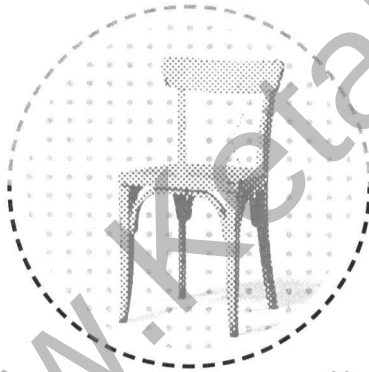
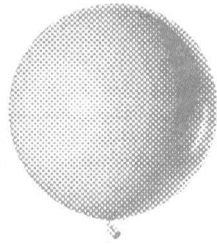


۲.۸۷.۵۵

بِهْ نَامِ خُداوند
بُخْشَنْدِه و مَهْرَبَان



قصر حُباب

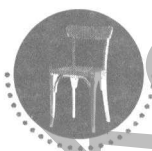
[بررسے ۳ باور منطق و غیر منطق در رابطہ]

سید مہدی طباطبائی فرہ فرشتہ ایزدی، علی خسروی

۸۱	۷۲	۶۳	۵۴	۴۵	۳۶	۲۷	۱۸	۹	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰	۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰	۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵	۴۶	۴۷	۴۸	۴۹	۵۰	۵۱	۵۲	۵۳	۵۴	۵۵	۵۶	۵۷	۵۸	۵۹	۶۰	۶۱	۶۲	۶۳	۶۴	۶۵	۶۶	۶۷	۶۸	۶۹	۷۰	۷۱	۷۲	۷۳	۷۴	۷۵	۷۶	۷۷	۷۸	۷۹	۸۰	۸۱	۸۲	۸۳	۸۴	۸۵	۸۶	۸۷	۸۸	۸۹	۹۰	۹۱	۹۲	۹۳	۹۴	۹۵	۹۶	۹۷	۹۸	۹۹	۱۰۰
----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

سرشناسه: طباطبایی فر، سیدمهدی
 عنوان: قصر حبایی: [بررسی ۳۰ باور منطقی و غیر منطقی در رابطه]
 تکرار نام پدیدآور: نویسندگان سیدمهدی طباطبایی فر، فرشته ایزدی، علی خسروی
 مشخصات نشر: قم: عصر صادق، ۱۳۹۸
 مشخصات ظاهری: ۱۸۰ ص.
 ISBN 978-622-96521-8-3
 بهاء ۲۹۰۰۰۰ ریال:

وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 یادداشت: عنوان دیگر: بررسی ۳۰ باور منطقی و غیر منطقی در رابطه
 یادداشت: کتابنامه
 موضوع: ارتباط بین اشخاص
 موضوع: زناشویی - جنبه های روانشناسی
 موضوع: زن و شوهر - جنبه های روانشناسی
 شناسه افزوده: ایزدی، فرشته
 شناسه افزوده: خسروی، علی
 رده بندی کنگره: ۱۳۹۸، ۶۲ ق / ۷۳۴ HQ
 رده بندی دیویی: ۸۱ / ۳۰۶
 شماره مدرک: ۵۷۷۶۱۵۹



قصر حبایی

سیدمهدی طباطبایی فر فرشته ایزدی / علی خسروی	• نویسندگان
عصر صادق	• ناشر
سعید صفارزاد محمدصادق زارع	• گرافیک و طراح جلد
اول / زمستان ۹۸	• ناظر چاپ
۱۰۰۰ نسخه	• نوبت چاپ
۳-۸-۹۶۵۲۱-۶۲۲-۹۷۸	• شمارگان
۲۹۰۰۰ تومان	• شایک
@tabatabaifar @arva_izadi @s.a.khosravi	• قیمت
	• ارتباط با نویسندگان از طریق اینستاگرام

کلیه حقوق برای مؤلف محفوظ است





تقدیم به ...

پیام آورانِ

عشق و

مهربانی



فهرست ...



۱۳	مقدمه	
۱۷	اهمیت رابطه و نقش باورها	
۲۷	زن و شوهر؛ بهترین دوست هم	۱
۳۱	گرمای عشق واقعی؛ زمینه ساز ازدواج خوب	۲
۳۵	اقرار به احساس گناه	۳
۳۹	همه کارها در کنار هم	۴
۴۵	آغاز امیدوارانه یا ناامیدانه	۵
۴۹	تلاش همیشگی برای حفظ ازدواج	۶
۵۳	ازدواج شاد با اعتماد کامل همسران به هم	۷
۵۹	ارضای نیاز همسر؛ مشخصه همسر خوب	۸
۶۳	ازدواج خوب یعنی بی خیالی و گذشت زن و شوهر	۹
۶۷	مهم نپنداشتن رفتار همسر با خانواده اش	۱۰
۷۱	کارهای منزل با زن، وظایف بیرون با شوهر	۱۱
۷۵	تولد فرزندان؛ عامل بهبود رابطه زناشویی	۱۲
۸۱	ازدواج؛ شراکت نصف - نصف	۱۳
۸۵	ازدواج؛ پل رسیدن به خواسته ها و آرزوها	۱۴
۸۹	هرچه صمیمیت بیشتر، تعارض کمتر	۱۵
۹۳	درک افکار و احساسات هم به صورت خودکار	۱۶
۹۹	ازدواج ناشاد، بهتر از طلاق	۱۷
۱۰۵	رشد و پیشرفت برای شوهر یا زن؟	۱۸
۱۱۳	ارتباط تمام وقت؛ بهترین ارتباط؟	۱۹

۱۱۹	حل اختلافات دوران نامزدی بعد از ازدواج	۲۰
۱۲۳	زنده کردن عشق از دست رفته	۲۱
۱۲۹	رابطه رقابت بین زن و شوهر با شور و شوق در زندگی	۲۲
۱۳۳	تلاش همسران برای ساختن انسانی بهتر	۲۳
۱۳۷	جذب افراد متفاوت و حتی متضاد به هم	۲۴
۱۴۳	از خودگذشتگی و تعهد؛ حلال تمام مشکلات	۲۵
۱۴۹	رفع مشکل تنهایی و دلتنگی با ازدواج	۲۶
۱۵۵	رابطه اخلاق با مهارت های ارتباطی در زندگی زناشویی	۲۷
۱۵۹	تمایل به تغییر رفتار، بعد از ازدواج	۲۸
۱۶۳	کم نشدن عشق های رؤیایی و واقعی بعد از ازدواج	۲۹
۱۶۹	پختگی و بلوغ اجتماعی یعنی تأثیر نگرفتن از همسر	۳۰
۱۷۳	سخن آخر	
۱۷۶	پرسشنامه	
۱۷۸	منابع	

نظرات اساتید درباره این کتاب... ❖

هرمز شجاعی مهر

(صاحب امتیاز و مدیرمسئول مجله خانواده سبز، مجری برنامه سیمای خانواده)

خداوند بزرگ در بدو تولد زیباترین و باشکوه‌ترین هدیه را به ما تقدیم کرد. این جهان هستی که از زندگی در آن لذت می‌بریم، جهانی که اساس خلقتش را با عشق نهاد و خانواده‌ای که بر محور محبت و عاطفه و احترام به ما می‌آموزد که چگونه به دیگران عشق بورزیم و عاشقانه زندگی کردن را تجربه کنیم. نعمت بزرگ ما در زندگی خانواده است. هویت و شخصیت ما در آن شکل می‌گیرد و پایه و اساس جایگاه اجتماعی ما در آن ساخته می‌شود. از پدر و مادر به عنوان اولین قهرمانان زندگی مان می‌آموزیم که چگونه انسانی باشیم؟

چگونه انسانی باشیم تا از زندگی مان یک اثر هنری بسازیم که دیگران از تماشایش لذت ببرند و بهره‌مند شوند یا آنچنان مشغول به حساب و کتاب زوایای پنهان و تاریک زندگی شویم که از دیگران حتی از خودمان هم غافل شویم:

تو اول بگو با کیان زیستی من آنکه بگویم که تو کیستی
انسان‌های موفق در خانواده‌های پاک و معتقد و در یک کلام،
خانواده‌های عاشق تربیت می‌شوند. پس باید بخوانیم و بدانیم
و آگاهانه فرزندان مان را تربیت کنیم...

از افلاطون حکیم پرسیدند: «تربیت از چه سنی آغاز میشود؟»
گفت: بیست سال قبل از تولد...!!!

و این گفته نغز اهمیت آگاهی را در خانواده‌ها نشان می‌دهد.
کتاب حاضر دریست به بسوی شهری که همه آنچه را که باید به
عنوان یکی از افراد خانواده بدانیم به ما هدیه می‌کند. برای داشتن
خانواده‌ای خوشبخت، ابتدا باید بدانیم که خوشبختی و سعادت در
خانه و خانواده کوچک ماچه تعریفی دارد؟ و چگونه می‌توانیم احساس
سرزندگی و نشاط را در افراد خانواده ایجاد کنیم. به امید آنکه در داشتن
خانواده‌ای عاشق موفق باشید...

دکتر سید کمال الدین طباطبائی

(مشاور و روانشناس، استاد دانشگاه، مدیر مرکز مشاوره زندگی عاقلانه، قم)

باورهای صحبت شده در این کتاب برای تمامی افراد، نه برای پیش از شروع رابطه، که برای پس از ازدواج نیز مناسب و مفید است. در مشاوره‌ها مراجعانی را می‌بینیم که بعد از سال‌ها زندگی مشترک دچار توقعات غیرمنطقی هستند؛ این کتاب سهم بزرگی در تصحیح توقعات غلط در چنین روابطی دارد. توقعاتی که خود باعث تنش شده و جز با اصلاح خواسته‌های غیر واقع‌بینانه، حل شدنی نیست. با مروری بر فهرست این کتاب، متوجه می‌شوید که چقدر محتوای آن متناسب با نیاز شما تدوین شده است. قدر به یقین ازدواج مهم‌ترین انتخاب زندگیست و موفقیت در این انتخاب نیاز به آگاهی دارد. هرچقدر این اطلاعات مبتنی بر توصیه‌های غیرعلمی و آداب و رسوم غلط باشد ما را به سمت شکست هدایت کرده و طبعاً دانش درست می‌تواند شیرینی طعم شادکامی در ازدواج را افزایش دهد. آگاهی لازم همراه با احساس سالم می‌تواند یک رابطه لذت‌بخش را رقم بزند. این کتاب مبتنی بر این دیدگاه سعی کرده در قالب علمی به شما کمک کند باورهای درست را جایگزین باورهای غلط کرده تا بتوانید شانس خوشبختی را تقویت نمایید. مطالعه این کتاب را به همه کسانی که می‌خواهند یک رابطه خوب را تجربه کنند توصیه کرده و تاکید می‌کنم مرور چندباره آن می‌تواند باورهای منطقی را در ذهن حک کرده، به طور ناخودآگاه به سمت انتخاب‌های کارآمد سوق دهد. امیدوارم از مطالعه کتاب لذت برده و خوشبختی را در عالی‌ترین شکل ممکن تجربه کنید.

دکتر زینت سادات میرغفوریان

(مشاور و روانشناس، استاد دانشگاه، مدیر مرکز مشاوره و خدمات روانشناختی فصل زندگی، تهران)

در زندگی همه انسان‌ها موضوعات خاصی وجود دارد که باعث می‌شود افراد، با آن موضوع به صورت ویژه برخورد کنند. این موضوعات مربوط به دانسته‌های پیشین افراد است که معمولاً متأثر از خانواده، محیط،

جامعه و فرهنگ رایج است و افراد درباره درستی یا نادرستی آن ذهنیتی ندارند. یکی از آن موضوعات مهم، مسئله روابط زوجین در فرایند ازدواج و پس از آن است. کتاب حاضر به دقت و درستی از منظر روانشناسی به این پیش فرض ها پرداخته و باورهای غلط را از درست تفکیک می کند. مهمترین نکته ای که در این کتاب وجود دارد، آموزشی است که به افراد می دهد تا با توانمندسازی خود بتوانند باورهای نادرست را به چالش کشیده و در بالاترین سطح از پذیرش، آنها را مدیریت کنند. مسلماً خواندن این کتاب می تواند کمک شایان و درخوری برای رقم زدن ایده آل های خوب و مفید در زندگی باشد.

دکتر مجتبی امین زاده

(روانپزشک، متخصص اعصاب و روان و مشاور)

بسیاری از قدیمی ها با این باور و باورهای نادرست دیگری مثل " با لباس عروس برو و با کفن بیا " آشنا هستند که نشان از چشم و گوش بسته وارد زندگی شدن داشت که با عصر دیجیتال که عصر انفجار اطلاعات است، قابل پذیرش و دفاع نیست. اساساً، باورهای نادرست مثل یک ویروس کشنده، سبب نابودی روابط زناشویی می شود. مثل یک سم کشنده سبب فلج شدن زندگی و نهایتاً مثل یک نقشه نادرست سبب آدرس اشتباهی، گمراه شدن و از هم پاشیدگی اساس زندگی و طلاق و جدایی می شود. کتاب قصر حبایی، با نگاهی نو و نثری روان و روانشناسانه، متبحرانه و موشکافانه و علمی به باورهای نادرست زناشویی که سبب رنج و عذاب روحی و روانی برای زوجین و ایجاد آشفتگی های هیجانی و مشکلات وسیع زناشویی و حتی طلاق و جدایی می شود، پرداخته است و همچون یک نقشه راه درست و قطب نما، کشتی خانواده را به سرمنزل مقصود که همان ساحل خوشبختی و سعادت است، رهنمون می سازد. این کتاب با شناخت و آگاهی دادن به زوجین به آنها کمک می کند که کاخ باشکوه و مجلل آرزوهای خود را بنا کنند. مطالعه و مهمتر از آن بکاربردن و عملی کردن بند بند نکات علمی این کتاب را به دختران و پسرانی که در شرف ازدواج هستند و زنان و مردان کشورم توصیه می کنم.

دکتر بهزاد تریوه

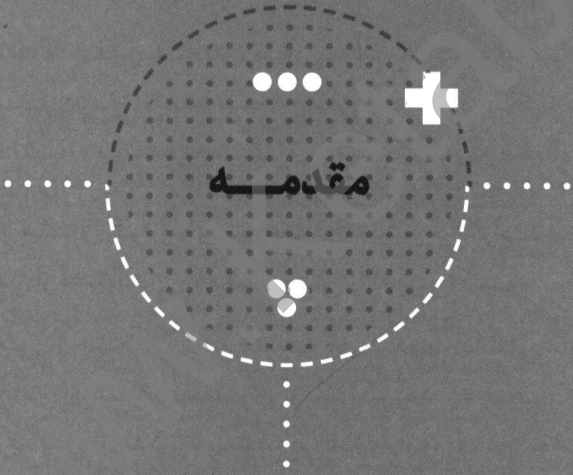
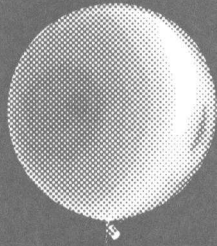
(مشاور و روانشناس، استاد دانشگاه، مدیر دفتر مشاوره و خدمات روانشناختی بهراز، تهران)
باورها مبین سطح افکار، سلامت رفتار و پختگی شخصیت مان هستند. مطالعه این اثر، شخصیت را در زندگی زناشویی ارتقاء داده و شیرینی یک رابطه سالم «با توقعات سالم» را به خواننده می‌چشاند.

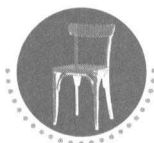
دکتر فاطمه نیک‌پور

(مشاور و روانشناس، مدیر مرکز روانشناسی و مشاوره آرامینتا، تهران)
توجه به اختصار بیان، با ادبیاتی روان، و از آن طرف پشتوانه علمی این کتاب، بهانه‌ای برای کنار گذاشتن آن نمی‌گذارد. آگاهی در خصوص تعدیل باورها و توقعات از یک رابطه، ما را از آسیب‌های بسیاری مصون می‌دارد. به تمام همکاران روانشناسم پیشنهاد می‌کنم در خصوص مشاوره پیش از ازدواج، این کتاب را به همگان توصیه نمایند.

دکتر سید مهدی بهشتی

(مشاور، مدیر مرکز مشاوره روانشناختی عطرزندگی، تهران)
خانواده بنیان مقدسی است که همواره در طول تاریخ انسان‌های بزرگ در پی پاسداشت آن و نگاهداشت آن بوده‌اند. تقویت این بنیان مقدس جز با آگاهی بخشی و مهارت‌افزایی توسط مشاوران دلسوز و کاردان این عرصه محقق نخواهد شد. این کتاب کوشش شایسته‌ای است در راه تعلیم و تربیت و پرورش دهنده حس مهرورزی و عشق در راستای بنا و نگهداری مطلوب بنیان خانواده.
از پروردگار مهربان تقاضا داریم همه فعالان این عرصه را موفق بدارد.





چرا باید این کتاب را بخوانیم؟

در این سال‌ها، برگزاری جلسات متعدد مشاوره با همسران، ما را مشتاق کرد برای سرعت بخشیدن به فرایند مشاوره، برخی از محتواهای کمک آموزشی را تدوین کنیم.

یکی از مشکلاتی که متوجه آن شدیم، داشتن باورها و توقعات غیرمنطقی همسران از یکدیگر بود که منجر به تنش و نارضایتی از زندگی مشترک می شد. از این رو، مجموعه‌ای از این باورها را در این کتاب تدوین کردیم تا بتوانیم به افراد کمک کنیم به جای دل بستن به قصری حبابی، در پی ساختن رابطه‌ای واقعی باشند.

تقریباً تمام افرادی که در سمینارهای ما حضور داشتند، نتوانستند پاسخ درست و کاملی به خودآزمایی باورهای منطقی در ازدواج بدهند. این نتیجه طبیعی بود؛ چون وقتی محتوای این کتاب را در کارگاه‌ها و سمینارهای مختلف ارائه می دادیم،

متوجه شدیم بسیاری از افراد جامعه، حتی تحصیل کرده‌ها، درگیر باورهای ناکارآمدی دربارهٔ روابط عاطفی می‌باشند. با اینکه در بعضی از کتاب‌ها در مورد باورهای درست و غلط صحبت شده، با خود گفتیم سی باور چالش برانگیزی را که معمولاً افراد با آن سرو کار دارند، انتخاب کرده، با شما در میان بگذاریم.

اگر زیاد حوصله کتاب خواندن ندارید، نگران نباشید! این کتاب برای شماست. به هر باور، حدود دو تا چهار صفحه مختصر و مفید پرداخته شده و شما، فقط با صرف ده دقیقه می‌توانید یک فصل از کتاب را مطالعه کنید.

این کتاب برای هر کسی که بخواهد رابطه عاطفی سالم و موفق را تجربه کند، مفید است؛ چون کمک می‌کند رابطه خود را بر اساس واقعیت‌ها مدیریت کند، نه بر اساس برداشت‌های اشتباه از برخی آموزه‌های نادرست که در جامعه رواج دارد.

در این کتاب باورهای خود را بررسی می‌کنید. شاید فکر کنید زن و شوهر باید بهترین دوست هم باشند یا ازدواج، شراکتی برابر است، یا اینکه خیلی از مشکلات، با رفتن زیر یک سقف حل خواهد شد. ممکن است برای ازدواج نیاز به اعتماد کامل دوطرفه داشته باشید، یا فکر کنید فقط عشق واقعی باعث ازدواج موفق می‌شود، دلتان بخواهد ازدواج کنید تا دیگر تنها نباشید. این‌ها، باورهایی است که در این کتاب به بررسی آن می‌پردازیم.

اگر هنوز شک دارید که این کتاب مفید است یا خیر، بهتر است بدانید محتوای این کتاب محصول آخرین یافته‌های

پژوهشی و از همه بالاتر تجربه ما در اتاق‌های مشاوره و شنیدن
سخنان مراجعان و با در نظر داشتن ملاحظات فرهنگی جامعه
خودمان نگاشته شده است.

www.Ketab.ir