

خیلی محرمانه

بنامیس برای من

نامه هایی برای همسر
در قالب نامه های عاشقانه

میرشناسه : فتحی، اشرف السادات، ۱۳۴۵ -
عنوان و نام پدیدآور: بنویس برای من / مولف پژوهشگران
مرکز مطالعات و تحقیقات حیات طیبه (اشرف السادات فتحی،
مهرناز سطوت).

مشخصات نشر: اصفهان: حدیث راه عشق، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری: ۱۰۴ ص: ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.

فروست: حدیث راه عشق، ۹۲.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۷۲۲-۲۲-۱

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

موضوع: زنشویی - ارتباط

موضوع: مشاوره ازدواج

شناسه افزوده: سطوت، مهرناز، ۱۳۵۰ -

شناسه افزوده: موسسه خیریه - فرهنگی حدیث راه عشق.

مرکز مطالعات و تحقیقات حیات طیبه

رده بندی کنگره: ۱۳۹۲ ب۲/ف۴۳/۴۷

رده بندی دیویی: ۶۴۶/۷۸

شماره کتابشناسی ملی: ۳۳۲۶۲۲۵



بنویس برای من

مؤلف: مرکز مطالعات و تحقیقات حیات طیبه

اشرف السادات فتحی، مهرناز سطوت

ناشر: انتشارات حدیث راه عشق

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۳

شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه

جلد و صفحه آرایي: حاشیه گرافیک

قیمت: ۷۵۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۷۲۲-۲۲-۱



- ۸ مقدمه
- ۱۰ پیشگفتار
- ۱۴ یادآوری اولین خاطره ها
- ۱۶ هدیه ی خدا
- ۱۸ تعهد الهی
- ۲۰ حجاب رمز نام یار
- ۲۲ شوهران بی تفاوت
- ۲۵ غیرت
- ۲۸ آزادی در مقابل آزادی
- ۳۰ مردان لاقید و بی غیرت
- ۳۲ در جاده حقیقت
- ۳۴ زن عقیف
- ۳۶ فضیلت ازدواج
- ۳۸ معیار برت
- ۴۱ سرای نور
- ۴۳ سوء ظن
- ۴۶ دره ی سقوط

- 
- ۴۸ همسایگی شیطان
- ۵۱ شناخت ویژگی ها
- ۵۴ قانون مندی
- ۵۶ خودباختگان
- ۵۸ بردگان مدرن
- ۶۰ هویت انسانی
- ۶۲ درندگی عقل
- ۶۴ دوستان غافل
- ۶۷ ناگفته های گفتنی
- ۶۹ خانه تکانی دل
- ۷۱ قناعت عفت است
- ۷۳ لباس کرامت
- ۷۶ زیر ذره بین
- ۷۹ همسفر عشق
- ۸۲ خلوت عشق
- ۸۶ نجواهای شیطان
- ۸۹ شیرینی عفو و گذشت
- ۹۱ آینه ی عبرت
- ۹۴ زن شایسته
- ۹۷ یادگار عشق
- ۱۰۱ منابع و مأخذ

سنت ناشر

آثار مکتوب، به عنوان با ثبات ترین وسیله ی انتقال فرهنگ در میان جوامع، دارای اهمیت فراوان بوده و با جذب مخاطبان بسیار، به خصوص قشر جوان، در نهادینه کردن فرهنگ بیگانه و همچنین در حفظ ارزش های یک ملت، می تواند نقش بسیار مهمی ایفا کند.

در این راستا «انتشارات حدیث راه عشق» با هدف مذکور، در سال ۱۳۸۲، به عرصه ی فرهنگی کشور وارد شد. این مجموعه ی فرهنگی که ادامه ی دهنده ی مسیر خیریه فرهنگی اجتماعی حدیث راه عشق است؛ با تدوین چاپ کتاب هایی در حوزه های گوناگون تاریخی، اجتماعی، فرهنگ و هویت اسلامی، ازدواج و خانواده، مطالب ارزشمند و تازه ای را در اختیار خوانندگان قرار می دهد.

در سال های اخیر انتشارات حدیث راه عشق، با داشتن گروه های پژوهشی با تجربه، در نشر کتاب های متعدد در زمینه ی ازدواج و خانواده، به عنوان ناشر تخصصی حوزه ازدواج و خانواده در کشور شناخته شده و هم اکنون نیز با همکاری پژوهشگران مرکز مطالعات و تحقیقات «حیات طیبه» و «شفاف» (شبکه فعالین ازدواج)، در صدد رسیدن به اهداف والای خود در این زمینه است.

آنچه در این کتاب مطالعه می کنید به بیان نیاز انسان به ازدواج از جهات مختلف می پردازد، چیزهایی که یک زوج را به هم نزدیک می کند و محبت را بین آن ها جاری می سازد، از زبان روایات بیان شده است. تعداد زیادی از زوج ها در تلاش هستند تا به هر طریقی می شود شادی، خوشی و رضایتمندی را در زندگی مشترکشان بیدار نگه دارند.

عوامل بسیار زیادی وجود دارند که می توانند به راحتی زندگی جنسی انسان ها را تحت الشعاع قرار دهند مثل: برنامه های سخت کاری، نگهداری و مراقبت از فرزندان، افزایش سن و ... اما آنچه که زوج را همچنان به هم نزدیک نگه می دارد علاوه بر مرور خاطرات گذشته، دوستان، اقوام و خیلی چیزهای دیگر، وجود صمیمیت فیزیکی است. به راستی عشق تا چه اندازه می تواند در زندگی مشترک مهم باشد؟ نویسندگان در بخشی از این کتاب نیز به بیان احکام و مسایل مربوط به زوج های جوان که با آن روبرو هستند، پرداخته اند. در پایان، انتشارات حدیث راه عشق در راستای تحقق اهداف خود که همانا تحکیم مبانی دینی و حفظ هویت فرهنگی جامعه است، دست همه ی محققان و پژوهشگران در این حوزه را به گرمی می فشارد و مسلماً اظهار نظرهای مشفقانه و رهنمودهای اهل قلم می تواند در پیشرفت این مجموعه، مؤثر واقع شود. انتشارات حدیث راه عشق

مقدمه

به نام خداوند جان و خرد کزین برتر اندیشه بر نگذرد

پایداری و نشاط یک زندگی به ارتباط پویا و پیوسته‌ی همسران بستگی دارد. آنچه این پویایی را به وجود می‌آورد، استمرار رابطه همراه با گفتگوی صمیمی است، لیکن به دلایل مختلف مثل درک نکردن شرایط یکدیگر، خجالتی بودن، آماده نبودن طرف مقابل برای شنیدن و ... همیشه موقعیت گفتگو فراهم نمی‌شود. و حرفهای ناگفته‌ی زیادی در دل همسران باقی می‌ماند که در طول زمان به آسیب‌های روانی و پرخاشگری تبدیل می‌شود.

در آغاز زندگی، زوج‌ها در شور و عشق زیادی نسبت به هم به سر می‌برند و به علت اینکه هنوز

شناخت زیادی از هم ندارند، حساسیت‌های زیادی به وجود می‌آید، پس چه باید کرد؟

روان‌شناسان معتقدند، نوشتن می‌تواند به عنوان «پیام ماندگار» باعث صمیمیت زوج شود بنابراین نامه، پیام و ... ابزاری برای صمیمیت بیشتر است. چون هم باعث تخلیه احساسات نویسنده نامه می‌شود و هم فرصت خواندن در موقعیت آرامتر را به خواننده نامه می‌دهد.

نامه اگر چه از قدیمی‌ترین و ارزان‌ترین وسیله ارتباط انسان هاست لکن امروز هم از این روش در مدل‌های جدید (سایت‌های اینترنتی و ...) استفاده می‌شود و ارزش آن کاسته نشده است. البته، چند قالب نامه وجود دارد. در نویسندگی، قالب "نامه‌ی گویا" وسیله‌ای است که افکار و آراء نویسنده را به دیگران منتقل می‌کند تا مدت‌زمانی طولانی محفوظ بماند. نامه گویا از موضوع خاص سخن می‌گوید، ولی می‌تواند مخاطبش را در زمانهای متفاوت جذب کند. در امور اخلاقی اسلام هم از روش نامه نگاری (نامه گویا) استفاده شده که معروفترین آن نامه ۳۱ نهج البلاغه (نامه حضرت علی (ع) به فرزندش امام حسن (ع)) است. به علاوه این

۱. کلک خیال انگیز، محمد بصیریان، ص ۱۳۰

۲. مردان، زنان و روابط، دکتر جان گری، مترجم ابوالفضل حاج حسینی، ص ۳۵۹

کتاب «فن نگارش احساس خود» را هم می آموزد که به قول «جان گری» مهمترین مهارت است که هر کس می تواند جهت ایجاد یک رابطه دائمی و موفق زناشویی آن را یاد گرفته و به کار برد این فن هزاران پیوند زناشویی را نجات داده!

فن نگارش احساس یکی از آخرین روش های پرورش و تغییر دادن احساسات منفی به احساسات مثبت است. به شرطی که در این نامه ها، قضاوت های بیجا و انتقادهای مستقیم را روی همسرمان تخلیه نکنیم؛ حتی اگر پاسخ مورد علاقه مان را دریافت نکنیم، باز هم از احساسات منفی، خود به خود، آزاد می شویم.

ما در این اثر با استفاده از بیان کردن داستان های کوتاه و غالباً واقعی، علاوه بر جذابیت مطلب، مخاطب را در عبرت گیری از مفاهیم آن، ترغیب می کنیم.

مانیز در این نوشتار سعی کرده ایم، فاصله ها یا جاذبه هایی که با تأثیر گرفتن از عفت و حجاب همسران و اعتمادی که در این زمینه برای پایداری زندگی زوج جوان به وجود می آید بهره بگیریم و با مثال های قابل لمس، خواننده را در پذیرفتن کلاممان آزاد بگذاریم. این نامه ها بین یک زوج جوان به نام های امید و آرزو بیان شده است که در طول ۵ سال زندگی موفقشان به نمایندگی از طرف همه همسران، پیام های سازنده ای را برای زندگی ها بازگو می کنند.

برخود لازم می دانیم که قبل از هر سخنی از مدیریت محترم حیات طیبه آقای حمیدرضا نظری و همکاری بی شائبه ی خانم مژگان کریمی، معاونت محترم پژوهش مرکز و خانمها فرزانه منبئی و نسرين پیشیار، همچنین از نظارت استاد و مشاور متخصص آقای علی قاسمی، تشکر نماییم.

اشرف السادات فتحی، مهرناز سطوت

به امید رضایت مخاطبان

التماس دعا