

سازی خانه

بایسته‌های
ساختن خانواده
ابوالفضل اقبالی



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سرشناسه: اقبالی، ابوالفضل، ۱۳۶۲
عنوان/پدید آور : خانه سازی(بایسته‌های ساختن خانواده) / نوشته ابوالفضل اقبالی
مشخصات نشر: قم: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاهها، دفتر نشر معارف، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری: ۱۲۰ص :. مصور (رنگی): ۱۱/۵×۱۹س.م.
فروست: سری کتابهای جشنواره روشنا
شابک: ۲-۷۶۱-۵۳۱-۹۶۴-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: کتابنامه
موضوع: آموزش زندگی خانوادگی
موضوع: خانواده‌ها - جنبه‌های قرآنی
موضوع: خانواده‌ها - جنبه‌های مذهبی - اسلام
موضوع: ارتباط در خانواده
موضوع: اقتصاد خانواده
شناسه افزوده: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاهها، دفتر نشر معارف
رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۳ خ ۲ / ۷ الف ۱۰ HQ
رده بندی دیویی: ۷۸/۶۴۶
شماره کتاب‌شناسی ملی: ۳۶۶۹۴۲۰



از سری کتاب‌های سبک زندگی

خانه‌سازی

بایسته‌های ساختن خانواده

ابوالفضل اقبالی



نشر معارف

خانه سازی

نویسنده ابوالفضل اقبالی ناشر دفتر نشر معارف
وابسته به نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در
دانشگاهها طرح جلد امیر اکبرزاده نوبت چاپ اول،
۱۳۹۳ تیراژ ۱۳۰۰۰ نسخه قیمت ۵۰۰۰ تومان
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۵۳۱-۷۶۱-۲

مراکز پخش:

مدیریت پخش دفتر نشر معارف قم، خیابان شهدا، کوچه ۳۲، شماره ۲، تلفن و نمابر: ۳۷۷۴۰۰۰۴ پاتوق کتاب قم (نیمه اول) خیابان شهدا، روبه روی دفتر مقام معظم رهبری، تلفن: ۳۷۳۵۴۵۱ پاتوق کتاب قم (نیمه دوم) ابتدای بلوار امین، بلوار جمهوری اسلامی، نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاهها، تلفن: ۳۲۹۰۴۴۴۰ پاتوق کتاب تهران خیابان انقلاب، چهارراه کالج، پلاک ۷۱۵، تلفن: ۸۹۱۱۲۱۲ پاتوق کتاب شیراز سیما ستری سینما سعدی، بین چهارراه ذوالانوار و چهارراه مشیرنو، پلاک ۱۵۰، تلفن: ۷۱۱۲۳۴۶۱۵ پاتوق کتاب مشهد چهارراه شهدا، خیابان آیت الله بهجت، نبش کوچه هفتم، تلفن: ۵۱۳۲۲۲۰۱۱۹ پاتوق کتاب کرمانشاه چهارراه مدرس، خیابان پزشکان، پلاک ۲۲، تلفن: ۸۳۱۷۲۳۸۴۱۱ پاتوق کتاب کرمان خیابان شهید مطهری، بین کوچه ۵۴ و ۵۶، تلفن ۰۳۴۱۲۳۳۱۴۶۶ پاتوق کتاب رشت خیابان امام خمینی، روبروی بانک رفاه، تلفن ۰۱۳۱۳۲۲۰۶۹۷ پاتوق کتاب تبریز میدان ساعت، انتهای خیابان مقصودیه، جنب سازمان فناوری اطلاعات شهرداری، تلفن: ۰۴۱۱۵۵۷۶۰۰۰ پاتوق کتاب کرج چهارراه طالقانی، به سمت میدان سپاه، بعد از زیرگذر، جنب هلال احمر، ساختمان دی، طبقه زیرزمین، تلفن ۰۲۶۳۴۴۲۵۲۹۰ پاتوق کتاب شهرکرد خیابان ولی عصر^ع، بالاتر از سه راه سینما، تلفن ۰۳۸۱۲۲۴۲۲۲۲ پاتوق کتاب قزوین چهارراه بنیاد شهید، روبروی بانک سپه و بانک مهر اقتصاد، تلفن ۰۲۸۳۳۳۶۲۸۰۶ پاتوق کتاب ساری میدان شهدا، خیابان ۱۸ دی، روبروی مسجد سیدالشهدا^ع، تلفن ۰۱۱۳۳۲۵۳۰۲۰ پاتوق کتاب ارومیه تقاطع خیابان رسالت و دستغیب، نبش چهارراه مافی، تلفن ۰۴۴۳۲۲۵۴۵۲۲ پاتوق کتاب اراک خیابان امام خمینی^ع، خیابان میزای شیرازی (مسجد سیدها)، ساختمان حوزه علمیه خواران، تلفن ۰۸۶۳۳۶۷۵۵۹۲ پاتوق کتاب اصفهان چهارراه تختی، ابتدای خیابان مسجد سید، روبروی بانک صادرات، تلفن: ۰۳۱۳۳۳۷۱۶۹۰

پایگاه اینترنتی rushana.ir نشانی اینترنتی info@ketabroon.ir

فهرست مطالب

درآمد..... ۷

فصل اول: اسلام و خانواده

اهمیت خانواده در اسلام ۱۱

آرامش جسمی و روانی افراد..... ۱۳

ارضای نیازهای جنسی..... ۱۴

تداوم و بقای نسل انسانی..... ۱۵

کارکرد تربیتی و جامعه‌پذیری..... ۱۶

کارکرد اقتصادی..... ۱۷

تفاوت‌ها و وجوه مثبت و منفی..... ۱۸

فصل دوم: الگوی خانواده متعادل

روابط میان زوجین..... ۳۵

تقوا و رعایت حدود الهی در روابط خانوادگی ۳۸

محبت و عشق‌ورزی..... ۳۹

گذشت و چشم‌پوشی از خطاها..... ۴۴

حسن معاشرت..... ۴۶

۴۸.....	سازگاری و مدارا.....
۵۰.....	یگانگی.....
۵۳.....	بدگمانی نداشتن.....
۵۴.....	عذرخواهی هنگام ارتکاب اشتباه.....
۵۵.....	تفاهم و رفتار منطقی.....
۵۶.....	تفاهم چگونه به دست می آید؟.....
۶۲.....	همکاری و همیاری.....
۶۴.....	نظافت و آراستگی.....
۶۶.....	رازداری و پرده پوشی.....
۷۱.....	وفاداری.....
۷۹.....	مدیریت بحران.....
۸۲.....	وظایف زن در قبال شوهر.....
۸۵.....	وظایف شوهر در قبال همسر.....
۸۸.....	روابط میان والدین و فرزندان.....
۹۸.....	رابطه پدر با فرزندان.....
۱۰۰.....	رابطه پدر با فرزند دختر.....
۱۰۳.....	رابطه مادر با فرزند.....
۱۰۶.....	رابطه فرزندان با والدین.....
۱۰۹.....	روابط میان فرزندان در خانواده.....
۲۱۱.....	روابط میان خویشاوندان.....
۱۱۸.....	کتابنامه.....



درآمد

افزایش میزان طلاق در جامعه امروز ایران، نشان از ناتوانی زوجین و خانواده‌ها در ایجاد تفاهم متقابل و رعایت حقوق یکدیگر در زندگی است. فارغ از اینکه علل و زمینه‌های اصلی افزایش طلاق در جامعه امروز ما چیست، به یقین، نباید از تأثیر ناتوانی و بی‌مهارتی زوجین جوان در زندگی مشترک بر افزایش میزان طلاق غافل شد. بسیاری از زوجین جوان با وجود گذشتن چند سال از زندگی مشترکشان، هنوز در برقراری تعامل سازنده با همسر خود، با مشکل مواجه‌اند و این قدرت و مهارت را ندارند که در زندگی رضایت همسر را به دست آورند. بخش مهمی از این اتفاق را باید در نبود آموزش‌های مهارتی لازم به زوجین و خانواده‌ها جست‌وجو کرد؛ لذا در این کتاب سعی کردیم به نحوی کاملاً عینی و عملیاتی و با رویکرد الگومحور، نکات مفید را در زمینه تعامل اعضای خانواده و مهارت‌های لازم هریک از اعضا در زندگی مشترک مطرح کنیم. امیدواریم که این نکات نتیجه‌بخش باشد.



فصل اول
اسلام و خانواده



اهمیت خانواده در اسلام

خانواده از نهادهای مهم جامعه بشر است و زیربنایی ترین و اولین نهاد اجتماع به شمار می‌رود. تأثیر خانواده بر رشد و تعادل و شکوفایی افراد و جامعه به حدی است که هیچ صاحب‌نظری نمی‌تواند آن را انکار کند. بشر از نخستین روزهای حضور خود بر عرصه خاک، به خوبی دریافته است که خانواده بهترین (پناهگاه) انسان و شایسته‌ترین کانون تبلور سکون و اطمینان است. در فرهنگ اسلامی، خانواده اساس اجتماع است و احترام و منزلت بسیاری دارد. «دین اسلام به‌عنوان آخرین دین الهی، بخش عمده‌ای از قوانین و توصیه‌ها را به خانواده اختصاص داده و آداب ویژه‌ای برای زندگی خانوادگی وضع کرده و بسیاری از هنجارهای مربوط به ازدواج و خانواده را در بخش

عمده‌ای از جهان تغییر داده و درواقع، ساختار مطلوب و بهنجار خانواده را براساس آموزه‌های دینی بنا نموده است» (سالاری‌فر، ۱۳۸۷: ۶). خانواده و مباحث مربوطه آن در آیات و روایات بسیاری مطرح شده و بر آن تأکید شده است: **«لَوْ مِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً...»** (و از نشانه‌های او اینکه از نوع خودتان، همسرانی برای شما آفرید تا بدان‌ها آرام گیرید و میانتان دوستی و رحمت نهاد) (روم، ۱۲).

رسول الله ﷺ فرموده‌اند: **«مَا بُنِيَ فِي الْإِسْلَامِ بِنَاءً أَحَبَّ إِلَيَّ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ وَ أَعَزُّ مِنَ التَّزْوِيجِ»** (در اسلام، هیچ نهادی محبوب‌تر و عزیزتر از تشکیل خانواده در نزد خداوند بنا نشده است) (وسائل الشیعه، ج ۲: ۴۱؛ بحار الانوار، ۳۰۱: ۲۲۲).

حضرت علی علیه السلام نیز می‌فرمایند: **«أَفْضَلُ الشَّفَاعَاتِ أَنْ تَشْفَعَ بَيْنَ اثْنَيْنِ فِي النِّكَاحِ حَتَّى يَجْمَعَ اللَّهُ بَيْنَهُمَا»** (برترین واسطه‌شدن و میانجی‌گری، واسطه‌شدن بین دو نفر در امر ازدواج است تا اینکه خداوند بین آن‌ها را جمع کند و آن دو را به یکدیگر برساند) (الکافی، ج ۵: ۱۳۲).

همچنین، آیات و روایات بسیاری را می‌توان در این زمینه مشاهده کرد (قرآن کریم، نور: ۲۳؛ شوری: ۱۳؛ وسائل الشیعه، ج ۲: ۵۱؛ نهج الفصاحه: ۳۱۳؛ حدیث ۲۸۷؛ مستدرک الوسائل، ج ۹: ۶۰۱؛ حدیث ۵۶۳۰۱؛ بحار الانوار، ج ۳۰۱: ۰۲۲).

«به‌طور کلی در رویکرد اسلام، خانواده به‌مثابه نهادی اساسی در جامعه، اصل و محور به‌شمار می‌رود. باید خانواده به‌منزله اولویت، نقش خویش را در شکل‌گیری هر موقعیت اجتماعی و فردی زن و



مرد و هر نقشی که آن‌ها به‌عهده می‌گیرند، ایفا کند. مدینه فاضله‌ای که اسلام ترسیم می‌کند، بدون حضور سازنده و فعال نهاد مقدس خانواده و بدون منظورساختن همه‌ شروط و لوازم شکل‌گیری و تحقق خانواده مطلوب در جامعه اسلامی، امکان تحقق ندارد» (چراغی کوتیانی، ۹۸۳۱: ۳۰۱).

چرا خانواده مهم است؟

خانواده در نظام اسلامی اهمیتی انکارناپذیر دارد؛ زیرا کارکردهای مهم و بی‌بدیلی در جامعه دارد که هریک از این کارکردها سهم بسزایی در تعالی و رشد جامعه و افراد آن دارند. مهم‌ترین این کارکردها عبارت‌اند از:

۱. آرامش جسمی و روانی افراد

اولین کارکرد خانواده، تأمین آرامش جسم و تسکین جان افراد است. خانواده محیط امنی است که در آن، هم پدر و مادر و هم فرزندان می‌توانند روح و فکر و ذهن خود را در این محیط امن و درخور اعتماد، سالم نگه دارند و رشد بدهند. فضای محدود و امن خانه، حریمی برای ابراز احساسات، بیان اسرار، ارضای غرایز و تأمین نیازهای جسمی و روحی انسان است. خداوند درباره‌ این سکون و آرامش در خانواده می‌فرماید: **[وَ اللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِّنْ بُيُوتِكُمْ سَكَنًا]** (خداوند خانه‌های شما را محل سکونت و آرامش برایتان قرار داد) (نحل، ۰۸).

از ادله قرآنی و حدیثی فراوانی که بر اهمیت توجه متقابل همسران

به ارضای نیازهای عاطفی یکدیگر تأکید کرده‌اند، به‌ویژه نیاز به توجه و احترام و محبت، می‌توان به این نتیجه رسید که اسلام نقش بسیار مهمی برای این عامل در تأمین آرامش روانی همسران قائل است؛ ضمن آنکه در اسلام بر ارضای نیازهای عاطفی زنان از سوی شوهران، تأکید جدی شده است که این مطلب از بخش چشمگیری از آیات و روایات به‌روشنی استفاده می‌شود (قرآن کریم، روم، ۱۲؛ اعراف، ۹۸۱؛ نساء، ۹۱؛ بقره، ۹۲۲؛ وسائل الشیعه، ج ۴۱: ۲ و ۱۲؛ بحار الانوار، ج ۵۷: ۱۳۲ و ۱۳۳). گفتنی است این برنامه اسلام دقیقاً برخلاف ادعای فمینیست‌هاست. آنان مدعی‌اند که ارضای نیازهای عاطفی مردان، همواره حق آنان و وظیفه زنان است.

۲. ارضای نیازهای جنسی

ارضای صحیح قوای جنسی در خانواده، علاوه بر اینکه زمینه‌ساز سلامت جسمی و روانی است، مانع تهدید سلامت اجتماعی و موجب مصونیت اخلاقی جامعه می‌شود. در جامعه‌ای که این کارکرد خانواده به‌درستی انجام نشود، آمار خشونت‌های جنسی، تجاوز و... فراوان‌تر است.

درخصوص این موضوع، دو نکته بااهمیت وجود دارد: اول اینکه به‌دلیل نقش مهم این عامل در تأمین آرامش روانی همسران، اسلام جهت‌گیری خود را به‌سوی آسان‌سازی ارضای مشروع نیازهای جنسی و برطرف کردن موانع آن قرار داده است؛ از این‌رو، در اسلام برخلاف آیین مسیحیت، رهبانیت و ترک تمتعات جنسی تشریح نشده و حتی طراحی اعمال و مناسک عبادی به‌گونه‌ای است که تا حد



امکان، در روند ارضای مشروع نیاز جنسی اختلال ایجاد نشود. نکته دوم آن است که اسلام پاره‌ای تفاوت‌های طبیعی و زیست‌شناختی میان زن و مرد را در زمینه تمایلات جنسی پذیرفته و بر همین اساس، برخی حقوق و تکالیف متفاوت را برای آنان در زمینه ارضای نیازهای جنسی قائل شده است؛ از جمله اینکه حق تمکین جنسی را فقط برای شوهران ثابت دانسته است. با این حال، کارکرد یادشده را به مردان اختصاص نداده و بر تأمین نیازهای جنسی زنان در چارچوب خانواده به‌طور ویژه تأکید کرده است (بستان، ۹۳۱: ۸۲).

۳. تداوم و بقای نسل انسانی

تداوم نسل بشر یکی دیگر از اهداف مهم در ازدواج و تشکیل خانواده است. نهاد خانواده همواره از طریق تولیدمثل و مراقبت از فرزندان، بقای نسل انسانی را تضمین کرده است. تمدن اسلامی برای تحقق‌یافتن، نیازمند تضمین و تداوم نسل مسلمانان در طول تاریخ است که این امر فقط از طریق ازدواج و تشکیل خانواده محقق می‌شود. از سوی دیگر، تعداد جمعیت مسلمانان در جهان و در مقایسه با جمعیت کفار، از عناصر اقتداربخش نظام اسلامی است که خانواده می‌تواند این اقتدار را رقم بزند. رسول خدا ﷺ در حدیثی می‌فرماید: «تَنَاقَحُوا تَكْثُرُوا. فَإِنَّی أَبْهَى بِکُمْ الْأُمَّمَ یَوْمَ الْقِیَامَةِ وَ لَوْ بِالسَّقَطِ» (ازدواج کنید تا زیاد شوید. من در قیامت، به شما و حتی به فرزندان سقط‌شده شما در برابر امت‌های دیگر مباحثات می‌کنم) (بحار الانوار، ج: ۳۵۳).

۴. کارکرد تربیتی و جامعه‌پذیری

خانواده نخستین مکان برای یادگیری آغازین دانش‌هاست. نخستین دانش‌ها مانند سنگ‌نوشته‌هایی هستند که همواره پدیدارند. خانواده از نظر بسیاری پژوهشگران، انتقال‌دهنده اصلی دانش‌ها، ارزش‌ها، نگرش‌ها، نقش‌ها و عادات یک نسل است. دختر و پسر پس از ازدواج، نخستین اختلاف سلیقه‌های جدی را در روابط زناشویی تجربه می‌کنند. در همین مواقع، تحمل و مدارا و بردباری را نیز می‌آموزند و در صورت مدیریت درست عواطف خویش، از همین مسیر کامل‌تر می‌شوند. فرزندان نیز مسیر جامعه‌پذیری‌شان را از خانواده آغاز می‌کنند. خانواده با آموزش‌های غیررسمی خود می‌تواند دانسته‌های مذهبی، رفتار مذهبی، اصول اخلاقی و شکل‌دهی به روابط اجتماعی را به فرزندان خود بیاموزد (رایس، ۱۳۸۱: ۷۸۳۱-۴۲).

گسترش فرهنگ دینی مهم‌ترین هدف ازدواج و تشکیل خانواده است. به دلیل اهمیت این هدف است که اسلام برای تحقق برخی کارکردهای خانواده اهمیت ویژه‌ای قائل شده است؛ زیرا خانواده به این هدف خدمت می‌کند و می‌تواند سازوکار تحقق آن باشد. برای نمونه، کارکرد جامعه‌پذیری و تربیت فرزندان از جمله آن‌هاست. توجه به مسئله تربیت فرزندان و تأثیر والدین و خانواده بسیار مهم است؛ آن قدر که متون دینی در این راستا، بر موضوع گزینش همسر، مراقبت اخلاقی، رعایت موقعیت زمان و مکان حین انعقاد نطفه، آداب شیردهی، رفتارهای عاطفی والدین با کودکان و گفت‌وگو و بازی با آنان فراوان تأکید کرده‌اند (وسائل الشیعه، ج ۵۱: ۸۸۱). همچنین در متون دینی، به والدین فراوان سفارش شده است که قرآن کریم



و اعتقادات دینی و مناسک و احکام شرعی را به فرزندان کودک و نوجوان آموزش دهند؛ برای نمونه، تعلیم قرآن به فرزند از حقوق فرزند بر پدر به‌شمار آمده است (وسائل الشیعة: ۲۸۱ و ۴۹۱ تا ۴۹۶).

۵. کارکرد اقتصادی

بیشتر افراد با ازدواج، رشد اقتصادی پیدا می‌کنند و ثروت آنان افزایش می‌یابد. فرد مجرد به مصرف‌گرایی بیشتر علاقه نشان می‌دهد؛ درحالی‌که فرد متأهل آینده‌نگر می‌شود و پس‌انداز و کنترل سبد هزینه‌ها برایش اهمیت می‌یابد. ازسوی دیگر، افراد با آرامش و آسایشی که در خانواده به‌دست می‌آورند، خدمات اقتصادی بهتری را در محیط کار ارائه می‌کنند و انگیزه بیشتری برای فعالیت اقتصادی دارند (علاسوند، ۰۹۳۱: ۷۵).

در اسلام، بر خدمات متقابل زن و شوهر از حیث معیشتی به‌طور ویژه تأکید شده است. اسلام، زنان شایسته را زانی می‌داند که برای برطرف‌ساختن نیازهای معیشتی خانواده، به‌ویژه با انجام‌دادن کارهای خانگی، به شوهران خود یاری برسانند و با پاداش‌های معنوی فراوانی که برای این کار مقرر کرده، زنان را به خدمات خانگی تشویق کرده است. درعین‌حال، از جنبه حقوقی، زنان را از انجام‌دادن کارهای خانگی معاف کرده و شوهران را حتی در وضعیت بی‌نیازی مالی همسرانشان به پرداخت نفقه آنان ملزم ساخته است. به‌این‌ترتیب، مردان را در عمل، در خدمت زنان قرار داده است (بستان، ۰۹۳۱: ۸۳).

خانواده مطلوب: هسته‌ای یا گسترده؟

یکی از عناصری که شاید مهم‌ترین وجه تفاوت اجتماعی عصر سنت و مدرنیته تلقی می‌شود، شکل و ساختار خانواده است. شکل و ساختار خانواده در جامعه سنتی، به شکل هم‌زیستی سه نسل یا بیشتر در کنار هم و زیر یک سقف بوده است که در اصطلاح، خانواده گسترده نامیده می‌شود؛ اما در جامعه مدرن، با ساختاری کوچک و متشکل از یک زوج و فرزندان به چشم می‌خورد که به آن، خانواده هسته‌ای می‌گویند. این دو ساختار متفاوت نقش‌ها و تأثیرات مختص به خود را در نظام اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و تربیتی می‌گذارد و در عین حال، هریک کارکردهای مثبت و آسیب‌های خاص خود را دارد. در ادامه، وجوه مثبت و منفی این اشکال مختلف خانواده را بررسی می‌کنیم.

تفاوت‌ها و وجوه مثبت و منفی

خانواده گسترده و هسته‌ای با تعاریف ذکر شده، هریک وجوه اجتماعی مثبت و منفی متعددی دارند و در مسائل مهمی با یکدیگر متفاوت‌اند. برخی از تفاوت‌های مهم آن‌ها عبارت‌اند از:

الف. تربیت خانوادگی

آن چیزی که ما در اصطلاح از آن، به‌عنوان تربیت خانوادگی یاد می‌کنیم و منظورمان هم این است که فرزندان از بزرگ‌ترهای خود، ارزش‌های فردی و اجتماعی را یاد می‌گیرند، پدیده‌ای است که در خانواده گسترده، امکان وقوع آن بسیار زیادتر از خانواده هسته‌ای است؛ زیرا وجه مشخص اصلی این شکل از خانواده، حضور پدربزرگ و مادربزرگ و دیگر بزرگ‌ترهای فامیل در خانواده و تعامل آنان با



فرزندان به‌عنوان نوه یا برادرزاده و خواهرزاده است. از رهگذر این تعامل است که کارکرد تربیتی خانواده گسترده رقم می‌خورد؛ اما این اتفاق در خانواده هسته‌ای به‌دلیل نبود بزرگ‌ترهای فامیل و تنها بودن پدر و مادر در امر تربیت رخ نمی‌دهد؛ زیرا وجود مشغله‌های فراوان برای هریک از والدین در دنیای متکثر و پردغدغه کنونی، باعث شده است که آنان به فرزندان خود به‌اندازه کافی توجه نکنند و آنان را به رقبای فعال خود در امر تربیت بسپارند؛ مانند رسانه‌ها و مهدهای کودک و مدارس. بر این اساس، مقوله تربیت خانوادگی در گذشته، جای خود را به تربیت عمومی می‌دهد. تفاوت‌های مصداقی کارکرد تربیتی این دو شکل از خانواده در اشکال و روش‌های زیر اتفاق می‌افتد:

۱. زمینه‌سازی رشد فرزندان

یکی از اشکال مهم و تأثیرگذار کارکرد خانواده گسترده در امر تربیت، ایجاد فضای امن روانی و زمینه مناسب مدیریت عملکرد به روش آزمون و خطا برای فرزندان است که این اتفاق با حضور پدربزرگ و مادربزرگ به‌مثابه پشتوانه فکری، تجربی، مالی، نگرشی و... در کنار فرزندان تازه متولدشده به عرصه زندگی مشترک رخ می‌دهد. به‌بیان دیگر، در گذشته، حضور بزرگان خانواده در کنار جوانانی که تازه زمینه محک‌زدن توانایی‌ها و به‌اصطلاح، «عُرضه» خود را یافته‌اند، پشتوانه‌ای همچون کوه تلقی می‌شد و زن و شوهر جوان با آرامش ذهنی ناشی از درک حضور تکیه‌گاهی مستحکم،

به اتفاقات پیش روی خود در زندگی، با دید عرصهٔ آزمون و رشد و تربیت نگاه می‌کردند؛ نیز در پیچ‌وخم زندگی برای افزایش تجربیات و اندوخته‌های خود می‌کوشیدند؛ اما در عصر انقراض خانوادهٔ گسترده و محوریت‌یافتن زندگی جدا از والدین، متأسفانه نسل جدید از این پشتوانهٔ محکم و تکیه‌گاه ذهنی و روانی محروم است.

۲. حمایت از مادر

در گذشته و در خانوادهٔ گسترده، به دلیل حضور پدربزرگ و مادربزرگ در خانه و نیز زندگی طایفه‌ای و در کنار هم‌زیستی فامیل نزدیک، حمایت از مادر، تسهیل‌کننده و کیفیت‌دهندهٔ مسئلهٔ تربیت فرزندان توسط مادر بود. این امر بدین‌صورت اتفاق می‌افتاد که معمولاً مادر بزرگ‌ها و خانم‌های فامیل، نظیر عروس، خواهرشوهر، عمه، خاله و...، در انجام کارهای خانه، از قبیل آشپزی و نظافت خانه و...، به خانم خانه‌دار کمک می‌کردند. وی نیز از رهگذر این اتفاق، هم زمان بیشتری برای رسیدن به کودک خود در اختیار داشت و هم توان و حوصلهٔ لازم برای این کار در او حفظ می‌شد. اما این اتفاق در دنیای مدرن، دقیقاً به‌عکس رخ می‌دهد؛ یعنی خانم خانه به دو دلیل، هم زمان کمتری برای بودن در کنار بچه فرزند و رسیدن به امر کار تربیت وی در اختیار دارد و هم حوصله و انرژی وی نسبت به زن سنتی، برای رسیدگی به فرزندش به‌مراتب تحلیل می‌رود. این دو دلیل عبارت‌اند از: ۱. حضور نداشتن همراهان و بستگان در کنار او و بی‌بهره‌بودن از کمک‌های آنان در انجام کارهای روزمرهٔ زندگی؛ ۲. وجود مشغله‌ها و تکثر دغدغه‌ها در سبک زندگی امروزی. لذا



ناگزیر است که به مهدهای کودک توسل جوید و کار تربیت فرزند خویش را به مادران کرایه‌ای واگذار کند که اگر از آسیب‌های این مقوله باخبر بود، به قطع، هیچ‌وقت به چنین کاری اقدام نمی‌کرد.

۳. انتقال تجربه

یکی از کارکردهای بسیار مهم خانواده در نگاه صحیح دینی این است که والدین در راستای تربیت و آموزش فرزندان، تجربیات و اندوخته‌های مفید عمر خود را در اختیار آنان به‌عنوان نسل بعدی و نوپای خود قرار دهند تا آنان راه و رسم زندگی را بهتر و زودتر فراگیرند و اموری را که به تجربه گذاشته شده و درستی یا نادرستی آن آزمایش شده است، دوباره تجربه نکنند. این اتفاق مهم در ساختار خانواده گسترده نسبت به خانواده هسته‌ای، بیشتر و بهتر امکان وقوع دارد؛ زیرا تجربه افرادی همچون پدربزرگ و مادربزرگ و لو به‌صرف سن و سال بیشتر آن‌ها، به مراتب غنی‌تر و وسیع‌تر از تجربه پدر و مادر است؛ علاوه‌براین، در خانواده گسترده، حضور عموها و دایی‌ها و بزرگ‌ترهای فامیل نیز این موضوع را تقویت می‌کند.

۴. اهتمام به مناسک دینی

مهم‌ترین عامل آسیب‌پذیری تربیت دینی نوجوانان و جوانان، به‌خصوص در عصر حاضر و در خانواده هسته‌ای، معلول سهل‌انگاری و درپیش‌گرفتن شیوه بی‌تفاوتی بیش از حد خانواده‌ها به تربیت دینی فرزندان و همت‌نکردن برای انجام مناسک جمعی دینی است.

امروزه، چند عامل نقش نهاد خانواده را در تربیت دینی کم‌رنگ کرده است: پرداختن والدین به رفع تنگناهای اقتصادی، دغدغه نان و لباس و تحصیل فرزندان، استفاده نکردن از روش‌های صحیح آموزش و تربیت و سستی بعضی خانواده‌ها در ارزش‌های اخلاقی و دینی. در گذشته، حضور و شرکت در مناسک و آیین‌های دینی و ملی میان اعضای خانواده گسترده، کاری مهم و لازم بود؛ لذا اعضای خانواده در آیین‌های جمعی، به‌طور جدی مشارکت می‌کردند؛ اما در خانواده‌های هسته‌ای، شرکت در این مراسم کم‌رنگ شده است. نمونه بارز آن را می‌توان در برگزاری هیئت‌های خانوادگی مشاهده کرد. هیئت‌های خانوادگی در سه‌چهار دهه گذشته، در منازلی برگزار می‌شد که حیاط و مساحت لازم را برای این‌گونه مجالس داشت و دختران و پسران خانواده به‌طور مستقیم، در برگزاری این مجالس مشارکت می‌کردند و این‌گونه مجالس نوعی انتقال مفاهیم دینی به فرزندان را در پی داشت؛ از جمله قرائت قرآن و خواندن دعا و گوش‌دادن به مطالب سخنران مذهبی. اما امروزه به‌دلیل محدودیت مساحت آپارتمان‌ها و کم‌رنگ‌شدن برگزاری این هیئت‌هفتگی مذهبی، انتقال این مفاهیم دینی به جوانان و اعضای خانواده و به‌طبع، مشارکت در این‌گونه مجالس بسیار محدود شده است.

۵. فراغت مفید

نگارنده به‌شدت معتقد است که اغلب توصیه‌ها و لطایف و خاطراتی که گذشتگان و نسل‌های پیشین به‌عنوان پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها، بر زبان جاری می‌ساختند، به‌مراتب، محتوای غنی‌تر و حکیمانانه‌تر



از پیام‌های بهترین و آموزنده‌ترین فیلم‌ها و سریال‌های رسانه‌های امروز داشت. در گذشته، بیشتر اوقات فراغت خانواده به کنار هم بودن اعضای فامیل و طایفه در کنار هم و تعامل سه نسل با یکدیگر سپری می‌شد و در خلال همین تعاملات، انبوهی از سخنان حکیمانه و پندهای آموزنده و راهگشا در زندگی از نسل گذشته و نسل آینده منتقل می‌شد که این اتفاق به هیچ‌وجه در عصر حاکمیت رسانه‌ها در خانواده هسته‌ای رخ نمی‌دهد. به بیان دیگر، نه رسانه‌های امروزی که تمام اوقات فراغت خانواده‌ها را به خود اختصاص داده‌اند، حکیمانه‌تر و آموزنده‌تر از پیرمردان و پیرزنان دنیادیده نسل قبل با نسل امروز سخن می‌گویند و نه فرزندان امروز در خانواده هسته‌ای مانند فرزندان دیروز در خانواده گسترده که گوش‌به‌دهان بزرگ‌ترها بودند، به رسانه و پیام‌هایش توجه می‌کنند.

ب. پیوندهای زناشویی

از دیگر مصادیق تفاوت‌های خانواده گسترده و هسته‌ای را می‌توان در بحث پیوندهای زناشویی و روابط زوجین سراغ گرفت. پیوندهای خانوادگی در هر دو شکل خانواده در معرض آسیب‌هایی بوده و در عین حال، با تقویت‌شونده‌هایی مواجه هستند. برخی از تقویت‌شونده‌های بسیار مهم عبارت‌اند از:

۱. میانجی‌گری بزرگ‌ترها

در گذشته که مناسبات جامعه سنتی بر صورت و محتوای خانواده حاکم بود، ازسویی، شاهد خانواده‌ای با صورت گسترده و هم‌زیستی نسل‌ها به صورت طولی (پدربزرگ و فرزند و نوه) و عرضی (عمو، عمه، دایی و خاله) در کنار یکدیگر بودیم. ازسوی دیگر به لحاظ محتوا، حضور گفتمان اخلاق و ادبیات آشتی و سازش در تعاملات اعضای خانواده مشهود بود. لذا در چنین موقعیتی، روابط زوجین ویژگی‌های خاصی داشت: اولاً کمتر مسئله‌ای در این روابط به بحران تبدیل می‌شد؛ ثانیاً صورت (میانجی‌گری بزرگ‌ترها) و محتوای (ادبیات سازش و گذشت) خانواده مانع عمیق‌شدن بحران و ازهم‌پاشیدن زندگی زوجین می‌شد.

اما در دنیای امروز که سنت کم‌رنگ‌تر شده و حاکمیت مناسبات دنیای مدرن بر جامعه ما در حال قوت‌گرفتن و گسترش است، از سویی شاهد هسته‌ای‌شدن خانواده هستیم و ازسوی دیگر، حضور گفتمان حقوق و ادبیات فردگرایانه در تعاملات اعضای خانواده را می‌فهمیم. در این موقعیت نیز روابط زوجین ویژگی‌های خاص خود را دارد: اولاً به دلیل کم‌رنگ‌شدن ادبیات سازش و آشتی میان زوجین، روند تبدیل مسئله به بحران سریع‌تر صورت می‌گیرد؛ ثانیاً به دلیل برخوردارنبودن خانواده هسته‌ای از میانجی‌گری‌ها و داوری‌های بزرگ‌ترها و ریش‌سفیدان فامیل در بحران‌ها، امر داوری در دعوای خانوادگی به دادگاه‌های خانواده واگذار شده است که در این دادگاه‌های خانواده نیز متأسفانه طلاق و ازهم‌پاشیدن زندگی زوجین بیشتر از حل و فصل مشکلات و آشتی آنان اتفاق می‌افتد.



ج. دخالت بزرگ‌ترها

در خانواده‌های گسترده به دلیل اینکه فرزندان بعد از ازدواج هم باز در خانه پدر خود زندگی می‌کنند و کم‌وبیش به لحاظ اقتصادی، به خانواده اصلی خود وابسته هستند، استقلال شخصیتی ضعیفی دارند و این نداشتن استقلال در تصمیم‌گیری‌های مهم زندگی دو اشکال دارد: اول اینکه باعث کم‌رنگ‌شدن اقتدار مرد جوان نزد همسرش می‌شود؛ دوم اینکه باعث تقویت حس دخالت‌گری بزرگ‌ترهای فامیل در ذهن زوجین می‌شود. پس این شیوه زندگی ممکن است زمینه‌ساز اختلاف و ناراحتی زوجین در زندگی شود و پیوند عاطفی آن‌ها را تهدید کند؛ اما در خانواده هسته‌ای به دلیل استقلال مالی و جدا بودن محل زندگی فرزندان از پدر و مادر خود، این مقوله کمتر اتفاق می‌افتد.

آسیب‌شناسی خانواده در دنیای امروز

در عصر سنت، مهم‌ترین نهاد شکل‌دهنده به هویت افراد، خانواده بود که وظیفه اجتماعی کردن فرزندان و آماده‌سازی‌شان برای پذیرش نقش در جامعه را بر عهده داشت. خانواده در شکل قدیمی آن، نهادی بود که برخلاف امروز، علاوه بر ارضای نیازهای طبیعی بشر و تداوم جایگزینی نسل‌ها، چندین وظیفه و کارکرد اساسی دیگر داشت. این کارکردها و وظایف عبارت بودند از: وظیفه تربیت و آموزش کودکان

و یاد دادن مهارت‌های اجتماعی لازم به آنان، کارکرد اقتصادی و تأمین نیازهای ابتدایی فرزندان، ایجاد فضای صمیمی و عاطفی میان فرزندان به‌عنوان مهم‌ترین نیاز زندگی، تأمین آرامش روحی آنان، حمایت از آنان در برابر مسائل و مشکلات جامعه و از همه مهم‌تر، هویت‌بخشیدن به فرد در تقابل با افراد دیگر جامعه. در واقع، می‌توان گفت خانواده در گذشته، مهم‌ترین نهاد اجتماعی بود که جامعه برای بقای خود، به وجود آن نیاز مبرم داشت (ساروخانی، ۱۳۸۳: ۶۸۳۱).

فردگرایی و زوال خانواده

متأسفانه در عصر حاضر، با ظهور فردگرایی و اهمیت یافتن حقوق فردی انسان‌ها، افراد بیش از هر چیزی به اثبات فرد بودن خود گرایش دارند و دیگر، هویت جمعی و خانوادگی آن‌ها موضوعیتی ندارد. به بیان دیگر، گفتمان فردگرایی در عصر مدرن باعث شده است که افراد به جای اینکه خود را به پایگاه انتسابی خود منتسب کنند، ترجیح دهند منزلت اکتسابی خود را برای دیگران مطرح کرده و خود را جدای از تبار و نسب و خانواده، در جامعه معرفی کنند. در چنین جامعه‌ای، بنیان‌های خانواده به شدت سست و بی‌اساس خواهد شد؛ زیرا تمایل افراد به جدانشدن از خانواده، در همان سنین ابتدای جوانی شکل می‌گیرد و افراد هرچه زودتر به دنبال هویتی مستقل از خانواده خود می‌گردند. از سوی دیگر، تلاش‌های عده‌ای از فمینیست‌ها و فعالان حقوق زن در غرب برای رد کردن خانواده به‌عنوان نهادی که ارزش‌های جامعهٔ مردسالار را در تربیت فرزندان و نسل آیندهٔ جامعه درونی می‌کند و به بازتولید نظم مردسالار قوت می‌بخشد (سگالن،



۷۴: ۵۷۳۱)، باعث شد که خانواده بیش‌ازپیش، در معرض بی‌توجهی و انکار قرار گیرد؛ لذا در جهان امروز، کمتر به خانواده اهمیت داده می‌شود و نه‌تنها افراد بر لزوم حمایت از خانواده تشویق نمی‌شوند، بلکه حتی ازسوی بسیاری از اندیشمندان و سیاست‌مداران به نفی خانواده نیز ترغیب می‌شوند (گاردنر، ۸۸۳۱: ۱۳).

نتیجهٔ منطقی این فرایند در دنیای متجدد، به‌ویژه در دنیای غرب، زوال خانواده است و دیگر کمتر، کسی حاضر است تشکیل خانواده بدهد؛ زیرا در نگاه آن‌ها، خانواده به‌مثابه زندانی است که با قراردادن تعهدات و الزامات بیهوده بر دوش افراد، مانع بهره‌بردن آنان از لذت‌های زندگی می‌شود.

پیامدهای زوال خانواده

دنیای مدرن به‌دلیل اینکه باعث ازبین‌بردن خانواده شده، به بحران‌های عظیمی گرفتار است. یکی از این بحران‌ها، فساد و انحطاط اخلاقی بوده که این به‌دلیل ارضانشدن نیازهای عاطفی و احساسی افرادی است که در بیرون از محیط خانواده و به‌دور از روابط گرم و محبت‌آمیز آن رشد کرده‌اند. افرادی که در بیرون از خانواده جامعه‌پذیر شده‌اند، ارزش‌های اخلاقی در آن‌ها به‌طور کامل درونی نشده است؛ لذا به انحطاط کشیده می‌شوند. بحران معنا و هویت یکی دیگر از این بحران‌هایی است که دنیای مدرن با آن دست‌به‌گریبان است. بشری که از کودکی، نه کسی را پدر صدا زده و نه مادری را در کنار خود دیده، اکنون که غرق در نعمت‌های مادی

و سرگرم لذت‌ها و زرق‌وبرق دنیا شده است، خلأ بزرگ بی‌هویتی را بیش‌ازپیش احساس می‌کند. با نگاهی به آمار جرائم ناشی از بحران هویت در میان افراد جوامع مدرن، این ادعا بیشتر بروز و نمود پیدا می‌کند.

این روند جهانی زوال خانواده چند سالی است که جامعه ایران را نیز تحت تأثیر خود قرار داده است. جامعه ایران با پشتوانه سنتی و دینی خود، جامعه‌ای خانواده‌گرا بود؛ اما چند سالی است که روند مدرنیته و فردگرایی در این کشور، به گفتمانی پررنگ تبدیل شده و به تبع آن، از تسلط گفتمان خانواده‌گرایی در جامعه کاسته شده است.

رقبای قدرتمند خانواده در دنیای مدرن

در جامعه ایرانی، مانند جوامع غربی، رقبای متعددی برای خانواده وجود دارند که باعث کم‌رنگ‌شدن و ازدست‌رفتن کارکردهای خانواده و زوال آن می‌شوند. برخی از این رقبای بسیار مهم عبارت‌اند از:

۱. نظام تربیت رسمی

از کارکردهای بسیار مهم خانواده در جوامع سنتی گذشته، جامعه‌پذیری و تربیت فرزندان بود که امروزه این کارکرد خانواده به دلیل وجود رقبای قدرتمند در این زمینه، تهدید شده است. یکی از این رقبای قدرتمند، نظام تربیت رسمی و به‌خصوص، نظام آموزش و پرورش و مدارس هستند. امروزه نهاد خانواده و نظام آموزش و پرورش در مقابل یکدیگر صف‌آرایی کرده و فعالیت‌های یکدیگر را خنثی می‌کنند؛ یعنی



این دو نهاد به مبارزهٔ علنی یا پنهان با یکدیگر برخاسته‌اند. در چنین حالتی، هم سرمایه‌گذاری‌های خانواده توسط نهاد آموزش و پرورش تضعیف می‌شود و در مواقعی از بین می‌رود و هم سرمایه‌گذاری‌های مدرسه بر دانش‌آموزان نیز توسط خانواده خنثی و در مواقعی محو شده است. درنهایت، دانش‌آموز در مقابل دو نهاد متضاد قرار گرفته است؛ در نتیجه نمی‌تواند به رشد و بالندگی واقعی خود برسد (منادی، ۰۹۳۱: ۲۷).

۲. رسانه

یکی دیگر از این رقبای قدرتمند خانواده که کارکردهای این نهاد را تهدید می‌کند، رسانه‌های دیداری و شنیداری اعم از تلویزیون، ماهواره، اینترنت، مطبوعات، بازی‌های رایانه‌ای و... هستند. امروزه، رسانه‌های تصویری و به‌خصوص تلویزیون و بازی‌های رایانه‌ای، نسبت به والدین حضور پررنگ‌تری در زندگی کودکان دارند و آن‌ها را با ارزش‌ها و اهداف خود جامعه‌پذیر و تربیت می‌کنند. «نقش رسانه‌ها در گسترش و ترویج فرهنگ برخاسته از تحولات مدرنیسم، غیرقابل انکار است. رسانه‌های دیداری و شنیداری با بازتولید پیام‌های فرهنگ و سبک زندگی دنیای مدرن، در جهت‌دهی روند تحولات خانواده سهم مؤثری ایفا می‌نمایند» (کازنو، ۷۸۳۱: ۱۱۲). از جملهٔ این رسانه‌ها، تلویزیون است که می‌توان گفت تنها رسانه‌ای است که بیشتر افراد جامعه به آن دسترسی دارند و مخاطب آن هستند.

تلویزیون نقش بسزایی در فرهنگ‌سازی و ایجاد گفتمان در میان مخاطبان خود ایفا می‌کند. تلویزیون با تولید برنامه‌های مختلف، از جمله سریال‌های خانوادگی و اجتماعی، الگوهای خانوادگی متفاوت را نمایش می‌دهد و به صورت کاملاً غیرمستقیم و ناخودآگاه، ذهنیت افراد جامعه را به سمت الگوهای ارائه‌شده سوق می‌دهد. به همین دلیل، رسانه ملی ایران را می‌توان تأثیرگذارترین و بانفوذترین رقیب خانواده در داخل کشور معرفی کرد.

مشاهده روند تغییر و تحولات در سبک زندگی و ساختار خانواده‌های ایرانی و نیز کم‌رنگ‌شدن نقش و تأثیر این نهاد در فرایند جامعه‌پذیری افراد، از نفوذ و تأثیر الگوهای مدرن در خانواده جامعه ایرانی حکایت می‌کند که به وسیله رسانه‌های مختلف، از جمله تلویزیون، ارائه و تأیید می‌شوند. به طور کلی، روند تولیدها و سریال‌های رسانه ملی در دهه اخیر، در مسیر تقویت سبک زندگی اسلامی ایرانی نبوده و تصویر ارائه‌شده از خانواده ایرانی معضلاتی دارد. برای نمونه، برخی از این معضلات عبارت‌اند از: نمایش شکاف نسلی، نمایش سبک زندگی مصرفی و مدرن، غلبه ارزش‌های سکولار و غیردینی، هسته‌ای‌شدن خانواده و خروج از الگوی خانواده گسترده، وجود تعاملات محدود فامیلی و خانوادگی، کم‌رنگ‌شدن ارزش‌های سنتی و دینی، نمایش ضعف و بی‌تدبیری والدین در تربیت و پرورش فرزندان، ترویج فرزندسالاری و بی‌توجهی و بی‌احترامی به جایگاه والدین و بزرگ‌ترها، تضعیف جایگاه مرد در ساختار قدرت خانواده و تأکید بر مدیریت دوگانه و در عرض هم زن و مرد در خانه و



۳. مهد کودک

یکی از کارکردهای خانواده، نگهداری و مراقبت از فرزندان است. خانواده‌های سنتی در گذشته با محوریت مادر خانه، مسئول مستقیم رسیدگی به نیازهای زیستی فرزندان خویش بودند. در الگوی اسلامی خانواده نیز مراقبت خانوادگی بر مراقبت غیرخانوادگی و مراقبت مادرانه بر مراقبت توسط غیر مادر ترجیح داده شده است. از نظر اسلام، در وضعیت عادی، مطلوب نیست که شیوه‌های مراقبتِ نهادی جایگزین مراقبت خانوادگی شوند؛ زیرا هیچ نهاد یا مؤسسه‌ای حتی در بهترین وضعیت نمی‌تواند آن فضای ارتباط عاطفی را پدید آورد که در خانواده بین والدین و فرزندان می‌تواند شکل بگیرد. اغلب کارشناسان معتقدند برای تربیت کارآمد کودک، حضور مداوم یک یا دو بزرگ‌سالی که به کودک عشق ورزند و او را درک و حمایت کنند و انگیزه‌های کافی و راهنمایی‌های لازم را در انجام کارها به او بدهند، اصلی ضروری به‌شمار می‌رود (ریاحی، ۵۷۳۱: ۹۸)؛ اما امروزه با گسترش روحیه فردگرایی و تمایل زنان به اشتغال بیرون از خانه، پدیده مهدکودک روزبه‌روز فراگیرتر می‌شود و خانواده‌ها دیگر کارکرد مراقبت و نگهداری فرزند خویش را به این مهدهای کودک واگذار کرده‌اند.



فصل دوم
الگوی خانواده متعادل



روابط میان زوجین

یکی از مؤلفه‌هایی که در بحث روابط خانوادگی باید به آن پرداخت، روابط زن و شوهر در درون خانواده است. ما در این بخش قصد داریم در سه قسمت وظایف کلی زوجین و وظایف زن در برابر شوهر و وظایف شوهر در برابر زن را بررسی کنیم.

وظایف کلی زوجین

زن و شوهر در مقام زوجیت و همسری برای هم، وظایف و حقوق متقابلی دارند که باید در درون خانواده به آن وظایف پایبند باشند تا بتوانند زندگی موفق‌تری را در کنار هم تجربه کنند. بحث ما در این بخش، ناظر به رویکرد فقهی نیست و جنبه اخلاقی و ارزشی دارد. ما در ادامه، فهرستی از این وظایف متقابل زن و شوهر را به‌منظور آشنایی مخاطبان با این حقوق و وظایف ارائه می‌دهیم.

۱. احترام و تکریم یکدیگر

در زندگی مشترک، شاید رعایت کامل آداب امکان‌پذیر نباشد؛ ولی وجود احترام متقابل، اصلی اساسی است. بزرگداشت و تکریم شخصیت نیاز طبیعی هر انسانی است. انسان به دلیل غریزه حب ذات که در طبیعت او نهاده شده است، به ذات خویش علاقه دارد و مایل است دیگران نیز شخصیت او را بپذیرند و گرامی بدانند. اگر نیاز طبیعی تکریم شخصیت هر فرد در خانواده تأمین شود، احساس آرامش و اعتماد به نفس می‌کند؛ در نتیجه، توانایی‌های خود را به کار می‌بندد و با دلگرمی و امید به موفقیت و کسب رضایت اعضای خانواده، در مسیر زندگی قدم برمی‌دارد.

ازسوی دیگر، درگیری‌ها و اختلافات آشکار میان زن و مرد هنگامی پدید می‌آیند که پرده حرمت میان آن دو دریده شود و دو طرف برای هم ارزش و احترامی قائل نباشند. در صورتی که کرامت انسانی حفظ نشود، سوءظن و بدبینی‌ها سراسر وجود او را فرا می‌گیرند و در پی انتقام‌جویی برخواهند آمد. از این رو، در احادیث معصومان علیهم‌السلام درباره کسانی که تحقیر شده‌اند و به عزت نفس آن‌ها خدشه وارد شده است، روایت‌های بسیار وجود دارد. امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: «مَا مِنْ رَجُلٍ تَكَبَّرَ أَوْ تَجَبَّرَ إِلَّا لَذَلَّةٌ يَجِدُهَا فِي نَفْسِهِ» (هیچ کس تکبر و طغیان نمی‌کند، مگر در اثر ذلتی که در نفس خویش احساس می‌کند) (وسائل الشیعه، ج ۵۱: ۰۸۳).

مهم‌ترین شیوه برای پیشگیری از پیدایش درگیری‌ها میان زن و شوهر، تحکیم روابط آنان است. تکریم همدیگر، دو طرف را به یکدیگر علاقه‌مند می‌کند. حرمت‌گذاشتن به هم یک حُسن است؛ لذا زن و مرد باید نکات مثبت زندگی همسر خود را بیابند و او را برای آن نکات مثبت تکریم کنند.



اما چگونه؟

شاید این پرسش در ذهن خوانندگان مطرح شود: مصادیق تکریم و احترام متقابل چیست؟ چگونه باید این اتفاق میان زوجین رقم بخورد؟ در اینجا، به برخی از این مصادیق اشاره می‌کنیم.

۱. خواندن یکدیگر با نام دل‌پسند

هریک از زن و شوهر باید یکدیگر را با نام یا عنوانی بخواند که طرف مقابل می‌پسندد یا آن را دوست دارد و محبت‌آمیز و محترمانه است.

۲. پرهیز از توهین و ناسزا

هیچ‌یک از همسران حق ندارند به دیگری اهانت کنند. اهانت، گذشته از اینکه از نظر شرعی حرام است و گاهی موجب طلاق هم می‌شود، عشق و محبت را که بنیان خانواده است، در هم می‌شکند.

۳. پوزش‌طلبی

چه زن و چه شوهر، پس از هر رفتار بدی که خواسته یا ناخواسته از او سر زد، باید از دیگری پوزش بخواهد و دیگری هم باید پوزش او را بپذیرد.

۴. سپاسگزاری

تشکر و سپاسگزاری نیز یکی دیگر از مصادیق تکریم و احترام متقابل است. هر یک از زن و شوهر باید خوبی‌ها و خدمات‌های دیگری را به‌زبان آورد و از او ستایش و سپاسگزاری کند.

۲. تقوا و رعایت حدود الهی در روابط خانوادگی

زن و شوهر باید پرهیزکاری و تقوا را از آغازین روزهای زندگی مشترک پیشه خود سازند تا از آن سود ببرند. در خانه و خانواده‌ای که برخی مسائل در آن رعایت شود، اهل آن خانه و اعضای آن خانواده راه زندگی را به روی خود روشن خواهند دید و دل‌هایشان همواره شاد و پرامید خواهد بود و در برابر مشکلات، همچون کوه، ستر و استوار خواهند ایستاد. این مسائل عبارت‌اند از: دروغ گفته نشود، پشت سر کسی بدگویی نشود، مال حرام خورده نشود، نماز و روزه و دیگر واجبات پاس داشته شود، حق خدا، قرآن، پیامبر، امام، خویشاوندان، همسایگان و دیگران ادا شود و بخل و حسد و ریا از آنان دور باشد.

گفتنی است؛ بسیاری از اختلافات و درگیری‌ها به این دلیل است که دو طرف به اصول و ارزش‌های دینی و اخلاقی خود و همسرشان پایبند نیستند و هرگونه رفتار خلاف و ناشایستی را مرتکب می‌شوند، بدون اینکه از آن بیمناک باشند. حفظ عفت و تقوا برای ادامه زندگی سالم ضروری است و زن و شوهر در این باره باید مراقب باشند و ارزش‌های دینی را رعایت کنند. حفظ تقوا و عفاف نه تنها از دید مذهب که حتی از دید انسانی هم برای تداوم حیات زناشویی ضروری است. حیات خانوادگی در سایه پاک‌دامنی به دست می‌آید. زن و مرد با رعایت تقوا و حفظ عفاف می‌توانند همسر خویش را از آسیب‌پذیری حفظ کنند و نقایص یکدیگر را ببوشانند؛ همان‌طور که خداوند در قرآن می‌فرماید: **هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ** (آنان (زنان) لباس شما هستند و شما (مردان) لباس آنان هستید).

همسران عقیف، لباس و پوشش یکدیگر هستند و این زیباترین و



کامل‌ترین تعبیری است که خداوند دربارهٔ حفظ عفاف و چگونگی روابط همسران بیان فرموده است. زن و شوهر پس از ازدواج، در حصن و حصاری که خداوند برایشان معین فرموده است، جای می‌گیرند. خنده و معاشرتشان حتی با محارم مقید می‌شود تا سبب بدگمانی‌ها و تحریک‌ها و بددلی‌ها را فراهم نسازند. مرد حق ندارد با هر زنی بگوید و بخندد، بدان حساب که چشم و دلش پاک است و زن هم حق ندارد با هر اجنبی مشاوره یا گفت‌وگو کند، بدان حساب که قصد بدی ندارد. دست، چشم، گوش و دل بیش‌ازپیش، باید به فرمان خدا باشند و معاشرت‌ها، خنده‌ها، نگاه‌کردن‌ها و سخن‌گفتن‌ها نباید چنان باشند که غیرت‌ها و حسادت را برانگیزند.

۳. محبت و عشق‌ورزی

برترین نقش همسر برای همسر، برآوردن نیازهای روحی‌روانی اوست و به‌راستی، نیاز آدمی به همسر همدل از نیاز به آب و نان و هر نیازمندی دیگری بسیار برتر و بیشتر است. این نیاز در سراسر زندگی، چه در جوانی و چه در میان‌سالی و چه در پیری، هم در زن و هم در مرد وجود دارد. زن و شوهر باید یکدیگر را واقعاً دوست داشته باشند و این علاقه‌مندی و دوستی را هر از چندی ابراز کنند. زن باید بداند که شوهرش به مهرورزی او نیاز دارد و این برای او مانند آب خنک و گوآرایی است که در گرمای تفتیدهٔ یک روز تابستانی به خسته و تشنهٔ از راه‌رسیده‌ای بدهند. نیاز مرد به محبت همسر، نیاز ویژه‌ای است و معنای این سخن آن است که هرگاه مردی محبوب دیگران جز

همسرش قرار گیرد، محبت آنان هرگز جای محبت همسرش را پر نمی‌کند؛ درحالی‌که اگر همسر مرد به او محبت کند، بی‌مهری دیگران چندان برای او گران نمی‌آید. مرد هم باید بداند که همسرش می‌خواهد مطمئن باشد که شوهرش او را از ته دل دوست دارد و می‌خواهد این معنا را هرازگاهی از زبان او بشنود.

محبت به همسر و مهربانی با او یکی از راهکارهای اساسی برای شیرینی و شادکامی زندگی زناشویی و یکی از آموزه‌های اخلاقی اسلام است. این شاه‌کلید خوشبختی دوجانبه است و هم زن و هم مرد موظف هستند تا به آن ملتزم باشند؛ ولی باید توجه کرد که زن عاطفی‌تر و احساسی‌تر از مرد بوده و وجودش لطیف‌تر از مرد است؛ از این رو، نیاز زن به محبت و مهربانی بیش از نیاز مرد است.

لازمه شادابی و نشاط روانی زن و مرد و به‌ویژه زن، این است که خود را محبوب همسر خویش ببیند و از عشق و علاقه او به خودش مطمئن باشد. اگر زن درباره محبت و علاقه همسرش به خود تردید کند یا به علاقه او به افراد دیگر پی ببرد، احساس درماندگی و ناتوانی عاطفی به او دست می‌دهد و از اینکه نتوانسته است عواطف شوهر را تصرف کند، احساس خسران می‌کند. در نتیجه این احساس، ممکن است رو به پزیردگی رود و از نشاط روحی او کاسته شود. این مسئله چنان بر روان زن تأثیر می‌گذارد که موجب کمتر شدن علاقه او به فرزندانش نیز می‌شود؛ یعنی حتی عاطفه مادری نیز به شدت، از عواطف شوهر به زن تأثیر می‌پذیرد. حمایت و مهربانی قلبی مرد آن قدر برای زن ارزش دارد که زندگی زناشویی بدون آن، برای زن تحمل‌شدنی نیست و هرگز احساس خوشبختی نمی‌کند.



زن به سبب ویژگی‌های خاصی که دارد، اغلب نمی‌تواند به‌طور مستقیم از بی‌مهری یا کم‌توجهی شوهرش، به خود او گلایه کند؛ گویی این کار را یا در شأن خود نمی‌داند یا آن را مایه تحقیر خود و چه بسا مایه تحقیر شوهر بداند. حال اگر از چنین وضعی پیوسته رنج ببرد، آثار نامطلوب این احساس درونی به‌مرور زمان در رفتارهای او با اعضای خانواده، به‌ویژه با همسر پدیدار می‌شود. زن اگر از عواطف همسری ارضا شود، عالی‌ترین احساس خود را نثار شوهر می‌کند و نیز بیشترین فداکاری را نثار زندگی و شوهر خواهد کرد. بنابراین، مهم‌ترین وظیفه اخلاقی و انسانی مرد این است که همسر خود را از همان آغاز زندگی، از محبتی که به او دارد، آگاه سازد و پیوسته با نثار محبت و انجام کارهایی که نشان‌دهنده علاقه و عشق او به همسرش است، او را مطمئن کرده و سعی کند با بذل محبت و مهربانی، نهال نورسیده زندگی زناشویی را سیراب و سرسبز سازد. زن نیاز دارد که حرف‌های پرمهر و محبت را به‌طور مداوم بشنود، با شوهرش بیرون برود، در تحسین و تمجید از هر چیزی، با شور و شوق شوهرش شریک شود و نیز یکی‌شدن واقعی با همسرش را در سکوتی لذت‌بخش تجربه کند. عشق برای زن به‌معنای علاقه دائمی و در سطح عالی است و به‌همین علت است که می‌خواهد همیشه در کنار شوهرش باشد. زن برای زمانی که شوهرش در کنار اوست، ارزش قائل است. از سوی دیگر نیز زن باید به شوهر خود عشق و علاقه داشته باشد و از اظهار محبت به او دریغ نکند و علاقه خود را به روش‌های گوناگون بیان کند؛ نیز باید از خدمات مرد و تلاش او قدردانی کرده و با برجسته کردن فداکاری‌های مرد، توجه خود را به او ابراز کند. ابراز علاقه زن به

شوهر علاوه بر جلب رضایت و عواطف شوهر، باعث افزایش انگیزه مرد برای تلاش و تأمین آسایش خانواده و نیز رضایت خاطر مرد از زندگی می‌شود و احساس ارزشمند بودن در خانواده را در پی دارد.

عشق و محبت زن و شوهر به یکدیگر، مایه آرامش و آسایش یکدیگر است و خداوند متعال نیز در آیات قرآن، بر این واقعیت صحه گذاشته است: **أَوْ مِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ** (و از نشانه‌های او این است که از جنس خودتان، همسرانی برایتان آفرید تا در کنار آن‌ها آرامش یابید و میانتان دوستی و رحمت برقرار کرد. بی‌شک، اندیشمندان در این کار خدا نشانه‌هایی بر حکمت او می‌یابند.)



چند توصیه مهم

۱. فقط به اظهار محبت به همسران اکتفا نکنید؛ بلکه کردار خود را نیز هماهنگ با گفتار خود به‌گونه‌ای تنظیم و ارائه کنید که مؤید اظهار مهر و عاطفه‌تان باشد.
۲. بخشی از اوقات زنده خود را در شبانه‌روز، خاص همسران قرار دهید و این فرصت را صرف پیشرفت او کنید و از صمیم قلب، خود را علاقه‌مند به پیشرفتشان نشان دهید.
۳. زن و شوهر شبیه هم نیستند و نباید هم باشند؛ چون هریک نقش خاصی در زندگی به‌عهده دارند؛ بلکه وجودشان مکمل و متمم یکدیگر است. تلاش کنید که واقعاً شخصیت همسر خود را تکمیل کنید؛ چون بخشی از شخصیت همسران مرهون تلاش‌های شماست.
۴. به‌جای آنکه درصد تملک کامل همسران باشید و هریک به دیگری به‌شدت وابسته شوید، به محبت سالم و عواطف صحیح اکتفا کنید؛ زیرا عواطف بسیار شدید سرخوردگی‌هایی نیز به‌دنبال دارد.
۵. قبل از اینکه همسران را به خود علاقه‌مند سازید، استعداد محبوبیت را در خود افزایش دهید.

۴. ایثار و فداکاری

خانه، مرکز صفا و صمیمیت و انس است که در عین رعایت تکلیف، باید بر پایه ایثار و فداکاری اداره شود. در روابط همراه با ایثار، سخن از فخرفروشی نیست و توقعات بیش از اندازه وجود ندارد. زن و شوهر

در پی آن نیستند که رتبه، مقام، مال و زیبایی خویش را به رخ دیگری بکشند. در روابط همراه با ایثار، هرچه هست، صفا و گذشت، صمیمیت و اخلاص است. رفتارها به گونه‌ای است که گویی دو طرف در هاله‌ای از قداست و نورند و زندگی‌شان همانند حیات فرشتگان است. یکی از جنبه‌های ایثار و فداکاری، همیاری و همکاری مرد با زن در کارهای خانه است. اگر مرد می‌خواهد در دل همسر خود محبت به وجود آورد، باید در خانه همکار او باشد. روزی حضرت رسول اکرم ﷺ به خانه حضرت علی علیه السلام وارد شدند. حضرت علی علیه السلام و حضرت فاطمه (س) را دیدند که به کمک یکدیگر، با آسیاب دستی آرد درست می‌کنند. پیامبر ﷺ فرمودند: «کدام یک خسته‌ترید؟» حضرت علی علیه السلام عرض کردند: «فاطمه خسته‌تر است.» پیامبر اکرم ﷺ به او فرمودند: «برخیز دخترم!» فاطمه (س) برخاست و پیامبر ﷺ به جای او نشستند و به حضرت علی علیه السلام در آردکردن کمک کردند.

۵. گذشت و چشم‌پوشی از خطاها

بیشترین سفارش اسلام دربارهٔ مسائل خانوادگی و گذشت و چشم‌پوشی زن و شوهر از لغزش‌ها و کج‌خلقی‌ها و اشتباهات یکدیگر است؛ زیرا زن و شوهر همانند دیگر انسان‌ها، روحیات و طرز تفکری دوگانه دارند. آن‌هایی که مدعی‌اند دربارهٔ همهٔ مسائل مانند هم می‌اندیشند و موافق و هماهنگ‌اند، شاید هنوز زمینه و موقعیتی نیافته‌اند که خصلت‌های واقعی همدیگر را بشناسند. حتی اگر زن و شوهری با روحیهٔ مشترک پیدا شوند، باز هم هیچ‌یک از اشتباه و خطا و عصبانیت در امان نیستند. از این رو، اهمیت گذشت و تأثیر آن در تداوم روابط سالم آشکار می‌شود



و عشق و محبت را افزایش می‌دهد و اختلاف و مشاجره را پایان می‌بخشد. گذشت نشانهٔ حُسن نیت و خوش‌بینی به زندگی است. گذشت و چشم‌پوشی، در عواطف دو طرف اثری نیکو دارد و طرز فکر و شیوهٔ عمل آنان را متحول خواهد کرد. چه بسیار تیرگی‌ها که در پرتو این صفت، از میان برخاسته و جای خود را به صفا و صمیمیت سپرده‌اند.

زن و شوهر باید توجه کنند که انسان به‌آسانی و به‌سرعت نمی‌تواند به خطاها و اشتباهات خود پی ببرد؛ بلکه باید با شیوه‌ای بسیار لطیف و با روشی بسیار ملایم و دقیق، او را به قلهٔ آگاهی رسانید. خداوند در قرآن کریم سفارش می‌کند که از خطاهای دیگران چشم‌پوشی کنید و خطای آنان را نادیده بگیرید: **وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَ اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ** (آن‌ها باید عفو کنند و چشم‌پوشند. آیا دوست نمی‌دارید خداوند شما را ببخشد و خداوند آمرزندهٔ مهربان است.)

زن و شوهر باید گذشت از خطای دیگری را برنامهٔ همیشگی خود قرار دهند؛ به‌ویژه آنگاه که یکی از آنان پس از خطا یا جفای خود، عذرخواه و پوزش‌طلب باشد. دو همکار، دو شریک، دو هم‌سفر، دو برادر و خواهر، دو همسایه، دو دوست، پدر و فرزند و مادر و فرزند و... هنگامی می‌توانند به ارتباط با هم ادامه دهند که هریک از آن‌ها از کاستی‌های دیگری چشم‌پوشد و موشکافی نکند. ارتباط زن و شوهر با یکدیگر از ارتباط همهٔ این‌ها که برشمردیم، ظریف‌تر و حساس‌تر و مهم‌تر است. به‌همین دلیل، نیاز هریک از آن دو به عنصر گذشت از هر شریک دیگری، بیشتر و شدیدتر است.

۶. حسن معاشرت

یکی از حقوق و وظایف متقابل و مشترک زوجین (زن و شوهر)، حُسن معاشرت آن‌ها با یکدیگر است. به بیان دیگر، زن وظیفه دارد با شوهرش به نیکی معاشرت کند و نیز حق دارد از شوهر خویش معاشرت نیکو بخواهد؛ چنان‌که مرد نیز حق دارد از همسر خویش تکریم و معاشرت نیکو طلب کرده و هم موظف است با همسرش به نیکی و مهربانی رفتار کند. در زندگی زناشویی، آنچه بیش از همه اهمیت دارد، آن است که زن و شوهر خودشان را متعلق به یکدیگر بدانند و هر کدام از آن‌ها سعادت و خوشبختی دیگری را سعادت و خوشبختی خویش بدانند و بدبختی و گرفتاری دیگری را گرفتاری و غم خویش به حساب آورد. اگر هر دو با این دیدگاه به زندگی زناشویی گام نهند و همین‌گونه ادامه دهند، بی‌تردید، زوجی موفق و خوشبخت و سعادتمند خواهند بود و در پرتو این خوشبختی و موفقیت، فرزندان صالحی نیز به جامعه تحویل می‌دهند.



مصادیق حُسن معاشرت

حُسن معاشرت با همسر، مصادیق و نمودهایی در روابط زن و مرد دارد. برخی از مصادیق و نمودهای بسیار مهم آن عبارت‌اند از:

۱. خوش‌خُلقی

خوش‌خُلقی و مهربانی با همسر از نمودهای ممتاز معاشرت پسندیده است. این ویژگی اخلاقی دوجانبه است و هریک از همسران باید به آن آراسته باشند. کسی که در رفتار با همسر، با چهره‌ای بشاش، با ادای کلمات زیبا، با صدای آرام، منطقی، متواضعانه و دلسوزانه ظاهر می‌شود، شخصی خوش‌اخلاق تلقی می‌شود. این شخص، چه زن و چه مرد، با حضور خود در جمع خانواده، علاوه بر ایجاد صفا و آرامش، از اجر معنوی نیز بهره‌مند شده و همچنین، با رغبت و لطف اعضای خانواده روبه‌رو می‌شود. فضای به‌وجودآمده با حضور پدر و مادر خوش‌اخلاق، در آرامش روانی، اعتمادبه‌نفس، شکوفایی و پیشرفت همه اعضای خانواده و به‌ویژه فرزندان، تأثیر بسیار می‌گذارد.

۲. پرهیز از بداخلاقی و بدزبانی

هیچ‌یک از همسران نباید با بداخلاقی و ترش‌رویی زندگی را بر خود و همسر و دیگرانی که با آن‌ها ارتباط دارند، تلخ و ناگوار سازند. زن و شوهر نباید به یکدیگر ناسزا بگویند و سخن زشت و گزنده بر زبان برانند.

۳. پرهیز از آزردهن شوهر

زن باید از هرگونه عمل و حرکت و سخنی که رنجش خاطر شوهر را فراهم می‌کند، بپرهیزد و همچون فرشته‌ای در قلب شوهر جای گیرد و هرگز درصدد آزار شوهر برنیاید که از گناهان بزرگ است. البته مرد نیز وظیفه دارد که به‌نیکی‌ویی معاشرت کند.

۷. سازگاری و مدارا

سازش با یکدیگر در زندگی، یکی دیگر از وظایف کلی زن و شوهر در قبال یکدیگر است. معنای سازگاری زن و شوهر با یکدیگر این است که هریک از آنها کاستی‌های دیگری را ندیده بگیرد و بکوشد که خود را با روش و منش و سلیقه او وفق دهد. اگر این دو شریک در زندگی، چنین رویه‌ای را پیش گیرند، مثل دو راه همسو در کنار هم خواهند بود که بزرگرایی پهن و هموار پدید خواهند آورد. ممکن است در طول زندگی مشترک، مشکلات و بحران‌هایی در روابط زوجین پدید بیاید و آنان را حتی به فکر جدایی و طلاق از یکدیگر بیندازد. زن و شوهر باید به این توجه کنند که حفظ خانواده و سازش و مدارا کردن در بحران‌ها به نفع هر دوی آنهاست و جدایی آتشی خواهد بود که دودش چشم هر دوی آنها را کور خواهد کرد.

مصادیق سازگاری

سازش و مدارا با همسر در زندگی، مصادیق و نمودهایی دارد. برخی از مصادیق و نمودهای بسیار مهم آن عبارت‌اند از:

۱. خودداری از بهانه‌گیری و عیب‌جویی

بهانه‌گیری و عیب‌جویی زن و شوهر از یکدیگر، مهم‌ترین عامل فروپاشی خانواده است. یکی از معانی و مصادیق سازگاری زوجین در زندگی، پرهیز از عیب‌جویی از یکدیگر است. مرد بهانه‌گیر عیب‌جو، شاهد زندگی را با بهانه‌گیری در کام خود و زن و فرزندان خود تلخ می‌کند و زن بهانه‌گیر و عیب‌جو نیز روزگار خود و شوهر و فرزندان را با بهانه‌گیری سیاه می‌کند. زن بهانه‌گیر باید بداند که اگر شوهر بیچاره‌اش نیز مانند او



بهانه‌گیری می‌کرد، زندگی مشترک آنان دوامی نمی‌یافت. او باید این باد غرور را که مگر من چه عیبی دارم که شوهرم بتواند بهانه‌ای بگیرد، از سر خود بیرون کند. اگر بنا بر بهانه‌گیری باشد، ده‌ها موضوع برای بهانه‌گیری در رفتار و گفتار و خلق‌و‌خو وجود دارد که شوهر سازگار از کنار آن‌ها می‌گذرد. مرد بهانه‌گیر نیز باید بداند که اگر همسر بیچاره‌اش هم مانند او بهانه‌گیر بود، زندگی آنان از مدت‌ها پیش، از هم گسیخته بود. او نباید به خود بگوید که همسر من از کسی مثل من چه بهانه‌ای می‌تواند بگیرد؟ اگر روزی کسی یا کسانی در پی آن باشند که عیب‌ها را برشمرند، فهرست بلندبالایی پدید می‌آید. اگر مرد و زن از بهانه‌گیری دست بردارند، زندگی به کام هر دو شهد خوشگوار خواهد شد.

۲. نداشتن خواسته‌های بیجا

هم زن و هم شوهر باید از خواسته‌های بیجا و گزاف از یکدیگر خودداری ورزند و پیش از هر درخواستی، توان طرف مقابل را در فراهم‌سازی خواسته خود بسنجند. زن یا شوهر شهری نباید از همسر روستایی خود بخواهد که فرهنگ روستایی را یکسره کنار بگذارد و گفتار، رفتار، پوشش و منش خود را با شهرنشینان هماهنگ کند. او می‌توانست با یک روستایی پیمان زناشویی نبندد؛ اما حال که بسته است، نمی‌تواند همسر خود را برای هماهنگ‌سازی با خود زیر فشار بگذارد. زنی که پدر یا برادرش خوش‌نویس یا خوش‌آوازند، نباید از شوهرش انتظار داشته باشد که او نیز چنین باشد و مردی که مادر یا خواهرش چهل نفر مهمان سرزده را با تردستی پذیرایی می‌کرده است، نباید از همسرش که چنین توان و تجربه‌ای ندارد، بخواهد که او نیز چنین کند.

خانمی که پدرش به‌طور عمده خرید می‌کرده و به خانه می‌آورده است، نباید از شوهر خود که طلبه یا دانشجو یا کارمند است، چنین خواسته‌ای داشته باشد. مردی که مادرش با کار و تلاش، بخشی از هزینه زندگی را فراهم می‌کرده است، نباید از همسر خود بخواهد که او نیز چنین کند. آنچه گفته شد، تنها نمونه‌ای از خواسته‌های نابجاست که زن و شوهر ممکن است از دیگری توقع داشته باشند و بر اثر آن، زندگی را بر خود و همسر خود تیره‌وتار کنند.

۸. یگانگی

زن و شوهر باید همانند یک روح در دو بدن باشند؛ بنابراین، هیچ‌یک از این مسائل نباید میان آن‌ها مطرح شود: **فلان چیز مال من است، نه مال تو. فلان مهمان مربوط به توست و مربوط به من نیست. فلان چیز خواسته توست، نه خواسته من. خانواده تو چنین‌اند و خانواده من چنان و مانند این‌ها.** این‌ها سمومی هستند که فضای زندگی خانوادگی را مسموم می‌کنند. از نمونه‌های یگانگی زن و شوهر این است که هر یک از آن دو در درگیری که ممکن است همسرش با دیگری پیدا کند، با انصاف و خیرخواه باشد. اگر حق با همسر اوست، از وی پشتیبانی کند و اگر حق با او نیست، با زبان خوش و دوستانه او را از ادامه درگیری بازدارد و حق به جانب بودن او را با آرامی و ملایمت به او بفهماند؛ همچنین، او را کم‌کم وادار کند که اگر حق طرف ضایع شده است، آن را ادا و جبران کند. از نمونه‌های دیگر یگانگی زن و شوهر این است که هیچ‌یک از آن‌ها شکایت همسر خود را نزد کس دیگر نبرد؛ حتی پدر و



مادر و خواهر و برادر خود و اگر آن‌ها خواستند در زندگی او و همسرش دخالت کنند، روی خوش نشان ندهد و با تدبیر و زیرکی، جلوی دخالت آنان را بگیرد و بکوشد که این نقش را بی‌آنکه آن‌ها آزرده شوند، بازی کند.

لازمهٔ یگانگی، هماهنگی است. زن و شوهری که باهم یگانه‌اند، هماهنگی هم ندارند. هماهنگی زن و شوهر باید در خوراک (نوع و زمان خوردن آن)، در پوشاک (جنس و مدل و رنگ آن)، در رفت‌وآمد با کسان (چه اندازه‌ای و چه کسانی)، در سفر رفتن (کجا و کی و چگونه) و... نمود یابد. هرگاه یکی از آن‌ها در چیزهایی که برشمردیم، پیشنهادی داد، دیگری به‌راحتی آن را می‌پذیرد و همراهی و همکاری می‌کند؛ زیرا هم پیشنهاد دهنده به‌دلیل آشنایی با مذاق همسر خود، پیشنهادی نمی‌دهد که با سلیقهٔ او اختلاف کلی و اساسی داشته باشد و هم پیشنهادگیرنده می‌کوشد تا خود را با نظر همسرش وفق دهد و با او تا می‌تواند، مخالفت نرزد.

چگونگی حصول همگرایی؟

زن و شوهر باید بدانند برای دست‌یافتن به همگرایی و یگانگی راهکارهایی را در پیش گیرند. برخی از این راهکارها به شرح زیر هستند:

۱. همگرایی در زندگی مشترک میان زن و شوهر، امری نسبی است، نه مطلق؛ به این مفهوم که هرگز نمی‌توان انتظار داشت زوجین در تمامی مسائل توافق داشته و همگرا باشند؛ بلکه منظور این است که در غالب مسائل انتظار می‌رود که بتوانند سیاستی هماهنگ را در مواجهه با مسائل در پیش گیرند.

۲. همگرایی نسبت مستقیم با شناخت دارد؛ به گونه‌ای که با پشت‌سرگذاشتن سال‌های اولیه زندگی، درجه شناخت زوجین از یکدیگر بیشتر و عمیق‌تر می‌شود؛ لذا زنان و مردان جوان نباید در اولین گام‌های زندگی، انتظار داشته باشند که همسرشان به‌طور کامل و تمام‌عیار، با آنان هماهنگ باشد.

۳. همه ویژگی‌های همسر را نباید تغییر داد؛ زیرا این امر موجب مقاومت او می‌شود و اعتماد به نفسش را زایل می‌کند. تلاش زوجین باید صرف تغییر ویژگی‌هایی در همسرشان شود که همچون عایقی، از حصول تفاهم آن‌ها جلوگیری می‌کند.

۴. در تصمیم‌گیری‌ها و انتخاب راه‌حل‌ها و برنامه‌ریزی‌های زندگی لازم است هریک از زوجین حقی برای همسرشان در نظر بگیرند و او را از صحنه تصمیمات دور و برکنار نگه ندارند. مدیریت مطلوب در زندگی زمانی امکان‌پذیر است که هر فرد از اهمیت نقش خود در پیشبرد اهداف خانواده اطمینان حاصل کند.

۵. مصلحت خانواده ایجاب می‌کند که هریک از زوجین به‌صرف ناراضایتی همسر، او را از زندگی کنار نگذارد و جایگاهش را در خانواده و در کانون قلب فرزندان به‌خوبی حفظ کند. پدری که در زندگی نقش سایه دارد و به حاشیه خانواده رانده شده است، هیچ‌گاه بر فرزندان تأثیر اخلاقی نخواهد گذاشت. مادری که از موقعیت اصلی‌اش محروم شده است و هیچ‌گونه سهمی در مراحل تصمیم‌گیری ندارد، به‌یقین، مادر موفقی برای فرزندان و همسری لایق برای شوهرش نخواهد بود.



۹. بدگمانی نداشتن

یکی از گرفتاری‌های بسیار جدی برای خانواده، بدگمانی مرد به زن یا زن به مرد یا هر دو به یکدیگر است. زن و شوهر، هر دو، باید بهوش باشند و به گونه‌ای ناپیدا و با زیرکی، رفت‌وآمدها و ارتباطات دیگری را زیر نظر بگیرند و ساده‌انگار و بی‌پروا نباشند؛ اما از دو چیز در این باره باید به شدت بپرهیزند: یکی، افراط و زیاده‌روی در این مراقبت نامحسوس و دیگری، ابراز و آشکار ساختن آن. هم زن و هم مرد باید بدانند که از پرس‌وجو کردن از همسر خود طرفی بر نمی‌بندند و معمولاً چیزی از این راه به دست نمی‌آورند. تنها نتیجه این شیوه، درگیری و کشمکش و در پی آن، دور شدن از یکدیگر و دشمنی است.

راه درست این است که هرگاه زن یا شوهر نشانه‌ای واقعی و نه برآمده از بدگمانی، از ارتباط نامناسب همسرش با دیگری دید، آن را بی‌آنکه به دیگران بگوید، با لحنی آرام و واژگانی مناسب، با خود وی در میان بگذارد. او باید این آمادگی را داشته باشد که همسرش با شنیدن این سخن توضیح دهد و معلوم سازد که چنین مسئله‌ای وجود خارجی ندارد و نشانه‌های به کار گرفته شده درست و واقع‌نما نیستند. سایه شوم بدگمانی بر هر خانه‌ای که بیفتد، روزگار آن خانواده را تباہ می‌سازد. هم زن و هم شوهر باید بهوش باشند که در دام این بلای خانمان‌سوز گرفتار نشوند. بدگمانی گونه‌ای بیماری روانی است و کسی که در خود، نشانه‌ای از این بیماری دید، خوب است در پی درمان آن برآید.

همچنین، زن و شوهر باید از افتادن در دامی که ممکن است سخن‌چینان بدخواه در راه آنان بگسترند، بپرهیزند. همیشه کسانی هستند که هنری

جز دوبه‌هم‌زنی ندارند و درگیری میان زنان و شوهران خواسته آنان است. این شیطان‌های آدم‌نما یا نزد مرد می‌روند و از همسر او بدگویی می‌کنند یا نزد زن می‌روند و از شوهر او بد می‌گویند یا نزد هر دو می‌روند و نزد یکی، بد دیگری را می‌گویند و تا آن‌ها را به جنگ و ستیز و دشمنی باهم و جدایی از یکدیگر نکشانند، دست بر نمی‌دارند. زنان و شوهران به‌ویژه در دوران جوانی و ناپختگی، باید بهوش باشند و فریب این شیطان‌های خناس را نخورند و آنان را از خود دور کنند.

۱۰. عذرخواهی هنگام ارتکاب اشتباه

انسان‌های غیرمعصوم، حتی پاک‌ترین و آگاه‌ترین آن‌ها در برخی مواقع، به لغزش و خطا دچار می‌شوند. در زندگی خانوادگی، گاهی اشتباه‌ها و لغزش‌ها همانند لکه‌هایی سیاه، چهرهٔ حیات زناشویی را زشت و نفرت‌انگیز و حتی در مواقعی، ارکان آن را متزلزل می‌کنند. ما گاه بر اثر ندانم‌کاری‌ها، تربیت نادرست، بی‌حوصلگی و عقده‌ها، همسرمان را از خود می‌رنجانیم. برای نمونه، با نیش زبان او را می‌آزاریم یا با به‌رخ‌کشیدن فقرش و با اخم‌ها و افاده‌فروشی‌ها دلش را به درد می‌آوریم و تعادل روانی او را بر هم می‌زنیم. این رفتار، زندگی را بی‌معنا می‌کند و گاه، دشواری‌هایی پدید می‌آورد و کار را به درگیری می‌کشانند. آنچه می‌تواند کدورت‌ها را از میان بردارد و صفا و صمیمیت را در روابط خانوادگی برقرار کند، عذرخواهی هنگام ارتکاب خطا و اشتباه است. اعتراف به اشتباه و عذرخواهی از همسر، آثار پرشماری در زندگی مشترک دارد: اول اینکه این کار رشتهٔ پیوند همسران را محکم‌تر می‌کند و جلوی درگیری و عقده‌سازی‌ها را می‌گیرد و خانه را به‌صورت



پناهگاهی مطمئن و امن نگه می‌دارد. دوم اینکه اعتراف به لغزش، فرد را از عذاب روحی که بدان دچار شده است، رهایی می‌بخشد. سوم اینکه عذرخواهی از اشتباه‌ها سبب شناخت خود و جبران کاستی‌ها می‌شود. این مسئله که انسان ضعف‌ها و قصور خود را با واقع‌بینی بپذیرد و افزون‌بر اعتراف به آن‌ها، بکوشد تا آن‌ها را جبران کند، کاری پسندیده است. چه چیزی از این بهتر که در این راه با خشنودکردن همسر و محبت و کمک به او، او را به خود جلب کند و دریچه‌ای از زندگی سالم را به روی خود بگشاید.

۱۱. تفاهم و رفتار منطقی

یکی از ویژگی‌های روابط سالم و سازنده همسران، داشتن تفاهم و رفتار انسانی و منطقی باهم با وجود انتقادات و اعتراض‌ها به عملکرد یکدیگر است. هرچند در مواقعی، امکان به‌کرسی‌نشاندن سخن خویش وجود دارد، منطق و رفتار منصفانه مانع چنین رفتاری می‌شود. همچنین، ممکن است فرد، توقع حقی را از همسر خود داشته باشد؛ ولی وقتی با دیدی منطقی به آن می‌نگرد، درمی‌یابد که دستیابی به آن امکان‌پذیر نیست و از توانایی همسرش خارج است. تعادل در زندگی مشترک هنگامی به‌وجود می‌آید که روابط متقابل بر پایه‌های عقلانی استوار باشد. آدمی به‌دلیل حُب نفس، پیوسته به منافع شخصی گرایش دارد و سیاست کسب منفعت و دفع ضرر را بر روش‌های دیگر ترجیح می‌دهد. چنین نگرشی در دوران مجرد تا حدودی عملی و امکان‌پذیر است؛ ولی در زندگی مشترک به‌دلیل پیدایش روابط و مناسبات جدید، سلیقه‌های

شخصی زن و شوهر در تقابل با یکدیگر قرار می‌گیرند؛ چون هریک از دلریچهٔ منفعت شخصی به زندگی می‌نگرد و ترجیحات او از نوع نفسانی است تا عقلانی.

در چنین موقعیتی، همسرانی که اخلاق ملایم و تربیت صحیحی دارند، می‌توانند به‌جای به‌کاربردن سلیقهٔ شخصی و حاکمیت زور و قدرت در عرصهٔ زندگی، روش‌های استوار و مطلوبی برای حل اختلاف سلیقه‌های خود بیابند و منطق را در زندگی‌شان حاکم کنند. همسران و به‌ویژه مردها، باید این واقعیت را بپذیرند که هرگز اعمال قدرت، قدرت نمی‌آفریند؛ بلکه از زور و قدرت زمانی استفاده می‌شود که فرد از راه‌های دیگر مأیوس شود.

تفاهم چگونه به‌دست می‌آید؟

در این قسمت، برخی شیوه‌های کاربردی دستیابی به تفاهم را پیشنهاد می‌دهیم:

۱. در هنگام گفت‌وگوی همسرمان، با نهایت دقت به مطالب وی گوش فرادهیم و آن‌گونه عمل کنیم که گویی جز به وی و سخنانش، به موضوع دیگری توجه نمی‌کنیم و از انجام هر عملی که با حالت توجه مغایر باشد، خودداری کنیم. این کیفیت در روش‌های مشاورهٔ به‌اصطلاح، «هنر خوب شنیدن» موسوم است؛ حالتی که بیانگر پذیرش طرف مقابل و مطالب وی است و در مشاوره کاربرد فراوانی دارد.

۲. با مطالعه در حالات و روحيات همسر خود، فهرستی از علایق و تمایلات



وی به دست می‌آوریم و خود را به آن‌ها متعهد و ملزم می‌دانیم. تأمین علایق اصولی همسر و نقطه شروع سخن را بر یکی از علایق وی متکی کردن و به‌ویژه، درباره تمایلاتش به گفت‌وگونیستن، راه را برای کسب تفاهم هموار خواهد ساخت.

۳. از مقایسه او با دیگران به شدت بپرهیزیم. این رفتار به رابطه حسنه آسیب وارد می‌کند. همسرمان انسانی است منحصر به فرد و ویژگی‌های شخصیتی اعم از مثبت و منفی دارد که با هیچ فرد دیگری مقایسه‌شدنی نیست. از این رو، در مواقع ضروری می‌توان او را با خودش در گذشته او مقایسه کرده و از میزان پیشرفت اخلاقی و معنوی و فکری‌اش قدردانی کرد. این عمل بر میزان تفاهم زوجین خواهد افزود.

۴. نحوه برقراری ارتباط کلامی نیز از عواملی است که در ایجاد تفاهم نقشی تعیین‌کننده ایفا می‌کند. همسرانی که می‌دانند از چه عبارت و کلماتی برای بیان مقصود استفاده کنند، به خوبی مسیر حرکت خویش را در زندگی هموار می‌سازند. هر واژه، نوعی بار روانی و عاطفی دارد و تأثیرات مسلّمی بر شنونده بر جای می‌گذارد. یک ارتباط کلامی موفق رابطه‌ای است که هیچ‌یک از دو طرف از کلمات تحریک‌آمیز و موهن استفاده نمی‌کنند. زبان ملایم و نرم و برخوردار از احترام، حق مطلب را به خوبی ادا می‌کند و اعتماد و اطمینان در طرف مقابل می‌آفریند. به عکس، زبان تند و زننده و تحریک‌آمیز برای هیچ ارتباطی مفید نیست؛ حتی اگر گوینده بر حق باشد.

۵. در مناسبات با همسر، صداقت همچون پل ارتباطی مؤثر موجب می‌شود که زن و شوهر میل و رغبت وافر و کاملی برای صحبت با یکدیگر پیدا کنند و از این طریق، بر رشد شخصیت خود و همسرشان بیفزایند. لازم است برای نیل به

تفاهم، صداقت را از انگیزه‌ها و نیت درونی آغاز کرد و به جریان گفت‌وگوها و مناسبات تسری بخشید. مصداق رستگاری در راستی است. زن و شوهر زمانی به کاخ سعادت زندگی دست می‌یابند که پایه‌های آن را بر صداقت و درستی پی‌ریزی کنند.

چند راهکار عملی و مهم

۱. در تمامی مراحل زندگی، به‌ویژه زمان گفت‌وگو با همسران، فقط خدا را در نظر بگیرید و برای رضای او سخن بگویید.

۲. در گفت‌وگو با همسران، از منطق قوی و استواری کمک بگیرید و مطالب خود را به‌جای متکی‌کردن بر احساسات و جلب ترحم، بر پایه‌های عقلانی و محکمه‌پسند استوار کنید. در این صورت، موفقیت شما در تفاهم با همسر و تعادل زندگی بیش‌ازپیش خواهد بود.

۳. در هر موضوع موردبحث یا اختلاف، خود را به آخرین اطلاعات در آن زمینه توانا کنید و راه‌های گوناگونی را که می‌تواند در تفهیم منظورتان به همسر مؤثر واقع شود، جست‌وجو کنید و از طریق رسانه‌های گروهی و منابع علمی و مطالعاتی، با اطلاع کامل و اعتمادبه‌نفس وارد گفت‌وگو شوید.

۴. در برخی مراحل که پذیرفتن واقعیت از سوی همسران دشوار است و احتمالاً به غرور او لطمه وارد می‌کند، لحن سخن را به‌جای تحکمی و دستوری به جنبه پیشنهادی تغییر دهید؛ مثلاً جواب یک موضوع و عواقب احتمالی آن را برای همسران بازگو کنید و از او بخواهید که با بررسی همه جوانب، آنچه درست می‌داند، برگزیند. چنین شیوه‌ای مقاومت او را کاهش می‌دهد.

۵. گاهی خاطراتی از گذشته خود و دیگران را بیان کنید که در آن، اختلاف موجود با روش منطقی، بهتر به نتیجه رسیده است و آمادگی او را در پذیرفتن این واقعیت که هرکسی ممکن است در معرض اشتباه قرار گیرد، افزایش دهید.



۶. با تلقین جنبه‌های منطقی به همسران، او را از شخصیتی منطقی و موجه برخوردار سازید. حتی اگر همسران رفتار منطقی ندارد، با تلقین این موضوع که او در بسیاری مواقع، با روش منطقی موفقیت‌هایی کسب کرده است، شخصیتش را متحول سازید.

۷. شخصیت همسران هرچه باشد، شما هم به دوباره‌سنجی اعتقادات خود درباره زندگی نیاز دارید. این باور که شما هم بی‌عیب و نقص نیستید، نوعی آمادگی و انعطاف روحی ایجاد می‌کند که برای دستیابی به تفاهم ضرورت بسیار دارد.

۸. هر گاه در اثنای گفت‌وگو با همسران احساس می‌کنید که به حالت عصبی نزدیک می‌شوید، از ادامه بحث خودداری کنید و در زمان مناسب، بقیه مطالب خود را بیان کنید.

۹. همسران شخصیتی دارد که نه آن‌چنان پیچیده است که شناخت او غیرممکن باشد و نه آن‌چنان ساده است که نیازمند تلاش از جانب شما نباشد. شناخت همسران کاری ممکن و ضروری است. با مطالعه مستمر در حالات و روحیاتش، او را بیشتر از پیش خواهید شناخت؛ در نتیجه، زندگی شما هرگز به لبه پرتگاه نزدیک نخواهد شد.

۱۰. تعدادی از زوج‌های جوان به دلیل آسیبی که در الگوهای ارتباطی بینشان وجود دارد، نمی‌توانند به تفاهم برسند. ممکن است این آسیب در نحوه گفت‌وگو، همکاری، رفتار با اطرافیان یا نظایر آن به وجود آمده باشد. به‌رحال، این مسائل در روابط آن‌ها خللی ایجاد می‌کند. در این‌گونه مواقع، حضور فرد سومی به‌عنوان مشاور ممکن است در برطرف ساختن مشکلات ارتباطی آن‌ها مؤثر باشد.

انتقاد سازنده به منظور اصلاح یک ویژگی یا رفتار نادرست در همسر نیز یکی از مؤلفه‌های رفتار منطقی و تفاهم پیدا کردن با وی است. همسرانی که در زندگی، تفاهم بسیار زیاد دارند، از انتقاد و تذکر در خصوص رفتارهای ناصحیح خود باکی ندارند و به راحتی در مقام پذیرش آن برمی‌آیند. البته باید توجه کرد که انتقاد سازنده با انتقاد مخرب تفاوت‌های بسیاری دارد.

در جدول صفحه بعد، تفاوت‌های انتقاد سازنده و مخرب را نشان می‌دهیم.



ویژگی‌های انتقاد مخرب	ویژگی‌های انتقاد سازنده
۱. انتقاد با سوءنیت است.	۱. انتقاد با نیت خیرخواهانه انجام می‌شود.
۲. لحن انتقادکننده سرد و بی‌روح است.	۲. لحن انتقادکننده مشفقانه است.
۳. هدف انتقادکننده، تخریب و تضعیف شخصیت طرف مقابل است.	۳. هدف از انتقادکردن، ارشاد و اصلاح است.
۴. انتقاد در حضور دیگران انجام می‌شود.	۴. انتقاد در خلوت و تنهایی انجام می‌شود.
۵. انتقاد، بدون توجه به ظرفیت روانی همسر انجام می‌شود.	۵. انتقاد باتوجه‌به ظرفیت روانی همسر انجام می‌شود.
۶. انتقاد با عبارات تحکمی و آمرانه صورت می‌گیرد.	۶. انتقاد با عبارات پیشنهادی مطرح می‌شود.
۷. انتقاد متوجه تمام شخصیت خطاکار می‌شود.	۷. انتقاد صرفاً از رفتار و کار خطا صورت می‌گیرد.
۸. انتقاد با توهین و تحریک عصبی همراه است.	۸. انتقاد بدون توهین و تحریک عصبی انجام می‌شود.
۹. منتقد هیچ‌گونه فرصتی برای جبران قائل نیست.	۹. منتقد فرصتی برای جبران به انتقادشونده می‌دهد.
۱۰. انتقاد بلافاصله، از یک جنبه منفی طرف مقابل آغاز می‌شود.	۱۰. انتقاد از یک جنبه مثبت طرف مقابل آغاز می‌شود.
۱۱. روش منتقد، عیب‌جویی و افشای راز است.	۱۱. روش منتقد، عیب‌پوشی و رازداری است.
۱۲. منتقد در حین انتقاد، دستخوش هیجانات و عواطف خود است.	۱۲. منتقد در حین انتقاد، بر خود تسلط دارد.

۱۲. همکاری و همیاری

یکی دیگر از حقوق متقابل زن و شوهر، همیاری و کمک به هم در کارهاست. زن و شوهر اگر یگانگی را سرلوحهٔ زندگی خود قرار دهند، به این نقطه خواهند رسید که کارها و وظایف دیگری را به‌عنوان وظایف و کارهای خود تلقی کرده و در انجام‌شدن آن کارها نهایت تلاش خود را صرف کنند.

همیاری با همسر

در این قسمت، توصیه‌هایی به بانوان و آقایان در زمینهٔ همکاری و همیاری با همسر در خانواده مطرح می‌کنیم:

۱. بانوان و همیاری با همسر

۱. هیچ خانمی آن‌قدر مشغولیت ندارد که نتواند به همسرش کمک کند. منظور از کمک، کمک فکری نیز هست. اگر خانمی از صمیم قلب مایل باشد که در کارها به همسرش یاری رساند، باید کارهای خانه را طوری تنظیم کند که به او وقت اضافی بدهد و احتیاجات همسرش را نیز برطرف سازد.

۲. همیاری با شوهر مقدار کارهای مؤثر و مهم او را افزایش می‌دهد و نیز به کار شوهر امتیاز خاصی می‌بخشد؛ زیرا منافع آن‌ها به کار روزانه وابسته نیست؛ بلکه به یک عمر زندگی بستگی دارد.

۳. بدون داشتن اطلاع و معلومات کافی از کار شوهر، کسی نمی‌تواند به او کمک کند. هر قدر خانم‌ها در کار همسرشان بیشتر مطالعه و فکر کنند، برای کمک به او مجهزتر خواهند بود؛ حتی اگر مرد به این همیاری زن نیازی نداشته باشد. همین قدر که زن به کار و احتیاجات او



آشنا باشد، با صمیمیت بیشتری باهم زندگی خواهند کرد.

۵. بخش بیشترِ زندگی و علاقهٔ مرد صرف حرفه و شغلش می‌شود. برای زن امتیاز بزرگی است که به کاری علم و آشنایی پیدا کند که تمام ساعات بیداری همسرش را اشغال کرده است. وقتی علامه طباطبایی رحمته الله علیه، صاحب تفسیر المیزان را در مجلس ترحیم همسرشان بسیار ناراحت و متأثر می‌بینند، از ایشان می‌پرسند چرا شما بیش از حد برای فقدان همسرتان اندوهناک هستید؟ ایشان می‌فرماید: «اگر زحمات و مساعدت‌های همسر من نبود، من توانایی نوشتن المیزان را پیدا نمی‌کردم.» معروف است کتاب جنگ و صلح، اثر ممتاز تولستوی که یکی از ده کتاب جاودان ادبیات جهان است، همسر فداکارش بیش از ده‌ها بار پاکت‌نویس کرده تا چنین اثری به بشر ارائه شده است.

۲. آقایان و همیاری با همسر

۱. هرگز تصور نکنید که کار بیرون از منزل با ارزش و کار درون منزل بی‌ارزش است. ارزش کار را محیط آن تعیین نمی‌کند؛ بلکه انگیزه‌های انسانی و اخلاقی تلاش و مجاهدت و نتیجهٔ عملی آن است که بدان ارزش می‌دهد؛ لذا همیشه به همسران تلقین کنید که کار او برایتان بسیار باارزش و مهم است.

۲. برخی مردها براساس باوری اشتباه گمان می‌کنند که کار کردن مرد در خانه او را سبک می‌کند؛ درحالی‌که این کار بر نفوذ و محبوبیت او در دل‌ها می‌افزاید و رضای خدا را در پی دارد. درحقیقت، شخصیت مرد است که خانواده را رهبری می‌کند، نه پول و ثروتش.

۳. اگر به دلیل مشغله زیاد و مسئولیت سنگین نمی‌توانید در عمل با همسرتان همیاری کنید، دست‌کم، انگیزه و نیت خود را به اطلاع او برسانید تا از حمایت فکری شما احساس دلگرمی کند. انگیزه همکاری و مشارکت مهم‌تر از خود همکاری است؛ زیرا مقدمه هر عملی انگیزه‌ای است که در پشت آن عمل نهفته است.

۴. اگر فرصتی برای همیاری با همسرتان ندارید، تا آنجا که می‌توانید، با انجام کارهای شخصی و حفظ نظافت محیط خانواده، زحمت او را کم کنید و بر لطف و شادکامی زندگی بیفزایید. این در صورتی عملی است که بدانید همسرتان انتظار چه رفتارهایی را از شما در محیط خانه دارد.

۱۳. نظافت و آراستگی

رعایت نظافت و پاکیزگی در همه جا و برای تمام افراد اعم از زن و مرد، لازم و ضروری است. انسان باید بدن و لباسش را همیشه تمیز نگه دارد. دست‌کم هفته‌ای یک مرتبه به حمام برود. هر روز صبح دست و صورتش را با آب و صابون بشوید. دندان‌هایش را مسواک کند. موهایش را شانه بزند. موهای سر و صورتش را اصلاح کند. هر روز، پاهایش را بشوید تا بوی بد ندهند. جوراب‌هایش همیشه پاکیزه باشد. لباس‌هایش شسته و پاکیزه باشد. در حد توان مالی‌اش، لباس‌های خوب و زیبا بپوشد. اسلام درباره نظافت و پوشیدن لباس زیبا فراوان سفارش کرده است؛ به گونه‌ای که پیامبر اکرم ﷺ در این باره می‌فرمایند: «نظافت جزو ایمان است» (بحار الأنوار، ج ۹۵: ۱۹۲).

براین اساس، یکی دیگر از مقولاتی که می‌توان آن را از وظایف مشترک



زن و شوهر معرفی کرد، موضوع آراستگی و نظافت است. زن و مردی که با یکدیگر پیوند زوجیت دارند، باید به این نکته توجه کرده و تلاش کنند که همواره آراسته و مرتب باشند. همچنین باید توجه کرد که پاکیزگی و زیبایی فقط به زنان اختصاص ندارد؛ بلکه مردان هم باید به ظاهر و سر و وضع خویش برسند و پاکیزه و شیک باشند. عده‌ای از مردها اساساً به نظافت و زیبایی مقید نیستند و به اصلاح سر و صورتشان چندان توجه نمی‌کنند؛ در نتیجه، با لباس‌های آلوده و موهای ژولیده در منزل و در حضور مردم ظاهر می‌شوند و ...

البته، شاید هم برخی مردها به زینت‌کردن و نظافت و شیک‌پوشی مقید باشند؛ ولی اغلب، آن را برای خارج از منزل انجام دهند. وقتی می‌خواهند به اداره، بازار، خیابان یا مجلس مهمانی بروند، سر و صورتشان را اصلاح می‌کنند، موهای خود را شانه می‌زنند، بهترین لباس‌ها را می‌پوشند و از منزل خارج می‌شوند؛ اما وقتی به منزل بازمی‌گردند، لباس‌های اتوکرده و زیبا را از تن درمی‌آورند و لباس‌های مندرس و کثیف را می‌پوشند! کمتر اتفاق می‌افتد که در منزل، موهایشان را شانه بزنند و به آرایش و زیبایی مقید باشند. نظافت و آرایش و شیک‌پوشی را تنها برای خارج منزل و برای مردم بیگانه می‌گذارند؛ اما به فکر خانواده‌شان نیستند. لذا توجه به این نکته ضروری است همان‌گونه که مرد نمی‌پسندد همسرش ژولیده باشد و انتظار دارد خانم در منزل به سر و وضع خود برسد و تمیز و زیبا باشد، باید مطمئن باشد که همسرش نیز از او چنین انتظاری دارد. او نیز از شوهر ژولیده و بدقیافه بدش می‌آید و دوست دارد همیشه شوهرش را زیبا و مرتب ببیند. در روایتی از امام صادق علیه السلام نقل شده

است: «مرد باید قیافه و ظاهر آراسته داشته باشد که موجب تمایل بیشتر همسرش شود» (تحف العقول: ۳۲۳).

همچنین راوی می‌گوید: امام علی علیه السلام را دیدم که موهای خود را با حنا رنگین کرده بودند. گفتم: «خضاب کرده‌اید؟» فرمودند: «آری، مرتب و مهیب‌بودن باعث عفت زنان می‌شود. به واسطه نامرتبی و مهیب‌بودن مردان است که زنان، عفت خویش را از دست می‌دهند» (وسائل الشیعه، ج ۲: ۶۴۲). آنچه از مجموع احادیث ارائه شده به دست می‌آید، این است که رعایت نظافت و آراستگی ظاهری مردان، سفارش جدی اسلام و پیشوایان دین بوده است.

۱۴. رازداری و پرده‌پوشی

زن و شوهر شریک زندگی یکدیگرند؛ لذا در خوبی‌ها و بدی‌ها، سختی‌ها و راحتی‌ها و در همه مراحل زندگی، چه خوب باشد و چه بد، آن‌ها باید کنار هم و همپای هم باشند. بزرگ‌ترها اعتقاد داشته‌اند و دارند که زن و شوهر باید محرم اسرار هم باشند و نباید چیزی را از دیگری مخفی کنند و همسرشان را غریبه بدانند. رازداری در روابط زناشویی، باعث ایجاد اعتماد و در نتیجه، باعث ایجاد آرامش و دلگرمی برای دو طرف می‌شود. بعضی مسائل اعتقادی و روحی و معنوی، خانوادگی و شخصی، جسمی یا مالی و شغلی وجود دارند که در هر خانواده‌ای، نوع خاص خودش را دارد و ممکن است بعضی افراد مایل نباشند دیگران از آن‌ها مطلع شوند. باید به همسر خود اطمینان دهید که مسائل و مشکلات از محدودهٔ دوفترة زن و مرد به خارج از محیط خانواده نفوذ پیدا نخواهد کرد. گاهی می‌بینیم شخصی برای پدر یا مادرش مسئله‌ای را بیان کرده



است و وقتی از طرف همسر بازخواست می‌شود، می‌گویند که پدر و مادرم یا خواهر و برادرم که غریبه نیستند. بد من را نمی‌خواهند یا من غیر از آن‌ها، کسی را ندارم و آن‌ها که به کسی چیزی نمی‌گویند و...!

در پاسخ می‌توان گفت شاید والدین شما برایتان عزیز و گران‌قدر باشند؛ ولی شاید برای همسر شما این‌طور نباشد و همین مسئله موجب می‌شود اعتماد و اطمینان همسر خود را از دست دهید که این نیز می‌تواند پیامدهای منفی بسیاری در زندگی به دنبال داشته باشد. به این نکته نیز باید توجه کرد که بعضی مسائل از نظر عده‌ای بی‌اهمیت و از نظر عده‌ای دیگر مهم است. پس باید برای عقاید دیگران ارزش قائل بود و آنچه شخص مایل نیست دیگران بدانند، حتی برای نزدیک‌ترین عزیزان و دوستان خود فاش نکنید. یقین داشته باشید بهترین دوست و یاور و رازدار شما در زندگی، باید همسرتان باشد و در بعضی مواقع که لازم است برای رفع مشکلات، مسائلی آشکار شود، بهتر است با مشاوران خانواده در میان گذاشته شود؛ زیرا در بسیاری مواقع، خانواده‌ها به دلیل تعصبات خاص و بی‌دلیل خود، نه تنها مشکلات جوانان را برطرف نکرده، بلکه به آن‌ها دامن هم زده‌اند. پس سعی کنید همیشه مسائل خود را با درایت و هم‌فکری یکدیگر حل کنید و در مسائل خاص هم از متخصصان آگاه یاری بخواهید.

آثار نامطلوب افشای راز

۱. پرورش شخصیت منفی: افشای راز دیگران نزد غیر، باعث نمود شخصیت منفی گوینده خواهد شد؛ زیرا هیچ کس از افرادی که دائم راز دیگران را بیان می‌کنند، خوشش نمی‌آید. فردی که راز دیگری را بیان می‌کند، خودش باعث می‌شود که اطرافیان با دیدهٔ تحقیر و به‌صورتی منفی به او بنگرند و در کرامت ذاتی او شک ایجاد خواهد شد.

۲. کاهش درجهٔ ایمان و اعتقاد به خدا: کسی که راز دیگران را برملا می‌کند، به‌تدریج علاقه‌مند می‌شود که رازهای بیشتری بداند؛ لذا در کارهای دیگران کنکاش می‌کند و این کنکاش و جست‌وجو برخلاف دستور صریح قرآن کریم است. قرآن کریم می‌فرماید: «در کارهای دیگران تجسس نکنید» (حجرات، ۱۲). در واقع، تجسس‌کننده در کارهای دیگران به‌طور صریح، با حکم خداوند مخالفت کرده و گناه کبیره مرتکب شده است. همچنین امام‌علی(ع) فرموده‌اند: «آن کس که در مقام تجسس اسرار دیگری برآید، خداوند رازهای او را آشکار خواهد کرد.»

۳. غفلت و انحطاط اخلاقی: انسان‌ها به میزانی که به برملاکردن راز دیگران و افشای اسرار مردم می‌پردازند، از خودشان غافل می‌شوند؛ بدین‌وسیله فرصت‌های ارزشمندی را که می‌توانند برای خودسازی خود صرف کنند، در راه تلاش برای کنکاش و تجسس در کارهای دیگران هدر می‌دهند.

۴. اشاعهٔ زشتی: افشای راز زندگی دیگران موجب ریخته‌شدن قبح گناهان و زشتی‌ها می‌شود. امام‌صادق(ع) می‌فرماید: «کسی که از مسلمانی، کار زشتی را با چشم خود ببیند یا سخن بدی را با گوش خویش بشنود و



به منظور پرده‌داری، آن را میان مردم افشا کند، مشمول آیه اشاعه فحشاست که در دنیا و آخرت به عذاب دردناکی مبتلا خواهد شد.»

آثار مثبت رازداری

۱. با هر مرحله رازداری به درجات بیشتری از ایمان نزدیک می‌شوید و بیشتر، خویشتن‌دار می‌شوید.
۲. رازداری، اعتماد دیگران را به شما جلب می‌کند. مردم معمولاً به کسانی که رازدار هستند، به دیده احترام و اطمینان نگاه می‌کنند.
۳. وقتی شما در زندگی خانوادگی خود رازداری را رعایت کنید، فرزندان الگویی عینی از این مسئله خواهد داشت و این مسئله به رازدار بودن وی در آینده، بسیار کمک می‌کند.
۴. تا وقتی که فقط خودتان از راز آگاهید، راز در دست شماست و اختیارش نیز به دست خودتان!

عوامل افشای راز و پرده‌داری

- با وجود آثار مطلوبی که رازداری دارد و نیز برخلاف آثار نامطلوب و بدی که افشای راز دیگران برای انسان پیش می‌آورد، باز هم شاهد این هستیم که افرادی به انجام چنین کاری روی می‌آورند. در اینجا، به برخی عواملی که به افشای راز توسط افراد منجر می‌شود، اشاره می‌کنیم:
۱. پوشاندن حقارت درونی: افرادی که به نحوی، ضعف شخصیت دارند و حقارت‌های درونی در وجودشان هست، چنانچه به تربیت نفس و خودسازی نپردازند، ممکن است بخواهند این حقارت شخصیت خود را در دیگران جست‌وجو کنند و با افشای رازهای افراد، آنان را تحقیر کنند و آزار دهند.

۲. ارتباط نامناسب زن و شوهر: زن و شوهری که ارتباط عاطفی و روحی مناسب ندارند و فرصت پیدا نمی‌کنند تا مشکلات و ناراحتی‌های خود را با همسرشان در میان بگذارند و با همسر خود درددل کرده و رازشان را به او بگویند، حرف‌هایی را که باید به همسرشان بگویند، گاهی از حریم خانواده به خارج سرایت می‌دهند و به دنبال گوش شنوای دیگری در بیرون از منزل برای شنیدن می‌گردند.

۳. انتقادناپذیری زن از شوهر: انتقاد باید به شیوه انسانی و به قصد اصلاح رفتار طرف مقابل انجام گیرد تا باعث رشد شود؛ ولی در صورتی که یکی از زوجین تحمل شنیدن انتقادات سالم و سازنده را نیز نداشته باشد، فرصت بحث درباره مطالبی را که باید بین خودشان گفته می‌شد، از دست می‌دهد و ممکن است از درون آن‌ها رازهای زندگی سر برآورند و با دیگران مبادله شوند. البته این سخن به معنای تأیید رفتار فرد مقابل نیست؛ بلکه به این معناست که گاهی رفتار نامناسب خود ما و انتقادناپذیری مان باعث آسیب‌رسیدن به زندگی مشترک می‌شود.

۴. الگوگرفتن از روابط والدین: فرزند کوچکی که می‌بیند مادرش رازهای زندگی زناشویی‌اش را با والدین خود مطرح می‌کند و به حساب درددل کردن، همسرش را نزد مادر خودش خراب می‌کند، از وی الگوگیری می‌کند یا مردی که به فرزند کوچکش می‌سپارد که در نبودنش، مراقب مادر باشد و گزارش احوال وی را بدهد، بذریعۀ اعتمادی را در دل کوچک او می‌کارد و در عمل، به او آموزش نگه‌نداشتن راز می‌دهد. چنین کودکی چگونه می‌تواند در آینده، رازنگهدار خوبی باشد؟!



۱۵. وفاداری

یکی دیگر از وظایف متقابل زوجین، وفاداری به پیوند زناشویی و عاطفی خویش است. زن و مرد وقتی با یکدیگر پیوند عاطفی و زناشویی می‌بندند، باید خود را به وفادارماندن به طرف مقابل ملزم بدانند و از خیانت‌کردن به دیگری در مسائل عاطفی و زناشویی بپرهیزند. تمام ازدواج‌ها با امید به وفاداری و داشتن یک زندگی شاد و موفق صورت می‌گیرد. زوج‌ها به این امید که در کنار یکدیگر با آرامش و خوشی زندگی کنند و به بلوغ برسند، زندگی مشترکشان را آغاز می‌کنند. زمانی که ازدواج می‌کنیم، متعهد می‌شویم که از زمان جاری شدن صیغه عقد به بعد، دیگر خودمان را بخشی از یک گروه دونفره ببینیم که اعضای آن باهم پیمان بسته‌اند تا پایان عمر، به هم متعهد باشند و به یکدیگر وفادار بمانند. میزان وفاداری افراد در زندگی زناشویی، احساس آن‌ها را به هم و نیز کیفیت رفتار آن‌ها را با یکدیگر تعیین می‌کند؛ لذا خیانت به همسر در زندگی مشترک، مخرب‌ترین عامل برای شکست پیوند خانوادگی خواهد بود.

چند نکته دربارهٔ حفظ وفاداری به همسر

در این قسمت، راهکارهایی را برای حفظ و تقویت وفاداری به همسر پیشنهاد می‌کنیم:

۱. وفاداری در غیاب همسر

موقعیت کاری و زندگی بسیاری از زوجین به گونه‌ای است که ناچارند هرازگاهی از یکدیگر دور باشند؛ پس به یاد داشته باشید هیچ دلیل موجهی برای سرپیچی از قانون وفاداری به همسر وجود ندارد و شما در هر موقعیتی، باید به همسران وفادار بمانید؛ حتی اگر مدتی از هم دور باشید. تا زمانی که هنوز پیمان ازدواج میان شما و همسران وجود دارد، باید به یکدیگر وفادار بمانید.

۲. در بدترین موقعیت، به هم وفادار بمانید

به‌طور مسلم، هرگز نمی‌توانید یک زندگی مشترک بیابید که دو نفر باهم هیچ مشکل و اختلافی نداشته باشند. بحث و اختلاف نظر در طول زندگی مشترک، کاملاً عادی و طبیعی است و برای همه رخ می‌دهد. زمانی که با همسران بحث و مشاجره می‌کنید و از دست او به شدت ناراحت و عصبانی می‌شوید، به این موضوع فکر کنید که تنها وظیفهٔ شما در این وضعیت، حفظ وفاداری و تعهد به اوست. زمانی که از دست همسران عصبانی هستید، سعی کنید با فعالیت‌های مختلف، خودتان را آرام کنید و هرگز هنگام عصبانیت تصمیم نگیرید. به یاد داشته باشید که همیشه وظیفهٔ همسر شما نیست که به شما وفادار بماند. شما هم به‌نوبهٔ خود باید تلاش کنید تا این وفاداری حفظ شود. این کار خیلی دشوار نیست. تنها با رعایت چند نکتهٔ ساده می‌توانید برای حفظ وفاداری همسران تلاش کنید.

۳. صداقت داشته باشید!

مهم‌ترین عامل در حفظ وفاداری همسران به یکدیگر، صداقت است. در



هیچ وضعیتی به همسران دروغ نگوید. سعی کنید اوضاع را به گونه‌ای پیش نبرید که همسران ناچار شود به شما دروغ بگوید. اگر همسران بخواهد درباره موضوعی با شما صحبت کند، واکنش شما عاملی بسیار تعیین کننده خواهد بود؛ زیرا موجب می‌شود او جرئت حقیقت‌گویی پیدا کند. در غیر این صورت، او دروغ را انتخاب می‌کند.

۴. وفاداری؛ نتیجه وفاداری

اگر می‌خواهید همسران به شما وفادار بماند، باید خودتان همواره به او وفادار بمانید. همسران همواره به یکدیگر درس می‌دهند و از هم درس می‌آموزند. زمانی که شما به همسران وفادار باشید، او از رفتار شما وفاداری را می‌آموزد. زمانی که شما از اشتباه او چشم‌پوشی می‌کنید، او هم از شما می‌آموزد که از اشتباه شما بگذرد. همین نکات ساده و کوچک، میزان وفاداری همسران را به یکدیگر بسیار افزایش می‌دهد.

۵. گذشت کنید!

شما دو انسان هستید از دو خانواده متفاوت و با آداب و رسوم گوناگون. پس طبیعی است که باهم اختلاف داشته باشید و گاه و بیگاه، موجب رنجش و ناراحتی یکدیگر شوید. سعی کنید از هم کینه به دل نگیرید و مشکلات را میان خودتان حل کنید تا در ذهنتان باقی نمانند. هیچ مشکلی را حل نشده نگذارید؛ زیرا این قبیل مشکلات در آینده به معضلات بزرگی تبدیل خواهند شد.

۶. با همسران دوست باشید

دوستان عیوب یکدیگر را نمی‌بینند و اگر ببینند، آن‌ها را نادیده می‌گیرند و اهمیتی نمی‌دهند. سعی کنید همواره در زندگی، شور و هیجان داشته باشید و اجازه ندهید زندگی‌تان یکنواخت و خسته‌کننده شود. همپای هم باشید تا

همسرتان نیاز نداشته باشد به فرد دیگری پناه ببرد.

۷. به خودتان اهمیت دهید

به خودتان برسید. تمیز و مرتب باشید. هیچ عاملی نباید موجب شود که شما خودتان را فراموش کنید؛ پس به خودتان اهمیت دهید تا دیگران هم بیاموزند باید به شما اهمیت دهند.

۸. همسرتان را همان گونه که هست، بپذیرید

شما این فرد را انتخاب کرده‌اید و روز اول، او را با تمام ویژگی‌هایش دیده و پسندیده‌اید. هرگز همسرتان را با دیگران مقایسه نکنید. او را تغییر دهید. کمال‌گرا نباشید. در دنیا کسی وجود ندارد که از همه نظر، بی‌عیب و کامل باشد. روز اول که همسرتان را انتخاب کردید، مسلماً عیوب او را دیده‌اید؛ اما به دلیل عشق به او و اشتیاقی که برای ازدواج و شروع زندگی جدید داشتید، سعی می‌کردید آن عیوب را نبینید و آن‌ها را ساده و بی‌ارزش جلوه دهید. اکنون نیز باید چنین کنید. بعد از ازدواج، دیگر زمان عیب‌یابی از همسر سپری شده است؛ پس بهتر است سعی کنید او را با تمام خوبی‌ها و بدی‌هایش دوست داشته باشید.

۹. درباره زندگی مشترکتان با یکدیگر صحبت کنید

همیشه از همسرتان بپرسید که از شما رنجشی به دل دارد یا ندارد. اجازه ندهید کدورت‌ها و ناراحتی‌ها برای مدت طولانی در ذهن همسرتان باقی بماند. از همسرتان بخواهید با صداقت و بدون ترس، نظرش را درباره شما بگوید. شما هم با او صادق باشید و هرچه از او به دل دارید، بدون واژه با او در میان بگذارید. به حساسیت‌های یکدیگر احترام بگذارید. با هم لجاجتی نکنید و اگر می‌دانید کاری هست که همسرتان را آزار می‌دهد، آن را انجام ندهید.



گام‌هایی در مسیر وفاداری

گام اول، از خودتان شروع کرده و اعتماد کنید. زمانی که مسئولیت و تعهد زندگی زناشویی را می‌پذیرید، نباید آن را بشکنید. هم شما و هم همسرتان باید شرط وفاداری را به‌جا بیاورید. شک و تردید به همسرتان، او را خائن نمی‌کند؛ اما هر قدر شما به همسرتان بدگمان و ظنین باشید، به همان نسبت، به رابطه عاطفی که با او برقرار کرده‌اید، آسیب می‌زنید. اگر هر دوی شما حدود و مرزهای رابطه را مشخص کنید و در همان محدوده گام بردارید، به راحتی می‌توانید به یکدیگر اعتماد کنید. وفاداری و اعتماد و باور، شما و همسرتان را در زندگی آرام و مطمئن قرار می‌دهد. اگر می‌خواهید زندگی مستحکم و قابل‌اتکایی داشته باشید، خودتان باید آن را این‌گونه بسازید؛ مثلاً اگر در زندگی از حد و مرزهای رابطه فراتر بروید، نباید انتظار داشته باشید همسرتان به راحتی، از آن بگذرد و شما را ببخشد. رفتار و عملکرد شماست که او را مظنون و مشکوک می‌کند. به همین ترتیب، همسرتان نیز نباید از مرزهای مشخص رابطه فراتر برود و اعتماد شما را فروبریزد.

گام دوم، بپذیرید که دیگر تنها نیستید

شما یک زوج هستید و در قبال شریک زندگی‌تان، مسئولیت و تعهداتی دارید؛ حتی اگر بخشی از این تعهدات را خوشایند ندانید. اگر می‌خواهید فردیت خود را به همسرتان اثبات کنید، شک نکنید که نمی‌توانید این رابطه

را ادامه بدهید. پس به همسران عشق بورزید و از او عشق را طلب کنید. در یک رابطه سالم زناشویی، شما باید عشق را از همسران بخواهید. اگر در این رابطه سالم و عاشقانه قرار دارید، دیگر نباید نگران بی‌وفایی‌های همسران باشید؛ زیرا او در اختیار شماست. یاد بگیرید که برای زندگی زناشویی‌تان باید بخشی از نیازهای خودخواهانه خود را کنار بگذارید.

گام سوم، مرموز نباشید

همیشه پاسخ‌گو و در دسترس باشید. این مسئله هرگز هویت و آزادی عمل را از شما نمی‌گیرد؛ بلکه راه را برای آزادانه عمل کردن باز می‌گذارد. مکالمات تلفنی پنهانی، روابط اینترنتی پنهانی، دوستان پنهانی، حساب‌های بانکی پنهانی و هر نوع رفتار دیگری را که برای همسران سوءتفاهم ایجاد می‌کند، کنار بگذارید. هر چقدر درست‌کارتر باشید، رفتارهای مرموز و شک‌برانگیز کمتری خواهید داشت. مطمئن باشید در یک رابطه نزدیک زناشویی، نمی‌توانید رفتارهای پنهانی طولانی داشته باشید. یک روز همسران ممکن است پیامکی را بخوانند یا از شما بپرسد که چرا دیر به خانه آمده‌اید و شما مجبور به پاسخ‌گویی هستید. هر قدر صادق‌تر باشید، همسران اعتماد بیشتری به شما خواهد کرد و خودتان نیز نگران رفتارها و افکار پنهانی همسران نخواهید بود.

گام چهارم، همسران را کنترل نکنید

بیش از اندازه کنجکاوی کردن و نگران بودن، نشانه تعهد و مسئولیت شما در قبال همسران نیست. همین که مدام از همسران بپرسید کجا بودی؟ چی پوشیدی؟ چی خوردی و چرا دیر آمدی، زنگ خطری برای رابطه شماست. بین رفتارهایی که نشان‌دهنده کنترل بیش از اندازه همسران است و رفتارهایی که نشانه توجه و حمایت است، تفاوت قائل شوید. طوری



رفتار کنید که همسران احساس نکند شما او را تحت سلطه خود گرفته‌اید.

گام پنجم، با همسران صمیمی باشید

اگر راه محبت و عشق‌ورزیدن به همسران را بلد نباشید، همیشه نگران خواهید بود؛ چون شما خوب می‌دانید او از چشمه محبت شما سیراب نمی‌شود. پس اگر راه ابراز علاقه و محبت را بلد نیستید، سعی کنید آن را بیاموزید. توجه به ظاهر و بیان جملات عاشقانه و به‌آغوش کشیدن را بیاموزید تا به رابطه زناشویی‌تان اعتماد بیشتری پیدا کنید.

گام ششم، بی‌دلیل همسران را متهم نکنید

او را آزمایش نکنید و در موقعیت‌هایی قرار ندهید که مجبور باشد از آزمایشی سخت بیرون بیاید. یک مثال ساده‌ای که این روزها بسیار شایع شده است، فرستادن پیامک ناشناس یا با یک شناسه ناشناس و ایمیل‌زدن و مکالمه کردن در اینترنت است. چرا می‌خواهید همسران را با این روش‌ها آزمایش کنید؟ اگر او از این آزمایش سربلند بیرون نیاید، درواقع، این شما هستید که بازنده می‌شوید. آزمون وفاداری درطول سالیان دراز زندگی و در مراحل مختلف به‌وضوح از شما و همسران گرفته می‌شود.

گام هفتم، بهانه به دست همسران ندهید

نوع رفتار و منش شما ممکن است همسران را ظنین کند. نوع آرایش، نوع پوشش، نوع رفتار شما با جنس مخالف و حتی افکار و ایده‌هایی که درباره روابط زن و مرد دارید، ممکن است باعث نگرانی و شک و دودلی همسران بشود. اینکه به همسران نشان بدهید چقدر باورهای اخلاقی دارید و به آن‌ها پایبند هستید، به او ثابت می‌کند که شما همسری وفادار هستید و خواهید

بود. به همین ترتیب، پایبندی‌های اخلاقی همسران را باور کرده و به او اعتماد کنید که مطابق با باورهای اخلاقی‌اش رفتار خواهد کرد.

گام هشتم، همیشه در کنار همسران باشید

اگر اعتماد همسران را می‌خواهید، باید بکوشید در موقعیت‌های مختلف او را همراهی کنید. پس به نیازها و خواسته‌هایش توجه کنید و گام‌هایتان را با او هماهنگ سازید. طوری زندگی کنید که همسران در کنار شما، هیچ خلأ و کمبودی احساس نکنند. همین‌طور از او بخواهید نیازها و خواسته‌های شما را جدی بگیرد. اگر سبک خاصی از زندگی را دوست دارید یا همسران دوست دارد، باید آن را به یکدیگر بیاموزید. البته نیازها و خواسته‌های شما و همسران باید با توانایی‌هایتان متناسب باشد؛ مثلاً شما می‌توانید از همسران بخواهید تا نوعی لباس خاص را بپوشد که زیباتر باشد یا نوعی رفتار معقول و متناسب داشته باشد؛ اما شما نمی‌توانید از او بخواهید تا از آنچه هست، زیباتر شود یا به رفتاری افراطی که فقط مطلوب شماست، تن بدهد؛ برای اینکه شما آن را می‌پسندید.

گام نهم، حد و مرزهای معقول و منطقی داشته باشید

شما و همسران برای اینکه وفاداری‌تان را به هم ثابت کنید، نیاز دارید تا در محدوده مجاز زندگی زناشویی حرکت کنید. این حدود مرزها باید قواعد اخلاقی معقول و منطقی درستی باشند. آنچه شما به‌عنوان قواعد اخلاقی خانواده تعیین می‌کنید، باید با تأیید و تصدیق همسران باشد و او نیز همانند شما به آن‌ها اعتقاد داشته باشد.

گام دهم، به خانه اهمیت بدهید

مطالعات نشان می‌دهند که بسیاری از مردانی که به همسرانشان خیانت می‌کنند، کسانی هستند که تا دیروقت، به کار مشغول‌اند یا بیش از اندازه



با دوستانشان معاشرت می‌کنند. زنان نیز معمولاً از اینکه همسرانشان تا دیروقت کار می‌کنند یا بی‌توجه به خانواده، تفریح‌های مجردی دارند، گله‌مند و شاکی‌اند. تا آنجا که می‌توانید، عوامل و رفتارهایی که در شما و صداقتتان ایجاد تردید می‌کند، کم کنید و تمام تلاشتان را به کار ببندید تا همسرتان اعتماد و وفاداری را احساس کند.

مدیریت بحران

بروز بحران در زندگی خانواده‌ها، مسئله‌ای کاملاً طبیعی بوده و ممکن و محتمل است که در زندگی همه ما اتفاق بیفتد. مرد و زن به‌عنوان والدین و اعضای اصلی خانواده، باید در مواقع بروز بحران بکوشند که این اتفاق را به‌بهترین شکل مدیریت کنند.

نکاتی درباره بحران‌زدایی

در این قسمت، راهکارهایی را مطرح می‌کنیم که در بحران‌زدایی خانواده جنبه کاربردی دارد و می‌تواند در بهبود روابط زوجین مؤثر واقع شود، مطرح می‌کنیم.

۱. مشکلات زندگی همه به یک صورت نیستند و از نظر عمق و پیچیدگی باهم فرق دارند؛ از این‌رو، زمانی متناسب با هرکدام برای بحران‌زدایی لازم است. هرگز عجولانه و شتاب‌زده با مشکلات ژرف رویارو نشوید؛ بلکه اعتقاد

داشته باشید که مشکلات به تدریج و به مرور زمان شکل می‌گیرند و بر همین اساس، به صورت تدریجی نیز باید حل شوند.

۲. بحران‌ها و مشکلات زندگی محک لیاقت و شایستگی شما به شمار می‌روند. سعی کنید با عبور از این بحران، لیاقت و جدیت و توان خود را از دست ندهید.

۳. دوباره سنجی انتظارات و توقعات شما از همسران در برخی مواقع، به کاهش بحران منجر می‌شود؛ مثلاً باید از خود بپرسید اینکه من معتقدم همسر من باید چنین و چنان می‌کند، این باید‌ها از کجا نشئت می‌گیرند و چگونه باید‌ها به قوانین و مقررات زندگی تبدیل شده‌اند؟ این عمل در بررسی امکانات همسران و ارزیابی قدرت واکنش او به خواسته‌های شما سودمند است.

۴. برای ایجاد تغییر در روحیه همسران و در نتیجه، مشکل‌زدایی از زندگی، اوضاع حاکم بر خانواده را تغییر دهید؛ مثلاً پیشنهاد یک مسافرت، افزودن برخی برنامه‌های متنوع به زندگی و در صورت امکان، تغییر در موقعیت و ساعات کار و بازگشت به منزل و تغییر الگوهای ارتباطی با همسر از این قبیل راهکارها محسوب می‌شود.

۵. از قوای حیاتی خودتان درست مثل پولتان صرفه‌جویی کنید و این حق را نیز برای همسران قائل باشید که او هم انرژی روانی خود را ذخیره کند و با برخورد‌های شکننده، به افسردگی و پیری زودرس دچار نشود.

۶. یک فلسفه زندگی را که مبتنی بر خوش‌بینی باشد، اتخاذ کنید. چنین امری به مهار کردن عواطف و حفظ قوای حیاتی شما کمک خواهد کرد. سازمان عاطفی خود را به گونه‌ای مرتب و منظم کنید که مانع انتقال تمام نگرانی‌ها و



افکار منفی مربوط به کارتان به محیط منزل و به عکس شود.

۷. برای حوادثی که شاید هرگز روی ندهد، خودتان و همسرتان را آزار ندهید.
 ۸. از گناه کوه نسازید و مسائل را بزرگ نکنید! بدانید که در زندگی افراد خوش‌بین، هم گناه و هم کوه، هر دو، وجود دارند؛ ولی در زندگی افراد بدبین، فقط کوه وجود دارد؛ زیرا آن‌ها از هر گناهی کوه می‌سازند و در برابر آن اظهار عجز می‌کنند.

۹. مقید باشید که در فرصت‌های مناسب، با همسرتان ارتباط کلامی برقرار سازید و آن را به مواقعی که به بحران دچار می‌شوید، محدود نکنید؛ زیرا در چنین حالتی، ارتباط کلامی شما با تحریکات روحی و عصبی همراه خواهد بود و در آن صورت، نتیجه‌ای عاید شما نمی‌شود.

۱۰. در برخی بحران‌های زناشویی، هریک از زوجین با مطرح ساختن خاطرات دردناک گذشته و بیان تألمات روحی خود، مشکل را پیچیده‌تر می‌کنند؛ درحالی‌که ظاهراً قضایای گذشته به مشکل امروز آن‌ها ربطی ندارد. این کیفیت که نوعی واپس‌گرایی در زندگی مشترک است، احتمال موفقیت را در گفت‌وگوی زوجین از بین می‌برد. بهترین راه‌حل در این‌گونه مواقع این است که هریک از دیگری صادقانه بپرسد: برای از این به بعد، از من چه انتظاراتی دارد که انجام دهم؟ این پرسش پیوند مشکل امروز را با گذشته‌های دور به کنار می‌نهد و با طرح یک پرسش مشخص، در پی پاسخ مشخصی برمی‌آید و در نهایت، مشکل به شیوه معقولی حل خواهد شد.

وظایف زن در قبال شوهر

علاوه بر وظایف و حقوقی که زن و مرد در خانواده و زندگی زناشویی در قبال یکدیگر دارند، یک سری وظایف و تکالیف مشخصی نیز برعهده دارند که فقط مختص آن‌ها بوده و جایگاه و نقش آنان در خانواده، اقتضای این وظایف و تکالیف را در قبال همسر دارد. برخی از وظایف بسیار مهم آن‌ها عبارت‌اند از:

۱. آرامش‌بخشی و احترام

زن باید آرامش‌بخشی به شوهر را برترین کار همیشگی خود بداند. باید هنگام آمدن شوهر به خانه، خوش‌بو و آراسته به پیشواز او برود و هنگام بیرون رفتن او، وی را تا جلوی در بدرقه کند و خداحافظی او را با لبخند و روی گشاده پاسخ گوید. آن پیشواز، خستگی‌های ناشی از کار و تلاش و برخوردهای رنج‌آور با این و آن را از بدن مرد بیرون می‌کند و این بدرقه هم به او برای جنب‌وجوش و کار و کوشش، توان و نیرو می‌بخشد و هم او را مشتاق بازگشت به خانه می‌کند. زن در خانه و خانواده، مانند قلب است که هم مرکز احساس و عاطفه است و هم خون و نیرو را به سراسر بدن، یعنی به همه اعضای خانواده می‌رساند.

۲. تمکین و اطاعت‌پذیری از شوهر

یکی دیگر از وظایف اختصاصی زنان در خانواده و در قبال همسر، تمکین و فرمان‌برداری از همسر است. زن باید به نیاز جنسی شوهر خود در چهارچوب شرع پاسخ‌گو باشد و از منویات او در امور زندگی در حیطة شرع پیروی کند. البته باید متذکر شد که منشأ اطاعت زن از مرد،



فقط شیفتگی زن به شوهرش است. اطاعت زن حاصل عشقی است که به شوهرش دارد، نه حاصل ترس از شوهر. همچنین باید گفت که ریاست مرد هرگز به معنای نفی شور و مشورت و احترام و عشق به دیگر اعضای خانواده نیست؛ بلکه این ریاست صرفاً برای ایجاد نظم و انضباط و انسجام کارهای خانواده و تحکیم امور است و لازمه این تحکیم، شور و عشق و احترام و حسن معاشرت مرد با زن و فرزندان است. ریاست مرد در خانواده به هیچ وجه به معنای برتر بودن مرد نسبت به زن نیست؛ بلکه تقسیم نقش برای انضباط و پیشرفت در کارهای خانواده است.

۳. تربیت درست فرزندان

هرچند پدر و مادر، هر دو، مسئول تربیت فرزند هستند، همه می‌دانند که اثرگذاری مادر بر فرزندان و اثرپذیری فرزندان از او و به‌دیگر سخن، نقش مادر در ساختار تربیتی فرزند را نمی‌توان با نقش پدر یکسان دانست. این سخن درستی است که گفته‌اند زن با یک دست، گهواره و با دست دیگر، دنیا را تکان می‌دهد؛ اما گویا درست‌تر این است که بگوییم زن با همان دستی که گهوارهٔ کودک را می‌جنباند، فرمان ماشین زندگی را می‌چرخاند. زن برای اینکه بتواند به درستی از پس این مسئولیت‌ها برآید، به دانش و بینش نیاز دارد. او باید تا می‌تواند، در به‌دست آوردن دانش بکوشد؛ اما مهم‌تر از دانش، بینش و بصیرت است و باید توجه کند که بصیرت همراه همیشگی دانش نیست؛ یعنی گاهی دانش هست و بینش نیست و گاهی بینش هم هست و دانش نیست. مادرانی هستند که بی‌دانش رسمی، از بینش خوب و دید روشنی برخوردارند و فرزندان

خود را خوب تربیت کرده‌اند.

۴. ادارهٔ خانه

اگرچه ریاست خانواده طبق قانون و شرع، از آن مرد خانواده است؛ اما ادارهٔ خانه و زندگی خانوادگی براساس عرف، در حیطهٔ وظایف و اختیارات زن است. اسلام نیز این مقوله را به رسمیت شناخته است و پیامبر گرامی اسلام ﷺ نیز در این زمینه می‌فرماید: «المرأةُ سيدةُ بيتها...»؛ یعنی به اصطلاح ما، زن رئیس خانه است. مرد باید این مسئولیت را برای زن به رسمیت بشناسد و زن نیز باید براساس این مسئولیت، همواره حوزهٔ مدیریتش جمع‌وجور و روبه‌راه باشد. معنای این سخن هرگز این نیست که او خود، همهٔ کارهای خانه را که از قضا فراوان و ناپیداست، انجام دهد. او اولاً می‌تواند کارهایی را به دیگر اعضای خانواده و حتی به همسر خود واگذارد و انجام آن را از آنان بخواهد؛ ثانیاً می‌تواند در صورت نیاز و با در نظر گرفتن توان مالی خانواده، خدمتکار را به کمک بگیرد. در این صورت، مرد باید هزینهٔ آن را بپردازد. مراقبت از اموال خانه، هماهنگ کردن دخل و خرج خانواده و پیشنهاد پس‌انداز بخشی از درآمد برای نیازهای پیش‌بینی شده و پیش‌بینی نشده به همسر، انتخاب مکان و کیفیت مبلمان خانه، مدیریت مصرف، تنظیم روابط خویشاوندی و... وظایف مهمی هستند که مسئولیت مدیریت خانه، آن‌ها را بر دوش زن می‌گذارد.



وظایف شوهر در قبال همسر

همچنان که زنان به‌عنوان همسر، نقش‌ها و وظایفی را در قبال مرد خانواده بر عهده دارند، مردان نیز به‌عنوان همسر، وظایفی را در قبال زن خانواده بر عهده دارند که فقط مختص آنان است و باید به انجام آن وظایف پایبند باشند؛ نیز باید برای انجام هرچه بهتر آن‌ها تلاش کنند. برخی از این وظایف بسیار مهم عبارت‌اند از:

۱. ادارهٔ خانواده

ادارهٔ خانه چنان‌که گذشت، بر عهدهٔ زن است؛ اما ادارهٔ خانواده را مرد بر عهده دارد. رایزنی مرد با همهٔ اعضای خانواده و به‌ویژه با همسر خود، جای خود را دارد و مرد نباید خود و خانوادهٔ خود را از فواید رایزنی با آنان بی‌بهره سازد؛ اما تصمیم‌گیرندهٔ نهایی در مسائل بنیادین و اساسی زندگی، مرد است و اوست که باید بار این مسئولیت را بر دوش بکشد. البته داشتن حق تصمیم‌گیری دربارهٔ موضوعی، نه تنها منافاتی با مشورت با دیگران ندارد، بلکه تصمیم‌گیری درست آنگاه میسر است که تصمیم‌گیرنده با دیگران و به‌ویژه با کسانی که موضوع با آن‌ها نیز مرتبط است، مشورت کند.

۲. تأمین هزینهٔ زندگی

فراهم‌سازی هزینهٔ زندگی اعضای خانواده در چارچوب شرع و عرف و انصاف بر عهدهٔ مرد است و او باید برای تأمین آن برنامه‌ریزی کند و برای انجام این مسئولیت کمر همت ببندد. افراد دیگر خانواده نیز

باید اندازه درآمد و توان مالی مرد خانه را در نظر بگیرند و از پروراندن آرزوهای دور و دراز در سر بپرهیزند و خواسته‌های مادی خود را با آن سازگار کنند.

۳. کمک به همسر

مرد باید در کارهای خانه تا اندازه‌ای به همسرش کمک کند و به فرزندان نیز برای کمک به مادر سفارش کند. اگر مردی دید کمک او و فرزندانش کافی نیست، باید برای کمک به همسرش کارگر بگیرد و مزد او را بپردازد.

۴. مهرورزی به همسر

مرد باید به همسرش بسیار توجه کرده و او را احترام کند و به او مهر بورزد. زن در روایات اسلامی، به گل تشبیه شده است و گل باید شاداب باشد. شادابی گل، بسته به رسیدگی ویژه به آن است. آفریدگار حکیم روح و روان زن را همانند جسم او ظریف و لطیف آفریده و چنین جسم و جانی مراقبت ویژه و آرامش و آسایش می‌طلبد. اگر بگوییم زن همانند کودک، نیازمند نوازش است، گزاف نیست و کوچک‌شمردن شخصیت زن نیز نیست. بانوی خانه هرگاه سرحال و سرزنده باشد، نشاط و شادابی همه جای آن خانه را فرامی‌گیرد و اگر پژمرده و افسرده باشد، آب خوش از گلوی کسی در آن خانه پایین نمی‌رود. زن را باید شاداب نگه داشت و شادابی او بیشتر، به مهرورزی همسرش بستگی دارد.



۵. پرهیز از سخت‌گیری بیجا

مرد باید با همسر خود مدارا کند و از سخت‌گیری بیجا پرهیزد. زن را همان‌گونه که هست، باید شناخت و پذیرفت. مردی که زن را آن‌چنان که هست، بشناسد و بپذیرد، از او بهره‌های فراوانی می‌برد. چنین مردی بر زنش سخت نمی‌گیرد و در گیرودارهای زندگی خانوادگی، این اوست که همواره کوتاه می‌آید و از کشمکش دست برمی‌دارد. مردی که از سر نادانی چنین نکند، چیزی نمی‌گذرد که پشیمان خواهد شد و پیشیمانی اینجا سودی نخواهد داشت.

روابط میان والدین و فرزندان

یکی دیگر از مؤلفه‌هایی که در بحث روابط خانوادگی باید به آن پرداخت، روابط والدین با فرزندان است که در این بخش، کوشیده‌ایم این مقوله را در چهار بخش بررسی کنیم. این چهار بخش عبارت‌اند از: رابطه مناسب والدین با فرزندان، رابطه پدر و فرزندان، رابطه مادر و فرزندان و رابطه فرزندان با والدین.

رابطه مناسب والدین و فرزندان

رابطه صحیح و متعادل و سازنده والدین با فرزندان، مؤلفه‌ها و ویژگی‌هایی دارد که در ادامه، به بخشی از آن‌ها اشاره می‌کنیم.

۱. هماهنگی در قول و عمل

یکی از شاخص‌های اساسی برای سنجش تحقق یک ارزش در رفتار انسان، بروز و ظهور آن در رفتار و گفتار است. تناقض در گفتار و رفتار پدر و مادر، سبب بی‌اعتمادی فرزند به آموزش‌های والدین می‌شود؛ در نتیجه، آموزش‌ها را جدی نمی‌گیرد. فرزند وقتی می‌بیند می‌توان حساب گفتار را از کردار جدا کرد، یعنی می‌توان در سخن به گونه‌ای و در رفتار و کردار به گونه‌ای دیگر بود، درس چندشخصیتی بودن را فرامی‌گیرد که چیزی جز بی‌شخصیتی و سردرگمی شخصیت نیست.

۲. انتظاراتی مقول از فرزندان

انتظارات قوی‌ترین نیروها را در رابطه انسانی پدید می‌آورند. انتظارات با کلمات و اشارات بیان می‌شوند. فرزندان انتظاراتی بزرگسالان را



به خود می‌گیرند؛ یعنی آن‌ها را در خود ضبط می‌کنند. برای نمونه، هنگامی که باور داریم فرزند نمی‌تواند در انجام عملی موفق باشد، این باور را به‌گونه‌ای به او منتقل می‌کنیم. به این ترتیب، او نیز در توانایی‌های خود برای انجام آن دچار تردید می‌شود و آن‌گونه که ما انتظار داریم، عمل می‌کند؛ در نتیجه، در آن کار موفق نمی‌شود. انتظارات و توقعات باید با رشد جسمی، روانی، عقلی، روحی و ذهنی فرزندان متناسب باشد. کسانی که بدون توجه به رشد و توانایی فرزندان، کارهایی را از آن‌ها توقع دارند که با استعداد فرزندان متناسب نیست، به شخصیت آنان لطمه فراوانی وارد می‌کنند. نباید زودتر از موعد، از فرزند انتظار رفتار منطقی داشت یا درباره همه کارها، با او منطقی و خشک سخن راند؛ بلکه باید موقعیت او را درک کرده و متناسب با آن، با او رفتار کرد تا در خانه، احساس امنیت و آرامش کند و پدر و مادر را نزدیک‌ترین فرد به خود و صمیمی‌ترین شخص با خود بداند.

۳. گذراندن زمانی با فرزندان

در زندگی پرمشغله مدرن به‌طور معمول، این جنبه مهم، یعنی ایجاد روابط خانوادگی مثبت نادیده گرفته می‌شود. باید گفت مدت در کنار هم بودن از نظر کیفی مهم است، نه از نظر کمی. یک ساعت رابطه مثبت برقرار کردن، از چندین ساعت در خانه بودن و هیچ‌گونه رابطه و گفت‌وگوی صمیمانه نداشتن بهتر است. درحقیقت، این کار آن‌گونه که به‌نظر می‌رسد، وقت‌گیر نیست. والدین باید روزانه، ساعاتی از وقت خود را با هریک از فرزندان خود بگذرانند. در خانواده‌هایی که پدر و مادر،

هر دو، حضور دارند، می‌توانند باهم به مراکز تفریحی بروند و باهم غذا بخورند؛ نیز در خانه گاهی جلسه‌های خانوادگی تشکیل دهند یا فرزندان را با خود به دیدار اقوام و پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها ببرند.

دو نکته مهم

۱. شما و فرزندان‌تان باید درباره چگونگی گذراندن وقت تصمیم بگیرید. ممکن است بسیاری افراد وقت مسافرت را مناسب‌ترین زمان برای باهم بودن بدانند و بعضی دیگر، بر سر یک سفره در کنار هم نشستن و گفت‌وگو در هنگام صرف غذا را بهترین اوقات تلقی کنند. مهم این است که فرزندان از بودن در کنار شما و صرف وقت با شما احساس لذت و نشاط کنند.

۲. ممکن است ما همیشه از نظر فیزیکی با فرزندان خود نباشیم؛ ولی اگر فرزندان ما بدانند که از نظر عاطفی، همیشه در دسترس آن‌ها هستیم، می‌دانند که در وقت نیاز می‌توانند به ما تکیه کنند. هنگامی که والدین به‌لحاظ عاطفی در دسترس فرزندان خود باشند، نیاز فرزندان به حضور فیزیکی پدر و مادر کاهش می‌یابد. پدری که محل کار خود را ترک می‌کند تا فرزند بیمارش را از مدرسه بیاورد، پیام مهمی به فرزندش منتقل می‌کند. والدینی که برنامه تعطیلات خود را برای صرف وقت با فرزندان‌شان به هم می‌زنند، در عمل می‌گویند که صرف وقت با فرزندان‌شان به‌لحاظ کمی و کیفی برایشان اهمیت دارد.

۴. انتخاب شیوه‌های مراقبتی آسان

باید در سنین نوجوانی و جوانی فرزندان، پی‌جوی آنان بود؛ ولی نه به‌گونه‌ای که احساس کنند والدین همواره مراقب آن‌ها هستند؛ زیرا این‌گونه رفتارها ممکن است به عصیان یا مخفی‌کاری فرزندان بینجامد. فرزندان در این سنین، با مشاهده اصرار والدین در کنترل فرزند، مخفیانه



عمل می‌کنند یا گاه ممکن است در برابر پدر و مادر بایستند و آن‌ها را خشمگین کنند؛ چون دیگر حاضر نیستند نصیحت‌ها و خیرخواهی‌های آنان را بپذیرند. مراقبت از فرزندان باید به‌گونه‌ای باشد که آن را دخالت مستقیم در زندگی خود به‌شمار نیاورند و به شخصیت و استقلالشان لطمه‌ای وارد نشود. بر این اساس، اگر دختر بزرگ شما در اتاقی وارد شده و در را به روی خود بسته است، نباید از او پرسید که دارد چه می‌کند و چرا در را به روی خود بسته است؛ بلکه باید به‌بهانه‌ی نظافت اتاق یا برداشتن ظرفی وارد اتاقش شوید و اگر لغزش و خطایی در کارش می‌بینید، آن را دوستانه به او گوشزد کنید.

تحقیق درباره‌ی اینکه فرزندان شما به کجا می‌روند و چرا می‌روند و با چه کسی معاشرت می‌کنند، ضروری است. شما باید بدانید که دختر شما چرا از خانه بیرون رفته است و با چه کسی دوستی دارد؛ ولی رعایت این نکته هم ضروری است که این نظارت نیازمند ابراز محبت و خیرخواهی و واردشدن از در صداقت و صفاست. مادرانی که بخواهند با زور و تهدید، مانع خروج فرزندان خود از خانه شوند، کاری از پیش نخواهند بُرد. با آن‌ها دوستانه صحبت کنید و بگذارید به شما بگویند چه رازی دارند و به‌دنبال چه مسائلی هستند.

فرزندان در مواقعی، برای رفع خستگی و تنوع احتیاج دارند که از خانه بیرون بروند. در چنین مواقعی خوب است والدین به جایی که فرزندان می‌روند، اطمینان داشته باشند یا خودشان با آنان رفیق راه شوند، نه مأمور مراقب. والدین باید اجازه دهند فرزندان به منزل اقوام معتمد بروند. والدین باید با فرزندان به منزل همسایگان یا اجتماعات اسلامی

سالم بروند و به‌طور کلی، از سخت‌گیری‌های بی‌دلیل و وسواس‌گونه بپرهیزند. با وجود این مراقبت نامحسوس، خود را هرگز فراموش نکنند.

۵. وضع مقررات روشن و اجرashدنی

هر رابطه سالم و متعادلی به ضوابط و مقرراتی نیاز دارد که اعضای آن خود را به رعایت آن‌ها متعهد بدانند تا در سایه آن‌ها، آسایش همگانی میسر شود. این مقررات باید روشن و اجرashدنی باشند و براساس معیارهای اعتقادی والدین تهیه شوند. برخی خانواده‌ها مقررات ثابتی ندارند و هر روز، درباره فرزندان خود تصمیم تازه‌ای می‌گیرند. ممکن است امروز کودکی را برای عملی تشویق کرده و فردا او را برای همان عمل، تنبیه و مجازات کنند. طبیعی است چنین شیوه‌ای برای فرزندان زیان‌بار است. در برخی خانواده‌ها، مقرراتی اجرashدنی وجود دارد؛ یعنی والدین بدون توجه به توانایی فرزندان و نیازهای زمانی و مکانی، از فرزندان خود خواسته‌هایی دارند که انجام آن‌ها از قدرت آنان خارج است. معمولاً والدین بی‌توجه بر خواسته خود پافشاری می‌کنند و فرزندان‌شان را به عصیان و سرکشی وامی‌دارند.



ویژگی‌های مقررات خانوادگی

۱. مقررات خانوادگی باید منطقی و معقول باشند. البته لازم نیست که فرزندان هم آن را با عقل بپذیرند؛ زیرا ممکن است چنین امکان و توان عقلی نداشته باشند؛ ولی خود والدین باید مطمئن باشند که عقل و شرع آن مقررات را تأیید می‌کند.
۲. قواعد و مقررات باید پدرومانه و فراگیر باشند؛ به گونه‌ای که همه افراد خانه را شامل شوند. همچنین، در میان فرزندان، نباید با وضع برخی مقررات زمینه تبعیض به وجود آورند و همه مسائلی را که فرزند در طول مدت زندگی با آن‌ها سروکار دارد، شامل شود.
۳. باید در اعمال مقررات میان والدین، وحدت و هماهنگی کافی باشد. والدینی که وحدت و اتفاق کامل ندارند و در امر تربیت، پشتیبان همدیگر نیستند، فرزندان خود را گرفتار تناقض کاری و در برخی مواقع، پشت گوش انداختن مقررات می‌کنند.
۴. قواعد و مقررات باید به گونه‌ای باشند که فرزندان توانایی تحمل و رعایت آن را داشته باشند. باید به ظرفیت روحی و توان جسمی فرزندان توجه کرد. خطاست که والدین تنها خود و توان خود را ببینند و برای فرزندان برنامه تدوین کنند. توان‌ها محدود و نوع تحمل‌ها در موقعیت‌های گوناگون متفاوت است.
۵. مقررات و قواعد نباید عصیان‌برانگیز باشند. به بیان دیگر، مقررات باید آن‌چنان برای فرزندان مأنوس باشند که از تحمل و پیروی آن احساس سنگینی نکنند؛ نیز مقررات باید به گونه‌ای باشند که فرزندان فرصت پیدا نکنند که به آن‌ها نه بگویند. خطاست که والدین شیوه‌ای سخت‌گیرانه در پیش گیرند؛ زیرا در نتیجه آن، فرزندان سر به عصیان برمی‌دارند و به نافرمانی کشانده می‌شوند.

۶۰ ایجاد ارتباط مناسب با فرزندان

ارتباط والدین و فرزندان اهمیت بسیاری دارد. در دوران کودکی، ایجاد این ارتباط بسیار آسان‌تر است؛ زیرا کودکان خود به سراغ والدین می‌آیند و از مشکلات و نیازها و پرسش‌های خود سخن می‌گویند و این آغاز ارتباط کلامی و زمینه‌ساز برقراری دیگر ارتباطات میان والدین و آنان است؛ ولی با ایجاد تغییرات طبیعی در سن بلوغ، ارتباطات والدین و فرزند نوجوانشان کاهش می‌یابد. دیگر نوجوانان اسرار و احساسات خود را مانند دوران کودکی، با والدین خود مطرح نمی‌کنند. افزون‌براین، صحبت درباره‌ی نوع فعالیت‌های دوستان و مکان‌هایی که می‌روند، کمتر می‌شود؛ لذا تمایلی ندارند به والدین خود اطلاع دهند چه زمانی به خانه بازمی‌گردند. بنابراین، بسیاری از والدین در ایجاد ارتباط مناسب با فرزندانشان مشکل پیدا می‌کنند.



نکاتی برای ایجاد ارتباط مناسب

۱. زمان و فرصت مناسبی برای ارتباط با فرزندان اختصاص دهید. برخی فرزندان بیشتر اوقاتشان را به تنهایی در اتاق خود سپری می‌کنند یا اینکه آزادی نامحدودی دارند؛ لذا مدت زیادی از وقت خود را بیرون از خانه و با دوستان خود می‌گذرانند و به فعالیت‌های خانوادگی علاقه نشان نمی‌دهند؛ علاوه بر این، والدین هم سرگرم کارهای خویش هستند و فرصت کمی برای برقراری ارتباط با فرزندان دارند. در این صورت، والدین باید پیش از ایجاد هر نوع ارتباط، وقت و زمانی را به باهم بودن اختصاص دهند. اختصاص وقت به‌ویژه در دوران نوجوانی و جوانی فرزندان بسیار مهم است. والدین باید در کارهای محبوب فرزند مشارکت کنند. برای مثال، در فعالیت‌های ورزشی مانند کوه‌نوردی با او همراه شوند. با او برای خرید بیرون بروند. او را برای رسیدن به کلاس درس و دانشگاه همراهی کنند و در این فرصت، ارتباط مناسب را پدید آورند.

۲. پدر و مادر باید با فرزندان صحبت کنند و به دنبال نتیجه‌گیری نباشند. یکی از علت‌های کاهش ارتباط نوجوانان و جوانان با والدین این است که والدین همیشه می‌کشند به آن‌ها چیزی را بیاموزند. به بیان دیگر، هنگام صحبت با فرزندشان سعی می‌کنند به نتیجه‌ای بیش از یک گفت‌وگوی لذت‌بخش برسند. در این صورت، فرزند برای صحبت کردن با پدر و مادر اشتیاقی نخواهد داشت. نکتهٔ بااهمیت این است که باید هدف والدین از صحبت کردن با فرزند، فقط صحبت کردن باشد، نه نتیجه‌گیری خاص.

۳. پدر و مادر باید بکشند جنبه‌های مثبت را ببینند. والدین معمولاً به اشتباهات و رفتارهای ناشایست بیشتر توجه می‌کنند؛ ولی به رفتارهای شایسته و موفقیت‌های فرزندشان کمتر توجه نشان می‌دهند. با فرزند خود به‌گونه‌ای ارتباط برقرار کنید که دربارهٔ موفقیت‌ها و رفتارهای شایسته، بیش از شکست‌ها و اشتباهات و رفتارهای ناشایست او صحبت کنید.

۷. مشورت با فرزندان

خانواده‌های سالم و صمیمی از هر عاملی که بتواند پیوند میان والدین و فرزندان را تقویت کند و احساس تعلق به خانواده را در فرزند بارور سازد و به همان اندازه، به تکوین و تکامل روابط کمک کند، استقبال می‌کنند. مشورت با فرزندان موجب ورزیدگی نیروی عقلانی و تدبیر زندگی می‌شود؛ زیرا هر پرسشی فرصتی است برای اندیشیدن و حل مشکلی که پیش روست. همچنین، مشورت با فرزندان باعث رشد احساس مسئولیت فرد در روبه‌رو شدن با زندگی می‌شود و حس قدرشناسی از مواهب و موقعیت‌های موجود را افزایش می‌دهد. از این رو، والدینی که با فرزندان خود روابط سالمی دارند، مسائل خانواده را در جمع اعضا مطرح کرده و با فرزندان خود مشورت می‌کنند. از آن‌ها نظر می‌خواهند و بدین وسیله، مقبولیت را در او تکامل می‌بخشند؛ لذا از این طریق، باب تفاهم میان والدین و فرزندان گشوده می‌شود.

۸. هنر شنیدن سخنان آنان

برای برقراری ارتباط مؤثر با دیگران، باید به سخنان آنان با دقت گوش فراداد. بدیهی است گفتن این جمله بسیار آسان‌تر از عمل به آن است؛ ولی باید بیاموزیم که به طرف مقابل خود فرصت سخن گفتن بدهیم و به گفته‌های او دقت کنیم. تمایل به گوش دادن به صحبت‌های کودکان نقش مهمی در رشد احساسات و غنی‌تر شدن اعتمادبه‌نفس در آنان ایفا می‌کند. باید به خاطر بسپاریم که گوش دادن نوعی ارتباط و تبادل نظر غیرکلامی است. گوش دادن با توجه و علاقه، پیام‌های متفاوت و



هم‌مرزی را به نوجوان منتقل کند؛ همچون این پیام‌ها: «تو فرد بارزشی هستی» و «من به نظر تو احترام می‌گذارم».

خوب گوش‌دادن به این معنا نیست که هنگام گوش‌دادن، به فکر آماده‌کردن پاسخ باشیم؛ بلکه به‌معنای دریافت دقیق و منعکس کردن مطالب به کودک یا نوجوان است. این عمل گاه به‌صورت تکرار گفته‌ها و زمانی به شکل گوش‌دادن دقیق بروز می‌کند. به‌بیان دیگر، خوب گوش‌دادن شامل تلاش‌های آشکار و آگاهانه برای درک گفته‌های دیگران و توجه به آن‌هاست.

باتوجه‌به اینکه نوجوانان به‌ندرت، برای شروع گفت‌وگو داوطلب می‌شوند، باید به‌هنگام صحبت به‌طور کامل، به گفته‌های آن‌ها توجه کرد و آن‌ها را جدی گرفت. هیچ‌کس تمایل ندارد با افرادی گفت‌وگو کند که به او بی‌توجه‌اند. اگر فرزندتان احساس کند که شما به او توجهی نمی‌کنید و به سخنانش گوش نمی‌کنید، ارتباط برقرار کردن و گفت‌وگو با شما را کاهش خواهد داد؛ مثلاً دختری از مدرسه به خانه می‌آید. مادر در آشپزخانه است. با مادر شروع به صحبت می‌کند. مادرش هم گاهی به او پاسخ می‌دهد؛ ولی چون پشت به دخترش ایستاده است، دختر احساس می‌کند مادر به سخنانش بی‌توجه است و از ادامه‌دادن صحبتش مأیوس می‌شود یا مثلاً پسری می‌خواهد با پدرش که سخت مشغول مطالعه روزنامه است، صحبت کند. چند بار با او سخن می‌گوید؛ ولی می‌بیند که پدرش روزنامه را جلوی روی خود گرفته است و حتی چهره پدرش را نیز نمی‌تواند ببیند. بنابراین، انگیزه خود را برای ادامه‌دادن صحبت از دست خواهد داد.

رابطه پدر با فرزندان

رابطه پدر با فرزندان را باید در دو بخش رابطه پدر با فرزند پسر و رابطه پدر با فرزند دختر بررسی کرد؛ زیرا این دو با یکدیگر کاملاً متفاوت هستند و مناسبات رفتاری مختلفی را می‌طلبند.

رابطه پدر با فرزند پسر

۱. پدر و سازندگی پسران

پدر در پدید آمدن نقش مردانه و تربیتی خاص در پسر سهم بسزایی دارد. بر پایه پژوهش‌ها، کودک از حدود سه‌سالگی درمی‌یابد که پسر است و باید مانند پدر شود. بر این پایه می‌کوشد که با تقلید از رفتارهای پدر، رفتار و کردار خود را شبیه پدر سازد. برای اینکه پسر بتواند سالم و در حد اعتدال، احساس مردانگی کرده و مانند پدر رفتار کند، به محبت پدر و احساس تفاهم و داشتن رابطه دوجانبه با او نیازمند است. پدران یا مطابق آداب و رسوم خاص اجتماعی خود یا براساس طرز فکر و خواسته شخصی، پسران را مردانه بار می‌آورند و در عمل، آن‌ها را با شیوه خاص خود به عرصه زندگی وارد می‌کنند. پدر باید از میل پسر برای تقلید از او در طرز راه رفتن و صحبت کردن و لباس پوشیدن استقبال کند. بنابراین، نباید این تقلیدها را مسخره کرد؛ بلکه باید به تشویق روی آورد. تقلید از گفتار و رفتار ممکن است به تقلید از علایق و ارزش‌ها بینجامد. پدر در رفتارهای صمیمانه‌اش با پسر خود، به او نشان می‌دهد که معنا و مفهوم مرد در خانواده و جامعه چیست. کودکان با دیدن مهارت‌ها و تلاش‌ها و از خودگذشتگی‌های پدر در موقعیت‌های بیرون از خانه، احساس غرور و افتخار بیشتری می‌کنند.



۲. پرورش‌ها و ارشادها

پدر باید مراقب رشد و پرورش پسران خود باشد. پدر باید در دوران خردسالیِ کودکش و هنگام بازی و برقرارکردن ارتباط با او، به تدریج او را با دو جهان متفاوت زن و مرد آشنا کند تا کودک بداند چگونه باید عمل کند و چگونه در برابر مسائل و امور موضع بگیرد. کلیات این عملکرد تا هفت‌سالگی ادامه خواهد داشت. از وظایف و مسئولیت‌های پدر در برابر فرزند و به‌ویژه پسر، پرورش مذهبی اوست. به حکم قرآن، این رئیس خانواده است که باید اهل خود را از عذاب دور نگه دارد: **[قُوا أَنْفُسَكُمْ وَ أَهْلِيكُمْ نَارًا]**.

گفتنی است پرورش مذهبی عاملی برای به‌سعدت‌رسیدن افراد و بازدارنده از عوامل جنایی است. این‌گونه پرورش، شوق رسیدن به کمال و رشد فضیلت را در درون آدمی پدیدار کرده و در وجود او تثبیت می‌کند. این وظیفه بر عهده پدر است تا فرزند او در آینده بتواند مستقل و اندیشمندانه به جلو گام بردارد. اشتباه بزرگی است که پدران فقط به پرورش جسمانی و تغذیه و لباس فرزندانشان توجه کنند و از آنچه مربوط به اعتقاد و طرز فکر فرزندانشان است، غافل باشند.

۳. جنبه‌های الگویی پدر

کودک، مقلد خوبی است و به‌آسانی و بدون هیچ‌گونه زحمت و مشقتی، تنها از راه تقلیدکردن می‌آموزد. او می‌بیند و می‌شنود و پس از مدتی تکرار می‌کند. برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند از سنین «تمیز»، یعنی

حدود شش سالگی، پسران از پدران و دختران از مادران تقلید می کنند و این تقلید آنان ناآگاهانه است. کودک در مسیر رشد، از افراد بسیاری اثر می پذیرد و تحت تأثیر دیده ها و شنیده های بسیاری است. همه اطرافیان، هر یک به گونه ای در او اثر می گذارند و الگوی کودک اند؛ ولی پدر از همه آنها مهم تر و مؤثرتر است و این اهمیت و تأثیر در پسرها تا سنین نوجوانی همچنان تداوم دارد. آنچه فرزند در خردسالی از رفتار پدر درک می کند، همه چیز او می شود. پسران می کوشند با پدر همانندسازی کنند. این امر آن چنان از نظر روان شناسان تربیتی گسترده است که برخی از آنها رفتار پسران را انعکاسی از رفتار پدران دانسته اند. به کارگیری وسایل و ابزار، چگونگی استدلال پدر، رفتار پدر با مادر و دیگر اعضای خانواده و رفتارهای دیگر پدر می تواند برای پسر الگو باشد. در خانواده های پدرسالار، فرزندان پسر می آموزند که بر فرزندان کوچک تر و خواهران خود اعمال قدرت کنند. بر این اساس، وظیفه پدر و مسئولیت او بسیار سنگین خواهد بود. پدر با عمل خود، باید به فرزندش و به ویژه به پسرش فرصت دهد تا از اخلاق و رفتار او بهره مند شود. اگر سخنان ناروا و ناپسند خوب نیست، پدر نباید این گونه سخنان را در حضور فرزندان و همسر خویش بر زبان بیاورد. اگر از پسر خود انتظار انجام به موقع کارها را دارد، خود باید فردی وقت شناس باشد و سرانجام، اگر دوست دارد که پسرش نماز خود را به موقع بخواند، خودش نباید عذر تراشی کند و به بهانه ای، نماز اول وقت خود را به تأخیر بیندازد.



رابطه پدر با فرزند دختر

۱. هدایت و تربیت

از وظایف پدر در برابر دختر، هدایت و تربیت او به گونه‌ای است که شایسته و درخور مقام مادری و لایق اداره و مدیریت خانواده و پرورش فرزند شود. لازم است پدر، دختر را برای زندگی فردا آگاه و آماده کند. پدر باید برای دختر، راهنمای فکری خوبی باشد، افکار و عقاید او را شکل دهد، کمبودهای او را جبران سازد و اندیشه‌ها و استعدادهای خاص او را هدایت کند. همچنین، پدر باید زمینه رشد و پرورش و مسئولیت را در او فراهم سازد. علاوه بر این، تشویق دختر از سوی پدر به تمرین کار در خانه، رسیدگی به زندگی، سروسامان دادن به کارهای منزل و حتی پخت‌وپز و نگهداری فرزندان کارساز است و دختر را در مسیر رشد هدایت می‌کند. در کنار این درخواست و تشویق به رشد در این زمینه، پدر باید هنگام تحصیل و فراگیری آگاهی‌های دخترش، به اندازه لازم از او مراقبت کند.

۲. پدر؛ امید زندگی دختر

دختر، مرد آرمانی زندگی‌اش را از طریق پدر شناسایی می‌کند و بیش و کم، در پی ازدواجی است که جلوه آن را در روابط پدر و مادر خود دیده است. درست است که دختر از مادر می‌آموزد چگونه زنی باشد؛ ولی او همچنان از پدر می‌آموزد چگونه در زندگی آینده، با همسرش معاشرت و مشارکت کند. پدر باید به دختر احترام بگذارد و به شخصیت وی توجه کند؛ ولی نباید به گونه‌ای باشد که او احساس کند بدون مادر هم می‌تواند به زندگی ادامه دهد. برای دخترانی

که پدر را تنها تکیه‌گاه می‌دانند، این خطر هست که در زندگی آینده، به موفقیتی چشمگیری دست نیابند. رفتار پدر با همسر نقش بسیاری در ترسیم زندگی سالم برای دختر ایفا می‌کند. دخترانی که رفتار احترام‌آمیز پدر و مادر را در خانه می‌بینند، از ازدواج و شوهر آینده خود، تصویری مثبت و خوب در ذهن می‌پرورانند و روحیه احترام‌گذاری به همسر خود را در ذهن تمرین می‌کنند. به‌عکس، دخترانی که شاهد رفتار پرخاشگرانه پدر و مادر بوده‌اند، برای ازدواج انگیزه قوی ندارند؛ یعنی رفتار پدر را به همه مردان تعمیم می‌دهند و پیش از ازدواج، در برابر همسر آینده خود خصمانه جبهه می‌گیرند. همچنین، ضروری است در خانواده، پدر به‌گونه‌ای با دختر رفتار کند که او از محبت پدران لبریز شود و به محبت دیگران نیازی نداشته باشد. بررسی‌های پژوهشگران نشان می‌دهد که ریشه و منشأ بسیاری از انحراف‌ها و لغزش‌های افراد، احساس نارسایی و کمبود محبت است. امام‌رضا علیه‌السلام فرمودند: «خداوند تبارک و تعالی بر دختران و زنان، مهربانی بیشتری دارد تا به پسران و هیچ مردی نیست که دختران و زنانی را که با او نسبت دارند، شاد کند، مگر اینکه در روز قیامت، خداوند او را شاد خواهد کرد.» با تمام مهر و محبتی که به دختر در سنین نوجوانی و بلوغ می‌شود، باید مراقبت‌هایی هم در این زمینه اعمال شود؛ برای نمونه، روایت‌های اسلامی ما یادآور شده‌اند که پدر حق ندارد دختر نوجوان خود را در آغوش بگیرد یا او را بر زانویش بنشاند. این امر ممکن است برای یکی از آن‌ها، خالصانه و بی‌شائبه و برای دیگری، تحریک‌آمیز باشد.



رابطهٔ مادر با فرزند

در این قسمت نیز رابطهٔ مادر با فرزند دختر و فرزند پسر را بررسی می‌کنیم:

رابطهٔ مادر با فرزند دختر

۱. تقلید و همانندسازی

همان‌طور که اشاره کردیم، در فرزندان ویژگی همانندسازی و تقلید وجود دارد؛ لذا رفتار بزرگسالان را بدون اراده تقلید می‌کنند. بی‌گمان در این همانندسازی، نقش مادر اهمیت ویژه‌ای دارد؛ زیرا مادر بیشتر در کنار فرزند است و فرزند رفتارش را بیشتر می‌بیند؛ به‌ویژه فرزند دختر که تمام رفتارهای مادر، حتی جاروکردن و نظم و نظافت در خانه را هم زیر نظر می‌گیرد. سپس، بسیاری از رفتارها و احساسات مادر را در بازی‌های کودکانهٔ خود با بچه‌های دیگر تمرین می‌کند؛ لذا وظیفهٔ مادران در قبال دختران، بسیار مهم‌تر از پسران است. دختران به‌طور معمول، روش مادر را در خانه تقلید می‌کنند و پسران، رفتار پدر را. ممکن است مادر در خانه، به‌گونه‌ای رفتار کند که دخترش از مادر بیزار شود و هرگز هوس تشکیل خانواده و زندگی زناشویی را به خود راه ندهد. دختران کوچک بیش از هر چیز، به فکر زندگی آینده و محیط آرام زندگی هستند. آنان به‌گونه‌ای ناخودآگاه، خود را برای مادری آماده می‌کنند. پس بی‌گمان، تجربه‌ای که مادران به آن‌ها آموخته‌اند، در این راه بسیار مؤثر است.

چند نکته در رابطه میان مادر و دختر

در روابط میان مادر و دختر، باید این مؤلفه‌ها وجود داشته باشد:

۱. آموزش دختران: مادر وظیفه دارد بعضی مسائل خاص دختران را به دخترش آموزش دهد. مادری که به دختران خود، به‌ویژه مسائل دینی و اخلاقی را آموزش می‌دهد، از پدیدآمدن بخش بزرگی از مشکلات و هراس‌ها پیشگیری می‌کند.

۲. پذیرش و محبت: مادران باید دختران خود را درک کرده و به آن‌ها محبت کنند تا آن‌ها احساس کنند پناهگاه محکمی دارند. دختری که احساس بی‌پناهی کند و از محبت کافی بهره‌مند نباشد، در جست‌وجوی پناهگاه و محبت، به بیرون از خانه روی می‌آورد و به لغزش و انحراف دچار می‌شود.

۳. ایجاد نظم و انضباط: بی‌شک، یکی از وظایف مهم مادران در تربیت دختران، آموزش نظم و انضباط و مقررات و قواعد خانه‌داری و شوهرداری است تا دختر بتواند براساس آن، زندگی حال و آینده خود را سروسامان دهد. این نظم و انضباط در همه ابعاد زندگی ضروری است؛ اعم از تغذیه، نظافت، کار، خواب، استراحت و

۴. رعایت ادب در سخن و گفتار: مادران باید در سخن گفتن با دختران، ادب را نگه دارند و از بیان سخنان نیش‌دار و رکیک و تحقیرآمیز به آنان بپرهیزند.

۵. یادگیری راه و رسم شرکت در مهمانی‌ها و مجالس: آداب معاشرت و برخوردها و راه و رسم مهمانی و معاشرت را فرزند به‌همراه مادر می‌آموزد. رازداری در مجالس معاشرت، روابط صحیح یا ناصحیح، شوخی‌های مناسب یا نامناسب، صداقت یا ناراستی از آن مجالس آموخته می‌شود. بنابراین، مادران نباید دختران را در بعضی مجالس به‌همراه خود ببرند و در مجالسی که به همراه می‌برند، باید آداب معاشرت را رعایت کنند.



۲. جنبه الگویی مادر

دختران از مادران الگو می‌گیرند و می‌فهمند چگونه یک خانم می‌تواند با دیگران ارتباط داشته باشد و گذشت و ایثار کند. او گرمی و صفای زندگی و عواطف عالی در عشق و ایثار را از مادر خود می‌آموزد؛ نیز از او درس اعتماد به نفس، اخلاق و انسانیت می‌گیرد و شهامت و جرئت در نهاد او پدید می‌آید. تقلید و همانندسازی برای دختر ضروری است. او پیش از آنکه راه و روش خاصی برای زندگی بیابد، به الگویی نیاز دارد تا شخصیت خود را نمایش دهد و مادر مناسب‌ترین فرد است. نقش مادر به‌ویژه در هفت سال اول زندگی بسیار مهم است؛ چون کودک هنوز به مدرسه نمی‌رود. مادر باید به‌گونه‌ای عمل کند که کودک دید مثبتی به او داشته باشد. مادر در الگودهی خود باید به این نکته توجه کند که دخترش چگونه زندگی می‌کند، چگونه می‌اندیشد، در مراحل گوناگون زندگی از چه چیزهای خوشش می‌آید و چگونه می‌توان بر او تأثیر گذاشت.

رابطه فرزندان با والدین

بخش دیگری که در بحث تعامل والدین و فرزندان بررسی می‌شود، وظایف و رفتار فرزندان با والدین است. در اینجا، به برخی از مؤلفه‌های رابطه صحیح و مناسب در این زمینه اشاره می‌کنیم:

۱. احترام به والدین

در قرآن کریم، احترام به پدر و مادر در کنار اطاعت پروردگار ذکر شده است که خود، بیانگر برتری و تقدم حق پدر و مادر بر دیگر حقوق است. دختران و پسران امروز مادران و پدرانِ فردای اجتماع‌اند. اگر جوانان امروز، وظیفه احترام به والدین خود را رعایت کرده و این سنت الهی را در جامعه حفظ کنند، فردا خودشان مورد تکریم فرزندان خویش واقع شده و از این نعمت سعادت‌بخش بهره‌مند می‌شوند. امام صادق علیه السلام فرمودند: «بَرُّوا آبَائَكُمْ يَبْرُكُكُمْ أَبْنَائُكُمْ» (به پدران خود نیکی کنید تا فرزندان شما هم به این سنت مقدس عمل کرده و به شما نیکی کنند).

۲. اطاعت از والدین

از آن‌رو که پدر و مادر خواهان خیر و سعادت فرزندان خود هستند و تمام کوشش آن‌ها برای موفقیت بیشتر آنان است، اطاعت فرزندان از پدر و مادر ضروری است؛ هم از آن‌رو که والدین تجربه‌های بیشتری دارند و در تشخیص سعادت و خوشبختی فرزندان به‌دور از احساس تصمیم‌گیری می‌کنند و هم از آن‌رو که هستی فرزندان از والدین است. به حکم عواطف انسانی، باید فرمان‌بردار و مطیع کسانی بود که



برای اصل به وجود آوردن و پرورش و کمال بخشیدن انسان زحمت بسیاری متحمل شده‌اند. قرآن کریم نیز فرزندان را به اطاعت از والدین بسیار سفارش کرده است و سرپیچی از این فرمان را تنها هنگامی استثنا کرده است که پدر و مادر کوشش کنند فرزند خود را به شرک و کفر بکشند.

۳. احسان والدین

قرآن کریم همواره اساس رابطهٔ فرزندان با والدین را بر اصل احسان و نیکی بیان کرده و به آن سفارش می‌کند و آن را ملاک ارزش می‌داند. احسان به والدین مصادیقی دارد: ۱. از مصادیق احسان به والدین، کمک مالی است. همان‌گونه که زمانی، تأمین مالی فرزندان بر عهدهٔ پدر بوده است، در صورت نیاز پدر و مادر، فرزندان نیز وظیفه دارند جبران کنند. ۲. علاوه بر انفاق مالی به والدین، قرآن کریم سفارش می‌کند که فرزندان افزون بر حق الارث، بخشی از اموال خود را برای والدین قرار دهند. ۳. یکی دیگر از مصادیق احسان به والدین، احسان کلامی و رفتاری است. پیری دورانی است که پدر و مادر ضعیف شده و از کار افتاده‌اند و به فرزند خویش، بیشتر نیاز دارند؛ از این رو، اخلاق و شرع فرزند را موظف می‌کند که رفتار خود را از نظر لحن و گفتار، بسیار محبت‌آمیز کند. پدر و مادر تا جوان هستند، معمولاً به فرزندان خود نیازی ندارند و شاید بیش از فرزند خویش، کار و تلاش کنند و حتی به فرزند خود کمک هم می‌کنند؛ ولی هنگام پیری، دیگر نمی‌توانند مانند جوانان، برای زندگی تلاش کنند؛

به‌ویژه که دوران پیری به‌طور معمول با بیماری‌ها و گرفتاری‌های دیگری نیز همراه است. به‌طبع، در چنین موقعیتی، آنان به کمک و پرستاری فرزندان خویش نیاز دارند که این کمک و پرستاری باید با کمال صبر و حوصله باشد. فرزند در رفتار با والدین پیر و ناتوان، نباید اوقات تلخی و کم‌حوصلگی و اظهار خستگی کند؛ نیز نباید به‌گونه‌ای رفتار کند که پدر و مادر او احساس کنند که فرزندشان از خدمت‌کردن به آنان خسته شده است.



روابط میان فرزندان در خانواده

موضوع دیگری که در بحث روابط خانوادگی باید بررسی شود، روابط میان فرزندان با یکدیگر در درون خانواده است. در این قسمت، به این بحث خواهیم پرداخت.

۱. روابط متقابل خواهر و برادر

رابطه میان فرزندان یک خانواده، رابطه‌ای حساس است. عاطفه‌ای که میان والدین و فرزندان وجود دارد، در رابطه خواهری و برادری ظریف‌تر می‌شود. از سوی دیگر، خواهران و برادران به اندازه‌ای که پدر و مادر با فرزندان مدارا می‌کنند، با یکدیگر مدارا نمی‌کنند. به همین دلیل، اصطکاک و برخورد سلیقه‌ها و اراده میان آنان بیشتر است. خواهر و برادر در خانواده و روابط متقابل خود، به تدریج آماده جامعه‌پذیری می‌شوند. آن‌ها روابطی برقرار می‌کنند که عواطف شدیدی همچون رابطه والدین و فرزندان در آن نیست. خواهر و برادر پس از والدین، در شخصیت و رفتارهای اجتماعی یکدیگر بیشترین تأثیر را می‌گذارند؛ به‌ویژه اگر در سنین دو تا ده سالگی باشند. خواهر و برادر از یکدیگر، برخی الگوهای رفتاری همچون وفاداری، حمایت، اختلاف، تسلط‌جویی و رقابت را می‌آموزند. روابط خواهر و برادر با رشد سن تغییر می‌کند. برای مثال، در دوران بلوغ، برخی رقابت‌ها و سوگیری‌های نخستین و آشکار روبه کاهش می‌گذارد. وقتی که خواهران و برادران الگوهای رفتاری مناسب داشته باشند، به افرادی معتمد و سرچشمه اتکای روحی همدیگر تبدیل می‌شوند و نوعی

صمیمیت ویژه میان آنها ایجاد می‌شود؛ در نتیجه، همدیگر را محرم راز خود می‌دانند و با سهولت بیشتری، مسائل خود را با یکدیگر در میان می‌گذارند.

۲. حقوق متقابل خواهر و برادر

خواهران و برادران براساس رابطهٔ محبت‌آمیزشان، حقوق بسیاری در برابر هم دارند و وظایف اخلاقی آنان بسیار با اهمیت است. رعایت حقوق خواهران و برادران رابطهٔ عاطفی آنان را تقویت می‌کند و تقویت این رابطه در واقع، نیکی به پدر و مادر است؛ زیرا والدین همواره دوست دارند فرزندانشان رابطه‌ای محبت‌آمیز باهم داشته باشند و اگر این خواستهٔ خود را برآورده ببینند، خشنود خواهند شد.

امام سجاد علیه السلام در رسالهٔ حقوق خود، دربارهٔ حق برادران بر یکدیگر می‌فرماید: «و اما حق برادر تو این است که بدانی که او برایت، [مانند] دستی است که می‌گشایی و پشتوانه‌ای است که به آن پناه می‌بری و عزتی است که به آن تکیه می‌کنی و نیرویی است که به وسیلهٔ آن چیرگی می‌یابی. پس او را وسیله‌ای برای معصیت خدا و کمکی برای ستم به حق خداوند مگیر و دربارهٔ او کوتاهی مکن و او را در برابر دشمنش یاری کن و میان او و شیاطینش فاصله انداز و او را نصیحت کن و در راه خدا به او روی آور. پس اگر مطیع و فرمان‌بر پروردگارش بود، با او باش؛ وگرنه باید که خداوند در نزد تو، محبوب‌تر و بزرگ‌تر از او باشد.» بنابراین، با توجه به این بخش از رسالهٔ امام سجاد علیه السلام درمی‌یابیم که خواهر و برادر باید یار و حامی یکدیگر باشند؛ نیز در راه سعادت و کمال، ناصح و خیرخواه یکدیگر



باشند.

این دو وظیفه یکدیگر را تکمیل می‌کنند و هیچ‌یک بدون دیگری، وظایف برادری را کامل نمی‌کنند.

۳. موقعیت فرزند بزرگ‌تر یا ارشد

فرزندان آخر معمولاً با کمک خواهران یا برادران بزرگ‌تر تربیت می‌شوند؛ در نتیجه، الگوهای تربیتی والدین و خواهران و برادران در آن‌ها بازسازی می‌شود و به دلیل اینکه از هر طرف به آن‌ها رسیدگی و توجه می‌شود، زمینه نازپروردگی و لوس بارآمدن آنان فراهم خواهد شد. فاصله سنی فرزندان نیز از نکات بااهمیت است. براساس برخی مطالعات، وقتی فاصله سنی کودکان میان یک تا دو سال باشد، بهره هوشی آن‌ها کمتر از آن‌هایی خواهد بود که فاصله سنی‌شان چهار یا پنج سال است. کم‌بودن فاصله سنی سبب می‌شود دقت و توجه والدین به فرزندان متفاوت شود. به طبع، والدین دقت بیشتر را صرف تربیت فرزندانی می‌کنند که با فاصله‌ای به نسبت مناسب به دنیا آمده‌اند. بیشتر والدین و اطرافیان انتظار دارند فرزند ارشد مسئولیت خواهر و برادرهای کوچک را بپذیرد. هنگامی که فرزند ارشد خصومت می‌کند، والدین وی را سرزنش می‌کنند؛ در صورتی که از فرزند کوچک‌تر حمایت کرده یا از او دفاع می‌کنند. از سوی دیگر، فرزند ارشد تسلط بیشتری بر دیگران دارد و توانایی زورگفتن و همچنین، کمک‌کردن و آموزش‌دادن به خواهران و برادران کوچک‌تر خود را دارد.

روابط میان خویشاوندان

روابط خویشاوندی نیز موضوع دیگری است که در بحث روابط خانوادگی، باید به آن توجه کرد. لذا در این قسمت، می‌کوشیم به مباحثی در زمینه ارتباطات فامیلی و صلۀ رحم بپردازیم.

هم‌نشینی با خانواده و صلۀ رحم

صلۀ رحم و هم‌نشینی با خانواده و فامیل، یکی از مناسبات صحیح خانوادگی است. دیدوبازدید از فامیل و معاشرت و هم‌نشینی با اعضای خانواده جزئی از برنامه‌های زندگی بوده و به تحکیم پیوندهای خانوادگی و فامیلی می‌انجامد. اصلی‌ترین رکن این معاشرت‌ها، ایجاد ارتباط محکم قلبی و کمک برای برطرف ساختن نیازهای یکدیگر است. رفتارهای صمیمی و ملاقات دوستان و نزدیکان باعث برطرف شدن غم‌ها می‌شود؛ به‌خصوص معاشرت و دیداری که با خوش‌رویی و حسن‌نیت صورت گیرد، در ایجاد شادمانی و انبساط خاطر نقش بسزایی ایفا می‌کند. اسلام برای صلۀ رحم و کمک و محبت به خویشاوندان و حمایت از آنان اهمیت بسیاری قائل شده است و از قطع رحم و بریدن رابطه از خویشان و بستگان به‌شدت نهی کرده است. در اسلام، ائمه معصوم علیهم‌السلام بارها بر اهمیت صلۀ رحم تأکید کرده‌اند. اهمیت صلۀ رحم در نگاه اسلامی تا حدی است که حتی صلۀ رحم با بستگان غیرمسلمان نیز از واجبات به‌شمار می‌رود. در روایتی نقل شده است که فردی از حضرت امام صادق علیه‌السلام پرسید:



«بستگان من بر غیردین من هستند. آیا باز برای ایشان حقی بر عهده من است؟» حضرت فرمودند: «بلی، حق رحم به هیچ چیز ساقط نمی‌شود. اگر بستگانت بر دین تو بودند، دو حق بر تو داشتند: حق رحم و حق اسلام.» (اصول کافی، ج ۳: ۹۲۲).

همچنین، اهمیت هم‌نشینی با اعضای خانواده و به‌ویژه با همسر، از کارهایی است که دین اسلام بسیار بر آن تأکید کرده است. در روایتی از پیامبر اکرم ﷺ نقل شده است که ایشان فرمودند: «هم‌نشینی مرد با همسرش نزد خداوند محبوب‌تر است از اعتکاف در مسجد من» (میزان الحکمه، ج ۴: ۷۸۲).

آثار و برکات صلۀ رحم

صلۀ رحم و قطع رحم آثار متعددی دارد. برخی از این آثار عبارت‌اند از:

۱. افزایش عمر

امام صادق (ع) می‌فرماید: «من چیزی را مؤثرتر از صلۀ رحم برای افزایش عمر نمی‌شناسم. گاه کسی که تنها سه سال به پایان عمرش باقی است، صلۀ رحم می‌کند و خداوند به برکت آن، سی سال به عمر او می‌افزاید و عمر او را تا ۳۳ سال زیاد می‌کند و گاه، کسی ۳۳ سال به پایان عمر او باقی مانده است؛ اما قطع رحم می‌کند و خداوند ۳۰ سال از عمر او می‌کاهد و سه سال بعد از آن، أجل او فرامی‌رسد» (بحار الانوار، ج: ۱، ۵۴).

۲. افزایش رزق

پیامبر اکرم ﷺ می‌فرماید: «هرکس یک عمل را برای من ضمانت کند (انجام دهد)، من برای او چهار عمل را ضامن می‌شوم و آن اینکه صلۀ رحم کند. پس خداوند او را دوست خواهد داشت، رزق او زیاد می‌شود، عمرش افزایش پیدا می‌کند و داخل بهشتی می‌شود که خداوند وعده داده است» (میزان الحکمه: ۱۸۰).

۳. جلوگیری از سختی مرگ

امام صادق (ع) فرمودند: «هر که دوست دارد خدا سختی‌های جان‌کندن را بر او آسان سازد، باید صلۀ رحم کرده و به پدر و مادرش نیکی کند. در این صورت، خدا جان‌کندن را بر او آسان کند و در زندگی به پریشانی و فقر دچار نشود» (امالی صدوق: ۳۸۹).



۴. آبادی شهرها

حدیثی از پیامبر اسلام ﷺ نقل شده است که ایشان می‌فرمایند: «پیوند با خویشان، شهرها را آباد می‌کند و بر عمرها می‌افزاید؛ اگرچه انجام‌دهندگان آن از نیکان هم نباشند» (سفینه البحار: ۳۹۰).

۵. محروم شدن قاطع رحم از ورود به بهشت

پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: «سه گروه هرگز داخل بهشت نمی‌شوند: شراب‌خوار و ایمان‌آورنده به سحر و قاطع رحم» (بحار الانوار، ج: ۸، ۱۲۹).



- منابع بسیار مفیدی که در نگاشتن فصل دوم این کتاب از آن‌ها بهره گرفته شد:
۱. حسینی، داوود، ۱۳۸۶، روابط سالم در خانواده، قم: بوستان کتاب.
 ۲. شرفی، محمدرضا، ۱۳۸۹، خانواده متعادل، تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
 ۳. طباطبایی، سیدمحمدرضا، ۱۳۹۱، چهل درس زندگی برای زنان و شوهران، قم: بوستان کتاب.

کتابنامه

قرآن کریم.

بستان، حسین، ۱۳۹۰، اسلام و تفاوت‌های جنسیتی، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.

پایدار، ابوالقاسم، ۱۳۷۶، نهج الفصاحه، تهران: جاویدان.

چراغی کوتیانی، اسماعیل، ۱۳۸۸، خانواده، اسلام و فمینیسم، قم: مؤسسه امام خمینی علیه السلام.

حر عاملی، محمدبن‌حسن، ۱۴۱۶ق، وسائل الشیعه الی تفصیل مسائل الشریعه، قم: مؤسسه آل‌البیت لاحیاء التراث.

ریاحی، غلامحسین، ۱۳۷۵، رمز و راز دنیای کودکی، تهران: اشراقیه.

ساروخانی، باقر، ۱۳۸۶، مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی خانواده، تهران: سروش.

سالاری‌فر، محمدرضا، ۱۳۸۷، خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی، تهران: سمت.

سگالن، مارتین، ۱۳۷۵، جامعه‌شناسی تاریخی خانواده، ترجمه حمید الیاسی، تهران: مرکز.



علاسوند، فریبا، ۱۳۹۰، زن در اسلام، قم: دفتر مطالعات و تحقیقات زنان.
کازنو، ژان، ۱۳۸۷، جامعه‌شناسی وسایل ارتباط جمعی، ترجمه محمدباقر
ساروخانی، تهران: اطلاعات.

کلینی، محمدبن یعقوب، ۱۳۶۵، الکافی، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
گاردنر، ویلیام، ۱۳۸۸، جنگ علیه خانواده، ترجمه محمدی، قم: دفتر مطالعات
و تحقیقات زنان.

مجلسی، محمدباقر، ۱۴۰۴ق، بحار الانوار، بیروت: مؤسسه الوفاء.
محمدی ری شهری، محمد، ۱۳۸۶، میزان الحکمه، قم: دارالحدیث.
نوری طبرسی، حسین بن محمدتقی، ۱۴۰۱ق، مستدرک الوسائل و مستنبط
المسائل، قم: مؤسسه آل البيت لاحیاء التراث.

شاید امروزه نیاز بسیاری از زوجین جوان توانمندسازی در عرصه تعامل با یکدیگر و ارتقای آگاهی آنان در زمینه مناسبات زناشویی و خانوادگی باشد. اینکه حقوق متقابل و تکالیف آنها در برابر یکدیگر چیست و چگونه به بهترین نحو وظایف خود را در قبال یکدیگر انجام دهند و یا اینکه چگونه فضای اخلاقی و عاطفی مناسبی را بر روابط خود حاکم کنند و...

برای یافتن پاسخ این سوالات، خواندن این کتاب به همه زوجین توصیه می‌گردد.