود صفتی دینی در او زیرا این عمل غیرت مرد را به جوش می‌آورد و مشکلات زیادی به دنبال دارد و باعث رویگردانی شوهر از زن می‌گردد.

**۲۸۷-** سر و راز شوهرش را به عنوان امانت نزد خود پاس بدارد و آن را افشا ننماید.

**۲۸۸-** هنگامی که شوهرش با او و در کنار اوست، خود را به چیز دیگری مشغول ننماید تا شوهرش احساس نماید که همسرش از لحاظ جسمی، روحی و ذهنی همراه اوست.

**۲۸۹-** کم سخن بگوید و از پرگویی بپرهیزد، زیرا سخن همانند نقره و سکوت همانند طلاست.

۴۹۰- اوقات خود را صرف آن چیزی نماید که در دنیا و آخرت سودمند باشد تا جایی که اوقات فراغت خود را در امور سودمند و پسندیده بگذرانند.

۴۹۱- از سپری نمودن اوقات خود در پرگویی، یاوه‌گویی، بدزبانی و غیبت دوری گزینند.

۴۹۲- به آنچه که ندارد، مباحثات ننماید.

۴۹۳- همواره به قرائت قرآن کریم و خواندن کتاب‌های سودمند علمی مشغول باشد، تا جایی که مطالعه، کار روزانه‌ی او باشد.

۴۹۴- از آرایش نمودن و استعمال عطر در خارج از منزل اجتناب ورزد.

۴۹۵- دعوتگری به سوی خداوند و پیامبر گرامیش ﷺ باشد و پیش از همه شوهرش و سپس افراد خانواده، همسایگان، دوستان و خویشانش را به راه آن‌ها دعوت نماید.

۴۹۶- به رأی و نظر شوهرش احترام بگذارد.

۴۹۷- به آراستگی و پوشاک و ظاهر شوهرش اهتمام ورزد و بهترین شیوه را برای او برگزیند.

۴۹۸- تمامی حقوق مربوط به قیومیت و سرپرستی خانواده را که خداوند متعال واجب نموده است، با رضایت کامل و بدون درنگ، با روشی پسندیده به شوهرش واگذار نماید.

۴۹۹- از بدعت‌گذاری در دین، چشم‌پندی و جادو و جنبل به دور باشد زیرا این اعمال باعث خروج از دین می‌گردد و مایه‌ی هلاک و تباهی در دنیا و آخرت می‌باشد.

۵۰۰- تمام امور منزل و خانواده را تحت کنترل و رعایت خود داشته باشد زیرا واگذار نمودن امور منزل از طرف زن به مستخدم باعث نابودی و فروپاشی و پراکندگی امور خانواده می‌گردد.

۵۰۱- چنان خود را نیاراید که او را از وقار و آداب پسندیده‌ی اسلامی

خارج نماید.

**۳۰۲-** به محض خشمگین شدن شوهرش به سرعت او را راضی کند و خشمش را فرو نشاند تا مشکل دامنه‌دار نگردد و انس و الفت به خانواده برگردد.

**۳۰۳-** تعامل و رفتارش را در وهله‌ی اول با شوهرش و در وهله‌ی بعد با سایر افراد نیکوگرداند.

**۳۰۴-** باید رفتارش در نزد دوستان و همسالان خود الگویی نیک باشد و آراستگی، متانت، کلام، ادب و اخلاقش زبانزد همگان باشد.

**۳۰۵-** حجاب اسلامی و شرعی را رعایت نماید و از پوشیدن لباس‌های تنگ و نامناسب پرهیز کند.

**۳۰۶-** در پوشاک، زینت و آرایش باید ساده‌پسند بوده و سخت‌گیر نباشد.

**۳۰۷-** به دیگران اجازه دخالت در امور خانواده‌اش را ندهد و در صورت بروز مشکل، تلاش نماید که بدون دخالت نزدیکانش آن را حل و فصل نماید.

**۳۰۸-** هنگام مسافرت شوهرش، برای او آرزوی سلامتی و دعای خیر کند و در نبودش پاسدار خانواده باشد و با بدرقه‌نمودن او با سخنانی آرام‌بخش و زیبا، سفر او را خوش و باعث بازگشت سریع او به خانه گردد.

**۳۰۹-** در امور خاص و عام خود با شوهرش مشورت نماید و بذراطمینان و اعتماد را در درون شوهر خود بکارد و بر اعتماد و احترام به رأی و نظر شوهر اهتمام ورزد.

**۳۱۰-** احساسات شوهر را رعایت نماید و از هر کردار، گفتار و رفتار بدی که باعث اذیت و آزار شوهر گردد، اجتناب ورزد.

**۳۱۱-** به شوهرش عشق بورزد و صدق مودت خود را به او آشکار نماید و با گفتن سخنانی زیبا و عباراتی گرم و آتشین، سردی را از وجود شوهر خود

بزدايد و ه‌مای سعادت را بر فراز خانواده به پرواز در آورد.

**۳۱۳-** با شوهرش در اندیشه‌ی بهبود زندگی زناشویی و کوشش در عمران و آبادانی خانه و خانواده مشارکت نماید.

**۳۱۴-** با آرایش فتنه‌انگیز و پوششی که زیبایی‌های بدنش را آشکار نماید در انظار افراد نامحرم و حتی افراد خانواده به جز همسرش حاضر نشود.

**۳۱۵-** اگر شوهرش به او هدیه‌ای تقدیم نمود، از او تشکر نماید و برای اثبات محبت خود به شوهرش آشکارا اعلام نماید که از آن هدیه خوشش آمده است.

**۳۱۶-** زن، باید دارای زیبایی جسمی که کمال خلقت است و زیبایی معنوی که کمال دین و رفتار است، باشد.

**۳۱۷-** زن باید در شناخت روان و مزاج شوهرش بکوشد تا بفهمد که شوهرش چه هنگامی شاد، غمگین و یا خشمگین می‌گردد، چه چیزی باعث خنده او می‌گردد و چه چیزی او را می‌گریاند زیرا این شناخت از بسیاری از مشکلات زندگی زناشویی جلوگیری می‌کند.

**۳۱۸-** از نصیحت و ارشاد شوهرش کوتاهی ننماید و شوهرش باید به رأی و نظر او احترام بگذارد و به آن عمل کند زیرا پیامبر گرامی اسلام ﷺ که الگوی همه ما می‌باشد، در موارد متعددی به رأی و نظر همسرش عمل نموده است.

**۳۱۹-** نسبت به شوهرش احساس مودت نماید و به او احترام بگذارد، در چیزی که شایسته‌ی تعجیل است، تأخیر ننماید و در آن چه تأخیر بهتر است، شتاب نرزد.

**۳۲۰-** عیب‌های خود را بشناسد و درصدد اصلاح آن‌ها برآید و روشنگری شوهر در مورد عیوبش را بپذیرد. عمر بن خطاب رضی الله عنه می‌فرماید: «خداوند رحمت کند کسی را که عیب‌هایم را به من هدیه نماید».

- ۳۲۰-** قدرشناسی و احترام را با تمام معنی با شوهرش مبادله نماید.
- ۳۲۱-** دارای شخصیتی متمایز باشد و از تقلید دیگران در پوشاک، گفتار و اخلاقش به صورت کلی اجتناب ورزد.
- ۳۲۲-** در تمامی امور واقع‌بین باشد.
- ۳۲۳-** همراه با شوهرش و در محدوده‌ی امور شرعی به گشت و گذار و تفریح برود و در شادمان نمودن اعضای خانواده بکوشد.
- ۳۲۴-** سخن زیبا و شیرین، کلید دل است و هر زمان که زن سخنی شیرین، بامعنی و عاطفی را که صادقانه از دل بجوشد به شوهرش بگوید، عشق و محبت شوهر به او بیشتر می‌گردد.
- ۳۲۵-** ای زن، توریحان خانه‌ات هستی و شوهرت به محض ورود به خانه باید عطر و بوی این ریحان را احساس کند.
- ۳۲۶-** با رفتار و سخنان در جست‌وجوی آرامش شوهرت باش و با روح و روانی زیبا و مؤثر به سمت این آرامش حرکت کن.
- ۳۲۷-** در بحث و گفت‌وگو با شوهرت آرام و نرم‌خو باش و از مجادله و اصرار بر رأی و نظر خودت اجتناب کن.
- ۳۲۸-** مفهوم سرپرستی از طرف شوهر را از نقطه نظر شرعی و زیبایی آن که طبیعت زنانه نیازمند آن است، به خوبی درک نما و آن را به عنوان ظلم و ستم بر زن و پایمال نمودن رأی و نظر او تصور ننما.
- ۳۲۹-** صدایت را خصوصاً در مقابل شوهرت بالا مبر.
- ۳۳۰-** گهگاهی بر خواندن نماز شب همراه با شوهرت حریص باش زیرا نور و خوش‌بختی و مودت و آرامش را برای خانواده به ارمغان می‌آورد. همانا دل‌ها با نام خداوند آرام می‌گیرند.
- ۳۳۱-** در هنگام خشم شوهرت، تلاش نما که نهایت آرامش را داشته باشی و شب را به روز نرسان مگر این‌که او را شادمان و راضی نمایی زیرا

شوهرت، بهشت و جهنم تو می باشد.

**۳۳۳-** هنگام پوشیدن لباس برای خارج شدن از منزل در کنار او باش.

**۳۳۴-** بگذار شوهرت احساس نماید که در پوشیدن لباس او رغبت به

خرج می دهی و لباس های معینی برای او برگزین.

**۳۳۵-** در درک نیازهای شوهرت دقیق باش زیرا این کار معاشرت نیک را

بدون از دست دادن وقت برایت سهل و آسان می نماید.

**۳۳۶-** از شوهرت انتظار نداشته باش که معذرت خواهی و یا اظهار

تأسف نماید و چنین موقعیتی را برای او پیش نیاور مگر این که او خودش از

عملی که لازم به عذرخواهی است، معذرت بخواهد.

**۳۳۷-** به ظاهر و لباس شوهرت اهتمام ویژه ای داشته باش حتی اگر خود

او توجه چندانی به ظاهر و لباسش نداشته باشد زیرا ظاهر او تعریف و

تمجید همکاران و دوستانش را به دنبال دارد.

**۳۳۸-** بر این که او خود به ظاهرش توجه دارد، اعتماد مکن و رغبت خود

را در این امر به او نشان بده.

**۳۳۹-** هر شب برای شوهرت به سان عروسی باش و پیش از او به خواب

مرو مگر این که ضرورتی داشته باشد.

**۳۴۰-** در مقابل رفتار خوبت از او انتظاری نداشته باش زیرا بسیاری از

شوهران چنان مشغول امور روزمره می شوند که ناخودآگاه از بیان

احساساتشان غافل می شوند.

**۳۴۱-** در مقابل شرایط و احوال شوهرت واکنش نشان بده اما از

سخت گیری در این مورد به دور باش.

**۳۴۲-** هنگام استقبال از شوهر در بازگشتش از سفر به خانه، با نشاط،

شادمان و پر از احساس باش.

**۳۴۳-** همواره به یاد داشته باش که شوهر سبب نزدیکی به خداوند است.

**۳۴۳-** همواره در سخنان، ظاهر و استقبال از شوهرت نوآوری داشته باش.

**۳۴۴-** هنگام درخواست چیزی از طرف شوهر به او جواب رد مده و سستی نشان مده بلکه فعالانه و با نشاط آن چیز را به او تقدیم نما.

**۳۴۵-** وضعیت اسباب و لوازم و دکور خانه را به ویژه قبل از برگشت شوهر از سفر تغییر داده و به شوهرت چنان نشان بده که این کار را برای خوش حال نمودن او انجام داده‌ای.

**۳۴۶-** بر حسن اداره‌ی خانواده، تنظیم وقت و اولویت بندی در کارها مواظبت نما.

**۳۴۷-** بعضی از مهارت‌ها و امور مربوط به زنان را با دقت یاد بگیر زیرا برای امور خانه به آن‌ها نیاز داری و انجام آن امور زنانگی‌ات را به یادت می‌آورد.

**۳۴۸-** از هر خوراکی و یا چیزی که شوهرت به خانه می‌آورد، با تشکر و ستایش استقبال نما.

**۳۴۹-** در آراستگی، نظافت و تربیت امور منزل کوشا باش حتی اگر آن را از تو نخواستند باشند و آراستگی و سادگی را با هم مدنظر داشته باش.

**۳۵۰-** فضای خانه را موافق با نظرات شوهرت مرتب و منظم نما و چنان نباش که شوهرت احساس نماید در ادای امور منزل آشفته و پریشان می‌باشی.

**۳۵۱-** قانع باش و از اسراف و زیاده‌روی به دور باش تا حدی که مواد خریداری شده برای منزل نباید از مواد مصرفی منزل بیشتر باشد.

**۳۵۲-** محفلی خانوادگی و زیبا را که برای شوهر ناگهانی باشد و در زمانی که برای او مناسب باشد، برگزار نما.

**۳۵۳-** چنان باش که شوهرت همواره احساس نماید که در امور مهم

مربوط به خودت و فرزندان خواهان رأی و نظر او هستی و به موضوعات بیهوده و بی اهمیت پناه نمی‌بری.

**۳۵۴-** زنانگی خودت را همواره به یاد داشته باش و به آن و نیز بر آشکار نمودن آن با شکلی مناسب و در زمان مناسب بدون زیاده‌روی پای‌بند باش.

**۳۵۵-** هنگام بازگشت شوهر به خانه به ویژه بعد از غیبت طولانی، با ناراحتی و شکایت از او استقبال ننما اگرچه این امر بسیار سخت به نظر بیاید.

**۳۵۶-** هنگام استقبال از شوهرت، بچه‌هایت را با توجه به سن آن‌ها در این استقبال همراه خود نما.

**۳۵۷-** هرگز هنگام بازگشت شوهر به خانه، هنگام از خواب برخاستن او و یا هنگامی که بر سر سفره است، از رفتار بچه‌ها نزد او شکایت ننما زیرا این عمل آثار بدی بر پدر و فرزندان دارد.

**۳۵۸-** هنگامی که پدر، فرزندان را نصیحت یا تنبیه می‌کند، در کارش دخالت مکن.

**۳۵۹-** بر ایجاد ارتباط خوب و پایدار بین پدر و فرزندان بکوش و در این مورد حکمت داشته باش چنان‌که این ایجاد ارتباط باعث تعطیلی اعمال پدر نشود.

**۳۶۰-** چنان باش که شوهرت احساس کند به رغم نبودنش در محیط خانه، همسرش وظیفه‌ی رعایت و تربیت فرزندان را به عهده می‌گیرد و در امور مربوط به فرزندان با شوهرش مشورت می‌کند و مسایل تربیتی را با او در میان می‌گذارد.

**۳۶۱-** هنگام اجرای روش‌های تربیتی در تربیت فرزندان برای مشاهده نتایج این روش‌ها عجله نکن زیرا اگر زمان لازم و وقت کافی متناسب با سن فرزند سپری نشود، عدم مشاهده نتیجه لازم باعث سرخوردگی و عدم



استمرار در اجرای روش تربیتی می‌گردد.

**۳۶۳-** روشی زیبا و مطلوب را در توجیه فرزندان برگزین که عقل و وجدان را با هم مدنظر داشته باشد و فقط بر تنبیه فرزندان تکیه نکن تا به قلب فرزندان نزدیک‌تر شوی (یعنی چنان رفتار کنی که فرزندت به اشتباهی که مرتکب شده است، آگاه شود و فقط از سرزنش و تنبیه استفاده نکنی).

**۳۶۴-** در پر نمودن اوقات فراغت فرزندان با امور جایز و درست و پرورش مهارت‌ها و به‌کارگیری توان و استعداد آن‌ها در چیزهای مفید و سودمند، نوآوری داشته و کوشا باش.

**۳۶۵-** با دخترانت مانند یک دوست باش و از تغییرات روانی که هر دختر جوان در هر مرحله از زندگی با آن روبروست، شناخت و درک کافی داشته باش.

**۳۶۶-** با روش‌های تربیتی گوناگون، فرزند کوچکت را چنان کمک کن که به خود اعتماد به نفس پیدا کند.

**۳۶۷-** بین وظایف خودت نسبت به همسر و فرزندان و کار و خانه توازن و تعادل ایجاد نما.

**۳۶۸-** به پدر و مادر شوهرت احترام بگذار و نسبت به آن‌ها قدرشناس باش و آن چنان با آنان رفتار کن که با پدر و مادر خودت رفتار می‌کنی زیرا آن‌ها هدیه‌ای ارزشمند به تو تقدیم نموده‌اند و آن هم شوهر گرانبهایت است.

**۳۶۹-** از خانواده و خویشان شوهرت با گشاده‌رویی و احترام استقبال نما و در صورت امکان در مناسبت‌های مختلف به آنان هدایایی تقدیم نما و شوهرت را حتی اگر خودش تمایل چندانی نداشته باشد به دیدار و رفت و آمد با آن‌ها تشویق نما.

**۳۶۹-** به مهمانان شوهرت اهمیت زیادی بده و از سرزده آمدن و رفت و آمد زیاد آنان به خانه اوقات تلخی نکن بلکه در گرامیداشت آنان بکوش زیرا این کار تو باعث افتخار و سرافرازی شوهرت می‌گردد.

**۳۷۰-** به اوراق و یادداشت‌ها و ادوات و وسایل شوهرت اهمیت بده و به خوبی از آنها نگهداری کن.

**۳۷۱-** خانه را در هر زمان برای استقبال از هر مهمانی مهیا نما و کتاب‌ها و اوراق شوهرت را با دقت و با شکل طبیعی چنان مرتب نما که در هر زمان، پیدا کردن آنها آسان باشد مگر این‌که خود شوهر اجازه چنین کاری ندهد.

**۳۷۲-** به علت دیر آمدن و یا غیبت شوهر از منزل بر او عتاب مگیر بلکه چنان رفتار کن که شوهرت احساس نماید تو مشتاقانه منتظر او بوده‌ای و نیز از او تقدیر نما تا لبریز از افتخار به تو گردد.

**۳۷۳-** شوهرت را ناچار نکن که از تنگی و مشکلات زندگی زبان به شکایت گشاید و آنها را صریحاً بیان کند بلکه اشاراتی از طرف او کافی است و زن باید برای رفع آنها سریعاً اقدام نماید.

**۳۷۴-** به شوهرت بفهمان که هر چند خودت دارای مسؤلیت‌ها و وظایفی هستی، اما رعایت حقوق شوهر در اولویت قرار دارند.

**۳۷۵-** در مورد اعمال مربوط به مهمان‌داری و اعمال مربوط به خانه‌داری خیلی به شوهرت شکایت نبر.

**۳۷۶-** بدان که حق شوهر است از اعمالی که انجام می‌دهی آگاه باشد اما لازم نیست که تمام جزئیات آن چه را که بین تو و زنان دیگر اتفاق می‌افتد برایش توضیح دهی.

**۳۷۷-** شوهرت را آگاه کن که به او اهمیت می‌دهی و حضور خود را همواره در خانه ثابت کن به گونه‌ای که شوهرت نیز این موضوع را احساس کند و همواره حتی اگر زمان نیز تنگ باشد در دسترس باشی.

- ۳۷۸-** آگاه باش که طبیعت زنانگی ات بر اکثر اعمال مربوط به مهمان‌داری و یا اعمال مربوط به خانه‌داری تأثیرگذار است.
- ۳۷۹-** از اسرار خانواده‌ات محافظت نما و با هوشیاری و شناخت از ماهیت کار شوهرت، در دل‌گرم نمودن او به شغل و کارش به او کمک نما.
- ۳۸۰-** هرگز شوهرت را در مقام مقایسه با دیگران قرار مده بلکه همواره از صفات و ویژگی‌های خوب او سخن به میان آور.
- ۳۸۱-** نسبت به اعمال مربوط به مهمانی شناخت کافی داشته باش زیرا این عمل به تو کمک می‌کند که با آسانی و از روی حکمت در میان جمع زنان به وظایف خود اقدام نمایی تا این‌که بدون از دست‌دادن وقت در زمان مطلوب به اهداف مورد نظر خود تحقق بخشی.
- ۳۸۲-** بر معیارهای مادی که عموم زنان را به خود مشغول نموده است، شناخت و آگاهی داشته باش تا به راحتی بتوانی آنان را از این معیارها خارج نموده و راهکارهای جدید و مناسب برای آنان را برگزین.
- ۳۸۳-** هنگام دنبال نمودن کارت، در میان خواهرانت بکوش که دل را قبل از عقل مورد خطاب قرار دهی زیرا این روش با طبیعت زنانگی تناسب بیشتری دارد.
- ۳۸۴-** بر واگذاری امور بین افراد و اولویت بندی بین کارها کوشا باش تا مسؤولیت‌هایت زیاد و خسته‌کننده نباشند و کسی که به جای تو به آن اقدام می‌کند، دارای شرایط آن باشد.
- ۳۸۵-** و در نهایت کاملاً بر تلاش بشری تکیه و اعتماد نکن و فراموش نکن که ما همواره نیازمند توفیق الهی هستیم.

## برخورد و ارتباط نمونه خانوادگی

### «چگونه زنی موفق خواهی شد»

بدون شک هر زنی در جست‌وجوی سعادت و خوش‌بختی در زندگی زناشویی است و با راه و روش‌های متفاوت تلاش می‌کند که این هدف مهم را تحقق بخشد. پس اگر خواهان دست‌یابی به این هدف مهم می‌باشی، از پند و اندرزهای زیر پیروی کن:

**۳۸۶-** شوهر خسته‌ات را که از کار روزانه به خانه برمی‌گردد با گشاده‌رویی و عباراتی نیک و زیبا که نشان‌دهنده‌ی عشقت به اوست، استقبال کن.

**۳۸۷-** به حاضر نمودن غذا چنان اهمیت بده که به محض بازگشت شوهر از کار و حضور در خانه آماده باشد تا انتظار برای غذا باعث بی‌تابی و آزرده‌گی او نشود.

**۳۸۸-** در شکایت از تنگناها، ناراحتی‌ها و دردها و ارائه نمودن شرح مفصل از آنان زیاده روی نکن مگر در حالت ضرورت.

**۳۸۹-** در دیدار از خانواده‌ی افراد نزدیک، خویشان و دوستان و شب‌نشینی‌های مداوم خانوادگی زیاده‌روی نکن زیرا حق شوهر است که از یک زندگی زناشویی آرام و متعادل لذت ببرد.

**۳۹۰-** دوستان، افراد خانواده و خویشان شوهرت را که مهمان شما می‌شوند، به عنوان بار سنگین به حساب نیاور بلکه لازم است از آنان استقبال نموده و با گشاده‌رویی از آنان مهمانداری کنی تا شوهرت احساس نکند از مهمانانش آزرده خاطر می‌باشی.

**۳۹۱-** مشکلات خانوادگی و زناشویی خود را با دوستان، همسایگان و در اماکن عمومی مورد بحث قرار نده.

**۳۹۲-** از افشای مکتوبات و اسرار زندگی زناشویی و ویژگی های گوناگون آن، چه مثبت و چه منفی پرهیز کن.

**۳۹۳-** کوشش نکن که به شوهرت القاء نمایی که او مجموعه ای از معایب و نقایص است، به زندگی زناشویی احترام نمی گذارد و احساس مسؤولیت کم تری نسبت به آن دارد.

**۳۹۴-** کوشش کن که با تشکر از تلاش های شوهرت او را به سمت احساس مسؤولیت بیشتر هدایت نمایی و او را بر استمرار در عطایایش تشویق نمایی تا احساس کند که از تلاش هایش قدردانی می شود و موقعیت او در منزل مورد احترام است.

**۳۹۵-** مپندار که خواسته های مادی تو نباید به تأخیر بیفتند و یا مورد مناقشه قرار بگیرند.

**۳۹۶-** از اصرار نمودن به نظرات و پیشنهاد های خودت پرهیز کن و گمان مبر که آن افکار و پیشنهاد صحیح و بدون نقص می باشند.

**۳۹۷-** تفاهم دو طرفه و مناقشه ی دوستانه را برای دستیابی به رأی و نظری صحیح و مناسب که تحقق بخش خیر و صلاح در زندگی مشترک شماست، مبنای کار خود قرار ده.

**۳۹۸-** پافشاری تو برای موفقیت زندگی زناشویی و اراده ی قوی و درک و فهم هوشمندانه ی تو، از اموری می باشند که تحقق بخش خوشبختی در زندگی زناشویی هستند.

### «چه هنگام دروغ حلال است؟»

**۳۹۹-** اسلام دروغ گفتن زن به شوهر در مورد احساساتش نسبت به او را

حلال اعلام نموده و حرمتی بر آن وارد نیست.

۴۰۰- بر توای زن گرامی واجب است که احساس خشم و کراهت خود را پنهان نمایی و آن را آشکارا و هنگام صحبت با دیگران به ویژه با شوهر و خانواده‌اش اعلام ننمایی تا از مشکلات خانوادگی جلوگیری شود.

۴۰۱- پیامبر اسلام ﷺ دروغ گفتن زن به شوهرش در مورد احساساتش نسبت به او را مباح اعلام نموده است و این که عیوبش را آشکارا اعلام ننماید و با سخنانش اظهار موافقت نماید تا بدین وسیله مودت و رضایت شوهرش را به دست آورد.

۴۰۲- از ام کلثوم دختر عقبه روایت شده است که گفت: از پیامبر ﷺ نشنیدم که به دروغی رخصت داده باشد مگر در سه مورد؛ مردی سخن دروغی بگوید که هدفش اصلاح میان مردم است، سخن دروغی که در جنگ با کفار گفته شود و سخن دروغ زن به شوهر یا شوهر به زن [در بیان احساسات].<sup>۱</sup>

۴۰۳- زن عاقل زنی است که همواره در طلب رضایت شوهرش باشد و سخنانی را به گوش او برساند که او را لبریز از غرور و افتخار نماید.

۴۰۴- زن باهوش و دارای حکمت زنی است که از کرم و بخشش شوهرش ستایش کند و در مدح او و عطف و مهربانی او مبالغه نماید.

۴۰۵- زن گرامی! از مقایسه نمودن شوهرت با مردان دیگر پرهیز کن زیرا این عمل مشکلات زیادی را به دنبال دارد و به تنفر و لجبایت دامن می‌زند.

۴۰۶- آشکارا بیان کردن اشتباه شوهر و گوشزد نمودن به او فایده‌ای ندارد زیرا مرد بنا بر طبیعتش دوست دارد این‌گونه درک کند که بهتر از دیگران می‌داند که چه کار کند.

۱. امام مسلم آن را روایت کرده است.

**۴۰۷-** موافقت با رأی شوهر و زمزمه نمودن کلماتی هوشمندانه و آرام‌بخش در گوش او باعث توجه او به رأی و نظر زن می‌گردد و در بیشتر اوقات باعث تعدیل در نظرات و رفتار او می‌گردد. ﴿و با نیکوترین روش با آنان مجادله کن﴾<sup>۱</sup>.

### «چگونه از منزلت محیطی امن بسازی»

زن عزیز و گرامی بدان که تو می‌توانی منزل و خانواده‌ات را محیطی امن بسازی به گونه‌ای که شوهر و فرزندان در سایه آن به آسودگی به سر برند:

**۴۰۸-** [کارهای خانه را چنان تنظیم نما که] زمان استراحت شوهرت در خانه همزمان با زمان کار خودت در منزل نباشد زیرا باعث خستگی بیشتر او می‌گردد.

**۴۰۹-** به محض وارد شدن شوهر به خانه با سیلی از شکایات از فرزندان و خستگی کارهای خانه با او روبرو نشو.

**۴۱۰-** بکوش که هنگام استراحت شوهر در خانه از سر و صدای فرزندان در خانه بکاهی.

**۴۱۱-** همواره از لحاظ ظاهری و روانی آن‌گونه باش که شوهرت دوست دارد تو را ببیند.

**۴۱۲-** در نگرانی‌ها و تمایلات شوهرت شریک باش.

**۴۱۳-** در حقیقت انسان زمانی احساس رضایت و خوشبختی می‌کند که ببیند آن کسی که در کنار اوست، شریک غم‌ها و شادی‌های اوست و هرگز او را تنها نمی‌گذارد.

**۴۱۴-** بدان که یک زندگی موفقیت‌آمیز بر اساس ارتباط دو طرفه همراه با

عشق و اطمینان استوار است.

**۴۱۵-** در کنار شوهرت در خوشی و ناخوشی صبور و بردبار باش.

**۴۱۶-** بر زن و شوهر لازم است که سختی‌ها و مصائب را تحمل نموده و بر آن‌ها فایز آیند و سرخورده و ناامید نشوند.

**۴۱۷-** خواهر گرامی بر تو لازم است که با اصول، اهداف و افکار شوهرت هماهنگ باشی، چه قدر زیباست که زن و شوهر برای هدفی واحد و آمال و آرزوهایی مشترک با هم زندگی کنند.

**۴۱۸-** بر زن لازم است که با داشتن نگرشی واقع‌گرایانه از زندگی و وقایع آن، زندگی را شیرین و لذت‌بخش نماید.

**۴۱۹-** بدان که تعامل با واقعیت‌ها، نیازمند قلبی ثابت، یقینی راسخ و اطمینان و اعتماد به خداوند است.

### «چگونه شوهری تمام عیار شوی؟»

در جست‌وجوی بهترین راه، پاکیزه‌ترین محیط و پاک‌ترین و باصفاترین شهدی که هریک از زن و شوهر نوشیده‌اند تا جایگاه و منزلی نیک برای زندگی زناشویی داشته باشند، روش‌ها، مطالعات، تحقیقات و نظریات روانشناسی و جامعه‌شناسی متفاوتی وجود دارد.

برای این‌که شوهری موفق، تمام‌عیار و وفادار به همسرت و راست‌گو و درست‌کردار باشی، لازم است که به موارد زیر عمل نمایی.

**۴۲۰-** حق سرپرستی و سخن‌محکم و قاطع را برای خودت محفوظ نما زیرا مردان حق سرپرستی بر زنان را دارند.

**۴۲۱-** احترام تو به همسرت نقش سازنده‌ای در ایجاد تفاهم، عشق و محبت بین شما دارد و در آینده نیز به همسرت نقش سازنده‌ای در شخصیت فرزندان عطا می‌کند.



**۴۲۲-** بگذار همسر و فرزندان نیز در امور زندگی تو و زندگی خودشان دارای رأی باشند و حق اظهار نظر داشته باشند. خداوند متعال می فرماید: ﴿و در کارها با آنان مشورت کن﴾.<sup>۱</sup>

**۴۲۳-** تحقیر و ناچیز شمردن شأن و مقام همسرت در خانه بر شخصیت تو در مقابل فرزندان و نیز بر ارتباط زناشویی اثرات بسیار بدی دارد.

**۴۲۴-** بکوش به جای آنکه خواسته‌های منزل را به دوش دیگری بیندازی، خودت به آن‌ها جوابگو باشی.

**۴۲۵-** آرامش، شادی و سرور و عصبانی نشدن نقش مهمی در روان اهل خانواده و فرزندان دارد.

**۴۲۶-** با آغوش باز و سینه‌ای فراخ در کنار فرزندان بنشین و به مشکلات و آرزوهای آنان گوش بده و نگذار آنان درد دل‌هایشان را با دیگران در میان گذارند.

**۴۲۷-** فرزندان را خارج از منزل دنبال کن تا از رفتار دوستان و هم‌کلاسی‌هایشان مطمئن شوی.

**۴۲۸-** بین همسرانت در دوست داشتن، هدیه دادن و توجه کردن در حد توان عدالت را رعایت کن.

**۴۲۹-** مردان موفق کسانی هستند که در کارهای خانه و بیرون از آن و در تمام مراحل زندگی منظم باشند.

**۴۳۰-** درک و شعور همراه با پشتکار، دوری از خستگی و سرخوردگی و کوشش مداوم و مکرر از صفات مردان بزرگی است که پیش از دیگران به قله موفقیت رسیده‌اند.

**۴۳۱-** رفتار آرام، متعادل و مؤثر تو در کارنامه‌ی اعمال تو ثبت می‌شوند.

**۴۳۲-** تعادل و تعقل و رفتار تو نقش مهمی در هدایت درست خانواده دارد.

**۴۳۳-** به خاطر زن و فرزندان به منزل وارد شو و نه به خاطر اموری مانند تلفن زدن و یا دنبال کردن کارهای بیرون.

**۴۳۴-** نظرت را چنان بیان کن که آخرین و درست‌ترین نظر باشد.

**۴۳۵-** به آرامی در خانه رفتار نما زیرا هر رفتاری می‌تواند به زیان تو تمام شود.

**۴۳۶-** بسیار بر خودت سخت‌گیر به گونه‌ای که خسته و فقط برای خوابیدن به منزل بیایی زیرا کسانی که در منزل تو هستند به نشستن و سخن گفتن با تو نیاز دارند.

**۴۳۷-** بکوش که با همسر و فرزندان با زیبایی شیرین سخن بگویی و کلام شیرینت فقط برای افراد خارج از منزل نباشد.

**۴۳۸-** مرد کوشا کسی است که در زمان استراحت کوتاه، با زن و فرزندانش به سربرد تا با شوق و نشاط و روحیه‌ای تازه به سرکار و زندگی برگردد.

**۴۳۹-** به هر صاحب‌حقی، حق خود را عطا کن و بدان که خانواده، همسر و فرزندان بر تو حق دارند.

**۴۴۰-** نگرانی‌ها و خستگی‌های ناشی از کار روزانه را بیرون از خانه رها کن و آن را به خانه نیاور.

**۴۴۱-** با تبسم و چهره‌ای خندان با زن و فرزندانت روبرو شو.

**۴۴۲-** مرد موفق کسی است که نسبت به همسرش وفادار باشد و در گفتار و کردارش صادق و راست‌گو باشد.

**۴۴۳-** گاه‌گاهی به همسر و فرزندان هدیه بده و آن را فراموش نکن.

**۴۴۴-** اگر به تشویق و تعریف از یکی از فرزندان تمایل داشتی، از اظهار دوستی و ستایش از او بدون توجه به دیگر فرزندانت پرهیز کن.

- ۴۴۵-** در خوشی هایت همسر، فرزندان، خانواده‌ی خودت و خانواده‌ی همسرت را شریک گردان.
- ۴۴۶-** دیدارت از منزل پدر و مادر و خانواده‌ات به همراه همسر و فرزندان باعث تقویت رابطه‌ی انسانی و صله‌ی رحم می‌گردد.
- ۴۴۷-** دیدارت از خانواده همسرت باعث افزایش محبت بین افراد خانواده می‌گردد و پیوستگی و ارتباطات دو طرفه را به دنبال دارد.
- ۴۴۸-** در امری که سزاوار سرزنش است، اغراق و مبالغه نکن به گونه‌ای که از گاهی کوهی بسازی و مسأله را چنان تصور نمایی و برایش مقدمه تراشی نمایی که وجود خارجی نداشته باشد و سپس بر اساس آن استنباط نمایی و نتایجی عجیب و غریب از آن بگیری.
- ۴۴۹-** سرزنش را با ایما و اشاره و به صورت غیر مستقیم بیان نما زیرا سرزنش صریح در ابتدا باعث دل آزرگی می‌شود.
- ۴۵۰-** سرزنش باید به صورت سری باشد و نباید در میان مردم و یا حتی نزدیکان صورت بگیرد.
- ۴۵۱-** شوهری که بخواهد همسرش را در امری از امور سرزنش نماید باید زمان مناسبی را برای این کار انتخاب نماید که خشمگین و عصبانی نباشد و روابطش با همسرش تیره نباشد.
- ۴۵۲-** سرزنش نمودن نباید به ضرر بزرگتری منجر شود زیرا هدف از سرزنش، علاج اشتباه بدون باز نمودن زخم و ضرری بزرگ‌تر است.
- ۴۵۳-** در هنگام سرزنش نمودن باید از خود برتر بینی، خالی کردن خشم و عصبانیت، اصرار و لجاجت به دور بود.
- ۴۵۴-** بر شوهر لازم است که بداند زیاد سرزنش نمودن همسر به ویژه در امور جزئی و بی‌اهمیت باعث ایجاد تیرگی روابط می‌گردد و موانعی روانی را در دل زن نسبت به شوهر به وجود می‌آورد.

## «هنر برخورد زناشویی»

برخورد با شوهر یا زن هنری است که دارای اصول و قواعد مشخصی است و با کمی هوش و ذکاوت هر یک از زن و شوهر می‌توانند زن و یا شوهری نمونه در زندگی زناشویی و خانوادگی گردند و خوش‌بختی خانوادگی را برای خود و همسر و فرزندان تحقق بخشند، فقط کافی است که هر یک از طرفین بر کلیدهای شخصیتی و مزاجی طرف دیگر انگشت بگذارد و در ارضای او تلاش نماید. در زیر مجموعه‌ای از رهنمودها برای به دست آوردن خوش‌بختی زناشویی برگرفته از تجارب عملی و نظرات آگاهان در علوم روانشناسی و جامعه‌شناسی ارائه شده است.

زن و شوهر گرامی! خواهر و برادر عزیز!

**۴۰۰-** شوهر باید بداند که غیبت کوتاه مدت از خانه باعث تقویت رابطه‌ی زناشویی اما غیبت طولانی مدت مانند کلنگی است که باعث انهدام بنیان خانواده می‌گردد.

**۴۰۱-** شوهر باید طبیعت و روحیه‌ی همسر خود را به خوبی درک کند تا درک و فهم برخورد صحیح با او بدون زیاده‌روی و یا کوتاهی ممکن گردد.

**۴۰۲-** شوهر نباید اجازه دهد که اختلاف با همسرش به روز بعد کشیده شود.

**۴۰۳-** شوهر باید از بیان تجارب گذشته‌ی خود در ارتباط با زنی دیگر چه خواستگار و چه همسر سابق اجتناب ورزد.

**۴۰۴-** از خیال‌پردازی به دور باش و به روشی طبیعی زندگی کن و انتظار معجزه نداشته باش.

**۴۰۵-** هر زمان که برایت فرصتی مهیا شد، عشق به همسرت را به او

گوشزد نما.

**۶۶۱-** در درون خود با تسلیم شدن در مقابل غم و نگرانی مبارزه کن و همواره بشاش، گشاده رو و خوشبین و امیدوار باش.

**۶۶۲-** به شدت از هرگونه انتقاد گزنده یا مداوم از هر امری چه بزرگ و چه کوچک پرهیز کن.

**۶۶۳-** همواره بکوش که نزاع خانوادگی را در دایره‌ای تنگ و کوچک محصور نمایی و به آن پر و بال ندهی و بر مشکل به وجود آمده مسلط باشی و اجازه ندهی که از دستت خارج شود.

**۶۶۴-** غیرت بیش از حد و شک و شبهه زیاد دشمنان تو هستند، پس با واقعیات سر و کار داشته باش و از شک و گمان‌ها پرهیز.

**۶۶۵-** در درون خودت و درون شریک زندگیت نهال اعتماد بکار، به او اعتماد کن و رضایت درونی او را برانگیز.

**۶۶۶-** کافی نیست که برای خوشبخت شدن در امر ازدواج، با شخص مناسبی ازدواج کنی بلکه واجب است که خود تو نیز شخص مناسبی باشی.

**۶۶۷-** نظافت و پاکیزگی از نشانه‌های ایمان و رهنمونی به سمت عشق و محبت است.

**۶۶۸-** از بعضی از چیزهایی که آن را جزئی از شخصیت خود می‌دانی، دست بکش تا بتوانی از صفات و ویژگی‌هایی که دوست داری شریک زندگیت آن‌ها را دارا باشد، بهره‌مند شوی.

**۶۶۹-** به شریک زندگیت آن‌گونه اهمیت بده که به خودت اهمیت می‌دهی و برای او دوست داشته باش آن‌چه را که برای خود دوست داری.

**۶۷۰-** داده‌ها و گرفته‌ها باید بر اساس تفاهم دو طرف باشد، خودپرست نباش به گونه‌ای که بخواهی بیشتر بگیری و کم‌تر عطا کنی یا این‌که همه چیز را بگیری و چیزی عطا نکنی.

**۴۷۱-** مرد می خواهد که زنش، زنی نمونه باشد و در هر موردی به درستی و به صورتی شایسته رفتار نماید و عشق، توجه و التفات و مهربانی را برایش به ارمغان آورد و زن نیز می خواهد که شوهرش دارای چنان شخصیتی قوی باشد که بتواند بر او اعتماد کند و بتواند نیازهایش را برآورده نماید و نیز یقین حاصل کند که او آخرین زن او در طول زندگی‌اش می باشد.

**۴۷۲-** در هر مصیبت و ناراحتی فوراً گناه را به گردن شریک زندگی نگذار بلکه با دیدی منصفانه به موضوع بنگر و از وقایع و حوادث پیشی بگیر.

**۴۷۳-** امروزت را زندگی کن و در غم فردایی که هنوز نیامده است، مباش و در محدوده‌ی امکانات خودت دخل و تصرف نما.

**۴۷۴-** فهم این نکته بر تو لازم است که رابطه‌ی زناشویی، رابطه‌ای مقدس و پیمانی بسیار استوار و عمیق است. قبل از انجام هر کاری هزار بار در مورد آن اندیشه کن زیرا پشیمانی بعد از آن سودی دربر ندارد.

**۴۷۵-** اگرچه عشق و محبت در زندگی زناشویی مهم و ضروری می باشد، اما فقط بر آن تکیه و اعتماد نکن.

**۴۷۶-** از خودت الگو و سرمشقی در اختیار شریک زندگی قرار بده و بگذار که رفتار و اعمالت سخن بگویند و از شخصیت تو خبر دهند.

**۴۷۷-** به خویشان و همسایگان فرصت مداخله در امور خانوادگی ات را نده و بکوش که در حد توان مشکلاتتان را خودتان حل و فصل کنید.

**۴۷۸-** در تصحیح نمودن اشتباهی که از شریک زندگی می بینی، عجله نکن زیرا عاداتی وجود دارند که تغییر آن‌ها زمانی طولانی نیاز دارد و بکوش که مسایل کوچک را بزرگ جلوه ندهی.

**۴۷۹-** از پذیرش عواقب ازدواج و مسؤولیت‌های آن با رضایت و اطمینان، گریزی نیست.

- ۴۸۰-** تا حد امکان از اسباب اختلاف بین خود و همسرت دوری گزین و از تنگ نمودن عرصه بر شریک زندگیت اجتناب ورز.
- ۴۸۱-** به انجام اعمال مشترکی با همسرت مبادرت نما، زیرا در آینده خاطرات خوشی از آن در ذهن شما مرور می شود و شما را بیشتر به هم نزدیک می سازد.
- ۴۸۲-** مرد باید به زنش مجالی کاملاً آزادانه بدهد تا بتواند سخنان و احساسات خود را بیان کند و استعداد خود را پرورش دهد و مرد نباید توانایی های زن را به ریشخند بگیرد.
- ۴۸۳-** باید به حقوق مادی شریک، زندگی احترام گذاشته شود و تساهل در آن به هیچ وجه جایز نیست زیرا چشم پوشی از این حقوق از بزرگ ترین اسباب اختلاف خانوادگی به حساب می آید.
- ۴۸۴-** همسرت را در غمهایت شریک نکن و تلاش کن که خودت به تنهایی بر مشکلات و غم های غلبه کنی اما او را در شادی هایت فراموش نکن.
- ۴۸۵-** ای زن گرامی! از دوستانی که به بهانه ی نصیحت و راهنمایی در زندگی خصوصی تو دخالت می کنند، پرهیز کن.
- ۴۸۶-** زن گرامی چنان رفتار کن که شوهرت احساس نماید که او همان مرد نمونه ای است که با او می توان رابطه ای دوستانه برقرار کرد و تو به او و شخصیتش احساس افتخار می کنی.
- ۴۸۷-** در صورت بروز اختلاف با شوهرت، خوبی های او را به یاد بیاور و اجازه نده که بدی هایش ذهن تو را به خود مشغول نماید زیرا در این صورت مزایا و خوبی های شوهرت را فراموش می کنی.
- ۴۸۸-** برای پی بردن به مزایای شریک زندگیت و موفق شدن در غلبه بر مشکلات، این سؤالات را از خودت بپرس:

- چه رفتارهایی از هرکدام سبب تحسین و افتخار طرف دیگر است؟  
- از چه شادی‌ها و نشاط مشترکی با هم بهره‌مند شده‌اید؟  
- هریک از شما برای جلب توجه دیگری چه کارهایی انجام داده‌اید؟  
- برای این‌که احساس کنی که شریک زندگی تو را دوست دارد و برای تو احترام و ارزش قائل است، چه انتظاراتی از او داشته‌ای؟  
- چه رویاها و آرزوهای مشترکی برای آینده داشته‌اید؟
- ۴۸۹-** در اختلافات زناشویی از به کار بردن الفاظ و سخنان زننده که احساسات شوهرت را جریحه‌دار نماید، پرهیز کن.
- ۴۹۰-** به هم‌دیگر هدیه بدهید تا محبت میان شما بیشتر شود، اگرچه این شعاری کلی است اما در زندگی زناشویی در هر مناسبتی شادی آفرین و لذت بخش باید به آن عمل شود.
- ۴۹۱-** زنی با هوش و دارای ذکاوت است که برای درخواست‌های خود و فرزندان و نیز برای بیان ملاحظاتی در مورد سبک رفتار شوهر زمان مناسبی را برگزیند. ممکن است زمانی را که زن انتخاب می‌کند، در حقیقت زمان مناسبی نباشد، پس در این مورد باید چندین بار به خوبی تأمل و اندیشه نماید.
- ۴۹۲-** عباراتی مانند «کرامت و بزرگواریم... غرور و عظمتم...» عباراتی هستند که شیطان در دل و درون هریک از زوجین در هنگام بروز اختلاف بین آن‌ها القا می‌کند و بدین وسیله به شدت می‌کوشد که هریک از زوجین خطا و اشتباه خود را توجیه کند و از صلح و آشتی دوری گزیند... پس آیا گفتن چنین عباراتی برای زن و شوهر رواست؟
- ۴۹۳-** همسران را نادیده نگیرید، مشورت در زندگی زناشویی از اهمیت زیادی برخوردار است و هریک از زوجین باید احساس نماید که یکی از شرکای زندگی زناشویی است و این حقیقت را نباید به فراموشی سپرد.



**۴۹۴-** هنگام بروز مشکلات و اختلافات خانوادگی، از منزل فرار نکنید، زیرا فرار راه علاج نیست، اما برای آرام شدن اوضاع می‌توان مدت کوتاهی از منزل بیرون رفت و سپس برای رفع اختلاف دوباره به خانه بازگشت.

**۴۹۵-** با پرسش‌های زیادی که به توریطی ندارد و با تلاش برای اطلاع از اسراری که شوهرت نمی‌خواهد تو بر آن، مطلع شوی، او را در تنگنا قرار نده که در این صورت شوهر خانه را ترک می‌کند و جای دیگری را برای استراحت برمی‌گزیند.

**۴۹۶-** هرگز از شوهرت دور نشو و برای خودت صدفی نساز که به تنهایی در آن بنشینی بلکه تا حد نیاز در امور شوهرت مشارکت کن.

**۴۹۷-** زن عاقل همواره به یاد دارد که مسؤولیت اول او در قبال خانه و خانواده می‌باشد پس باید بکوشد با شرایط کار و وظایف خانه، خود را تطبیق دهد.

**۴۹۸-** هرگز هنگام حضور خانواده‌ی شوهر در منزلت، ترش‌رو و اخمو نباش بلکه باید در خوشامدگویی و لطف و مهمان‌داری زیانزد دیگران باشی و بدان که شوهرت در چنین مواقعی تو را مد نظر داشته و بر رفتار و اخلاق تو آگاه خواهد شد.

**۴۹۹-** مادر شوهرت را گرمی بدار و با زیباترین نامی که در عرف و عادت خانواده رایج است، او را صدا بزن و بکوش که با او اختلاف پیدا نکنی و در حضورش از پرسش به نیکی یاد کن.

**۵۰۰-** پیامبر گرمی اسلام ﷺ نیکی با همنشین، کمک به او در اطاعت پروردگار و مشارکت در شادی‌ها و غم‌هایش را سفارش نموده است.

**۵۰۱-** اختلاف در رأی و نظر غالباً به اختلاف دل و درون منجر می‌شود، گاه‌گاهی با نظر شوهرت موافقت کن حتی اگر رأی و نظر او، تو را قانع نکرده باشد اما بدان که پیروی از نظرات او زمانی درست است که در غیر معصیت

پروردگار و در امور پسندیده و معروف باشد.

**۵۰۲-** آرامش مورد نیاز شوهر در خانه را می‌توان با مشغول نمودن فرزندان با بازی‌های ذهنی مانند جورچین و غیره به دست آورد.

**۵۰۳-** فرزندان از بزرگ‌ترین نعمت‌های الهی می‌باشند، پس با سستی و تربیت نادرست و عدم توجه، آنان را نعمت و بلای زندگی نگردان.

**۵۰۴-** در مورد مراحل رشد اطفال و چگونگی برخورد با آنان مطالعه کن تا برخوردی نیک با آنان داشته باشی و از آن‌چه که بر سلامت روانی آن‌ها تأثیرگذار است و باعث کشمکش‌های روانی در آینده می‌گردد، اجتناب کن.

**۵۰۵-** شوهرت را در پیروی از اوامر الهی کمک نما و همان‌گونه که خواهان دنیا هستی، خواهان آخرت باش.

**۵۰۶-** اسراف مایه‌ی تباهی زندگی زناشویی و ضایع‌کننده نعمت‌های الهی است و خداوند اسراف‌کاران را دوست ندارد، پس میانه‌روی پیشه کن تا هرگز احساس نیاز نکنی.

**۵۰۷-** خوش‌بختی خانوادگی به مفهوم خالی بودن زندگی زناشویی از مشکلات نیست بلکه به معنی توانایی تو در محدود نمودن و غلبه بر آن مشکلات است و اجازه ندهی آن مشکلات در ارتباط بین تو و همسرت تأثیرگذار باشد.

**۵۰۸-** از اختلاف و درگیری با شوهر و بلند نمودن صدا در حضور فرزندان پرهیز زیرا آنان قبل از هر چیز از الگو و تقلید یاد می‌گیرند و این مشکلات در آینده در ذهن فرزندان حاضر شده و بر زندگی آنان تأثیر می‌گذارد.

**۵۰۹-** به هیچ‌کس اجازه‌ی دخالت در زندگی را نده و خودت نیز سبب این کار نشو و اسرار خانواده‌ات را نزد هیچ دوست و خویشاوندی فاش نکن.

## موانع و مشکلات در مقابل خوش بختی زناشویی

### «سردی و بی‌روحي روابط زناشویی»

**۵۱۰-** به ندرت اتفاق می‌افتد که زندگی زناشویی آن گونه که انسان آرزوی آن را دارد با خوش بختی و در مسیری آرامش بخش جریان یابد بدون این که دوره‌ای از رکود، سستی و سردی ارتباط بین زن و شوهر در آن تجربه نشود.

**۵۱۱-** زمان این دوره از رکود و سردی روابط زناشویی از یک زندگی به زندگی دیگر متفاوت است و آثار منفی و شدت آن نیز با هم تفاوت دارد.

**۵۱۲-** جمود و سردی در ارتباط زناشویی به معنی سستی تمام و یا بعضی از فعالیت‌ها در رابطه‌ی زناشویی و کم شدن ارتباطات متقابل بین زن و شوهر می‌باشد.

**۵۱۳-** دوره‌ی سستی و جمود به مثابه‌ی زنگ خطر و هشدار است تا رابطه‌ی زناشویی به بن بست نرسد.

**۵۱۴-** دلایل سردی روابط زناشویی ممکن است به یک عامل اجتماعی، عدم سازش و همنشینی بین زن و شوهر و عدم داوری بر اساس عقل و منطق برگردد.

**۵۱۵-** عامل مادی و عدم وجود زمان کافی برای گفت‌وگو در مورد مشکلات در مراحل اولیه‌ی آن، علتی دیگر در ایجاد شکاف بزرگ بین زن و شوهر می‌باشد.

**۵۱۶-** عامل روانی و عدم قدرشناسی از تلاش‌ها و زحمات زن در منزل از طرف شوهر و احساس زن به این که تمام تلاش‌هایش به عنوان وظیفه‌ی او در

قبال، منزل و سعادتش نگریسته می شود، باعث افزایش شکاف و دوری بین زن و شوهر می گردد.

**۵۱۷-** یکی دیگر از دلایل اساسی سردی روابط زناشویی عدم توافق فکری و تفاوت در روش تفکر و نیز تفاوت در سطوح فکری و فرهنگی بین زن و شوهر می باشد.

**۵۱۸-** زندگی یکنواخت و بدون تغییر سهم بزرگی در سستی و سردی روابط زناشویی دارد و تنظیم نکردن زمان بین کار و استراحت و بهره نبردن از اعمال مباح [مانند گردش و تفریح] و یکنواخت زندگی کردن به افسردگی و سکوت میان زن و شوهر منجر می شود.

### «سکوت وحشتناک»

**۵۱۹-** سکوت و عدم گفت و گو بین زن و شوهر یکی از نمودهای سردی در روابط بین زن و شوهر می باشد.

**۵۲۰-** سکوت و خاموشی بین زن و شوهر خطراتی را برای ارتباطات زناشویی دربر دارد و رابطه‌ی زناشویی را به جدایی تهدید می کند.

**۵۲۱-** عدم صراحت و رک گویی بین زن و شوهر سهم مهمی در ایجاد سکوت بین آنها دارد.

**۵۲۲-** سکوت و صحبت نکردن در خانواده یک نوع بیماری است که بیشتر دامنگیر مردان می شود و زنان کم تر به آن دچار می شوند زیرا زنان به ندرت می توانند سکوت کنند و سخنان مباح و غیر آن را به زبان نیاورند.

**۵۲۳-** سکوت بیانگر چیزهای متعددی است: سکوت ممکن است نشانه‌ی رضایت باشد یا نمایانگر ترس، ضعف، نوعی از عصیان یا عدم رضایت باشد.

**۵۲۴-** سکوت ممکن است به علت ترس از رویارویی و یا تسلط بر طرف

دیگر باشد.

**۵۲۵-** و ممکن است سکوت به علت فشار شرایط اقتصادی و عدم راه حل جایگزین باشد.

**۵۲۶-** تناقض افکار و نظریات در امور زندگی بین زن و شوهر باعث پناه بردن آنان به سکوت می شود.

**۵۲۷-** سکوت باعث پاره شدن پیوند زناشویی می گردد، شادی و نشاط بین زن و شوهر را تباه می کند و آن ها را از چشیدن طعم شیرین ارتباط دوستانه محروم می کند.

**۵۲۸-** لازم است که با سکوت خانوادگی، چه از طرف شوهر باشد و چه از طرف زن، مقابله شود و به خاطر بقای خانواده باید با گفت و گو، زنجیر سکوت را پاره نمود.

**۵۲۹-** بر زن و شوهر لازم است این حقیقت را درک کنند که گفت و گو یکی از مهم ترین عناصر تفاهم بین زن و شوهر و فرزندان است.

**۵۳۰-** غلبه بر سکوت خانوادگی در دست هریک از زن و شوهر می باشد و بر هریک از آن ها واجب است که حقوق طرف دیگر را رعایت نماید زیرا مشکل اساسی زمانی بروز می کند که هریک از طرفین حقوق طرف مقابل را نادیده بگیرد.

### «چگونه می توان بر افسردگی زناشویی غلبه نمود»

**۵۳۱-** زن و شوهر گرامی! ازدواج مانند یک موجود زنده نیازمند سیراب شدن و توجه و رعایت است تا روحی تازه، پاک و بی آلایش در آن دمیده شود.

**۵۳۲-** افسردگی پدیده ای روانی است که غالباً از درون انسان نشأت می گیرد تا شرایط بد را بر شمع فروزانی که در نهاد انسان است مسلط نماید و آن را به خاموشی بکشاند.

**۵۳۳-** هدفی را در زندگی برگزینید و برای رسیدن به آن بکوشید. ازدواج به خودی خود هدف نیست بلکه وسیله‌ای است برای رسیدن به هدفی بزرگ‌تر و والاتر که همانا حفظ نوع انسان و تربیت نسلی صالح و نیکوکار است که حدود الهی را رعایت نماید.

**۵۳۴-** زن با گوشه نشینی و دوری از مردم و جامعه احساس افسردگی می‌کند پس بر او لازم است که در شادی‌ها و برنامه‌های همسایگان و اعمال خیر مشارکت نماید و با اهل خانواده و خویشاوندان در حد توان با نیکی رفتار نماید.

**۵۳۵-** زن و شوهر گرامی بدانید که [بنا به گفته پیامبر اسلام ﷺ] «آن کسی که با مردم نشست و برخاست نماید و بر آزار و اذیت آنان صبر نماید بهتر از آن کسی است که با آنان مخالفت نماید و بر آزار و اذیتشان صبور نباشد».<sup>۱</sup>

**۵۳۶-** لازم است که در سبک و روش زندگی روزمره تنوع و نوآوری وجود داشته باشد.

**۵۳۷-** سفرهای دوره‌ای، چالاک‌ی و شادابی در زندگی لازم است و کسی که در هنر آسوده زیستن خوب نباشد از هنر خوب عمل کردن نیز بی‌بهره است.

**۵۳۸-** توجه و تمایل به روابط اجتماعی، خانوادگی و پیوند خویشاوندی [لازم است].

**۵۳۹-** بر هریک از زن و شوهر لازم است که روزانه دعاها و اورادی را تکرار نماید حتی اگر چند آیه‌ای از قرآن باشد و و آنچه از قرآن، حدیث، شریعت و سیره‌ی اصحاب -رضی الله عنهم- که برایش میسر است، حفظ نماید.

**۵۴۰-** اگر همسرت سکوت و خاموشی را برگزیده است، او را به سخن گفتن مجبور نکن و یا با شکایت از افسردگی او، بر او عیب مگیر بلکه روش‌هایی را برای خارج شدن از افسردگی به او پیشنهاد کن.

**۵۴۱-** بر شوهر لازم است که سخنان عاشقانه و محبت‌آمیز به همسرش هدیه کند و ستایش از او را فراموش ننماید زیرا زن همواره نیازمند چنین برخوردی است.

**۵۴۲-** بر هریک از زن و شوهر لازم است که مناسبت‌های خوشایند و غافل‌گیرکننده را برای طرف دیگر فراهم نماید زیرا این عمل تأثیر بسیار مثبتی بر خانواده دارد.

**۵۴۳-** بر هریک از زن و شوهر لازم است که در ارتباطش با طرف مقابل تحول و دگرگونی مثبتی ایجاد کند زیرا هریک از آنان انتظار دارد طرف مقابل به ایجاد تحول در خود اهتمام ورزد پس لازم است که این تحول و دگرگونی محقق شود.

**۵۴۴-** گسترده نمودن دایره‌ی توجهات و آرزوها در محیط خانواده به نشاط رابطه‌ی زناشویی، نوآوری در زندگی و باز نمودن افق‌های جدید برای گفت‌وگوی خانوادگی منجر می‌شود.

**۵۴۵-** در خود رابطه‌ی زناشویی موانع و خطرانی وجود ندارد که باید از آن‌ها اجتناب شود بلکه این موانع در درون و نهاد زن یا شوهر وجود دارند.

**۵۴۶-** مناسبات و مراسمات زناشویی و خانوادگی مانند مولودی گرفتن برای نوزاد و یا مراسم برای موفقیت و قبولی فرزندان و یا شفایافتن یکی از اعضای خانواده از بیماری نشان دهنده توجه و اهتمام به زندگی و شریک زندگی می‌باشد.

**۵۴۷-** جشن‌ها و مراسمات برای مناسبت‌های مختلف زندگی یکی از ابزار مؤثر و هدفمند برای بیان عشق و احساسات و فزونی محبت بین زن و

شوهر می‌باشد.

**۰۵۴۸-** دقت در هنر پیشکش نمودن هدایا حتی اگر سمبولیک و یا ساده باشند، لازم است زیرا این عمل، روش مهمی در بیان عشق و احساسات بین زن و شوهر می‌باشد.

### «خشکی احساسات»

زن گرامی! اگر از کمبود عبارات و سخنان عاشقانه و محبت‌آمیز از طرف شوهرت در رنج و ناراحتی هستی، لازم است که موارد زیر را مورد توجه قرار دهی

**۰۵۴۹-** اگر خواهان تغییر در رفتار شوهرت می‌باشی، اول به تمرین در تغییر رفتار خودت پرداز.

**۰۵۵۰-** به شوهرت فرصت بده تا بر احساسات تو که در هنگامه‌ای عاطفی و یا در حین توجه و اهتمام به او از تو صادر می‌شود، آگاه شود.

**۰۵۵۱-** نتیجه‌ی توجهات تو به شوهرت، او را تحریک می‌کند تا با روشی عاطفی همواره تو را مورد توجه قرار دهد.

**۰۵۵۲-** کلمات عاشقانه را در گوش او بخوان تا او نیز یاد بگیرد چگونه آن‌ها را به کار گیرد و همراه با سخنانی عاطفی و بیاناتی احساس برانگیز به او اجازه بده که انس و الفت را در کنار تو احساس کند.

**۰۵۵۳-** با خودبینی بر شوهرت بخل نورز و بر توست که با تبسم و پذیرش کامل تلاش‌های او در زندگی را تشویق نموده و او را دل‌گرم نمایی.

**۰۵۵۴-** منتظر میان تا او آنچه را که تو می‌دانی، کاملاً برایت بازگو نماید و از کوشش و تلاش‌های خود در ارتباط با شوهرت ناامید نشو و بر آن صبر کن.

**۰۵۵۵-** از افکاری که باعث خشم و غضب تو می‌شود، دور باش و اجازه‌ی پرورش آن‌ها را در ذهن خود نده و بهانه‌هایی برای دفع آن پیدا کن.



**۵۵۶-** هنگامی که به علت رفتاری نادرست از شوهرت، خشمت برانگیخته می شود، رفتارهای دیگر او را که درست می باشد، به یاد آور و زمانی را که با شوهرت هستی با زمانی که او در کنارت نیست، مقایسه نما. در این صورت به زودی در می یابی که با او بودن برایت بهتر است.

**۵۵۷-** به تمام ستایش و تعریفاتی که از دوستان و یا همسایگان در مورد شوهرانشان می شنوی، باور نکن زیرا بعضی از آنان بدین وسیله می خواهند مباحث نمایند و عده ای دیگر می خواهند خشم تو را برانگیزند و گروهی دیگر می خواهند که بین تو و شوهرت اختلاف ایجاد شود.

**۵۵۸-** اگر بدانی که صبر تو بر رفتارهای شوهرت، چه اجر و پاداشی برای تو دارد، آرزو می کردی که رفتارهای ناخوشایندش بیشتر از رفتارهای خوشایندش بود زیرا حلم و صبر تو بر آن رفتارها اجر و پاداش زیادی نزد خداوند برای تو دربر دارد.

**۵۵۹-** اگر شوهرت بخواهد با تو آشتی کند، آن را بپذیر و او را بر این کار تشویق نما و اگر اشتباه از طرف تو بوده است و رفتار نادرستی با شوهرت داشته ای تو بر آشتی پیشقدم باش.

**۵۶۰-** زن گرامی تا آن جا که می توانی از سرزنش و انتقاد بر اعمال شوهرت کم کن زیرا سرزنش و انتقاد زیاد باعث می شود احساساتش جریحه دار گردد و در نهایت به تنفر او از تو منجر می شود.

**۵۶۱-** زن گرامی حتی اگر به خاطر سلامتی و صحت بدنی ات شده است، از زندگی زناشویی ات محافظت نما زیرا مطالعات نشان داده است که زن متأهل و راضی از زندگی زناشویی نسبت به زنی که دارای گرفتاری خانوادگی است، از دستگاه دفاعی بدنی قوی تری برخوردار است و به طور کلی افراد متأهل از دستگاه دفاعی بدنی قوی تری نسبت به افراد مجرد برخوردارند.

**۵۶۳-** نسبت به ازدواج و نتایج آن از جمله ثبات روحی و روانی حریص باش زیرا خیر تمام برای زن و جامعه در آن نهفته است.

**۵۶۳-** آن گونه که روان‌شناسان و جامعه‌شناسان تأکید نموده‌اند، شستشوی روزانه و تازه نمودن احساسات و عواطف، ازدواج را از مشکلات بزرگ مصون می‌دارد.

**۵۶۴-** بر زن و شوهر درک این امر لازم است که درخواست‌ها از شریک زندگی باید به صورتی واضح و روشن باشد، زیرا هیچ‌یک از زوجین نمی‌تواند همواره افکار طرف مقابل را بخواند.

**۵۶۵-** قانع شدن هریک از زوجین به این‌که او عاری از خطا و اشتباه است به معنی سپری نمودن زمانی طولانی در سرزنش طرف مقابل بدون اندیشه در حل مشکل می‌باشد.

**۵۶۶-** بر هر انسانی لازم است به یاد داشته باشد که عدم موافقت باطرف مقابل امری مشروع است و به معنی سوء نیت هیچ‌یک از طرفین نیست.

**۵۶۷-** درست نیست که به علت ترس از دست دادن عشق طرف مقابل، نکات منفی در مورد او را آشکار نکرد.

**۵۶۸-** زن و شوهری که به خاطر سلامت رابطه‌ی زناشویی از بیان لازم در مورد رفتار یکدیگر اجتناب می‌کنند و با هم صحبت نمی‌کنند در آینده بهای سنگینی برای سکوت خود خواهند پرداخت.

**۵۶۹-** لازم به ذکر است که مردان دوست دارند در نظر همسرانشان نمونه به نظر بیایند و هنگامی که بعضی از نواقص آن‌ها آشکار شود، تلاش می‌کنند احساسات خود را پنهان نمایند تا زنان بر آن‌ها آگاه نشوند.

**۵۷۰-** هر چه تمایل مردان به پنهان نمودن احساساتشان بیشتر شود، خشم آنان نسبت به همسرانشان بیشتر می‌شود و فاصله میان آن‌ها نیز بیشتر می‌گردد.

**۵۷۱-** هریک از زن و شوهر باید بداند که انسان کامل یافت نمی‌شود و کوشش برای نشان دادن هریک از طرفین به این‌که انسانی کامل است، نتایج معکوسی بر امر ازدواج می‌گذارد.

**۵۷۲-** بر هریک از زن و شوهر لازم است درک نماید که هر انسانی گاهی نیاز دارد که تنها باشد، در این صورت طرف مقابل باید این مسأله را بپذیرد و آن را به عنوان وجود مسأله‌ای خصوصی و یا عدم عشق و نیاز به همسر به حساب نیاورد.

**۵۷۳-** هنگامی که برای هریک از زوجین مشکلی پیش آید، به همدلی و پشت گرمی از سوی طرف مقابل بدون نصیحت و امر و نهی نیاز دارد.

**۵۷۴-** بر هریک از زن و شوهر در بنیاد خانواده واجب است که مسؤلیت ایجاد خوشبختی را به عهده بگیرد و به علت عدم خوشبختی در خانواده، طرف مقابل را سرزنش ننماید.

### «برانگیختن احساسات زناشویی»

**۵۷۵-** هنگامی که سستی و افسردگی به زندگی زناشویی رخنه کند، چاره‌ای جز تازه کردن روابط زناشویی و تقویت پیوندهای آن نیست.

**۵۷۶-** تقویت پیوندهای زندگی زناشویی مسؤلیتی مشترک بین زن و شوهر می‌باشد و از هریک از زوجین خواسته می‌شود که احساسات و عواطف خوابیده در نهاد خود و شریک زندگیش را برانگیخته و بیدار نماید.

**۵۷۷-** بر زن و شوهر لازم است که در پرورش احساسات عاشقانه و محبت‌آمیز و درک طرف مقابل کوشش نمایند. در حقیقت تلاش مداوم برای تازه کردن احساسات زندگی زناشویی، آن‌گونه که روان‌شناسان بر آن تأکید نموده‌اند، با پیروی از توصیه‌های زیر تحقق می‌یابد:

**۵۷۸-** اختصاص دادن زمانی برای گفت‌وگو به منظور استوار نمودن

روابط محکم بین زوجین و این که گفت و گو به صورت مستقیم باشد یعنی به دور از هر چیزی باشد که توجه زوجین را به خود جلب کند مانند تلویزیون، روزنامه و یا تلفن.

**۵۷۹-** گفت و گو از طریق تلفن نیز نقش مهمی در نزدیکی زن و شوهر دارد.

**۵۸۰-** لازم است که گفت و گو فقط به ناگواری‌ها و یا در مورد غذا و خوراک محدود نشود بلکه از احساساتی خوشایند یا هدفی معین و یا طرح و نقشه‌ای برای آینده سخن گفته شود.

**۵۸۱-** تمایل بر بقای احساسات عاشقانه و رومانتیک موجود بین دو شریک زندگی در گفتار و کردار لازم است.

**۵۸۲-** به کار بردن کلماتی شیرین و آرام بخش و عباراتی ناشی از ستایش و تعریف و تشکر اثر بزرگی در تقویت روابط محبت آمیز بین زن و شوهر دارد.

**۵۸۳-** احساسات عاشقانه و رومانتیک نباید فقط بر حرف و سخن محدود شود بلکه لازم است که اعمال انسان نیز بیانگر آن باشد برای مثال هدایای ساده، کنار هم بودن و رفتار مهربانانه در زندگی روزمره برای زن و شوهر لازم است.

**۵۸۴-** پناه بردن زن و شوهر به تغییر در روش زندگی و نوآوری و تنوع در آن یکنواختی و افسردگی در زندگی را از بین می‌برد.

### «نجوایی در گوش تو ای زن!»

به رغم این که مرد در بسیاری از اوقات به زنش احترام می‌گذارد و عشق و محبت خود را نثار او می‌کند، اما صفاتی وجود دارند که مرد نمی‌خواهد آن‌ها را در وجود همسرش ببیند. از این رو، ای زن گرامی و با هوش آهسته در گوش تو می‌خوانم تا این حقیقت را درک نمایی و محبت و احترام شوهرت را به خود از دست ندهی.

از بارزترین این صفات عبارتند از:

**۵۸۵-** زن سلطه طلب که همواره وجود شوهرش را نادیده می‌گیرد و با او در امور خانواده مشورت نمی‌کند و همواره به او دستور داده و امر و نهی می‌کند. این عمل باعث می‌شود که شوهر احساس نماید غرورش پایمال و شخصیتش خرد گشته است و از این رو درصدد جدایی بر آمده و یا آنچه را که از دست داده است، نزد شخص دیگری بجوید.

**۵۸۶-** دروغ، زیرا صداقت و راستی از مهم‌ترین عناصر پایداری و خوشبختی خانواده می‌باشد و شوهر به شدت از نیرنگ و دروغ زنش بیزار است و اگر گاهی سخنان او را باور کند با دیدی حقارت‌آمیز آن‌ها را می‌پذیرد.

**۵۸۷-** زن تندخو و بد اخلاق که به علت وجود پرخاشگری در نهادش، زندگی را بر شوهرش تنگ می‌نماید و همواره شوهرش را به علت اعمالی که انجام می‌دهد، مورد عقوبت قرار می‌دهد و با سخنانی تند و زبانی گزنده و کاشت نهال بیزاری و تنفر در درون افراد خانواده، برای شوهر و فرزندانش مشکلات زیادی به وجود می‌آورد.

**۵۸۸-** زن سخت‌گیر و بهانه‌جو که فقط در جوی طوفانی و التهاب‌آمیز می‌تواند زندگی کند و باعث به وجود آمدن اختلافات خانوادگی می‌گردد و رفتار و گفتاری غیر قابل تحمل دارد و خلاصه این‌که به اختلافاتی دامن می‌زند که باعث فرار شوهر از زندگی می‌گردد.

**۵۸۹-** زن گوشه‌گیر که تنها به امور مربوط به خود توجه می‌کند و از امور مختص به شوهرش فاصله می‌گیرد و از خلوت با خودش لذت می‌برد.

**۵۹۰-** زن بی‌تفاوت که تمام امور خانواده را برای شوهرش رها می‌کند تا او به انجام آن‌ها اقدام نماید و کاملاً خود را تسلیم اراده‌ی شوهرش می‌کند بدون این‌که شخصیت و وجود خود را به عنوان شریک زندگی اثبات نماید.

**۵۹۱-** زن لجاجت و یک‌دنده که فقط برای نشان دادن لجاجت و عناد خود در هر مورد خودسری می‌کند و لذت را فقط در اصرار بر خواسته‌های خود می‌بیند حتی اگر خواسته‌هایش اشتباه باشند. مرد از چنین زنی متنفر است.

**۵۹۲-** زن یک‌نواخت که ازدواج را آخرین هدف خود پنداشته است و از این رو زندگی‌اش را به صورتی یک‌نواخت جلو می‌برد و آمال و آرزوهای دیگری ندارد.

**۵۹۳-** بر هر زنی لازم است که به سبک و روش زندگی خود نظری بیندازد تا خود را از این صفات دور نموده و هدف والای ازدواج در خوش‌بختی و آرامش را تحقق بخشد.

### «نقش خانوادگی زن و شوهر در موفقیت ازدواج»

**۵۹۴-** رفتار انسان در هر مرحله از زندگی به زمان کودکی او برمی‌گردد و به این دلیل خوش‌بختی پسران و دختران در امر ازدواج به رفتارها و طبیعت اولیه دوران کودکی برمی‌گردد.

**۵۹۵-** پسر بچه و یا دختر بچه‌ی پرورش یافته در خانواده‌ای خوش‌بخت که در آن زن و شوهر با عشق و محبت و تفاهم با هم رفتار نموده‌اند، در آینده همسری موفق خواهد شد.

**۵۹۶-** زن و شوهر در خوش‌بختی و یا بدبختی زناشویی پسران و دختران خود در آینده نقش سرنوشت‌ساز و مهمی را بازی می‌کنند.

**۵۹۷-** نقش والدین دختر به مراتب سنگین‌تر و سخت‌تر از نقش والدین پسر است زیرا ناکامی و عدم موفقیت در امر ازدواج در درجه اول به رفتار زن مربوط می‌شود.

**۵۹۸-** لازم است که پدران پسران خود را در انتخاب شریک زندگی‌شان کمک نمایند.

**۵۹۹-** هنگامی که پسر شریک زندگیش را انتخاب نمود بر والدین لازم است که بر این انتخاب بازنگری نمایند.

**۶۰۰-** والدین باید از خود پرستی، وابستگی، سلطه‌طلبی و عشق افراطی شبیه به بیماری نسبت به فرزندان که بر خوشبختی آن‌ها خدشه وارد می‌کند به دور باشند.

**۶۰۱-** اگر پسر گزینه‌ی صحیح و مناسب را نپذیرد، باید با نرمی و مدارا و روشی آرام که احساساتش را جریحه‌دار نکند، پند و اندرز داده شود.

**۶۰۲-** نقش پدر و مادر مانند مجلس شورا می‌باشد که جوانب مسأله را به روشنی مورد بررسی قرار داده و توصیه‌ها و پیشنهادهایی را ارائه می‌نماید و امر مشورت را به نحو احسن به انجام می‌رساند.

**۶۰۳-** بر مادر لازم است که دخترش را برای ازدواج آماده نماید تا با ازدواج و وظایف آن آشنا گردد و در آینده زنی عاقل و فرزانه شود که بتواند امور خانواده‌اش را به بهترین شیوه اداره نماید.

**۶۰۴-** پرورش اجتماعی و تربیت در کودکی، زن و شوهری را در آینده به وجود می‌آورد که شخصیتی متکی به خود دارند.

**۶۰۵-** روش تربیتی که متکی بر ناز و نوازش و عدم تحمل مسؤلیت و سهل‌انگاری و چشم‌پوشی در هنگام ارتکاب عمل نادرست باشد، پسر و دختر را تشویق می‌کند که در آینده نیز این روش را در پیش گیرند.

**۶۰۶-** مردد بودن والدین در به‌کارگیری روش‌های تشویق، تنبیه و زمان، موضوع، چگونگی و نتیجه‌ی آن در ایجاد شخصیتی وابسته تأثیرگذار است که در نهایت به عدم انسجام و هماهنگی رفتار و عدم نشست و برخاست با دیگران منجر می‌شود.

**۶۰۷-** مداخله‌ی آشکار والدین برای محدود نمودن روابط زناشویی بین زن و شوهر باعث ایجاد مشکلات دشوار و سخت شدن حل آن‌ها می‌گردد.

**۶۰۸-** زن و شوهر باید از بیان تمام جزئیات زندگی خود برای والدینشان پرهیز نمایند زیرا این عمل باعث ایجاد فاصله‌ی زیاد بین زن و شوهر می‌گردد و بذریعۀ عدم امنیت و دوری از گفت‌وگو را در درون آن‌ها می‌کارد.

**۶۰۹-** زن و شوهر باید در تمام امور کوچک و بزرگ میان خود، تفاهم داشته باشند و به جای ریختن بنزین بر آتش و شعله‌ور نمودن اختلافات، باید ضامن پیدا کردن و رسیدن به راه‌حلی باشند که هر دوی آن‌ها را راضی نماید.

**۶۱۰-** زن گرامی، بدان که از عوامل موفقیت تو در زندگی زناشویی، رابطه‌ی درست و مناسب تو با خانوادگی شوهرت می‌باشد.

**۶۱۱-** شوهرت نباید از رفتار تو با خانوادگی اش احساس تأسف نماید و مداخلات آنان در اختلاف بین تو و شوهرت هر چه باشد نباید تو را وادار کند که با آنان به بدی رفتار نمایی.

**۶۱۲-** زن نباید شوهرش را وادار نماید که بین او و مادرش یکی را برگزیند. هرگز نزد مادر شوهرت از شوهرت شکایت نکن زیرا هر چه باشد شوهر تو پسر اوست و امکان ندارد تو را بر او برتری دهد و این عمل ممکن است باعث دشمنی بین تو و مادر شوهرت گردد.

**۶۱۳-** دوستی، ارتباط و تمایل به خانوادگی شوهرت را بدون مبالغه و اغراق به شوهرت نشان بده تا او باور نکند که تو خلاف آنچه را که در باطن نهفته داری، آشکار نموده‌ای.

**۶۱۴-** زن گرامی، درست نیست که برای هر امر کوچک و بزرگی به خانوادگی پناه بگیری بلکه لازم است در زندگی استقلال داشته باشی و چنان رفتار کن که آنان احساس نمایند تو نیازمند پند و اندرز و پشتیبانی آن‌ها هستی.

**۶۱۵-** از مقایسه نمودن خانوادگی با خانوادگی شوهرت پرهیز بلکه



بکوش که آن‌ها را به هم نزدیک نمایی تا محبت و سازگاری بین خانواده‌ها بیشتر شود.

**۶۱۶-** زن گرمی بدان که وابسته بودن بیش از حد زن به مادرش و مداخلات پی‌درپی مادرش در امور زندگی زناشویی او از دلایل و عواملی است که باعث در تنگنا قرار گرفتن شوهر و برانگیختن خشم او می‌شود.

**۶۱۷-** زنان نباید در وابسته بودن به مادرانشان و تکیه بر آنان در هر امر کوچک و بزرگی زیاده‌روی نمایند.

**۶۱۸-** وابسته بودن بیش از حد زن نشان دهنده‌ی نقص در پختگی شخصیت اوست و او را در استقلال فکری و رفتاری از والدینش ناتوان می‌سازد.

**۶۱۹-** شوهر نیز باید این حقیقت را درک کند که وابسته بودن زن به ویژه در ابتدای زندگی زناشویی به خانواده و به ویژه به مادرش امری طبیعی است اما تا حدی منطقی و معقول که باعث تباهی زندگی زناشویی نشود.

**۶۲۰-** اگر شوهر درک کند که در نتیجه‌ی مداخلات آشکار مادرزنش، در منزلش استقلال ندارد و کسی دیگری غیر از او زمام امور خانواده را در دست دارد، باعث می‌شود که زن به درون خود مراجعه نماید و حدودی را برای استقلال خود قرار دهد.

**۶۲۱-** درگیری خانواده‌ی زن با خانواده‌ی شوهر بیشتر بر سر تصاحب مقام فرماندهی در زندگی زوجین می‌باشد.

**۶۲۲-** شوهر نباید بکوشد که زنش را به طور کامل از مادرش جدا کند زیرا این کار ستم و جفایی بزرگ است.

**۶۲۳-** شوهر نباید در امور منزل با زنش نزاع نماید به ویژه در زمانی که او را بر حق ببیند و نباید زنش را از مشورت با مادرش به ویژه در آنچه که اطمینان و اعتماد به نفس زن را بالا می‌برد و به تدریج وابستگی او را به

مادرش کم می‌کند، منع نماید.

**۷۲۴-** بر شوهر لازم است که حق مادرش را رعایت نموده و توجه و محبت بیشتری به او بنماید تا مادر احساس نکند که فرزندش از آن کس دیگری غیر از او شده است و عشق به فرزند باعث شود که او را به نزاع‌های حاشیه‌ای بکشاند.

**۷۲۵-** شوهر نباید تمام آنچه را که زنش در مورد مادرش می‌گوید، معتبر بداند و نباید به زنش اجازه دهد که پشت سر مادرش از او بدگویی کند تا دروازه‌ای برای بدی و شرارت در خانواده باز نشود.

**۷۲۶-** همواره این امکان وجود دارد که مادر زن یا مادر شوهر به علت دوست داشتن زیاد فرزندشان احساس کنند که فرزندشان دیگر به آن‌ها تعلق ندارد، در نتیجه در زندگی زن و شوهر مشکلات و دردهایی را ایجاد می‌نمایند، از این رو توجه به این مسأله بسیار لازم است.

**۷۲۷-** زن و شوهر باید با حکمت و بردباری به علاج مشکلات کوچک ناشی از دخالت خانواده‌های دو طرف پردازند و حدودی را برای زندگی خود برگزینند و تلاش نمایند که آن حدود را مراعات نمایند و به آن‌ها نزدیک نشوند.

**۷۲۸-** شوهر نباید تمام راهنمایی‌ها و سخنان مادرش را بر زندگی خود تطبیق نماید زیرا هر زن و شوهری طبایع و زندگی مخصوص به خود را دارند به این معنی که آن چیزهایی که برای خانواده‌ای سودمند است ممکن است مایه‌ی بدبختی خانواده‌ای دیگر گردد.

**۷۲۹-** زن نباید تمام وقایع جاری منزلش و به ویژه نزاع‌ها و اختلافات خانوادگی را برای مادرش بیان نماید تا شکاف اختلاف خانوادگی تنگ‌تر گردد و این اختلافات به خارج از خانواده سرایت نکند.

**۷۳۰-** زن باید مادر شوهرش را مادر خود به حساب آورد، با او مشورت

کند، قدر دان او باشد و به او احترام بگذارد.

**۶۳۱-** مادر شوهر نیز باید این حقیقت را درک نماید که عروستش تجربه‌ی زیادی در زندگی زناشویی ندارد و از این رو واجب است که با او به نرمی و مدارا رفتار کند، عذرخواهی او را بپذیرد و برای تقویت پیوندهای میان خود، او را مانند دختر خود به حساب آورد.

### «حوزه‌های ایجاد شکاف در رابطه‌ی زناشویی»

**۶۳۲-** در ارتباطات زناشویی ده منطقه‌ی خطر وجود دارد که از نزدیک شدن به آنها باید پرهیز نمود زیرا باعث شکاف در زندگی زناشویی می‌گردد.

**۶۳۳-** اولین حوزه‌ی خطر، آتش غیرتی است که اگر جلو آن گرفته نشود و تحت تصرف قرار نگیرد، می‌تواند رابطه‌ی زناشویی را از بین برده و نابود کند.

**۶۳۴-** زن و شوهر باید از اعمال مخاطره‌آمیز که آنها را در حوزه‌ی خطر قرار می‌دهد، دوری گزینند از جمله‌ی این اعمال تجسس و بازرسی است که به عنوان وسیله‌ای برای سلطه‌داشتن و خودکامگی به حساب می‌آید.

**۶۳۵-** غیرت بیش از حد که آدمی را به سمت خودکامگی می‌کشاند، باعث به وجود آمدن مشکلات بی‌شماری می‌گردد.

**۶۳۶-** دومین حوزه‌ی خطر در مورد اطفال است به این معنی که زوج‌های جدید تاب تحمل تغییر بزرگی را ندارند که از اضافه شدن عضوی جدید به اعضای خانواده و در نتیجه گرفتاری و مشغول شدن مادر به او ناشی می‌شود.

**۶۳۷-** زن باید در این حالت به شوهرش بی‌توجهی نکند بلکه حقوقش را رعایت نماید و به او اطمینان دهد که هنوز هم او را دوست دارد.

**۶۳۸-** براساس تحقیقی که مؤسسه‌ی گالوب انجام داده است، تأثیر اطفال در ایجاد مشکلات و اختلافات خانوادگی پنجاه و پنج درصد است.

**۶۳۹-** هرزگی و دل‌بستگی به دوران مجردی سومین حوزه‌ی خطر به حساب می‌آید، حالتی که برای مرد انتقال از زندگی مجردی و آزادی آن به زندگی زناشویی و استقرار آن، سخت به نظر می‌رسد. پس بر زن و شوهر لازم است به تفاهمی برسند که ارتباط مداوم بین آن‌ها را در چارچوبی سالم و مشارکتی فعال قرار دهد.

**۶۴۰-** چهارمین حوزه‌ی خطر سکوتی است که مردان بیش از زنان به آن دچار می‌شوند؛ زمانی که شوهران هنگام ورود به منزل مانند فردی لال سکوت می‌کنند و زن احساس می‌کند که شوهرش به او بی‌توجهی می‌کند.

**۶۴۱-** اگر انسان ساکت بماند و امور خانواده را رها کند تا بر روی هم انباشته گردد و زندگی زناشویی را با از بین رفتن تدریجی آن به خطر اندازد، نشانه‌ی حماقت است.

**۶۴۲-** بسیار مشکل است که از شریک زندگی انتظار داشته باشی که به طور مداوم افکار درونیت را بخواند.

**۶۴۳-** مشارکت فعال بین زن و شوهر در هنگام خشم و اندوه و لحظات عادی و یا مشکل زندگی باعث به وجود آمدن تفاهم و انسجام خانوادگی می‌گردد.

**۶۴۴-** پنجمین حوزه‌ی خطر، پول و مادیات می‌باشد. اختلاف نظر در مسایل مادی و دخل و خرج خانه باعث به وجود آمدن مشکلات خانوادگی می‌گردد.

**۶۴۵-** توافق در مورد دخل و خرج و نیازمندی‌های زندگی چه زیاد باشد و چه کم، لازم و ضروری است.

**۶۴۶-** نباید پول به عنوان برگ برنده در ارتباطات زناشویی از طرف زن یا

شوهر به کار برده شود.

**۶۴۷-** ششمین حوزه‌ی خطر، کار می‌باشد به این معنی که اگر کار به عنوان عاملی اساسی در ایجاد مشکلات زناشویی از طرف زن یا شوهر در آید، لازم است به خود رجوع نموده و در مورد آن فکری اساسی کنیم.

**۶۴۸-** لازم است که بین کار و خانه تعادل وجود داشته باشد زیرا زمانی که یکی از طرفین تمام وقت خود را صرف کار نماید، رابطه‌ی زناشویی با دشواری روبرو می‌شود.

**۶۴۹-** توجه به خانه و خانواده، ادای حق آن و اختصاص زمان مناسب برای آن از وظایف هر یک از زن و شوهر می‌باشد.

**۶۵۰-** خشونت، هفتمین حوزه‌ی خطر به حساب می‌آید و آن روش و برخوردی حیوانی است که با تمدن هیچ تناسبی ندارد اما متأسفانه بعضی از مردان در برخورد با همسرانشان از خشونت استفاده می‌کنند که در این صورت زن قربانی تحقیر و اهانت جسمی و روحی می‌گردد.

**۶۵۱-** زن نباید بهانه و فرصت به کار بردن خشونت را برای شوهرش مهیا نماید و نباید با لجباجت‌های بیش از حد خود و تحریک شوهر عرصه را چنان بر او تنگ نماید که عقل از کله‌اش بپرد و به خشونت روی آورد.

**۶۵۲-** خیانت زن و شوهر به یکدیگر از بالاترین درجات خیانت است و هشتمین حوزه‌ی خطر به حساب می‌آید.

**۶۵۳-** ارتکاب این گناه و حماقت یعنی به مسلخ کشیدن زندگی زناشویی و نابودی کامل آن.

**۶۵۴-** خانواده‌ی زن و شوهر و خویشاوندان آن‌ها به عنوان نهمین حوزه‌ی خطر مشکلی واقعی می‌باشند زمانی که در امور شخصی زن و شوهر دخالت کنند.

**۶۵۵-** خطر زمانی به کمین می‌نشیند که مادر شوهر موضعی دشمنانه

بگیرد و برای شکار خطاها و اشتباهات زن کمین نماید و درصدد تیره نمودن روابط صاف و زلال زوجین باشد.

**۶۵۶-** برای بسیاری از پدران و مادران سخت و دشوار است این حقیقت را بپذیرند که پسرشان پس از ازدواج اولویت دوست داشتن را به خانواده‌ی جدیدش بدهد.

**۶۵۷-** زن و شوهر لازم است که در ارتباطات با افراد خانواده و خویشان خود حدود و چارچوبی سالم و مناسب وضع نمایند.

**۶۵۸-** ارتباطات کاملاً خصوصی زناشویی دهمین و یکی از مشکل‌ترین حوزه‌های خطر به حساب می‌آید که باعث مناقشه بین زن و شوهر می‌گردد.

**۶۵۹-** بسیاری از مردم معتقدند که مرد، مسؤول هرگونه اشتباه در این نوع رابطه است.

**۶۶۰-** تحقیق مؤسسه‌ی گالوب نشان می‌دهد که دوازده زنان یکی از دلایل اختلاف و جدایی را به ماهیت رابطه‌ی کاملاً خصوصی بین زن و شوهر نسبت می‌دهند.

**۶۶۱-** هنگامی که رابطه‌ی انسانی بین زن و شوهر تیره و بد باشد، آمیزش زناشویی همانند آینه‌ای است که واقعیت را نشان می‌دهد.

### «سازگاری زناشویی»

**۶۶۲-** خوش‌بختی زناشویی همراه و همگام با سازگاری زناشویی می‌باشد.

**۶۶۳-** سازگاری زناشویی به پرورش و رشد پیوندهای عاطفی ناشی از محبت و همدردی، زیاد شدن نگرانی‌ها و اندیشه‌های مشترک، تعدد نمادهای نشاط زناشویی، موضعگیری‌های همسان، ایمان و اعتقاد به ارزش‌های مشترک و احترام هریک از زن و شوهر به شخصیت طرف مقابل

بستگی دارد.

**۶۶۴-** سازگاری زناشویی مستلزم سازگاری با خانواده‌ی طرف مقابل است.

**۶۶۵-** برای سازگار بودن ناگزیر باید بین زن و شوهر رابطه‌ای صمیمی براساس همدردی و رضایت طرفین از یکدیگر وجود داشته باشد.

**۶۶۶-** سازگاری مستلزم این است که هریک از زن و شوهر با آسودگی خاطر و رضایت کامل مسؤولیت ازدواج و عواقب زندگی خانوادگی را بپذیرد.

**۶۶۷-** سازگاری به توانایی هریک از زن و مرد، به تبادل وجدانی یعنی درک احساس طرف مقابل و دادن پاسخ مناسب به آن بستگی دارد.

**۶۶۸-** سازگاری با روح اجتماعی همگانی و تعداد دوستان مشترک رابطه‌ی مستقیم دارد.

**۶۶۹-** کشمکش‌های تنبیهی و کینه‌جویانه‌ی مداوم ناگزیر به قطع پیوندهای عاطفی و رابطه زن و شوهر می‌انجامد.

### «گفت‌وگوی زن و شوهر»

**۶۷۰-** گفت‌وگو فرایندی است که ما در خلال آن کوشش می‌کنیم به اصول و شرایطی برسیم که از طرف مقابل می‌خواهیم و یا او از ما می‌خواهد.

**۶۷۱-** گفت‌وگو روشی است برای حل نزاع بین طرفین درگیر و دست‌یابی به سازگاری و راه‌حل‌های مورد قبول.

**۶۷۲-** گفت‌وگو نظامی برای تبادل و سازش است و زمانی رخ می‌دهد که طرفین احساس کنند مشکل مشترکی برای آنها پیش آمده است و بین آنها مقدار اطمینانی وجود دارد.

**۶۷۳-** آنچه که برای تمام نمودن گفت‌وگوی میان زن و شوهر مهم

می‌باشد، توجه و استفاده از معلومات و روش‌های قانع‌نمودن طرف مقابل به صورتی سازنده و فعال است. اگرچه برای گفت‌وگویی موفق و مفید، احاطه بر مطالب، مهم است اما دست‌یابی بر آن خودبه‌خود امکان‌پذیر نمی‌باشد.

**۷۷۴-** گفت‌وگو منجر به گشودن پرونده‌هایی می‌گردد که راه‌حل‌های جدیدی را در مقابل راه‌حل‌هایی که ممکن است به ضرر طرف مقابل تمام شود، ارائه می‌دهد.

**۷۷۵-** چانه‌زنی در مورد موضوعات یعنی ارائه‌نمودن بعضی از چیزها در مقابل چیزهای دیگر و ارائه‌نمودن راه‌حل‌ها برای مشکلات موجود و ثبت واضح آنچه در نهایت به دست آمده است، آخرین مرحله از مراحل گفت‌وگو می‌باشد.

**۷۷۶-** در گفت‌وگو نباید تقوای الهی و دعا و طلب رهنمونی به حق و عدل را فراموش نمود.

**۷۷۷-** در گفت‌وگو لازم است که مطالب مشخص و تعریف شده باشد، حقایق مورد جست‌وجو و کنجکاوی قرار گیرند و از فریبکاری و در هم آمیختن مطالب مختلف پرهیز شود.

**۷۷۸-** لازم است که زمان و مکان گفت‌وگو به گونه‌ای معین گردد که ویژگی‌های طرفین گفت‌وگو و آمادگی روحی و روانی آن‌ها را مد نظر داشته باشد.

**۷۷۹-** معین نمودن دستاوردها و توافقات و اصل قراردادن گفت‌وگوهای باقیمانده برای مرحله‌ای دیگر

**۷۸۰-** در گفت‌وگوهای زناشویی لازم است که برای راه‌حل‌های پیشنهاد شده جایگزین‌هایی نیز قرار داد.

**۷۸۱-** مهلت خواستن برای تفکر و بررسی موضوع غیر منتظره‌ای که طرف مقابل خواستار عرضه‌نمودن آن است.



**۶۸۴-** هر دو طرف باید به این پندار رسیده باشند که گفت‌وگو چیزی نیست مگر وسیله‌ای برای تصحیح و تعدیل میزان وظایف و حقوق طرفین همراه با لطف و مهربانی در زندگی زناشویی.

### «اجتناب از اختلافات زناشویی»

**۶۸۴-** انتخاب صحیح در امر ازدواج که مهم‌ترین معیار برای تحقق بخشیدن به انسجام و پایداری خانواده است بر توافق در اصول، ارزش‌ها، افکار، جهت‌گیری‌ها و تمایلات استوار است.

**۶۸۵-** اعتماد و اطمینان طرفین به یکدیگر، اساس ارتباط میان زوجین است تا در زندگی آن‌ها آرامش و انسجام جریان داشته باشد.

**۶۸۵-** هیچ‌یک از زن و شوهر نباید بیش از حد غیرت داشته و بدگمان باشد و یا این‌که بسیار ساده و نسبت به هرگمانی بی‌تفاوت باشد.

**۶۸۶-** غیرت و تعصب بیش از حد به پاره‌شدن ریمان محبت و گل‌آلود نمودن آب زندگی منجر می‌شود.

**۶۸۷-** میانه‌روی در غیرت باعث افزایش محبت و دوستی می‌گردد و طرف مقابل احساس می‌کند که مورد توجه و عنایت همسرش می‌باشد.

**۶۸۸-** بر زن و شوهر لازم است که هنگام بروز غیرت و بدگمانی نسبت به هم‌دیگر، خود را به صفت حلم بیارایند و عفو و بخشش را مدنظر داشته باشند.

**۶۸۹-** شوهر باید چنان رفتار کند که زنش مرتکب عمل حرام نشود و باید غریزه‌ی او را اشباع نموده و به آن جواب مثبت دهد زیرا صیانت و حفاظت از زن بر او واجب است.

**۶۹۰-** مرد به خاطر حفاظت از عفت و پاک‌دامنی زنش نباید مدتی طولانی از او دور باشد و او را در تنگنای شدید قرار دهد.

**۶۹۱-** زن باید از جواب ندادن به خواسته‌ی غریزی شوهرش بپرهیزد زیرا تن در ندادن به خواسته‌ی غریزی شوهر همچون کلنگی است که بنیان خانواده را منهدم می‌کند و یا باعث گرفتاری خانواده می‌شود و نیز خشم خداوند را به دنبال دارد.

**۶۹۲-** از روزه‌ی سنت زن بدون اجازه‌ی شوهرش نهی شده است زیرا عبادت سنت، عبادتی است که در درجه‌ی دوم قرار دارد ولی نزدیکی زن و شوهر عبادتی برتر است زیرا عبادتی بازدارنده از گناه است.

**۶۹۳-** بر شوهر لازم است که به این گفته‌ی پیامبر اسلام ﷺ توجه و عمل نماید که فرمود: «هرگاه یکی از شما با زنش نزدیکی نمود با نیکی و انصاف رفتار نماید به گونه‌ای که اگر قبل از زنش نیازش برآورده و ارضا شد صبر نماید تا زنش نیز نیازش برآورده شود».

**۶۹۴-** زن باید یار و یاور شوهرش در حالت فقر او باشد و اگر خود ثروتمند و دارا می‌باشد، به شوهرش کمک نماید و از مال خود به او عطا کند.

**۶۹۵-** باید از بخل پرهیز نمود زیرا پیامبر اسلام ﷺ می‌فرماید: «برای گناه انسان کافی است که در مورد نفقه دادن به آنان که خوراکشان بر او واجب است، بخل ورزد».<sup>۱</sup>

**۶۹۶-** اگر شوهر بر بخل اصرار ورزد، زن حق دارد به شیوه‌ای پسندیده از مال او به اندازه‌ی ضروری برای خود و فرزندانش بدون اجازه‌ی او بردارد.

**۶۹۷-** تولد فرزند دختر نباید باعث خشم و اوقات تلخی گردد زیرا دختران بخشش‌هایی از طرف پروردگار می‌باشند که خداوند در کتابش قبل از پسران از آنان نام برده است، آن‌جا که می‌فرماید: «به هرکس که بخواهد دختر می‌بخشد و به هرکس که بخواهد پسر می‌بخشد»<sup>۲</sup> پس فرزندان چه

دختر و چه پسر، بخشش و نعمت خداوند می‌باشند.

**۶۹۸-** شوهر نباید در خوراک و لباس فقط خودش را در نظر داشته باشد و توجهی به همسرش نکند زیرا این عمل تحکم کینه را در دل می‌کارد و پیوندهای دوستی و محبت را قطع می‌کند.

**۶۹۹-** [با توجه به حدیث پیامبر ﷺ] خلوت کردن و نشستن با برادر و یا نزدیکان شوهر به مثابه‌ی مرگ است و منظور تساهل و آسان‌گیری در ورود و خروج افراد به منزل، باعث تزلزل ارکان خانواده، فتنه‌انگیزی و از بین رفتن خانواده می‌گردد.

**۷۰۰-** به شدت باید از توصیف زنی برای دیگری در حضور شوهر، آن گونه که شوهر، او را در ذهن خود مجسم کند و هم‌چنین از توصیف شوهرش در مقابل زنان دیگر پرهیز نمود زیرا باعث به وجود آمدن دغدغه‌های بزرگ در ذهن انسان می‌گردد و دروازه‌ای برای شیطان باز می‌کند تا آدمی را به افکار نادرست بکشاند.

**۷۰۱-** بر زن لازم است که برای آگاه‌نمودن و خبردادن به شوهر در مورد خواسته‌های منزل، فرزندان و مشکلات آن‌ها زمان مناسبی را برگزیند.

**۷۰۲-** زن باید از هر نوع آرایش، ظرافت و زیبایی جسمی و اخلاقی فقط برای شوهرش و در داخل منزلش استفاده نماید.

**۷۰۳-** زن باید مثبت‌گو باشد و از منفی بودن و سرد بودن در رابطه‌ی زناشویی به دور باشد تا زندگی زناشویی‌اش از انسجام و پایداری برخوردار باشد.

**۷۰۴-** شوهر باید از تغییرات جسمی و روانی که در دوره‌ی قاعدگی بر زن می‌رود، آگاه باشد و در این مدت با نرمی و مدارا با زنش رفتار نماید.

**۷۰۵-** خداوند می‌فرماید: «و با زانتان به نیکی رفتار نمایید و اگر آن‌ها را نپسندیدید پس بدانید که چه بسا چیزهایی که شما نمی‌پسندید ولی خدا در

آن خیر زیادی قرار داده است».<sup>۱</sup>

۷۰۶- خداوند ارتباط نیک را با زنی که مورد پسند شوهر نیست، بر شوهر فرض نموده است تا شاید خداوند به علت فرو خوردن خشم، به او جزای خیر دهد و او نیز همسرش را ننگه دارد و از او جدا نشود.

۷۰۷- زن و شوهر باید بدانند که هیچ خانه‌ای با عشق خالی بنا نمی‌شود و در زندگی چیزهای دیگری چون رعایت و سرپرستی و حتی نکوهش و سرزنش نیز وجود دارند.

۷۰۸- زن و شوهر باید از بسیاری از امور ناچیز و بی‌اهمیت چشم‌پوشی نمایند و بدانند هیچ گلی بدون خار وجود ندارد.

۷۰۹- لازم است که زن و شوهر این حقیقت را درک کنند که ناگزیر صفتی که مورد پسند آنها نیست ممکن است در طرف مقابل وجود داشته باشد و در صورت به یاد آوردن آنها، صفات پسندیده‌ی طرف مقابل را نیز به یاد آورند و چه راست فرموده است پیامبر گرامی اسلام ﷺ که: «هیچ مرد مؤمنی از زن مؤمنی تنفر پیدا نمی‌کند زیرا اگر رفتاری از او مورد پسندش نباشد، رفتارهای دیگری نیز دارد که او از آنها راضی است».<sup>۲</sup>

## مشکلات زناشویی؛ شری که از آن گریزی نیست!

### «تندبادهای زندگی خانوادگی»

**۷۱-** بسیار به ندرت اتفاق می افتد که کشتی زندگی زناشویی در مسیر تندبادهای قرار نگیرد و مشکل است بتوان زن و شوهری را یافت که همواره از یک زندگی آرام و بدون رنج و ناگواری برخوردار بوده باشند.

**۷۲-** زن و شوهر باید اختلافات به وجود آمده در زندگی خودشان را امری واقعی و شری گریزناپذیر به حساب آورند.

**۷۳-** زن و شوهر باید این حقیقت را درک کنند که ثابت ماندن شرایط و احوال زندگی از محالات است و کمال، تنها از آن خداوند است و هر یک از ما در کنار داشتن صفات مثبت، دارای صفات منفی نیز می باشیم.

**۷۴-** روشن تعامل با اختلافات زناشویی از شخصی به شخص دیگر متفاوت است و از این رو تأثیر این اختلافات بر مسیر زندگی نیز متفاوت می باشد.

**۷۵-** اختلافات ساده‌ای که زن و شوهر به ویژه در اوایل زندگی با آنها مواجه می شوند به نزدیکی بیشتر و رشد محبت و تفاهم بین آنها منجر می شود.

**۷۶-** «چه بسیار چیزهایی که به ظاهر زیان آورند اما در واقع سودمند می باشند» بنابر این می توان گفت هر مشکلی که زن و شوهر با حکمت و تفاهم با آن برخورد نمایند، باعث می شود که هر یک از آنها بکوشد خود را فدای دیگری کند و ردای خودپرستی را از دوش خود بردارد. در گرفتاری‌ها

و بحرانهاست که جوهر انسان آشکار می‌گردد.

**۷۱۶-** تعامل خوب و نمونه با دشواری‌ها و ناگواری‌های زناشویی، فضایی از تفاهم، محبت و اخلاص را به وجود آورده و از آن پرده بر می‌دارد و این چیزی است که زوجین پیش از وقوع آن دشواری‌ها و مشکلات، تجربه نکرده بودند.

**۷۱۷-** تعامل بد با درگیری‌ها و کینه‌توزی‌های اتفاقی باعث ایجاد خلل در زندگی زناشویی می‌گردد و به انباشته شدن نظرات منفی در روان انسان منجر شده و جوی تلخ و ناگوار را به وجود می‌آورد.

**۷۱۸-** زن و شوهر باید این حقیقت را درک کنند که بر روی این کسره‌ی خاکی نمی‌توان انسانی را دقیقاً مطابق با انسانی دیگر یافت پس هر چه درجه‌ی شباهت، نزدیکی و تفاهم بین دو نفر زیاد باشد باز هم تفاوت‌هایی بین آنها وجود دارد.

**۷۱۹-** در حقیقت، اختلاف بین زن و شوهر امری موجود، طبیعی و حتمی می‌باشد.

**۷۲۰-** همواره نگاه ایده‌آل و خیالی به زندگی زناشویی قبل از ازدواج با زندگی واقعی و عملی و تفاوت‌های فردی بین طرفین باهم منطبق نیستند.

**۷۲۱-** زن و شوهر باید بفهمند آنچه از ناگواری‌ها، درگیری‌ها، لجاجت‌ها و تکیه‌ها که در زندگی دچار آنها می‌شوند، امراضی عارضی و اتفاقی هستند که با اندکی مدارا و انعطاف می‌توان آنها را درمان نمود.

**۷۲۲-** برای موفقیت در غلبه بر مشکلات چاره‌ای جز فداکاری و دوری از لجاجت و تحریکات منفی وجود ندارد.

**۷۲۳-** نگاه صحیح به مشکلات و ناگواری‌های زندگی و قرار دادن آنها در اندازه‌ای مناسب و تعامل با آنها با اندکی نرم‌خویی، انعطاف و عقلانیت باعث می‌شود که بتوان به راحتی بر آنها غلبه نمود قبل از این‌که باعث تباهی

و پوسیدگی کیان زندگی زناشویی گردند.

**۷۲۴-** زن و شوهر باید بفهمند که با مرور زمان تفاهم بین طرفین بیشتر می شود و هریک از آن‌ها به اخلاق و سرشت طرف مقابل آشنایی بیشتری پیدا می کند و زمانی که تفاوت‌ها بین زن و شوهر محدود گشته و زمینه‌ی تفاهم و شناخت هریک از دیگری بیشتر شود، بسیاری از مشکلات حل می شود.

### «روش‌های عملی برای حل اختلافات زناشویی»

**۷۲۵-** شایسته است که زن و شوهر با دیدی واقعی به اختلافات زناشویی بنگرند چرا که این اختلافات می توانند عاملی از عوامل گفت‌وگو و تفاهم باشند.

**۷۲۶-** روشی که زن و شوهر در مواجهه با اختلافات در پیش می گیرند، می تواند این اختلافات را از بین برده و یا این که باعث بزرگ شدن و دامنه دار شدن آن‌ها گردد.

**۷۲۷-** سکوت اختیار کردن در هنگام بروز مشکلات، راه حلی منفی و موقت است که در این صورت ناراحتی در درون انسان انباشته می گردد و باعث دل‌تنگی و عقده‌های روانی می گردد.

**۷۲۹-** هنگام حل مشکل، مصالحه باید شامل تمام جوانب گردد و از روی رضایت و آرامش خاطر باشد.

**۷۳۰-** از به کار بردن روش‌هایی که جولان دادن در آن‌ها امکان‌پذیر باشد و یکی از طرفین برطرف مقابل پیروز گردد، باید اجتناب نمود. به کار بردن این روش‌ها باعث می شود که با کوچک‌ترین تحریک و برخوردی آتشفشان درون به سرعت شروع به فوران کند.

**۷۳۱-** در حل اختلاف باید از به کار بردن روش‌هایی مانند طعنه زدن،

مسخره کردن، انکار کردن و اصرار بر خواسته‌ی خود دوری‌گزید زیرا باعث عمیق‌تر شدن ریشه‌های اختلاف می‌گردند.

**۷۴۲-** بر همه‌ی ما واجب است که پیامبر گرامی اسلام ﷺ را الگوی زندگی خود قرار دهیم؛ ایشان زیاده‌گو و ناسزاگو نبود و می‌فرماید: «بهترین شما خوش اخلاق‌ترین شماست».

**۷۴۳-** و نیز پیامبر خدا ﷺ می‌فرماید: «بدترین مردم در روز قیامت نزد خداوند کسی است که مردم از ترس شرش او را ترک کرده باشند».

**۷۴۴-** شوهر گرامی! بدان که اثر اختلافات و شدت فشار آن بر همسرت به ویژه اگر نسبت به تو عشق و محبت داشته باشد، باعث می‌شود که به علت طبیعت حساسش به ناراحتی‌ها و آشفتگی‌های زیادی دچار شود.

**۷۴۵-** از برتر دانستن خود به سبب مال، زیبایی، فرهنگ و نسب باید دوری‌گزید زیرا این عمل باعث گسستن پیوندهای رابطه‌ی زناشویی می‌گردد.

**۷۴۶-** هنگام برخورد با یک مشکل و یا حل آن باید از تعیین و یا پذیرش هرگونه قراری اجتناب ورزید مگر آن‌که در مورد آن به خوبی تحقیق و مطالعه شده باشد.

**۷۴۷-** لازم است که موضوع مورد اختلاف به خوبی بررسی و شناخته شود و مشخص گردد که آیا اختلاف واقعی است و یا این‌که سوء تفاهم می‌باشد. توضیح و آشکار نمودن حقیقت اختلاف، هدف مورد نظر زن و شوهر است و بیان صریح چیزهایی که باعث شدت اختلاف شده‌اند، باعث رفع سوء تفاهم می‌گردد.

**۷۴۸-** با رجوع به نفس و محاسبه و شناخت تقصیرات آن و با احساس حضور در پیشگاه خداوند بزرگ و بلند مرتبه، خطایی را که طرف مقابل به تو نسبت داده است، ناچیز می‌شماری.



**۷۳۹-** زن و شوهر گرامی و عزیز! بدانید که هیچ بلایی نازل نمی شود مگر به واسطه‌ی گناهی و یکی از بلاها، اختلاف داشتن با کسی است که دوستش داری، محمد بن سیرین فرموده است: «من گناه و معصیت کردم را در رفتار زن و حیوان سواری‌ام درک می‌کنم» [یعنی هر بار که گناه می‌کنم، آن‌ها نیز با من به خوبی رفتار نمی‌کنند].

**۷۴۰-** باید اختلاف را محدود نموده و از دامنه‌دار کردن و انتشار آن بین مردم به گونه‌ای که از کنترل زن و شوهر خارج شود، اجتناب ورزید.

**۷۴۱-** باید موضوع مورد منازعه را معین و محدود نموده بر آن تمرکز نمایید. بدون آن‌که به اختلافات و اشتباهات گذشته رجوع نموده و یا پرونده‌های قدیمی را بگشایید زیرا این اعمال باعث دامنه‌دار شدن اختلاف می‌گردد.

**۷۴۲-** هریک از زن و شوهر باید مشکل خود را بشناسد و هیچ‌یک نباید درک و فهم خود را صحیح و عاری از اشتباه بداند و هر دوی آن‌ها لازم است بدانند که هر اختلافی قابل گفت‌وگو و مناقشه می‌باشد و هر اختلافی در همان ابتدا قابل حل است.

**۷۴۳-** در آغاز گفت‌وگو باید از نکات مثبت و مورد توافق و فضایل، سخن به میان آورده شود، زیرا این روش باعث رقیق شدن قلب، دور شدن شیطان، نزدیک شدن نظرها به هم و چشم‌پوشی آسان از بسیاری از چیزهایی که در درون آدمی نهفته است، می‌گردد.

**۷۴۴-** حقوق را همواره مانند چلچراغی جلو چشم خود قرار نده و آن را بیش از حد بزرگ نگردان و حقوقی را که از حقوق واجب تو نیست، حق اکتسابی خود قلمداد نکن و آن را مطالبه مکن.

**۷۴۵-** اعتراف به حق، فضیلت به حساب می‌آید، پس بر تو لازم است هنگام آشکار شدن خطایت به آن اعتراف نموده و بر آن اصرار نوری و هر

کدام از طرفین که چنین امری را تحمل کند و بپذیرد از شجاعت و اعتماد به نفس بالایی برخوردار است.

**۷۴۶-** اعتراف به خطا و اشتباه، راهی به سوی راستی و درست‌کاری می‌باشد و برطرف مقابل واجب است که از اعتراف‌کننده تشکر نموده و از او به خوبی یاد کند. «اعتراف به خطا بسیار بهتر از ادامه دادن به اشتباهات و امور باطل است».

**۷۴۷-** نباید از اعتراف به خطا به عنوان وسیله‌ای برای احمال فشار استفاده نمود بلکه باید آن را در لیست فضایل و اعمال ارزشمند و برجسته در روابط زناشویی قرار داد.

**۷۴۸-** باید بر رفتارها و سرشت‌های ریشه‌دار در هریک از طرفین مانند غیرت، صبر نمود، بر سرشت‌ها و طبایع طرف مقابل آگاهی یافت و با نرمی و مدارا تعاملی نیک با آن‌ها داشت.

**۷۴۹-** باید بر قسمت الهی راضی بود؛ اگر زن و شوهر در زندگی خیر و نیکی دیدند، باید خداوند را سپاسگزار باشند و اگر غیر از این دیدند، لازم است بدانند که مشکلات و اختلاف نظر بین تمامی افراد بشر وجود دارد و کمال تنها از آن خداوند است.

**۷۵۰-** هنگام خشم و عصبانیت نباید به مناقشه و حل مشکل پرداخت و لازم است آن را به فرصت دیگری موکول کرد تا خاطر انسان آسوده و اعصاب او آرام گیرد و بتواند به راه حلی درست دست یابد.

**۷۵۱-** باید از بعضی از حقوق چشم‌پوشی نمود، زیرا دست‌یابی به حل اختلاف زمانی که هر دو بر مطالبه‌ی تمام حقوق خود اصرار داشته باشند، بسیار مشکل است.

**۷۵۲-** زوجین باید با شرایط و احوال مختلف سازگاری داشته باشند. آرامش و عدم شتاب و ته‌ور بهترین شرایط را برای نگرش صحیح و راه حل

درست برای مشکلات فراهم می‌کند.

**۷۰۴-** زن و شوهر لازم است این حقیقت را بفهمند که خوشبختی در آرامش خاطر و راضی بودن به قسمت است و این‌که مال و ثروت سبب خوشبختی نمی‌گردد.

**۷۰۵-** در حقیقت موفقیت در یک زندگی آرام و بدون دغدغه و اضطراب و حرص و طمع نهفته است نه در قصرها و خانه‌های زیبا و مجلل.

**۷۰۶-** لازم است که از لغزش‌ها و خطاهای غیر عمد چشم‌پوشی نمود؛ کیست که در زندگی اشتباه نکرده باشد و کیست که تمام امورش نیک و درست بوده باشد؟

### «اختلافات در خانواده‌ی پیامبر ﷺ»

**۷۰۷-** پیامبر گرامی اسلام، حضرت محمد ﷺ، با نرمی و مهربانی و صفا ناپذیری با همسرانش رفتار می‌کرد.

**۷۰۸-** بین پیامبر ﷺ و عایشه -رضی الله عنها- اختلافی پیش آمد، پیامبر ﷺ به او فرمود: آیا راضی هستی که عمر رضی الله عنه بین من و تو داوری کند. عایشه جواب داد: هرگز راضی نیستم که عمر داور ما باشد زیرا او مردی خشن و سخت‌گیر است. پیامبر ﷺ فرمود: آیا به داوری پدرت راضی هستی؟ عایشه گفت: بلی. ابوبکر رضی الله عنه فرا خوانده شد و زمانی که در خانه‌ی پیامبر ﷺ حضور یافت، پیامبر ﷺ به عایشه فرمود: تو سخن می‌گویی و یا من سخن آغاز کنم. عایشه گفت: تو سخن بگو، اما چیزی غیر از حقیقت نگو. ابوبکر برآشفته شد، دستش را بلند نمود بر صورت دخترش عایشه سیلی زد. عایشه از دست پدر گریخت و پشت پیامبر ﷺ پناه برد تا این‌که پیامبر ﷺ به ابوبکر فرمود: به خدا قسم تو را برای این نخواستیم بودیم. هنگامی که ابوبکر از خانه‌ی پیامبر ﷺ خارج شد، عایشه از پشت پیامبر ﷺ برخاست و

پیامبر ﷺ از او خواست که نزدیک او بیاید اما او نیامد. پیامبر ﷺ با تبسم به او فرمود: چرا نمی آیی در حالی که چند لحظه قبل از ترس زدن پدرت به پشت من چسبیده بودی؟ هنگامی که ابوبکر برگشت، پیامبر و عایشه را دید که با هم صحبت می کردند و می خندیدند؛ پس به آن ها گفت: من را نیز در آرامش و آسایش خود شریک گردانید همان گونه که در ناراحتیتان من را شریک نمودید.

**۷۵۸-** آری، طریقه‌ی تعامل پیامبر ﷺ با اختلافاتی که گاه‌گاه در

خانواده‌اش بروز می کرد، بهترین راهنما و الگوی نیک برای زندگی ماست.

**۷۵۹-** روزی پیامبر ﷺ وارد منزل همسرش صفیه دختر حیی شد و او را

دید که گریه می کرد. از او پرسید چرا گریه می کنی؟ صفیه گفت: حفصه به من

می گوید که یهودی زاده‌ای بیش نیستم. پیامبر ﷺ فرمود: به او بگو همسر

محمد، پدرم هارون و عمویم موسی می باشد. پیامبر ﷺ این گونه اختلافات

را با روشی نیک و پسندیده و با کلماتی ساده و بدون مبالغه حل می نمود.

**۷۶۰-** پیامبر ﷺ در رفتار و برخوردش با دیگران نمونه بود. ایشان هرگز با

دستانش به زنی یا خدمتکاری و یا هیچ کس دیگری به جز در میدان جهاد در

راه خدا، ضربه‌ای نزده است.

**۷۶۱-** پیامبر ﷺ هنگامی که از زنانش خشمگین می گشت روش دوری و

ترک همخوابگی را به عنوان روشی برای علاج مشکل برمی گزید. ایشان

مدتی از همسرانش دوری گزید، زیرا آنان در طلب نفقه بیشتر او را در تنگنا

قرار داده بودند.

**۷۶۲-** سوده دختر زمه بیوه زنی پیر بود و از زیبایی ظاهری بهره‌ای

نداشت. پیامبر ﷺ او را به عقد خود در آورد اما سوده همواره احساس

می کرد که پیامبر ﷺ به علت ترحم و نه به خاطر عشق او را به عقد خود در

آورده است و از این رو همواره در رنج بود. پیامبر ﷺ برای این که او را از این

حالت عذاب آور نجات دهد تصمیم گرفت که از او جدا شود و عزم خود را به اطلاع سوده رساند. سوده با این عمل، از ناراحتی روانی نجات یافت اما تقاضایی در دل داشت که آن را این‌گونه بیان نمود: «ای پیامبر خدا! من حرصی به زندگی زناشویی ندارم و پیر شده‌ام اما دوست دارم زمانی که خداوند در روز قیامت من را زنده می‌کند، همسر تو باشم پس من را طلاق نده و شبی را که نوبت من قرار داده‌ای به عایشه -رضی‌الله‌عنها- اختصاص ده.» پیامبر ﷺ از سخنان سوده متأثر شد، او را نگه داشت و با او با مهربانی رفتار کرد و بدین‌گونه درس دیگری از جوان‌مردی به ما داد.

**۷۶۳-** موضع پیامبر ﷺ در داستان افک، آن داستانی که نه تنها خانه‌ی پیامبر ﷺ بلکه تمام جامعه‌ی اسلامی را تکان داد، چراغی روشن فرا راه هر مسلمان می‌باشد به ویژه در زمانه‌ای که اتهام به زنان و یا شوهران با علت و یا بدون علت زیاد گشته است. پیامبر ﷺ پس از شنیدن شایعه‌ی افک با نرمی و ملایمت مخصوص به خود با عایشه -رضی‌الله‌عنها- سخن گفت و به او فرمود: «ای عایشه! خبرهایی این چنین به من رسیده است، اگر بی‌گناه باشی خداوند برائت تو را اعلام خواهد کرد و اگر دچار گناه گشته‌ای، از خداوند طلب بخشش نما و به سوی او توبه کن.» و خداوند وحی خود را از بالای هفت آسمان مبنی بر برائت عایشه -رضی‌الله‌عنها- نازل فرمود و قلب پیامبر ﷺ، عایشه -رضی‌الله‌عنها- و تمام مسلمانان را شاد نمود.

### «نمونه‌هایی از مشکلات زناشویی و راه‌حل آن‌ها»

زن خودسر و سرکش

**۷۶۴-** لجاجت و خودسری زن به تربیت نادرست و ریشه‌های آن در

دوران کودکی برمی‌گردد.

- ۷۶۵- سلطه‌ی شوهر و عدم مشورت او با همسر و نیز تحقیر رأی و نظر زن توسط شوهر، زن را به سمت لجاجت و سرکشی می‌راند.
- ۷۶۶- احساس نقص کردن توسط زن قبل از ازدواج به علت رفتار و برخورد خانواده‌اش منجر به لجاجت زن بعد از ازدواج می‌گردد تا بدین وسیله احساس نقص دوران پیش از ازدواج را تغییر دهد.
- ۷۶۷- لجاجت و خودسری می‌تواند در نتیجه‌ی عدم سازگاری با شوهر و احساس وجود دو سرشت متفاوت و دور از هم و پای‌بندی و اصرار شوهر به عادات نادرست خود به وجود آید که در این صورت زن با لجاجت و خودسری خود نشان می‌دهد که با رفتار شوهرش مخالف و خواهان ترک آن است.
- ۷۶۸- لجاجت می‌تواند از تقلید رفتار والدین زن نیز ناشی شود.
- ۷۶۹- اگر لجاجت در طبع و نهاد زن ریشه داشته باشد، شوهر باید صبر پیشه کند و از علت‌ها و اسبابی که باعث زیاد شدن لجاجت زن می‌گردد، اجتناب ورزد.
- ۷۷۰- شوهر با محبت، عطفوت، احترام و عدم اهانت به زن می‌تواند دل او را به دست آورد و بدین وسیله او را از صفت لجاجت خلاص نماید.
- ۷۷۱- بر زن نیز لازم است که بدانند با لجاجتش، تیشه به ریشه‌ی خانواده‌ی خود زده و در صدد نابودی آن است.
- ۷۷۲- لجاجت با شوهر و عدم اطاعت از او را هیچ شریعت، دین و آداب و رسومی قبول ندارد.
- ۷۷۳- زن باید بداند که مرد حق سرپرستی بر زن را دارد و رفتار زن و اطاعت او از شوهرش اطاعت از پروردگار است و به خاطر آن اجر و پاداش می‌گیرد زیرا شوهر می‌تواند بهشت و یا جهنم زن باشد.
- ۷۷۴- زن گرامی! این وصیت را به گوش دل بشنو: «کنیز شوهرت باش تا او نیز برده‌ی تو گردد؛ زمین او باش تا او نیز آسمان تو گردد».

**۷۷۵-** زن گرامی! این حقیقت را درک نما که با اطاعت از شوهر و توجه به تمایلات مشروع او از ارزش و قدر تو کاسته نمی شود.

**۷۷۶-** آثار اطاعت از شوهر در خانواده‌ی تو منعکس می گردد به گونه‌ای که شوهرت تو را دوست داشته باشد و قدر و ارزش تو نزد او بالا می رود و خداوند نیز از تو راضی می گردد و این بهترین چیزی است که هر زن می تواند در این دنیا به دست آورد.

### زن تندخو و سخت گیر

**۷۷۷-** تندخویی و سخت گیری زن از بزرگ ترین موانع موفقیت مرد است و همانند گردنه‌ای تنگ در راه موفقیت زندگی زناشویی می باشد.

**۷۷۸-** اگر زن تندمزاج، بدرفتار و سخت گیر باشد، تمام فضایی که یک زن واقعی با آن تشخیص داده می شود، از بین رفته و قدر و ارزشی برای زن باقی نمی ماند.

**۷۷۹-** تندخویی و سخت گیری زن در اخم کردن های مداوم، اصرار بر خواسته ها، عیب جویی از مرد و اثرپذیری از هر امر آشکار می شود.

**۷۸۰-** سخت گیری زن از تندخویی و اثرپذیری سریع او ناشی می شود.

**۷۸۱-** زن باید متکبر و سرکش نباشد و به خطایش اعتراف کند و با جدیت، پشتکار و بردباری این صفت نگران کننده را درمان نماید.

**۷۸۲-** زن گرامی! بکوش که در صدد ساختن فضایی آرام در خانواده باشی و صدايت را پايين بياوري و به جای شتاب در پاسخ، به تدریج به درک مسایل بپردازي که در این صورت صفت تندخویی تغییر خواهد کرد.

**۷۸۳-** اگر تندخویی زن ناشی از عدم رضایت او از سطح مادی و معیشتی خانواده باشد، لازم است بدانند که پیامبر گرامی اسلام ﷺ به ما دستور داده است که در امور دنیوی به پایین تر از خود بنگریم نه به بالاتر از خود.

**۷۸۴-** زن گرامی! به جای تندخویی و شکایت از زندگی، حتی اگر با سخنان خوب و عبارات زیبا هم شده است، به شوهرت کمک کن.

**۷۸۵-** زن گرامی! از زندگی خود راضی باش و بدان که قناعت و بی‌نیازی درونی، ثروت واقعی است نه زیادی مال و اموال؛ خوش‌بختی در آسودگی خاطر است نه در افزایش مال.

**۷۸۶-** اگر تندخویی زن به علت فرزندان زیاد و خستگی ناشی از کارهای زیادی است که بر دوش او گذاشته شده است، بر شوهر لازم است که وقت خود را چنان تنظیم نماید که در پرورش فرزندان به همسرش کمک نماید و از تجربه‌های دیگران نیز بهره‌مند شود.

**۷۸۷-** اگر تندخویی زن به علت بیماری باشد، بر او لازم است که نزد پزشک رفته و در کامل نمودن دوره‌ی درمان تا شفا یافتن از آن بیماری کوشا باشد.

**۷۸۸-** اگر تندخویی ناشی از روابط نزدیک و خصوصی زناشویی باشد، زن باید آشکارا و بدون ملاحظه آن‌چه را که باعث اوقات تلخی او شده است با شوهرش در میان بگذارد اما اگر علل اضطراری و پیشامدهای موقتی باعث تندخویی شده است، بر زن لازم است که صبر و بردباری پیشه نماید تا آن علت‌ها خود از میان بروند و اگر تندخویی به نقص اعضای بدن برگردد، چاره‌ای جز درمان و علاج نقص وجود ندارد.

**۷۸۹-** شوهر باید با نیکی و نرم‌خویی با زنش رفتار و مدارا نماید و این فرموده‌ی پیامبر گرامی اسلام ﷺ را به خاطر داشته باشد که فرمود: «بهترین شما کسی است که بهترین رفتار را با خانواده‌اش داشته باشد و من بهترین شما از لحاظ رفتار با خانواده می‌باشم».

**۷۹۰-** زن نیز باید نسبت به سرشت و اخلاق شوهرش صبر نماید و با او به نیکی رفتار نماید تا این‌که خداوند به اذن خود رفتار شوهرش را اصلاح نماید.



## زن ولخرج

**۷۹۱-** اسراف یعنی ریخت و پاش و گذشتن از حد معقول و منطقی و خداوند چه راست فرموده است که: «در حقیقت اسراف کنندگان، برادران شیاطین می‌باشند».<sup>۱</sup>

**۷۹۲-** موفقیت شوهر در کارش بی‌ارزش می‌گردد زمانی که زن یا شوهر ولخرج باشد و نتواند به درستی در ثروت و دارایی خود تصرف نمایند.

**۷۹۳-** اسراف و ریخت و پاش ممکن است نتیجه‌ی سال‌ها زندگی در تنگدستی، فقر و بی‌پولی باشد اما علت هر چه باشد از اسراف و ولخرجی به شدت نهی شده است.

**۷۹۴-** در میان انواع زنان، نوعی وجود دارد که ثروت و دنیا را به عنوان دروازه‌ای برای چشم و هم‌چشمی و رقابت و سبقت با دیگران در نظر می‌گیرد و هرگاه چیز جدیدی را ببیند و یا در مورد آن بشنود، به سرعت درصدد خرید آن بر می‌آید در حالی که ممکن است اصلاً آن را در زندگی به کار نبرد و فقط برای فخر فروشی و چشم و هم‌چشمی مبادرت به خرید آن نموده است.

**۷۹۵-** زن عزیز و گرامی بدان که رقابت و سبقت تنها در چیزی جایز است که خدا و پیامبرش به آن راضی باشند و آن هم سبقت گرفتن در اعمالی است که باعث مغفرت الهی می‌گردد آن‌جا که خداوند متعال می‌فرماید: «به سوی مغفرت پروردگارتان و بهشتی که عرض آن به اندازه‌ی آسمان و زمین است و برای پرهیزگاران آماده شده است، سبقت گرفته و بشتابید».<sup>۲</sup>

**۷۹۶-** زن گرامی! بدان که ثابت ماندن شرایط و احوال از محالات است و

روزگار در میان مردم می‌چرخد، کسی که امروز ثروتمند است، فردا ممکن است وضع زندگیش تغییر یابد.

**۷۹۷-** بدان که اسراف و ولخرجی باعث از دست رفتن و تباهی مال دنیا می‌گردد و در آخرت نیز عقاب الهی را به دنبال دارد.

**۷۹۸-** اسراف و ولخرجی شخصیتی شکننده را به وجود می‌آورد که قادر به تحمل سختی‌های زندگی و صبر و بردباری بر مشکلات نیست، پس فرزندان را از این فساد و تباهی دور نگه دار.

**۷۹۹-** بدان که در مورد خرج کردن مال، محاسبه خواهی شد؛ چه بسیارند گرسنه‌ی محروم، یتیم بینوا، بیمار نالان و افتاده و آواره‌ی مال از دست داده؛ پس در هنگام ناز و نعمت، به نیازمندان صدقه بده زیرا صدقه خشم خدا را فرو می‌نشاند و مایه‌ی فزونی مال و اموال می‌گردد.

**۸۰۰-** اسراف باعث می‌شود که انسان برای برآورده کردن نیازهای مادی‌اش به حرام پناه ببرد که مایه‌ی تباهی و گناهی بزرگ است.

**۸۰۱-** زن گرامی! لازم است به سیره‌ی نیکوکارانی که خداوند به آنان نعمت مال و دارایی بخشیده است نظری بیفکنی و ببینی که آنان عدالت جو بوده و از اموال خود صدقه داده‌اند و عمر بن خطاب چه راست گفته است آن‌گاه که به فرزندش عبدالله فرمود: «آیا هر چیزی را که آرزو کنی و مورد اشتیاق باشد، می‌خری؟» (نباید چنین کنی).

### زن سهل‌انگار و نامنظم

**۸۰۲-** بسیاری از شوهران از بی‌نظمی و شیوه‌ی نظافت خانه به گونه‌ای که مورد رضایت آنان باشد، اظهار شکایت می‌کنند.

**۸۰۳-** بی‌توجهی به بچه‌ها و نزاع و درگیری آنان با یکدیگر خانه را زیر و رو کرده و باعث ایجاد مشکلات می‌شود.

**۸۰۴-** زن همانند کارگری کوشا در خانه عمل می‌کند و کارهای سنگینی مانند پخت غذا، غذا دادن به بچه‌ها و تمیز نمودن اطاق‌ها و محیط خانه را بر عهده دارد.

**۸۰۵-** با تنظیم درست و توافق بین زن و شوهر می‌توان مشکلات مربوط به بچه‌ها را حل نمود مثلاً می‌توان بچه‌ها را به مهد کودک فرستاد تا با همسالان خود در اوقات فراغت بازی کنند.

**۸۰۶-** زن و شوهر با توافق بین خود می‌توانند زنی را به عنوان مستخدم به خانه آورده تا در امور مربوط به منزل و سرپرستی بچه‌ها به زن خانه کمک کند اما باید در این امر احتیاطات لازم را مد نظر داشت و نباید تمام مسؤلیت خانه را حتی برای چند ساعت و یا اوقاتی محدود به دوش مستخدم گذاشت بلکه او باید به عنوان دستیار زن خانه باشد و به او کمک کند.

**۸۰۷-** شوهر باید به زنش کمک نماید و مسؤلیت امور منزل را همراه با او متحمل شود و در این مورد پیامبر گرامی اسلام ﷺ بهترین الگو می‌باشد.

**۸۰۸-** پرورش بچه‌ها و تمرین دادن آن‌ها برای داشتن نظم و تنظیم وقت و امور مربوط به خود از طرف والدین، به حل مشکل کمک می‌کند.

**۸۰۹-** زن گرامی! تنظیم وقت، هنری است که بدون تمرین فراگرفته نمی‌شود.

**۸۱۰-** عمل نمودن به برنامه‌ها و جدول‌های روزانه، هفتگی و ماهانه برای تنظیم امور منزل همراه با مقداری انعطاف، فایده‌ی زیادی برای خانه و زن خانه دارد.

**۸۱۱-** تنظیم وقت باعث صرفه‌جویی در وقت و تلاش آدمی می‌گردد.

**۸۱۲-** تنظیم وقت و امور منزل دل شوهر را شاد نموده و شوهر در فضای تمیز، پاکیزه و نیروبخش احساس آرامش و راحتی می‌کند.

**۸۱۳-** تنظیم وقت درس تربیتی مهمی برای فرزندان است و نظم و نظافت را به آن‌ها می‌آموزد به گونه‌ای که به آن عادت کنند.

**۸۱۴-** تنظیم وقت و نظم در امور منزل زمانی کافی برای استراحت شخصی زن و فراغت کافی برای انجام امور ویژه مورد علاقه‌اش فراهم می‌کند و باعث حل بسیاری از مشکلات می‌گردد.

**۸۱۵-** شوهر باید درک کند که همسرش انسانی است از گوشت و خون و تاب و توان ویژه و محدودی دارد و نباید امور منزل او را خسته کرده و از پای در آورد.

**۸۱۶-** شوهر باید بفهمد که اگر می‌خواهد اطاعت شود باید اوامرش در محدوده‌ی تاب و توان زنش باشد و باری بیش از حد توان بر دوش او نگذارد و با او سخت‌گیر نباشد.

## کار زن

**۸۱۷-** اگر کار بیرون از منزل زن او را از انجام وظایفش در خانه از تربیت فرزندان و اداره امور منزل تا خدمت‌رسانی به شوهرش باز دارد، دست کشیدن از آن به مراتب بهتر و در مسیر موفقیت شوهر و زندگی زناشویی می‌باشد.

**۸۱۸-** زن باید بداند که موفقیت شوهرش در زندگی، موفقیت خود او به حساب می‌آید.

**۸۱۹-** از وظایف زن، همراهی با شوهر است و رسالت اول او در خانه و در میان فرزندانش می‌باشد.

**۸۲۰-** اگر زن بخواهد که شخصیت حقیقی خود را اثبات نماید، زمینه‌ی این کار با تربیت فرزندان بر اساس اخلاق، اصول و ارزش‌ها برای او فراهم است.

**۸۴۱-** اگر زن در داخل منزل و در انجام امورش موفق باشد، شوهر نباید احساس غیرت و سلطه‌طلبی نماید، بلکه باید زنش را کمک نموده و او را تشویق نماید زیرا موفقیت زن، موفقیت شوهر و فرزندان نیز به حساب می‌آید.

**۸۴۲-** زن با تنظیم وقت و سرپرستی امور منزل و فرزندان می‌تواند کار بیرون از منزلش را نیز ادامه دهد مادامی که هر صاحب حقی به حق خود برسد.

**۸۴۳-** زن نباید کار و زندگی زناشویی‌اش را با هم مقایسه کند زیرا وظیفه‌ی اول او زن خانواده و مادری است و بعد از آن‌ها، اگر فرصتی فراهم شد، نوبت کار است.

**۸۴۴-** زن نباید به خاطر کارش با زندگی خانوادگی‌اش بازی کند و آن را به خطر بیندازد زیرا هر چند در کارش موفق باشد، نمی‌تواند این موفقیت را با صمیمیت و گرمی خانواده و امنیت و آرامش زناشویی عوض نماید.

### احترام نگذاشتن به خانواده

**۸۴۵-** ممکن است پسر خانواده، دختری را انتخاب کند که خانواده‌اش آن انتخاب را رد کنند و یا این‌که بردباری نمایند و پسر بدون رضایت خانواده‌اش با آن دختر ازدواج کند و این ازدواج باعث ایجاد احساس کینه و دشمنی بین زن و خانواده‌ی شوهر گردد.

**۸۴۶-** چه‌بسا زن یا شوهر به خانواده‌های یکدیگر احترام نگذارند به این علت که ارتباط با آن‌ها را خوشایند ندانسته و یا بر آن‌ها احساس برتری نمایند.

**۸۴۷-** والدین نباید در ازدواج دختر و یا پسرشان با کسی که اهل صلاح و نیکوکاری است و هیچ‌گونه شک و شبهه‌ای بر او وارد نیست، مانع تراشی کنند.

**۸۴۸-** خانواده نباید پسر و یا دخترشان را با زور و اجبار و ادار به ازدواج با افراد فامیل و یا غیره نمایند زیرا اساس ازدواج راضی بودن به طرف مقابل می‌باشد.

**۸۴۹-** عدم خشنودی خانواده از ارتباط با خانواده داماد و یا عروسشان به رغم وجود صفت صلاح و ایمان در خانواده‌ی آن‌ها، بذرکینه و تنفر را در دل‌ها می‌کارد زیرا در این عمل احساس سوءنیت وجود دارد.

**۸۴۰-** خانواده در صورت عدم رضایت ازدواج پسرشان با یک دختر باید با آرامی او را پند و اندرز دهند و او را از عیب و نقص‌های دختری که می‌خواهد با او ازدواج کند، آگاه نمایند.

**۸۴۱-** زن گرامی! احترام گذاشتن به خانواده‌ی شوهرت و قدردانی از آن‌ها یک واجب شرعی می‌باشد و چه راست فرموده است پیامبر گرامی ﷺ که «از ما نیست کسی که به بزرگان ما احترام نگذارد و بر صغیران ما ترحم ننماید».

**۸۴۲-** محبت و احترام تو نسبت به خانواده‌ی شوهرت خیر زیادی را از جمله محبت و رضایت شوهرت، آرامش خانواده و فرزندان و خوش‌بختی آن‌ها را به تو برمی‌گرداند.

**۸۴۳-** رفتار خوب تو با خانواده‌ی شوهرت و قدردانی از آن‌ها، آنان را وادار می‌کند که از آن‌چه مایه خشم و ناراحتی توست، دست بردارند زیرا انسان اسیر احسان و نیکی است.

**۸۴۴-** زن گرامی! اگر در رفتار مادر شوهرت چیزی را دیدی که باعث ناخشنودی توست، مانند مادر خودت او را در نظر بگیر، به خاطر سن زیادش بر او ترحم کن و بر رفتار، تعصب و انتقاداتش صبر کن زیرا صبر تو بر رفتار مادر شوهرت رضایت شوهر و رضایت خداوند متعال را به دنبال دارد.

**۸۴۵-** نسبت به خانواده‌ی شوهرت حسن ظن داشته باش زیرا سوءظن

باعث برداشت‌های نادرست از رفتار و گفتارهای اهل خانواده می‌شود و دروازه‌ی درگیری و مشکلات را به روی تو باز می‌کند.

**۸۴۶-** شوهرت را وادار کن که با والدینش به نیکی رفتار نماید، صله‌ی رحم را در مورد آن‌ها به جای آورد، در رضایت آن‌ها بکوشد و هرگونه شائبه‌ای را که بین او و خانواده‌اش پیش آمده است، اصلاح نماید.

**۸۴۷-** شوهر نباید در حضور مادر و یا یکی از افراد خانواده‌اش به زنش اهانت و یا از او انتقاد نماید زیرا زن با این عمل احساس خواری و سرشکستگی می‌کند.

**۸۴۸-** شوهر موفق کسی است که با مادرش به نیکی رفتار نماید و در حضور خانواده‌اش به زنش احترام گذاشته و از او قدردانی نماید.

**۸۴۹-** هنگامی که بین زن یا شوهر و خانواده‌ی طرف مقابل مشکلی به وجود آید باید علت‌های اصلی را یافت و درصدد معالجه‌ی آن بود.

**۸۵۰-** شوهر باید بین حقوق خانواده پدری و حقوق همسرش عدالت را رعایت نماید.

**۸۵۱-** شوهر باید به خانواده‌ی همسرش احترام بگذارد و آن‌ها را دوست داشته باشد و بکوشد که فضای محبت‌آمیز و مملو از اعتماد و اطمینان بین خود و آن‌ها به وجود آورد، در این صورت از عشق و محبت همسرش نیز بهره خواهد برد و از بروز بسیاری از مشکلات و سختی‌ها جلوگیری خواهد کرد.

### مداخله مداوم در کار شوهر

**۸۵۲-** مداخله‌ی زن در کار شوهر و کوشش در تحمیل نظرات و پیشنهادهايش، به شیوه‌ی غیر مستقیم، باعث به وجود آمدن مشکلات متعددی می‌گردد.

**۸۴۳-** شوهران اغلب به تمایلات همسرانشان در آگاه شدن بر اسرار کاری و تلاش برای شناخت آن‌ها جواب مثبت نمی‌دهند.

**۸۴۴-** زن گرامی! بدان که زیان‌ها و مضرات مداخله تو در کار شوهرت بیش از منافع آن است و پیامبر گرامی اسلام ﷺ راست فرموده است که: «از زیبایی‌های اسلام در وجود هر شخص این است که از آن‌چه به او مربوط نمی‌شود، دست بر می‌دارد».

**۸۴۵-** زن گرامی! ممکن است بگویی کار شوهرم به من مربوط می‌شود؛ اما باید بدانی که هر کاری دارای اسراری است که دست‌یابی غیر صاحب آن کار به آن‌ها باعث ضرر و زیان می‌شود و اثرات منفی به دنبال دارد.

**۸۴۶-** در میان اوراق مربوط به شوهرت و یا امور خصوصی او جست‌وجو نکن زیرا با این کار اعتماد او از تو سلب می‌شود.

**۸۴۷-** زن گرامی! بدان که رفتار و اعمال تو مورد توجه و دقت فرزندان می‌باشد و آن‌ها از تو یاد می‌گیرند که چگونه با امور خصوصی دیگران برخورد و رفتار نمایند.

**۸۴۸-** خواهر گرامی! بدان که هریک از ما دارای محدوده‌ای ولو کوچک از امور خصوصی متعلق به خود هستیم که نمی‌خواهیم دیگران به آن وارد شوند.

**۸۴۹-** خواهر گرامی! بکوش که به تدریج عادات بدت را تبدیل به عادات نیک نمایی و در این مسیر بردبار و مداوم باش.

### شوهر غیرتی

**۸۵۰-** میانه‌روی در غیرت امری مطلوب و مهم برای نیروبخشیدن به زندگی زناشویی و اظهار محبت بین زن و شوهر است.

**۸۵۱-** کسی که هیچ‌گونه غیرتی برای خانواده‌اش نداشته باشد، دیوث



است و رانده شده‌ی درگاه رحمت الهی می‌باشد.

**۸۵۲-** غیرت از شخصی به شخص دیگر بر اساس شخصیت، تربیت و ویژگی‌های روانی‌اش تفاوت می‌کند.

**۸۵۳-** غیرت بیش از حدی که پایه‌اش بر شک و سوءظن استوار باشد، همانند شعله‌ی آتشی است که زندگی زناشویی را سوزانده و آن را به جهنمی تحمل‌ناپذیر تبدیل می‌کند.

**۸۵۴-** کسی که اعتماد و اطمینان بکارد چیزی جز اعتماد و اطمینان برداشت نمی‌کند و شک و گمان نیز چیزی جز شک و گمان به بار نمی‌آورد.

**۸۵۵-** شوهری که بیش از حد غیرتی است همواره خود را عذاب می‌دهد و خیالات و اوهامی برایش متصور می‌شود که هیچ پایه و اساسی ندارد.

**۸۵۶-** شوهر گرامی! از غیرت بیش از حد و بدگمانی بپرهیز زیرا اگر زن تو دارای ایمان ضعیفی باشد، این عمل تو، او را به ارتکاب گناه وا می‌دارد.

**۸۵۷-** شوهر گرامی! بدان که پیامبر گرامی اسلام ﷺ فرموده است: «هیچ مردی نباید به خاطر بدگمانی و ترس از خیانت زنش و آگاه شدن به لغزش‌های او شبانه به خانه برگردد [اگر به جایی رفته باشد].»

**۸۵۸-** شوهر گرامی! مادامی که زنی با ایمان و با عفت را اختیار نموده‌ای، از وسوسه‌ها و شک و گمان‌ها به دور باش و خود و زنت را با این کار عذاب نده.

**۸۵۹-** زن گرامی! آگاه باش که چه بسا رفتار تو احیاناً باعث گردد که شوهرت ناخودآگاه غیرتی شود، پس مواظب رفتار خود باش.

**۸۶۰-** اگر از صفات، اخلاق و ظاهر مردی سخن بگویی و اظهار شگفتی بنمایی، شوهرت را به سوی غیرت و خشم شدید می‌رانی و چه بسا با این رفتار احمقانه زندگیت را نابود کنی.

**۸۶۱-** غیرتِ پسندیده صاحبش را از ارتکاب اعمال احمقانه و جرایمی که شیطان و وسوسه‌هایش باعث آن می‌شوند، باز می‌دارد.

**۸۶۲-** زن و شوهر باید از شک و گمان به هم‌دیگر اجتناب ورزند و نسبت به هم اعتماد و یقین داشته باشند.

**۸۶۳-** زن نباید شک و گمان شوهرش را تقویت نماید یا با مخالفت با او و نافرمانی از دستوراتش باعث زیاد شدن شک و گمان‌های او گردد.

**۸۶۴-** در صورت وجود فضای بدگمانی، بر زن واجب است به گونه‌ای با شوهرش رفتار نماید که انگار در حال گذر از یک بحران می‌باشند و در این بحران باید در کنار شوهرش باقی بماند و با مهربانی و عطف با او رفتار نماید و بی‌تفاوت نباشد و شک و شبهه‌های پیش آمده را برایش به روشنی توضیح دهد و به او اطمینان و اعتماد ببخشد.

**۸۶۵-** اگر زن غیرتی شد، شوهر باید با آرامش و مدارا با او رفتار نماید و به او اطمینان دهد و این سخن پیامبر ﷺ را به خاطر داشته باشد که فرمود: «زن غیرتی از بالای دره پایین آن را نمی‌بیند».<sup>۱</sup>

### شوهر بخیل

**۸۶۶-** بخل، صفت مورد تنفر مردم است و شخص بخیل دور از خدا و بهشت می‌باشد و نزدیک به شیطان و جهنم است.

**۸۶۷-** شوهری که بر خانواده‌اش بخل ورزد، نفقه‌ی آنان را نپردازد و برای آن‌ها خرج نکند، حق آنان را ضایع نموده است و پیامبر ﷺ فرموده است: «برای گناه انسان کافی است که حق کسانی را که نفقه‌شان بر او واجب است، ضایع نماید و خرج آن‌ها را نپردازد».<sup>۲</sup>

**۸۶۸-** پیامبر ﷺ شوهران را تشویق نموده است که از رزق واسعی که خداوند به آن‌ها عطا کرده است، به زنانشان انفاق نمایند و خرجی و نفقه‌ی

۲. مسلم این حدیث را روایت نموده است.

۱. روایت از ابن حبان است.

آنان را بپردازند آن گونه که خداوند در قرآن فرموده است: «هر صاحب مالی باید از مالش نفقه دهد».<sup>۱</sup>

**۸۶۹-** زن گرامی! پرهیز از این که به دروغ شوهر تنگدستت را به بخل متهم کنی.

**۸۷۰-** زن گرامی! بر روش زندگی جدیدت که شاید قبلاً به آن عادت نداشته‌ای، صبر کن و بدان که پس از هر سختی، راحتی و آسانی نیز خواهد آمد.

**۸۷۱-** ای زن با ایمان! بر توست قناعت زیرا قناعت گنجی است پایان‌ناپذیر و بدان که ثروتمندی، ثروتمندی دل و درون است.

**۸۷۲-** مدیریت خوب و صحیح و سپاسگزاری از خداوند بر تو واجب است زیرا شکرگزاری موجب فزونی نعمت است آن گونه که خداوند متعال می‌فرماید: «اگر شکرگزار باشید به تحقیق من نعمت‌های بیشتری به شما می‌دهم».<sup>۲</sup>

**۸۷۳-** با قناعت و رضایت از زندگی، محبت و قدرشناسی شوهرت را به دست می‌آوری، رستگاری و نجات و در نهایت بهشت را نصیب خود خواهی کرد همان گونه که محمدالمصطفی ﷺ فرموده است: «به تحقیق رستگار خواهد بود آنکس که اسلام آورد و به اندازه‌ی کافی روزی داده شد و به آنچه خداوند به او عطا نمود، قناعت ورزید».<sup>۳</sup>

### شوهر بد رفتار

**۸۷۴-** شوهری که عصبانی است، به زودی تحریک شده و سریع واکنش نشان می‌دهد و در تسلط بر اعمال و رفتارش سست است و از این رو به

۲. ابراهیم؛ ۷.

۱. الطلاق؛ ۷.

۳. روایت از مسلم است.

روش کتک زدن پناه می‌برد.

**۸۷۵-** کتک زدن روشی است در واکنش به بد رفتاری زن مانند اطاعت نکردن از شوهر و مخالفت و لجاجت با او.

**۸۷۶-** علاج زن نافرمانی که از شوهر اطاعت نمی‌کند، کتک زدن و اهانت کردن نیست.

**۸۷۷-** شوهر گرامی! بدان که روش کتک زدن و اهانت زبانی و روانی، روشی وحشیانه و به دور از بردباری و گذشت دینی و عرف و عادات صحیح می‌باشد.

**۸۷۸-** فرمانبردار کردن زن و اصلاح عناد و لجاجت او با رفتار خوب و پند و اندرز امکان‌پذیر است. اگر رفتار خوب و پند و اندرز فایده نداشت، از هم‌بستر شدن با او باید اجتناب ورزید.

**۸۷۹-** پیامبر ﷺ فرموده است: «زناتان را با شدت و خشونت نزنید» یعنی در صورت زدن آنان، آرام آنان را بزنید و به گونه‌ای افراط نکنید که باعث تنفر زن از شوهر گردد.

**۸۸۰-** شوهر نباید در صورت انجام هر کار ناخوشایند زنش شتاب نموده و او را به باد کتک بگیرد بلکه باید بردبار باشد و با هر عملی، رفتاری متناسب داشته باشد.

**۸۸۱-** پیامبر ﷺ از ناسزا گفتن به زن و کتک زدن شدید به ویژه زدن بر صورت زن نهی نموده و فرموده است: «نباید هیچ‌یک از شما زنش را همانند برده‌ای بزند و آن‌گاه در آخر روز با او هم‌بستر شود».<sup>۱</sup>

**۸۸۲-** شوهر گرامی! حق زن بر شوهر آن‌گونه است که پیامبر ﷺ فرموده است: «هنگامی که غذا خواست، او را سیر کند و اگر پوشاک خواست او را

پوشانند، به صورت او نزنند، به او ناسزا نگویند، او را رها نکنند مگر در منزلش»<sup>۱</sup>.

**۸۸۳-** زن و شوهر باید از پیامبر رحمت ﷺ الگو بگیرند و در شیوهی رفتار و حل مشکلاتی که با آن مواجه می‌شوند، روشی نیک همراه با محبت و تفاهم در پیش بگیرند. آن گونه که در حدیث شریف آمده است پیامبر ﷺ در زندگی‌اش دست بر روی هیچ زن و خدمتکاری بلند نکرد و به طور کلی کسی را نزد مگر این‌که در میدان جنگ و جهاد در راه خدا بوده باشد.

**۸۸۴-** بر هر یک از زن و شوهر لازم است که نسبت به رفتار طرف مقابل بردبار باشند، به سخنان هم‌دیگر گوش فرا دهند، در صدد بزرگ‌نمایی و تحریک مشکلات نباشند و با آرامش و حکمت در صدد رفع مشکل و شیرین کردن زندگی‌شان باشند.

## با هم بر سر راه خوش بختی و موفقیت

### «خانه‌ی نمونه»

**۸۸۵-** خانه‌ی نمونه، خانه‌ای است که بنیان آن از روز اول بر اساس تقوای خداوند و رضایت او پایه‌ریزی شده باشد.

**۸۸۶-** خانه‌ی نمونه در هنگام بروز اختلاف، به داوری قرآن و سنت پناه می‌برد.

**۸۸۷-** خانه‌ی نمونه در تمامی ابعاد، چه مادی و چه معنوی، ساده و بی‌پیرایه و به دور از مظاهر اسراف و تجمل‌گرایی است.

**۸۸۸-** خانه‌ی نمونه، خانه‌ای است پاک و پاکیزه و کسانی که در آن زندگی می‌کنند بسیار به پاکیزگی، زیبایی و نظافت توجه می‌کنند و دوستدار پاکی و نظافت می‌باشند.

**۸۸۹-** خانه‌ی نمونه، خانه‌ای است خالی از آشغال و حشرات؛ زیرا نظافت نشانه‌ی ایمان است و نباید مسلمان به یهودیانی که آشغال را در حیاط خانه‌هایشان می‌ریزند، شبیه باشد.

**۸۹۰-** خانه‌ی نمونه بر پایه‌هایی از آرامش، رحمت و مودت استوار گشته است و به دور از شلوعی و سرو صدا می‌باشد.

**۸۹۱-** خانه‌ی نمونه، خانه‌ای است که بر لب هر فرد خانواده، تبسمی آرام و دل‌نشین که عمیق‌ترین اثر را بر دل مردم می‌گذارد، نشسته است؛ تبسمی که پیامبر ﷺ در مورد آن می‌فرماید: «تبسم به روی برادرت، صدقه است».

**۸۹۲-** خانه‌ی نمونه، خانه‌ای است استوار بر پایه‌های مودت و رحمت،

آن گونه که خداوند متعال می فرماید: «و بین شما مودت و رحمت قرار دادیم.»<sup>۱</sup>

**۸۹۳-** خانه‌ی نمونه خانه‌ای است که برای هر کودکی در آن، تخت خوابی جداگانه قرار داده شده است؛ زیرا جدا نمودن جای خواب بچه‌ها از هم دیگر امری مطلوب و پسندیده است.

**۸۹۴-** خانه‌ی نمونه، خانه‌ای است که افراد آن با هم همکاری می‌کنند و کارهای خانه بر اساس توان، میان آنان توزیع شده است.

**۸۹۵-** خانه‌ی نمونه، تنها محیطی طبیعی است که کودکان مستقیماً از لحاظ جسمی، عقلی و روانی در آن پرورش می‌یابند.

**۸۹۶-** خانه‌ی نمونه، خانه‌ای است که سبب رشد و پرورش احساسات عاطفی، مهربانی، محبت، مودت، تعهد و مسؤلیت مشترک بین افراد خانواده می‌گردد.

**۸۹۷-** خانه‌ی نمونه محیطی آرام و بی‌خطر است که شوهر و فرزندان با شتاب به سوی آن پناه می‌برند تا اعصابشان آرام گردد، خاطری آسوده پیدا کنند و خوشبختی را تحقق بخشند.

### «خوشبختی در زندگی پس از چهل سالگی»

**۸۹۸-** زن گرامی! بدان که سن چهل سالگی، مناسب‌ترین زمان برای بازنگری در صحت کارهای گذشته و بلاها و امتحانات زندگیست می‌باشد.

**۸۹۹-** زندگی را ملک خود بدان و بعد از بزرگ شدن فرزندان و جدا شدن آنان بر زندگی عملی خود متمرکز شو و خود را وقف شوهر و زندگی کن؛ آن نوع زندگی که خواهان و آرزومند آن هستی.

۹۰۰- با برنامه‌ریزی درست و طرح‌های هدفمند و هوشیارانه می‌توانی از بهترین سال‌های عمرت بهره‌مند شوی و از بازدهی، رضایت و بهره‌مندی از آینده‌ای پر ثمر، لذت ببری.

۹۰۱- از آن‌چه در زمان گذشته اتفاق افتاده است، خود را رها کن و به یک زندگی جدید روی آور و بکوش که زندگیت را تازه و نو کنی.

۹۰۲- استعداد و مهارت‌های خود را مورد ارزیابی قرار ده و به کاری روی آور که موفقیت و رضایت را به تو ارزانی دارد.

۹۰۳- به ارتباطات اجتماعی و رفت و آمد با دوستان بیشتر توجه کن زیرا از لحاظ بدنی و عاطفی برای تو مفید است.

۹۰۴- از سلامت و تندرستی‌ات محافظت نما و به آراستگی و جوان‌نشان دادن خود توجه بیشتری بنما.

۹۰۵- امور مالی و اجتماعی‌ات را مرتب کن.

۹۰۶- با رسیدن به سن پختگی بکوش آن شخصی شوی که دوست داری.

۹۰۷- بکوش که همواره شاد باشی و بیشتر شادمانی کنی زیرا سبب سازندگی و نوآوری در زندگی می‌شود.

۹۰۸- به زندگیت معنی ببخش و به کشف خود پرداز تا بدانی که چه شخصیتی هستی.

۹۰۹- با داشتن روحیه‌ی بذل و بخشش و عطا از زندگیت لذت ببر و بخشش و عطایت را به چیزی مقید نکن و در قبال آن چشم‌داشتی نداشته باش.

## «آینده‌ای روشن برای ازدواجی پربار»

۹۱۰- هنگام برنامه‌ریزی و نقشه کشیدن برای آینده، زوجین باید به جای

کلمه‌ی «من»، کلمه‌ی «ما» را به کار ببرند.



**۹۱۱-** زن و شوهر باید از هم‌دیگر به نیکی یاد کنند و در سخن گفتن با دیگران نشانه‌هایی از احترام به هم‌دیگر را از خود بروز دهند و مثلاً بگویند که به داشتن چنین زن یا شوهری افتخار می‌کنند.

**۹۱۲-** زن و شوهر باید سعی کنند که نظراتشان با هم مطابقت داشته باشد و در هنگام سخن گفتن، هریک از آن‌ها از رأی و نظر طرف مقابل پشتیبانی کرده آن را تأیید نماید.

**۹۱۳-** هریک از آن‌ها باید خاطراتی را از اولین برخوردشان با هم‌دیگر در ذهن داشته باشند و جزئیات روزی را که در آن با ازدواج با یکدیگر توافق کردند به یاد آورده و از آن ذکری به میان آورند.

**۹۱۴-** هیچ‌یک از زن و شوهر با دیدی منفی به سختی‌ها و مشکلاتی که در زندگی مشترک با آن مواجه شده‌اند، ننگرند و بدانند که در آسمان زندگی ناگزیر باید ابرهای تیره و تاری وجود داشته باشند و روزی از این ابرها باران خیر و برکت فرو می‌بارد.

**۹۱۵-** گفت‌وگوی آرام و بحث در موضوع مورد اختلاف، یعنی اجتناب از بسیاری از درگیری‌ها و واکنش‌های ویرانگر.

**۹۱۶-** در هر موضوع یا رفتاری لازم است که قسمت نانوشته بین مسطور خواننده شود تا بتوان علت‌های عاطفی و پنهان را کشف نمود و به آن‌ها جواب مناسب داد.

**۹۱۷-** هنگامی که زن به شوهرش تلفن می‌کند و شوهر دیر جواب می‌دهد، سؤال زن از علت تأخیر و نگرانی از وضع شوهرش بیانگر یک مفهوم عاطفی ناشی از عشق و علاقه و وابستگی نهفته درونی آن‌ها به یکدیگر است پس باید به سؤال زن جواب مناسبی داده شود و علت آن رفتار و تأخیر را کاملاً به او فهماند.

**۹۱۸-** نباید بر احساسات شریک زندگی حکم صادر کرد، اگر زن یا شوهر

به گمان این‌که در قبال رفتارش پاداش مناسبی کسب نکرده است احساس رنجش کند و خشمگین گردد، مثبت‌ترین جواب به او در آن حالت ممکن است دردسرساز شود پس مادامی که تو وظیفه‌ات را آن‌گونه که مورد رضای خداوند است، انجام دهی، تاوانی بر تو نیست و خداوند به تو پاداش بهتری خواهد داد.

**۹۱۹-** انتقاد را با انتقاد جواب ندهید بلکه علت انتقاد را شناخت و به نظر طرف مقابل احترام گذاشت و با تدبیر و محبت در مورد آن انتقاد به بحث و تبادل نظر پرداخت.

**۹۲۰-** جواب دادن انتقاد با انتقاد هیچ کمکی برای رسیدن به هدف مورد نظر نخواهد کرد بلکه سبب به وجود آمدن کینه‌ها و دشمنی‌ها گشته و موانعی را در راه رسیدن به راه حلی خوب و مناسب به وجود می‌آورد.

**۹۲۱-** هنگام ناراحتی مزاج و احساس بیماری و یا آمادگی نداشتن باید از بحث و تبادل نظر در مورد مشکلات اجتناب ورزید.

**۹۲۲-** زن و شوهر باید از جاذبه و دافعه‌ی متعادلی برخوردار باشند، نه در تمایلات شدید و روی آوردن به یکدیگر باید افراط کنند و نه در دفع و راندن یکدیگر زیاده روی کنند. کوتاهی در تمایل به یکدیگر سبب از بین رفتن شوق و محبت بین زوجین می‌گردد.

**۹۲۳-** زن و شوهر باید در طول روز رفتارهای مهربانانه و محبت‌آمیزی با هم داشته باشند مانند نوازش کردن و بوسه‌های سرپایی زیرا این اعمال اثر فعالی در تقویت روان و افزایش دوستی و محبت بین زن و شوهر دارد.

**۹۲۴-** رک‌گویی، احساس آسودگی، سرکوب نکردن و پنهان نکردن احساسات و دغدغه‌های درونی زن یا شوهر در رشد و پرورش مودت و دوستی و تعمیق روابط محبت‌آمیز اثر مثبت دارد و به اذن خداوند ضامن آینده‌ای پر از خوش‌بختی در سایه‌ی زندگی دل‌پذیر و مسرت بخش است.

## «شوهرت را به سوی موفقیت راهنمایی کن»

**۹۲۵-** خوشبختی و موفقیت حقیقی زمانی برای انسان حاصل می شود که ببیند کسی که در کنار اوست، همواره در غمها و شادی های او شریک است.

**۹۲۶-** زن گرامی! با شوهرت مشارکتی فعال داشته باش، به او کمک کن و در هر شرایطی در کنار او باش و او را رها نکن.

**۹۲۷-** برای موفقیت شوهرت در کارش و به طور کلی در زندگیش همواره در کنار او باش زیرا در کنار هر مرد بزرگ، زن بزرگی وجود داشته است.

**۹۲۸-** زن گرامی! همه ی راه های ممکن را برای تحقق بخشیدن به موفقیت و رستگاری شوهرت در دنیا و آخرت در پیش گیر و تمام تلاشت را برای آن به کار ببند زیرا موفقیت او موفقیت توست و خوشبختی، امنیت و ثبات خانوادگی ناشی از موفقیت او به فعالیت تو برمی گردد.

**۹۲۹-** همواره به شوهرت یادآوری کن که در هر کاری با نیت پاک و خالص، خداوند را در نظر داشته باشد.

**۹۳۰-** چیزی را که در توان او نیست، از او نخواه تا به حرام و یا آنچه شبهه ی حرام دارد، پناه نبرد.

**۹۳۱-** سفارشت به شوهرت این گونه باشد «در مورد ما تقوای الهی را مراعات نما و به جز طعام و نان حلال برای ما تهیه نکن زیرا ما می توانیم بر گرسنگی دنیا صبر نماییم اما تاب و تحمل آتش آخرت را نداریم». [سفارش زنان اصحاب پیامبر ﷺ به شوهرانشان این گونه بود]

**۹۳۲-** شوهرت را به درستی و دقت در کار و عمل تشویق نما زیرا درستی در کار و عمل بهترین راه برای رسیدن به برتری و موفقیت است.

**۹۳۳-** به شوهرت کمک کن که در زمینه ی کارش آگاهی بیشتری پیدا کند

و به هر چیز جدیدی در مورد آن احاطه یابد.

**۹۳۴-** او را تشویق کن که با افراد موفق و آنانی که دارای همتی بلند هستند، نشست و برخاست نماید و از افراد تنبل و بیکار به دور باشد.

**۹۳۵-** سعی نکن که نظرت را بر شوهرت تحمیل کنی و یا در کار او بدون رضایتش تغییری انجام دهی.

**۹۳۶-** از صفات نیک شوهرت ستایش کن و موفقیت‌های مختلف او را به یادش بیاور.

**۹۳۷-** استعدادها و موهبت‌های او را کشف کن و او را در به‌کارگیری آن‌ها راهنمایی کن زیرا بعضی از مردم به وجود استعدادها و موهبت‌های حقیقی خود پی نمی‌برند اما کسانی که ارتباط نزدیکی با آن‌ها دارند، به وجود آن‌ها پی می‌برند.

**۹۳۸-** در پی بردن به نکات منفی کار و زندگیش و تلاش در بررسی آن‌ها و پیدا کردن راه علاج آن‌ها، با او مشارکت کن.

**۹۳۹-** پند و اندرزت را با روشی زیبا و با شیوه‌ای که او آن را قبول کند، انجام ده.

**۹۴۰-** اگر شوهرت با امر مشکلی مواجه و یا به ضرر و زیان دچار شد، بر توست چنان کنی که مشکل بر او آسان شود.

**۹۴۱-** در تعیین اهداف زندگی با شوهرت مشارکت کن زیرا با دقت و وضوح مشخص نمودن هدف، امر مهمی برای هر انسان به حساب می‌آید.

**۹۴۲-** در تعیین اهداف به واقعیت نزدیک شو و واقع‌گرا باش.

**۹۴۳-** به آرامی و با تدریج از اهداف خیالی دور شو تا شوهرت را نیز دچار خواب و خیال و آرزوهای غیر واقعی نکنی.

**۹۴۴-** در تعیین و دسترسی به اهداف اولویت بندی کن و مرحله به مرحله

جلو برو.

- ۹۴۵-** شوهرت را وادار نکن که در رسیدن به اهداف عجله کند.
- ۹۴۶-** لازم است که برای مصلحت خانواده، از بعضی از چیزهایی که برای خودت می خواهی، دست برداری.
- ۹۴۷-** بدان که پس از صبر، نوبت ظفر و موفقیت آید و موفقیت تا رسیدن به هدف، نیازمند رنج و کوشش و صبر است.
- ۹۴۸-** صبر و بردباری همراه با شوهر از ویژگی های زنان صالح و نیکوکار است. اسما دختر ابوبکر صدیق رضی الله عنه با زبیر بن عوام رضی الله عنه ازدواج نمود و سختی زندگی با او را تحمل نمود تا این که خداوند از روزی و خیر خود، نعمت فراوانی به او بخشید.
- ۹۴۹-** صبر زیبا آن است که حتی یک بار شکایت و عدم رضایت از موقعیت نداشته باشی، بلکه به قضا و قدر الهی همواره رضایت بدهی.
- ۹۵۰-** داشتن طرح و نقشه ی درست شرط اساسی موفقیت است.
- ۹۵۱-** زن گرامی! باید فضای ملایمی را برای شوهرت فراهم کنی تا او به طرح و نقشه ای درست دست یابد.
- ۹۵۲-** در فراهم آوردن آنچه که شوهرت برای انجام کارش نیازمند آن است، به او کمک کن.
- ۹۵۳-** اولویت بندی و تنظیم اهداف بر اساس اهمیت آن، لازم است.
- ۹۵۴-** اگر شوهرت در نتیجه ی شرایط بیرونی و یا خطای غیر عمد باعث وقوع عملی غیر از انتظار گردد، نباید او را سرزنش کنی.
- ۹۵۵-** با تشویق، ساده و انمود کردن کار و دور کردن کسالت و خستگی از زندگی شوهرت، در تقویت اراده ی او بکوش.
- ۹۵۶-** انتقاد سازنده رو به سوی خیر و صواب دارد و به کامل نمودن کار و رسیدن به موفقیت کمک می کند.
- ۹۵۷-** باید از وقت بهترین استفاده را ببری و با صرف وقت زیاد در دید و

بازدیدهای خانوادگی، حل مشکلات ساده و ناچیز کودکان و یا خریدن نیازهای خانه از بازار، وقتت را ضایع نکنی.

**۹۵۸-** همت بلند، پایه و اساسی برای رسیدن به موفقیت است و بر توست که خود را به آن بیارایی و تنبلی و سستی در زندگی را از خود برانی و در این مورد زنان پیامبر ﷺ بهترین الگو برای تو در داشتن همت‌های بلند می‌باشند.

**۹۵۹-** از غرور بپرهیز زیرا بزرگ‌ترین عامل از بین برنده‌ی موفقیت است و بدان که شکست، آخر راه نیست بلکه چه‌بسا اعمال مضرّی که سودمند واقع می‌شوند. اعتماد به خدا و سپس اعتماد به نفس و تشویق، عواملی اساسی در رسیدن به موفقیت می‌باشند.

**۹۶۰-** انسان موفق کسی است که انتقادپذیر باشد اگرچه پذیرش انتقاد برای بسیاری از مردم سخت است.

**۹۶۱-** انتقاد را باید با عقل مورد بررسی قرار داد نه با عاطفه. باید انتقاد سازنده را از انتقاد ویرانگر تشخیص داد.

**۹۶۲-** شوهرت را در پذیرش انتقاد و توجه به نکات مثبت آن کمک کن و با آرامش تمام، انتقاد او را در مورد خودت پذیرا باش زیرا شوهرت نزدیک‌ترین فرد به توست پس نمونه‌ای نیک در پذیرش انتقاد باش.

**۹۶۳-** به سرعت افرادی را که از شوهرت انتقاد می‌کنند، به دشمنی و حسادت نسبت به او متهم نکن.

**۹۶۴-** خطاها و اشتباهات را ساده و ناچیز مپندار بلکه آن‌ها را مورد بحث و بررسی قرار داده و به دنبال راه علاج آن‌ها باش.

**۹۶۵-** بدان که بیشتر مردم از پذیرش مسؤلیت می‌گریزند و از مسؤلیت عواقب آن می‌ترسند.

**۹۶۶-** ترس از مسؤلیت‌پذیری نتیجه‌ی تربیت نادرست در دوران کودکی است که باعث عدم اعتماد به نفس گشته است.

**۹۶۷-** بعضی از مردم به محض رسیدن به موفقیتی به آن قانع شده و به رغم توانایی و امکانات لازم برای ایجاد تغییر در خود، بر بیشتر از آن موفقیت آگاهی پیدا نمی‌کنند.

**۹۶۸-** اگر شوهرت از افرادی است که قید و بند خود را بر تغییر و دگرگونی ترجیح داده است، باید او را تشویق کنی و با دل‌گرمی دادش سبب شوی که به خود اعتماد به نفس پیدا کند.

**۹۶۹-** باید شوهرت را به پذیرش مسئولیت و عدم ترس از آن و عواقبش راهنمایی کنی.

**۹۷۰-** باید شوهرت را تشویق کنی که می‌تواند هر کاری را که به او سپرده شده است، انجام دهد و او را آگاه کنی که هر کاری در ابتدا ترس‌آور است اما پس از مدتی ترس از آن برداشته شده و امری عادی می‌گردد.

**۹۷۱-** باید روحیه‌ی شور و شوق و نشاط را در درون او بدمی و اهدافی را که برای خود برگزیده است، به یادش آوری.

**۹۷۲-** با شوهرت حرف بزن و برای او بیان کن که هرگاه انسان در کارش به مراتب بالاتری دست یابد، مسئولیت و عواقب آن سنگین‌تر و مشکل‌تر می‌شود.

**۹۷۳-** در مسئولیت‌پذیری، هیچ امر غیر ممکن و وجود ندارد بلکه هر چیز با اراده‌ی قوی، شوق و اشتیاق، خوش‌بینی و توکل و اعتماد بر خداوند در اول و آخر، امکان‌پذیر است.

**۹۷۴-** خودباوری از مهم‌ترین عوامل لازم برای موفقیت انسان در زندگی است و نیز سبب غلبه بر احساس درونی عدم امکان تغییر خود به سوی حالتی بهتر است.

**۹۷۵-** تغییر صفات و ویژگی‌های شخصیتی و روانی و حرکت به سوی حالتی بهتر، کار آسانی نیست اما غیر ممکن هم نیست.

**۹۷۶-** نسبت به رفتار و صفاتی که آنها را از شوهرت نمی‌پسندی و احساس می‌کنی موانعی در راه موفقیت می‌باشند، صبور و بردبار باش.

**۹۷۷-** با تغییر صفات و رفتاری که دوست داری از دست آنها خلاص شوی، از خودت الگویی برای شوهرت بساز.

**۹۷۸-** از هرگونه تغییر رفتار شوهرت به سوی حالتی بهتر حتی اگر ساده هم باشد، تعریف و تمجید کن و چنان رفتار کن که شوهرت احساس کند به شوهری چون او افتخار می‌کنی.

**۹۷۹-** مواظب باش که از انتقاد گزنده یا مدام انتقاد کردن از شوهرت اجتناب کنی زیرا سبب می‌شود که شوهرت چندگامی به عقب بردارد.

**۹۸۰-** زن باید درک کند که ماندنش در کنار شوهر و همراهی با او، او را به سوی جلو و خیر دنیا و آخرت می‌برد، پس باید سعی کند که این همراهی به بهترین وجه باشد.

**۹۸۱-** زن با ایمان در سختی‌ها و بلاهای زندگی، ترس و نگرانی را از وجود شوهرش می‌زداید و به او مزه‌ی خیر و نیکی می‌دهد و در تمام ناگواری‌های زندگی مادامی که شوهر بر مسیر راست و درست باشد، دستیار اوست و به او کمک می‌کند.

**۹۸۲-** زن گرامی! بدان موفقیتی که سبب تحلیل رفتن سلامت جسمی، روانی و اخلاقی شود، در حقیقت موفقیتی ویرانگر است.

**۹۸۳-** از این‌که شوهرت را به سوی موفقیت در امری سوق دهی که کار او نیست و توانایی انجام آن را ندارد، پرهیز نما زیرا او را دچار رنج و عذابی می‌کنی که در صورت شکست در انجام کار نیز دچار چنان رنجی نشود.

**۹۸۴-** آگاه باش که زندگی نیازمند نوعی تعادل است و اختلال در این تعادل، زندگی را مختل و ناگوار می‌کند؛ پس حق هر صاحب حقی را به موقع ادا کن.



### «تا با عشقی دایمی زندگی کنی»

ازدواج نیز مانند هر موجود زنده‌ای احتیاج به تغذیه و رعایت دارد تا از عشقی دایمی بهره‌مند گردد. از ویژگی‌های زنان و شوهران موفق در زندگی‌شان این است که از عشق اوایل زندگی‌شان محافظت می‌کنند و بر پرورش و تنوع آن کوشا هستند تا این عشق همواره شعله‌ور باشد و در خلال عبارات و اشاراتشان عشق درونی خود را ابراز می‌دارند. و به این منظور، کسی که خواهان بهره بردن از عشقی دایمی است، موارد زیر را دنبال نموده و آن‌ها را به کار بندد.

**۹۸۵-** این عبارت را با هم تکرار کنید: «باشد که خداوند در دنیا و آخرت ما را گردهم آورد»؛ نمونه‌ی عباراتی این چنین، بنیان ارتباط زناشویی را پایدار و سبب تقویت عشق و علاقه بین زن و شوهر می‌گردد.

**۹۸۶-** بیشتر کردن رفتارهای دوستانه، عاشقانه و محبت‌آمیز ساده‌که باوجود سادگی بسیار ارزشمند می‌باشند؛ از جمله این رفتارها عبارتند از: کشیدن پتو یا لحاف برطرف مقابل که خوابیده است، گذاشتن بالش برای طرف مقابل هنگام نشستن، گذاشتن لقمه در دهان طرف مقابل، چای دم کردن و گذاشتن آن در جلو طرف مقابل و...

**۹۸۷-** قرار دادن زمانی برای گفت‌وگو بین زن و شوهر و یادآوری اتفاقات شیرین گذشته.

**۹۸۸-** گفت‌وگو در مورد زمان حاضر و آینده و آمال و آرزوها سبب گرم‌تر شدن علاقه و ارتباط بین زن و شوهر می‌گردد.

**۹۸۹-** به میان آوردن تمایل هریک از زن و شوهر برای رفتن به اتاق خواب و مبادله‌ی گفت‌وگوهای خصوصی سبب زیاد شدن عشق زن و شوهر می‌گردد.

- ۹۹۰-** تأمین کمک و دل‌گرمی عاطفی هنگام نیاز به آن در حالاتی مانند این‌که زن حامله باشد که با درد و احساس زندگی می‌کند یا مرد بیمار باشد که زنش با مهربانی با او و رعایت او سبب دل‌گرمی او شود.
- ۹۹۱-** دادن هدایای مادی در مناسبت‌های معین و یا ناگهانی و بدون هیچ مناسبتی که غیر منتظره بودن آن بزرگ‌ترین اثر را بر ارتباط زناشویی دارد و به طور کلی هدایا در ذهن، نشان زیبایی از خود به جای می‌گذارد.
- ۹۹۲-** دعای زیاد بعد از هر نماز و در اوقات اجابت دعا مبنی بر دوام داشتن عشق بین زن و شوهر و طلب آن از خداوند.
- ۹۹۳-** هر یک از زن و شوهر با روح تسامح و بخشندگی و با خوش‌رفتاری با هم برخورد کنند.
- ۹۹۴-** چشم‌پوشی از نکات منفی و توجه به نکات مثبت و رفتار با یکدیگر آن گونه که دوست دارند و نه آن گونه که می‌خواهند.
- ۹۹۵-** به فرزندان‌شان بیاموزند که چگونه با بوسیدن، کمک کردن و فداکاری به والدین خود احترام بگذارند. اگر پدر در حضور فرزندان از مادر آن‌ها تقدیر نماید، مادر احساس شادمانی و سرور می‌کند و برعکس.
- ۹۹۶-** خوش‌بختی زن و شوهر به فرزندان‌شان منتقل می‌شود و برای آینده‌ی آنان الگو و رهگشا می‌شود پس زن و شوهر باید به خوبی به این مسأله اهمیت زیادی بدهند.

## «ظروف لذیذ برای خوشبختی زناشویی»

### ظرف اول

۹۹۷- مراد لازم و مقدار آن:

نیم لیتر صبر و بردباری؛

سه جبه از فراخی سینه و تسامح؛

ده جبه از حسن ظن به دیگران؛

نیت، توبه، خیر و مراقبت به اندازه‌ی لازم؛

روش پخت: خودت را آماده کن که با ایمان و عمل صالح هرگونه چرک

کینه و دشمنی را از خود بزدایی و پاک و پاکیزه شوی.

ظرف تقوی را جلو چشم خود بگذار.

مقداری از خیر و مراقبت الهی را با هم مخلوط کن و سپس مقداری از

مایع صبر و بردباری بر روی این مخلوط بریز.

فراموش نکن که مقداری از تسامح و گذشت هنگام قدرت را به انتهای

این مخلوط اضافه کنی.

مخلوط را در اجاق مجاهده با نفس قرار بده.

شعله‌ی آتش خشم و غضب را کم کن.

یک ساعت منتظر بمان و با خودت خلوت کن و نفست را محاسبه نما که

چه کارهایی کرده است.

مقداری توبه به سوی خدا و نیت خالص را به مخلوط اضافه کن تا

وعده‌ی غذایی از هرگونه شک و شبهه‌ای پاک گردد.

در نهایت ظرفت را با تبسم رضایت، تندرستی و عافیت زیباتر کن.

ظرف دوم: ظرفی احساساتی و شاعرانه

۹۹۸- مواد لازم و مقدار آن:

۵ کیلو از سخنان عاشقانه و محبت آمیز با کلماتی شیرین

فضای آرام؛

عطر عود و بخور؛

روشنایی ضعیف؛

سفره‌ی منظم شام؛

لیوانی پر از آب لیموی سرد همراه با نعناع؛

روش ساخت: مخلوطی چسبنده از فضایی آرام که عطر عود و بخور به

آن پاشیده شده است فراهم آور و مقداری روشنایی ضعیف به آن اضافه کن.

سفره‌ی شام را که برای دو نفر منظم و مرتب شده است و بر روی آن

بشقاب‌ها و لیوان‌های تمیزی قرار داده شده است، آماده کن و علاوه بر

غذای اصلی مقداری سالاد و شیرینی‌های متنوع نیز بر روی آن بگذار.

مواد اشتها آور را که عبارت است از تقدیم غذا به طرف مقابل به سفره

اضافه کن.

مقداری آب لیمو را همراه با نعناع در لیوانی بریز و با احترام آن را جلو

شوهرت بگذار و نصف مقداری از سخنان عاشقانه و محبت آمیز را به آن

اضافه کن و نصف باقی مانده را برای تزیین گوش‌ها و حس شنوایی شوهرت

بعد از صرف شام بگذار.

مخلوط را در قلب شوهرت قرار ده و یخچال نفست را در آن بدم تا سرد

شود.

احساسات خود را با مقدار باقی مانده از سخنان عاشقانه بپوشانید تا

ظرفتان پایان خوش و مطبوعی داشته باشد.

این ظرف غذا را می‌توان در تمام اوقات مصرف نمود اما بعضی ترجیح می‌دهند که شام آن‌ها باشد. نوش جان!

ظرف سوّم: ظرف روزانه

۹۹۹- مواد لازم:

لباسی ظریف و آراسته؛

موهای تمیز؛

مقداری مواد آرایشی مخصوص صورت؛

ترشحاتی از عطر مورد علاقه‌ی شوهر؛

تبسمی شفاف؛

کمی عشوّه و ناز؛

نوازش‌های مهربانانه؛

کلمات شوق برانگیز و خوشایند؛

روش ساخت: لباس زیبا و آراسته‌ات را با خرسندی بپوش و مقداری از عطر مورد علاقه‌ی شوهرت را بر روی آن پاش.

موهای تمیزت را به روشی جذاب آراسته کن و می‌توانی برای زیباتر نمودن آن‌ها از وسایل لازم استفاده کنی.

صورتت با مقداری از مواد آرایشی، آن‌گونه که شوهرت دوست دارد، آرایش کن.

مقداری از تبسم شفاف را بر مقادیر پیشین اضافه کن تا چهره‌ات درخشان‌تر شود.

بر مخلوط ساخته شده، کلمات شوق برانگیز و خوشایند را همراه با نوازش‌های مهربانانه و کمی عشوّه و ناز اضافه کن و آن را بر روی آتش محبت بگذار و سپس بر قلب شوهرت بریز و هر روز آن را گرم گرم بر روی سفره‌ی زندگی زناشویی بگذار.

از این نوع غذا به عنوان ظرف غذای روزانه استفاده کن زیرا سرشار از ویتامین‌هایی است که باعث تقویت جسم زندگی زناشویی می‌گردد. نوش جان!

**ظرف چهارم: ظرف حلوای چشم‌پوشی با نبات عفو**

۱۰۰۰- مواد لازم و مقدار آن:

چند کیلوگرم چشم‌پوشی؛

۷ قاشق از گردوی رنده شده‌ی خاطرات؛

نصف لیوان روغن وفای محلی اصیل؛

یک جلسه گذشت؛

یک بسته آرد کرامت و بزرگواری؛

مقداری شکر عشق؛

روش ساخت: اول، ساختن نبات عفو؛

پنج قاشق شکر عفو و بخشش از خطاهای شوهر مانند خشم و عصبانیت و کوتاهی از انجام خواسته‌ها را در یک لیوان آب صاف گذشت که از چشمه قلب بزرگ زن استخراج شده است، ریخته و بعد از به هم زدن، آن را بر سخاوت گردوی رنده شده‌ی خاطرات شیرین گذشته و دورانی از کامیابی اضافه کن که در آن شوهر برای زن ناز می‌کرد و وسایل مورد نیازش را برایش می‌خرید و همواره با سخنان زیبایش گوش همسرش را تزیین می‌نمود، سپس مخلوط به دست آمده را بر روی شعله‌ی آرام محبت قرار ده تا تبدیل به نبات عفو شود.

**دوم، ساختن حلوای چشم‌پوشی:**

مقدار چند کیلوگرم چشم‌پوشی را از هم جدا کن تا هوای تازه‌ی عفو به آن‌ها بخورد و آن‌ها را تازه و با طراوت کند و سپس آن‌ها را به خوبی با روغن وفای محلی اصیل به هم بیامیز تا تبدیل به یک معجون نرم شود. مقداری از

آرد کرامت را که با شکر عشق مخلوط شده است، بر روی معجون بریز تا آن را تمام بپوشاند و بوی مطبوعی پیدا کند و سپس آن را در ظرف قلب شوهرت ریخته و در فر اجاق خوشبختی قرار ده و در آن را به خوبی بیند تا هوای ابلیس داخل آن نشده و زیبایی و مزه‌ی لذیذ آن را از بین نبرد.

مدتی آن را در اجاق فرها کن تا به خوبی بپزد و پختن آن را با نگاه‌های محبت‌آمیز، سخنان ارزشمند و نوازش‌های مهربانانه‌ی شوهرت آزمایش کن.

بعد از پختن، مقداری نیات عفو را برای تزئین بر روی آن بریز و آن را در جلسه‌ی گذشت دوستانه با شوهرت حاضر کن.

## مراجع

www.naseh.org

١- ناصح للسعادة الأسرية

بثينة العراقي

٢- اسرار الزواج السعيد

عبدالله بن جاراالله

٣- الطريق للسعادة الزوجيه

٤- المشاكل الزوجيه وحلولها في ضوء الكتاب والسنة د. محمد عثمان

الخشيت

٥- مستشارك للسعادة الأسرية

عادل فتحى عبدالله

٦- الخلافات الزوجيه و حلول عمليه

د. ايرين كاسارولا

٧- توجهى اليه

بثينة العراقي

٨- اسرار فى حياة المطلقات

شماره ٨٠

٩- مجلهى «الاسرة»

عادل فتحى عبدالله

١٠- ادفعى زوجك نحو النجاح

تينا تسينا

١١- عشر قرارات ذكيه بحرمن الاربعين

احمد سالم

١٢- خطوة خطوة نحو الهدف

١٣- شبكهى اينترنتى الفوائد الاسلاميه

١٤- شبكهى اينترنتى الجواهر الاسلاميه

١٥- شبكهى اينترنتى مسلمه برج الحوار

16. www. Islam on line. net

17. www. maseh. net /cheis/chs/ugood/iuifhtm

18. www. mwzema. com