

پندهای پیوند

نکته‌های خوشبختی در زندگی مشترک با تأکید بر اسلام و
احادیث زیبایی در مورد اخلاق همسران و روابط زناشویی

*
مرضیه فرجیان شوستری



نشر صفار

سرشناسیه: فرحیان شوشتری، مرضیه، ۱۳۵۰ - عنوان و نام پدیدآور:
 پندهای پیوند: نکته‌های خوشبختی در زندگی مشترک با تأکید بر اسلام
 و احادیث زیبایی در مورد اخلاق همسران و روابط زناشویی/ نویسنده
 مرضیه فرحیان شوشتری، مشخصات نشر: قم: نهاد نمایندگی مقام معظم
 رهبری در دانشگاه‌ها، دفتر نشر معارف، ۱۳۹۸. مشخصات ظاهری: ۶۴ ص:؛
 ۲۱×۱۴/۵ س.م. سایه: ۱-۳۶-۵۳۱-۹۶۴-۹۷۸ وضعیت فهرست‌نویسی: فیفا
 داده‌اشت: گمانیه: ص. ۶۳ - ۶۴، عنوان دیگر: نکته‌های خوشبختی در
 زندگی مشترک با تأکید بر اسلام و احادیث زیبایی در مورد اخلاق همسران و
 روابط زناشویی، موضوع: زناشویی (اسلام) موضوع: Marriage -- Religious
 aspects -- Islam -- Hadiths موضوع: زناشویی (اسلام) -- احادیث موضوع: Marriage
 in the Qur'an موضوع: Marriage in the Qur'an موضوع: زناشویی در قرآن
 معظم رهبری در دانشگاه‌ها، دفتر نشر معارف رده‌بندی دیگر: ۵/۵-۲۵۸۱
 شابک: ۲۹۷/۷۲۵ شماره گنجینه‌شناسی ملی: ۵۹۶۷۸۳۴



نشر معارف

پندهای پیوند

نویسنده: مرضیه فرحیان شوشتری ناشر:
 دفتر نشر معارف طراح جلد: محمدحسین
 مؤیدی صفحه‌آرا: حسین قاسمیان نوبت چاپ:
 اول، زمستان ۱۳۹۸ شمارگان: ۱۵۰۰ نسخه
 قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان شابک: ۱-۳۶-۵۳۱-۹۶۴-۹۷۸

دفتر نشر معارف قم، خیابان شهدا، کوچه ۲۲، شماره ۲، تلفن و نمابر: ۰۲۵-۲۷۷۲۰۰۰۴

مراکز پخش:

مدیریت پخش قم، شرکت پاتوق کتاب، تلفکس: ۰۲۵-۳۱۰۷۷

اطلاع از نمایندگی‌های سراسر کشور در سایت دفتر نشر معارف

www.nashremaaref.ir + E-mail: info@nashremaaref.ir

 NashreMaaref 

کتاب حقوق برای ناشر محفوظ است.



*

تقدیم به ... |
پیامبر مهربان خدا، حضرت نبی اکرم، محمد مصطفی ﷺ
امیرالمؤمنین، علی بن ابیطالب و حضرت فاطمه زهرا علیها السلام
امام حسن مجتبی و امام حسین علیهما السلام

*

فهرست

پیشگفتار	۹
نکات پیوند شاداب و پایدار	۱۲
۱- قدر باهم بودن را بدانید و از لحظات زندگی زناشویی لذت ببرید	۱۳
۲- بخاطر داشته باشید هیچ ازدواجی بدون نقص نیست	۱۴
۳- بنای دوستی با هم را محکم بگذارید	۱۵
۴- تا جایی که می‌توانید به همسرتان بگویید دوستش دارید	۱۶
۵- دخالت‌های اطرافیان را محدود کنید	۱۶
۶- فاصله کوتاه، قلب‌ها را نزدیک‌تر و مشتاق‌تر می‌کند	۱۷
۷- شما قرار است مکمل یکدیگر باشید	۱۸
۸- واقع‌بین باشید و نیاز یکدیگر را درک کنید	۱۹
۹- به همان اندازه که دوست دارید در یک رابطه دریافت‌کننده باشید، دهنده باشید	۱۹
۱۰- در مورد مسائل مختلف جنسی صحبت کنید	۲۱
۱۱- هدایای کوچک و عاشقانه اثرات بلندمدت دارند	۲۱
۱۲- همواره خود را در رفتار با یکدیگر، جای طرف مقابل قرار دهید	

- ۲۲ ۱۳- علایق و فعالیت های مشترک زیادی پیدا کنید
- ۲۳ ۱۴- از موفقیت های همدیگر احساس غرور کرده و همدیگر را از ته دل تحسین کنید
- ۲۴ ۱۵- اگر لازمه رسیدن به اهدافتان ادامه تحصیل یا کار کردن است، صبری کنید
- ۲۵ ۱۶- از داشته های خود رضایت حاصل کنید تا عزت نفس بیابید
- ۲۶ ۱۷- مشکلات را چالش هایی ببینید که باید بر آن فائق آید
- ۲۷ ۱۸- بعضی مطالب و خواهش ها نباید مستقیم گفته شود
- ۲۸ ۱۹- با یکدیگر صادق و روراست باشید
- ۲۸ ۲۰- مهربان باشید
- ۲۹ ۲۱- قدرت بخشیدن داشته باشید تا از طرف همسران نیز بخشوده شوید
- ۳۰ ۲۲- کمتر از طعنه و کنایه استفاده کنید، و سعی کنید تا کمتر غر بزنید و شکایت کنید
- ۳۱ ۲۳- از شوخی و شوخ طبعی به صورتی درست و غیرمخرب استفاده کنید
- ۳۱ ۲۴- مثبت نگار باشید تا زمانی که عکس آن ثابت شود
- ۳۲ ۲۵- به اعمال همسران اعتماد کنید
- ۳۳ ۲۶- روابط رو به رشد، باعث پیشرفت، خودباوری، شکوفایی خلاقیت ها و تکامل افراد می شود
- ۳۴ ۲۷- در فعالیت های سالم فیزیکی شرکت کنید
- ۳۴ ۲۸- خطر زخم خوردن را بپذیرید
- ۳۵ ۲۹- همسر خود را در انظار دیگران خوب نشان دهید و عزیز کنید
- ۳۶ ۳۰- از حرف زدن و گوش دادن به هم لذت ببرید
- ۳۷ ۳۱- خانواده های همدیگر را با وجود اشکالاتشان، دوست بدارید
- ۳۷ ۳۲- ناکامی هایتان را سر همسران پیاده نکنید
- ۳۸ ۳۳- به جای حق به جانب بودن، شاد باشید
- ۳۹ ۳۴- احساسات منفی خود را کنترل کنید
- ۴۰ ۳۵- بر بحث و جدل ها غلبه کنید و آن ها را فتیله پیچ کنید

۴۱	۳۶- مهارت‌های زندگی را برای رسیدن به نتایج دلخواه فرابگیرید
۴۱	۳۷- همت و پشتکار داشته باشید
۴۲	۳۸- مسئولیت‌پذیر باشید و مسئولیت تصمیمات و رفتارهای خود را بپذیرید
۴۲	۳۹- عشق و احساس‌تان را به جنب و جوش درآورید
۴۳	۴۰- از ضعف‌های خود مطلع بوده و برای تغییر، تلاش مؤثر نشان دهید
۴۴	۴۱- اعتماد به نفس طرفتان را بالا ببرید
۴۵	۴۲- از انتقاد به طور هوشمندانه‌ای استفاده کنید
۴۵	۴۳- عادات بد خود را ترک کنید
۴۶	۴۴- خصوصیات اخلاقی که برای همسران آزار دهنده است را اصلاح کنید
۴۷	۴۵- اما به امید تغییر همسران نباشید
۴۸	۴۶- حرف‌های ناگفته را بگویید
۴۸	۴۷- همسر خود را با دیگران مقایسه نکنید
۴۹	مرور نکات مهم:
۵۱	احادیث اخلاقی همسران نسبت به یکدیگر
۵۱	الف) اخلاق شوهر نسبت به همسر
۵۶	ب) اخلاق زن نسبت به شوهر
۶۲	سخن پایانی
۶۳	فهرست منابع

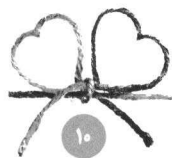
پیشگفتار

ازدواج یک عهد پاک بین زن و مرد است که رابطه‌ای متقابل را می‌طلبد و چنانچه بایدها و نبایدهای زندگی همسران جدی گرفته نشوند روابط طرفین زشت و تیره می‌شود، و زیبایی و درخشانی عهد طرفین از زندگی رخت می‌بندد.

رابطه بین زوجین رابطه‌ای از جنس رابطه پدر یا مادر نیست. اینطور نیست که همسر (چه زن و چه مرد) مجبور باشد در هر صورتی به طرف مقابل احترام بگذارد و محبت و مهربانی خود را نثار وی کند؛ در این رابطه، هر شخص به همان اندازه که تلاش برای رفتار و کردار محبت‌آمیز دارد، منتظر رفتار مهربانانه است؛ البته بعضی افراد تا مطمئن نشوند که ابراز علاقه طرف مقابل، ظاهرسازی نبوده و سرچشمه از عشق واقعی می‌گیرد، محبت خود را بروز نمی‌دهند؛ اما نباید بگذاریم برای ابراز عشق دیر شود و همسرمان از تلاش بیهوده خسته شود. نقش دو نفری که با هم عهد زناشویی می‌بندند، به شدت در استحکام آن زندگی مؤثر است به معنای دیگر، زن در کانون خانواده، نقشی محوری داشته و می‌تواند با درایت، مدیریت و محبت خود خانواده‌اش را به درجه‌ها و قله‌های رفیع سعادت برساند و یا این

زندگی را که یک رکن پایه گذارش خود او بوده را به ذلت، بدبختی، رکود و آشوب بکشد؛ از طرفی مرد نیز که خود از روزهای اول خواستار این زندگی بوده و با اشتیاق فراوان پا به این زندگی نهاده نیز، نقش خاص دارد و می‌تواند با دقت در روابط بیرون و درون خانه عشق و معرفت خود را نثار زن ایده‌آل خود کرده و چشم خود را به غیر او بیند؛ اینجاست که زوجین اگر اسیر روزمره‌گی‌های زندگی شوند و اهداف بلندمدت زندگی خود را فراموش کنند شکست خواهند خورد، تلاش برای زندگی را رها کرده، مسئولیت‌های زندگی را به دوش دیگری نهاده، در تصمیم‌گیری‌ها خودرأی می‌شوند و اصل مشورت و عمل به فکر صحیح را فراموش کرده و در نهایت فرد مقابل را در ایجاد مودت، سکون و آرامش در خانواده تنها می‌گذارند.

به بیان دیگر، در رابطه منجر به شکست، مرد و زن فقط وظایف عادی زندگی را بدون هیچ محبتی به یکدیگر تقبل می‌کنند و یا حتی ناقص انجام می‌دهند؛ در این بین، همسران از عهد عاشقانه‌ای که در روز عقد بسته بوده غافل شده و با غرور جوانی و رفتارهای بچه‌گانه زندگی زیبا و نوپای خود را به جهنمی تبدیل کرده، وظایف خود را به یکدیگر واگذار می‌کنند و عملاً تفاهم و تعادل و همدلی که ارکان بزرگ خانواده هستند، انجام نمی‌دهند و این زندگی ابتزو ناقص رها می‌گردد؛ غافل از اینکه اگر آن تعاملی که اسلام از زن و شوهر خواسته رعایت شود و هر دو با همدلی و با همان نیتی که در آغاز عقد نکاح و به جهت تشکیل یک خانواده گرم و صمیمی برنامه‌ریزی کرده بودند، زندگی اسلامی خود را درست و برپایه اصول اسلامی آن و با گذشت و فداکاری انجام دهند، خوشبختی به سراغشان می‌آید.



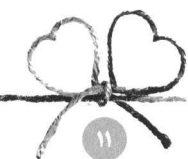
در مورد مطالب کتاب نکاتی لازم به ذکر است که در اینجا می‌آوریم:

۱- از آنجا که اخلاق یک مجموعه رفتار کاملاً به هم پیوسته است، لذا طبیعی است که مطالب گفته شده در اینجا با یکدیگر همپوشانی داشته باشد.

۲- مسئله دیگر اینکه نکات بیان شده، خطاب به هر دو طرف یک رابطه و دوسویه است؛ بنابراین احادیث مربوط به اخلاق مرد یا زن را جداگانه و در فصلی دیگر آورده‌ایم تا باعث جبهه‌گیری خانم یا آقا نشود؛ بدین‌سان توصیه‌ها را خطاب به جنس خاصی در نظر نمی‌گیرند و همگام و همراه یکدیگر به پیش می‌روند.

پیشنهاد می‌شود، نکات کوتاه اخلاقی مشترک در زندگی و مزین شده به آیات و روایات ائمه معصومین (علیهم‌السلام)، با همراهی همسران یا به تنهایی امتحان کنید و از تأثیرات خوب آن بهره‌مند شده و لذت ببرید (البته از افراط و تفریط در هر یک از این موارد نیز بپرهیزید)؛ تمرین و ممارست در اجرای این نکات جادویی در خانواده زمان بر است و باید هر کدام را طی یک دوره زمانی اجرا نموده و در خانواده نهادینه کرد؛ البته باید به اندازه عشق و علاقه‌ای که باعث ایجاد این پیوند زیبا گردیده، در انجام و تکرار این موارد ممارست کرد و از ادامه دل‌سرد نشد چرا که هیچ زن و شوهری نمی‌توانند یک روزه به عشق ابدی و جاودانه برسند و نیز نمی‌توانند در کشاکش سختی‌ها و گذر از مشکلات و پستی بلندی‌های مسیر زندگی، به جای مطلوب و سرانجام دلخواه برسند.

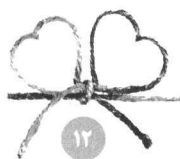
در ابتدای مطالب، آیه‌ای از قرآن کریم را که برای تحکیم زندگی



زناشویی آمده، یادآور می‌شویم: «قُلْ لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ...» به (مردان) مؤمنان بگو چشم‌های خود را (از نگاه به نامحرمان) فرو گیرند، و فروج خود را حفظ کنند، این برای آنها پاکیزه‌تر است، خداوند از آنچه انجام می‌دهید آگاه است؛ و به زنان با ایمان بگو، چشم‌های خود را (از نگاه هوس‌آلود) فرو گیرند، و دامان خویش را حفظ کنند، و زینت خود را جز آن مقدار که ظاهر است آشکار ننمایند، و (اطراف) روسری‌های خود را بر سینه خود افکنند (تا گردن و سینه با آن پوشانده شود) و زینت خود را آشکار نسازند مگر برای شوهرانشان^۱...

نکات پیوند شاداب و پایدار

- ۱- قدر باهم بودن را بدانید و از لحظات زندگی زناشویی لذت ببرید
- زن و شوهر خوشبخت، همیشه بهترین دوست یکدیگر هستند.^۲ دوست دارند با هم خوش بگذرانند و با هم کار کنند. شما کاملاً مسئول رابطه‌تان هستید. نباید فکر کنید حال که ازدواج کرده‌اید، محصور در یک زندگی ملال آور شده‌اید. به خاطر داشته باشید که این زندگی روزی آرزوی شما بوده است. نباید خود را یک قربانی به حساب آورید و فکر کنید که در رابطه همسری زجر می‌کشید و طرف رابطه‌تان همانی نیست که می‌خواهید.



۱. رک: ترجمه فولادوند، ج ۱، ص ۳۵۳.

۲. بهترین شما کسی است که در برخورد با مردم نرم‌تر و مهربان‌تر باشد و ارزشمندترین مردم کسانی هستند که با همسرش مهربان و بخشنده است.
(کنز العمال، ج ۷، ص ۲۲۵)