

۷۱ نکته کلیدی در زندگی زن‌اشویی

«رازهای همسر داری»

نویسنده و ویراستار:

دکتر مسعود هاشمی

استاد دانشگاه تربیت مدرس



سازمان اسناد و کتابخانه ملی

سرشناسه:	هاشمی، مسعود، ۱۳۳۳ - نویسنده و ویراستار
عنوان و نام پدیدآور:	۷۱ نکته کلیدی در زندگی زناشویی - نویسنده و ویراستار: مسعود هاشمی
مشخصات نشر:	تهران: فرهنگ جامع، ۱۳۸۹
مشخصات ظاهری:	۱۲۸ ص -- ۱۷×۱۱ س.م.
فروست:	رازهای همسر داری
شابک:	۵-۵۲۱۴-۶۰۰-۹۷۸ /
وضعیت فهرست نویسی:	فیا
یادداشت:	ص.ع. به انگلیسی: Masoud Hashemi. 71 Secrets in Mariage Life
عنوان گسترده:	هفتادویک نکته کلیدی در زندگی زناشویی «رازهای همسر داری»
موضوع:	روابط زن و مرد
موضوع:	زناشویی
موضوع:	زن و شوهر -- روانشناسی
شناسه افزوده:	هاشمی، محمد، ۱۳۶۳، طراح و مجری طرح
رده بندی کنگره:	HQ ۸۰۱/۵۲۴۵۷ ۱۳۸۸
رده بندی دیویی:	۳۰۶/۸۱
شماره کتابشناسی ملی:	۱۹۵۸۰۱۱

۷۱ نکته کلیدی در زندگی زناشویی «رازهای همسر داری»

■ نویسنده و ویراستار: دکتر مسعود هاشمی ■ طراح و مجری طرح: مهندس محمد هاشمی ■ لیتوگرافی: سما
 ■ چاپخانه: فراز اندیش ■ صحافی: گلستان ■ جاب اول: ۱۳۹۰ ■ شمارگان: ۵۰۰۰ ■ شابک: ۵-۵۲۱۴-۶۰۰-۹۷۸
 ■ کاپه حقوق محفوظ و متعلق به ناشر است

انتشارات فرهنگ جامع: تهران - خیابان انقلاب، روبه روی دانشگاه تهران، خیابان فخر رازی.

«خیابان لبافی نژاد»، نبش کوچه اسلامی، پلاک ۱۸۶، طبقه ۱ ■ صندوق پستی: ۱۳۱۴۵-۵۶۷

■ تلفن: ۶۶۴۹۶۹۹۷ / ۶۶۴۸۲۸۰۰ ■ تلفاکس: ۶۶۴۰۰۱۷۸

۲۸۰۰ تومان

فهرست مندرجات

۹	 پیشگفتار
۹	* ۱ تو حالا مرد شده‌ای و دیگر مجرد نیستی!.....
۹	* ۲ از او انتظار تشکر نداشته باش!.....
۱۰	* ۳ در شستن ظرف‌ها به او کمک کن!.....
۱۰	* ۴ خودت را به نادانی نزن!.....
۱۰	* ۵ با زن‌های دیگر، شوخی بی‌جا نکن.....
۱۱	* ۶ بعضی کارها را نباید فراموش کنی!.....
۱۱	* ۷ هرگز با دلخوری از هم به خواب نروید!.....
۱۴	* ۸ عادات بدت را ترک کن!.....
۱۲	* ۹ همیشه صبور باش!.....
۱۳	* ۱۰ همیشه تمیز و نظیف باش!.....
۱۳	* ۱۱ ریخت و پاش نکن و اگر کردی، خودت او نارو جمع و جور کن!.....
۱۴	* ۱۲ تو هم باید به او احترام بگذاری!.....
۱۴	* ۱۳ سعی کن گوش هم باشی، نه فقط زبان!.....
۱۵	* ۱۴ از زیر بار کارهای فنی خانه در نرو!.....
۱۵	* ۱۵ کارهای خانه فقط مربوط به او نیست!.....
۱۵	* ۱۶ بعضی از کارها در خانه وظیفه خودت است!.....
۱۶	* ۱۷ می‌دانم که تو مردی، اما کهنه بچه خیس و دست من بنده!.....
۱۶	* ۱۸ حتا به شوخی هم از زن دوم گرفتن حرف نزن!.....
۱۷	* ۱۹ به آرایش معقول او ایراد نگیر!.....
۱۷	* ۲۰ هرگز او را مسخره و کوچک نکن!.....
۱۸	* ۲۱ سعی کن با او هماهنگ باشی!.....
۱۸	* ۲۲ سیاست و ورزش را وارد زندگی زنشویی نکن!.....
۱۹	* ۲۳ هرگز ابراز فرتوتی و ناتوانی نکن!.....

۷۱ نکته کلیدی در زندگی زناشویی رازهای همسررداری ۷۱ نکته کلیدی در زندگی زناشویی رازهای

۷۱ نکته کلیدی در زندگی زناشویی رازهای همسررداری ۷۱ نکته کلیدی در زندگی زناشویی رازهای

رازهای همسررداری رازهای همسررداری رازهای همسررداری رازهای همسررداری

رازهای همسررداری رازهای همسررداری همسررداری رازهای همسررداری رازهای همسرردا

رازهای همسررداری همسررداری رازهای همسررداری رازهای همسرردا

رازهای همسررداری رازهای همسررداری داری رازهای همسرردا

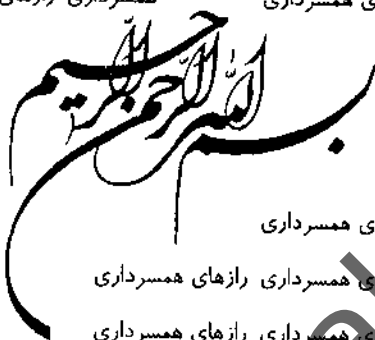
رازهای همسررداری رازهای همسررداری داری رازهای همسرردا

رازهای همسررداری رازهای همسررداری داری رازهای همسرردا

رازهای همسررداری رازهای همسررداری رازهای همسررداری رازهای همسرردا

رازهای همسررداری رازهای همسررداری رازهای همسررداری رازهای همسرردا

۷۱ نکته کلیدی در زندگی زناشویی رازهای همسررداری ۷۱ نکته کلیدی در زندگی زناشویی رازهای



تقدیم به:

به آنان که همواره خداوند را ناظر اعمال خود می‌دانند.

به آنان که اهل بخشش و بخشیدن خطاهای دیگران هستند.

به آنان که بهترین بهره‌ها را از این کتاب می‌برند.

به آنان که موجب شادی و خوشبختی همسر خود می‌شوند.

به آنان که در قلب خود را به‌روی حسادت می‌بندند.

به آنان که قلبی سرشار از عشق و امید دارند.

به آنان که موجب غصه خوردن دیگران نمی‌شوند.

به آنان که از شادی دیگران لذت می‌برند.

۲۴	* با هدایای مناسب، عشق خودتان را تقویت کنید!	۱۹
۲۵	* در مناسبت‌ها، عکس گرفتن را فراموش نکنید!	۲۰
۲۶	* بعضی کارها را باید به‌خاطر او انجام دهی!	۲۰
۲۷	* در عذرخواهی از او پیشگام باش	۲۱
۲۸	* نه به‌اون شوری شور، نه به این بی‌نمکی	۲۳
۲۹	* آداب هدیه دادن به همسر	۲۴
۳۰	* در مورد ریخت و قیافه همسرت، درست اظهار نظر کن!	۲۸
۳۱	* به سئوالات همسرت توجه کن و درست جواب بده!	۳۱
۳۲	* با همسرت مؤدب رفتار کن!	۳۳
۳۳	* کارهای مردانه داخل خانه را از او نخواه!	۳۴
۳۴	* گاهی اوقات غذا را خودت بپز!	۳۴
۳۵	* در بیرون از خانه، خودت را کنترل کن!	۳۵
۳۶	* در برخی مواقع، تو باید به‌جوری خودت را سرگرم کنی!	۳۷
۳۷	* به تعداد لباس‌ها و کفش‌هایش کاری نداشته باش!	۳۸
۳۸	* بدان که بعضی از کارها مردانه نیست!	۳۹
۳۹	* گاهی اوقات، برایش گُل بخر	۴۰
۴۰	* کار نساز، کار کن!	۴۱
۴۱	* حق او را رعایت کن!	۴۲
۴۲	* لطفاً سیگار نکش، به‌خصوص در خانه!	۴۳
۴۳	* بعضی از چیزها را باید درک کنی!	۴۴
۴۴	* بعضی اوقات فقط با او هم‌صدا بشو!	۴۵
۴۵	* انتخاب لباس‌هایت را به‌عهده همسرت بگذار!	۴۶
۴۶	* هیچ‌وقت به‌او نگو، سن تو از سن من بیشتره!	۴۸
۴۷	* با او شوخی‌های آزاردهنده نکن!	۵۰
۴۸	* مرتب به‌علت ازدواجت با همسرت فکر کن!	۵۲

۴۹	* نباید در فکر تغییر دادن همسرت باشی!	۵۴
۵۰	* سعی کن گه گاه غافلگیرش کنی!	۵۵
۵۱	* عقیده‌ات را به او تحمیل نکن!	۵۸
۵۲	* گه گاه به جاهایی که دوست دارد، ببرش!	۶۱
۵۳	* با او احساساتی باش! با او مثل یخ نباش!	۶۲
۵۴	* در مورد کنترل بچه دار شدن، باهم تصمیم بگیرید!	۶۵
۵۵	* تفریح را فراموش نکنید!	۶۷
۵۶	* با همسر خودت صادق باش!	۶۸
۵۷	* خیال نکن که در مورد همه چیز از او بیشتر می‌فهمی!	۷۰
۵۸	* اوقاتی را به تنها بودن با او اختصاص بده!	۷۱
۵۹	* به خوبی‌های همسرت فکر کن!	۷۲
۶۰	* حقیقت تلخ است، اما صداقت شیرین است!	۷۹
۶۱	* عوامل دعوای زن و مرد:	۸۰
۶۲	* با او دعوا نکن و اگر کردی، دعوا را کِش نده!	۸۵
۶۳	* توی دعوای زناشویی، برنده هم بازنده است!	۹۲
۶۴	* عشق بین خودت و همسرت را تقویت کن!	۹۲
۶۵	* بچه داشته باشید، اما نه زیاد!	۹۳
۶۶	* مشکلات را گنده نکنید!	۹۵
۶۷	* او نیز وقتی مریض شود، به پرستاری تو نیاز دارد!	۹۶
۶۸	* همین‌طور که سن شما بالاتر می‌رود، باید کامل‌تر شوید!	۹۶
۶۹	* زندگی زناشویی سخت است، لطفاً سخت‌ترش نکنید!	۹۷
۷۰	* همت داشته باش تا پول بیشتری دربیاری!	۹۸
۷۱	* اگر شما دونفر بچه دار نمی‌شوید.	۱۰۹

پیشگفتار

در این کتاب، «آداب همسررداری» با زبانی ساده و قابل درک به همراه تحلیل‌ها و تمثیل‌های مؤثر مکتوب شده است. بی‌شک زوج‌ها در همه‌سنین می‌توانند با خواندن و عمل کردن به ۷۱ نکته کلیدی مربوط به آداب زناشویی مندرج در این کتاب، زندگی زناشویی را به کام خودشان شیرین نگه‌دارند و با شیرینی روابط خودشان، برای همیشه از عشقتشان محافظت کنند. اما چه خوب است که جوان‌ها این کتاب و سایر کتب مربوط به این سری از مکتوبات نویسنده را قبل از ازدواج بخوانند تا به‌طور کامل از تمامی آداب همسرگویی و زندگی زناشویی؛ به‌خصوص روابط جنسی بین زن و شوهر مطلع شوند تا هرگز بین آن‌ها عشق کم‌رنگ نشود و بتوانند یک عمر از عشق خودشان محافظت کنند و زندگی آن‌ها همیشه سرشار از عشق و محبت بماند.

بدون استثناء، همه پسران و دخترهایی که از لحاظ جسمانی و روحی سالم‌اند، با رسیدن به سن بلوغ، تمایلات جنسی در آن‌ها ظاهر می‌شود. این تمایلات به‌طور طبیعی در آن‌ها رشد می‌کند و چون می‌دانند که فقط در پرتو ازدواج است که مجاز به بهره‌گیری آزاد و قانونی از این تمایلات هستند، لاجرم دیر یا زود وقتش می‌رسد که فرصتی مناسب را بیک بگویند و همسر خودشان را انتخاب کنند. در فرایند همسرگزینی، شخص وقتی جفت مناسبی می‌یابد، نسبت به او کشش پیدا می‌کند. این کشش ابتدا با کمی دوست‌داشتن یکدیگر شروع می‌شود و اگر مشکلی پیش نیاید، روز به روز تقویت می‌شود و بالاخره به‌نقطه اوج می‌رسد و در این حالت «عشق» نامیده می‌شود. پس علت اصلی پیدایش عشق بین زن و مرد، چیزی نیست جز علت ایجاد کشش آن دو نفر به‌سوی هم و آن کشش نیز علتی ندارد به‌جز آرزوی وصال در آن دو نفر.

زوج‌ها در تمایل خودشان برای باهم بودن، به‌دو نوع وصال می‌اندیشند: یکی وصال دل‌ها و دیگری وصال جسم‌ها. در وصال دل‌ها، هریک از آن‌ها به‌دلیل همسو یافتن دیگری با خودش، تمایل پیدا می‌کند که در ادامه راه زندگی، او را یار و غمخوار و پشتیبان خودش کند. زوج‌ها پس از شایسته‌یافتن یکدیگر از لحاظ وصال دل‌ها، به مرحله بعدی؛ یعنی وصال جسم‌ها می‌اندیشند. این‌دو لازم و ملزوم یکدیگرند؛ یعنی همان‌طور که دل‌ها باید همسو باشند تا وصال جسم‌ها میسر گردد، اگر یکی از آن‌دو بداند که پس از ازدواج، امکان وصال جسمی «یعنی نزدیکی لذت‌بخش» با شخص موردعلاقه‌اش وجود ندارد، هرگز دوست‌داشتن به‌سبب عشق و ازدواج پیشروی نخواهد کرد. پس تا این‌جا مشخص شد که جدا از تمایل همه انسان‌ها به‌داشتن یک جفت به‌عنوان یار و غمخوار و حامی خود؛ شرط انتخاب کسی به‌عنوان همسر، این است که او را از لحاظ برخوردارشدن از لذت جنسی با خودش شایسته بدانند.

بنابراین، انسان‌ها برای دستیابی به وصال دل‌ها؛ یعنی تمایلشان به زندگی کردن در زیر یک سقف به منظور پر خوردار شدن از حمایت‌های معنوی یکدیگر و نیز برای وصال جسم‌ها؛ یعنی تمایل خودشان به دفع شهوت جنسی در خود با شخصی از جنس مخالف، تصمیم به ازدواج باهم می‌گیرند. اما تا این حدود نیز به معنی موفقیت آن‌ها در امر زناشویی و زندگی مشترک نیست؛ بلکه آن‌ها حالا که به هم رسیده‌اند، باید بتوانند شایستگی‌های معنوی و جنسی خودشان را به عملاً به اثبات برسانند و شایستگی‌های لازم را در طول زندگی داشته باشند.

برخی افراد در دوره آشنایی قبل از ازدواج، از طریق خودجلوه‌دهی‌های دروغین و حرافی‌های کاذب عاشقانه، طرف مورد علاقه خودشان را فریب می‌دهند، ولی بعد از ازدواج، به دلیل رفتارها، کردارها و گفتارهای ناپسند، موجب ناراحتی و نارضایتی را در همسر خود ایجاد می‌کنند. هدف اصلی نگارش این کتاب، آشناسازی زوج‌ها و به خصوص مرد‌ها با وظایف خودشان در رابطه با همسر خود است. این وظایف اگر چه بسیار ساده و قابل درک هستند، ولی می‌بینم که عمده دلیل ایجاد کدورت‌ها بین زن و شوهرها، عدم اطلاع آن‌ها از این رازها یا کلیدها و عمل نکردن به وظایف است.

به نظر نویسنده، ازدواج بزرگ‌ترین معامله‌ای است که هر شخص بیشترین دستمایه «یعنی عمرش» را در آن سرمایه‌گذاری می‌کند. بنابراین، حتی افرادی که اهل مطالعه نیستند، اگر اهل حساب و کتاب و تجارت هستند؛ باید به این واقعیت بیندیشند که اگر در ازدواج شکست بخورند، علاوه بر خسارات عاطفی، خسارات مالی سنگینی را هم باید بپردازند. به عبارت ساده‌تر، خسارات مالی هر معامله ناموفقی را می‌توان جبران نمود، اما خسارات ازدواج ناموفق، ابتدا قابل جبران نیست. پس جادارد که همه مجربین به منظور دستیابی به همسری مطلوب و همه متاهلین، به منظور بهبود روابط خود با همسران؛ خواندن عمیق این کتاب و سایر کتاب‌های نویسنده از سری «رازهای زندگی، عشق و جادوگری» را به عنوان ضروری‌ترین، مهم‌ترین و سودبخش‌ترین سرمایه‌گذاری طول زندگی‌اشان تلقی کنند. البته کتاب در خصوص آداب جنسی و زناشویی فراوان است. اما ضرورت خواندن این سری از کتاب‌های نویسنده توسط عموم مردم، در این است که این کتاب‌ها دربردارنده تجارب صدها دانشمند؛ به علاوه تجارب منحصر به نویسنده است که چون جامعیت دارد و باقلمی ساده و مردمی مکتوب شده‌اند، توسط همگان به سادگی قابل درک و بهره‌گیری‌اند. پس به شما هموطنان عزیز و فارسی‌زبانان محترم، توصیه می‌کنم که این سری از کتاب‌های نویسنده را برای موفق شدن در زندگی زناشویی، زندگی اجتماعی و زندگی شغلی خودتان و نیز برای توانمند شدن در راهنمایی همسر، فرزند، دوست یا خویشان خودتان بخوانید و سعی کنید، هرازگاه مروری بر آنها داشته باشید، چون انسان فراموشکار است، اما پیچیدگی‌های زندگی همواره موجود است و برای توانمند شدن در ساده‌سازی آن‌ها، هیچ چیزی به جز اطلاعات به درد ما نمی‌خورد!

دکتر مسعود هاشمی