

از دواجتان را ششم بزنید

معصومه دانه کار



انتشارات راز نهان

۱۳۹۶

سرشناسه	: دانه کار، معصومه، ۱۳۳۸ -
عنوان و نام پدیدآور	: ازدواجتان را شخم بزنید/ معصومه دانه کار.
مشخصات نشر	: تهران: راز نهان، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۲ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۴۴۸-۱۳۶-۶
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: روابط زن و مرد -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	: Man-woman relationships -- Psychological aspects
رده بندی کنگره	: HQ۸۰۱/د۲۳۵۴ ۱۳۹۵
رده بندی ده	: ۱۵۸/۲
شماره کتابشناسی ما	: ۴۶۳۳۳

آدرس مبدأ: انقلاب، اول جمال زاده جنوبی، کوچه دانشور، پلاک ۱۲، واحد ۳، تماس: ۰۲۱۶۶۹۰۱۸۴۱ - ۰۹۱۲۲۳۳۰۲۶۹
 آدرس الکترونیکی: raznahanbook@gmail.com
 آدرس سایت: www.raznahanbook.com



که عنوان کتاب..... ازدواجتان را شخم بزنید
 که مولف..... معصومه دانه کار
 که صفحه آرا..... نازا کاوه
 که طراح جلد..... رضا کاوه
 که ناشر..... رازنهان
 که شمارگان..... ۱۰۰۰ نسخه
 که نوبت چاپ..... اول ۱۳۹۶
 که قیمت..... ۷۸۰۰ تومان

ISBN: 978-600-448-136-6

فهرست

کلام آغازین	۹
۱- او دیگر عاشق من نیست	۱۴
۲- مهم‌ترین فرد زندگی شما کیست؟	۲۷
۳- اولین کسی که باید تغییر کند	۴۰
۴- وفاداری	۴۹
۵- همسران چه چیزهایی به همدیگر می‌بخشند	۵۸
۶- ازدواجتان را ششم بزنید	۶۸
۷- هنرمندانه زندگی کنید	۷۷
۸- آنکه رها کرد و رفت، آنکه پذیرفت و ماند	۹۰
۹- لطفاً با همسران درگیر شوید	۱۰۱
۱۰- چه کنم؟	۱۱۱
کلام آخر	۱۱۹

کلام آغازین

به تجربه می‌دانیم وقتی آسمان از ابرهای سیاه و سنگین پوشیده می‌شود به احتمال زیاد باران شدیدی می‌بارد. هم‌چنین می‌دانیم بارندگی شدید در بهار و پاییز قطعاً سیل به همراه خواهد داشت. به احتمال خیلی زیاد اگر زیرساخت های خیابان‌ها و منازل، مناسب و امن نباشند خرابی به بار می‌آید و شاید هم چنین نبود. همه ما وقتی در آسمان ابرهای تیره را می‌بینیم حتماً با خود چتر می‌داریم و اگر خارج از منزل باشیم سعی می‌کنیم با دیدن اولین نشانه‌های باران، خرد را به جایی امن برسانیم تا در صورت شدید شدن باران در امان بمانیم. این وضعیت را همه ما تجربه کرده‌ایم، با دیدن این نشانه‌ها، واکنش مناسب نشان می‌دهیم. آسمان زندگی زناشویی نیز رنگ و رویی دارد که همسران با دیدن نشانه‌هایی از آشفتگی در آن، می‌توانند بهترین واکنش را نشان دهند و از آسیب‌های احتمالی سیل بنیان‌کن در ازدواج خود، در امان بمانند. این نشانه‌ها نیز به تجربه شناسایی شده‌اند و از بررسی و مطالعه هزاران جدایی ناشی از ازدواج خارج زناشویی و بی‌وفایی یکی از همسران یا هردوی آن‌ها به دست آمده است. این نشانه‌ها مشخص و پیش‌بینی کننده‌های بسیار قدرتمندی هستند و باید به عنوان نشانه‌های هشدار در زندگی زناشویی به آن‌ها توجه شود. به

عبارتی هرگاه این نشانه‌ها را مشاهده کردید، یا شنیدید مراقب باشید. جملاتی که در زیر می‌آید بخشی از آن‌هاست:

- ما فقط همکاریم.
 - شماره اشتباهی بود.
 - من هیچ منظوری نداشتم.
 - با خطا در سیستم، خیلی بزرگش می‌کنی.
 - من فقط یک مک رو خوندم. کنجکاو بودم.
 - هر وقت بخوام می‌زنم او رو کنار بذارم / هر وقت بخوام، می‌تونم رابطه رو قطع کنم.
 - حوصله ندارم باشه بعد (بهانه‌ای برای هزارمین بار).
 - خسته‌ام / سردرد دارم، باشه برای بعد (بهانه‌ای دیگر برای صدمین بار).
- پس از مشاهده این نشانه‌ها، به احتمال زیاد در آسمان ازدواج و زناشویی خود هوایی طوفانی خواهید داشت. هرگز تصور نکنید، ناپایه گرفتن نشانه‌ها و اجتناب از مواجه شدن با آن‌ها، آسمان زندگی شما، آفتابی خواهد شد زیرا نابسامانی آغاز شده است. در این وضعیت مطالعه و کمک گرفتن از مشاوران متخصص در این زمینه می‌تواند چتری امن و سرپناهی محکم باشد. شما به کمک این مشاوران با انتخاب مناسب‌ترین و

عقلانی‌ترین واکنش‌ها و به کار بستن آن‌ها به احتمال خیلی زیاد از این هوای طوفانی به سلامت عبور خواهید کرد.

هرگز باور نکنید این طوفان فقط در زندگی شما رخ داده است. به اطراف خود نگاه کنید وقتی آسمان ابری و هوا طوفانی است فرقی نمی‌کند خانه شما در کدام خیابان است و در کدام شهر. وقتی سیل به راه می‌افتد فرقی ندارد صاحب‌خانه تحصیل کرده است یا بی‌سواد، ثروتمند است یا فقیر؛ آنچه اهمیت دارد این است که آیا جوی آبی در کنار خانه شما هست تا بخشی از سیل را در خود جای دهد و مسیر آن را تغییر دهد؟ آیا حیاط خانه شما باغچه‌ای دارد تا باران شدید، آن نفوذ کند؟ آیا اگر در یک آسمان خراش زندگی می‌کنید راه‌های عبور باران از پشت‌بام به خارج پاکیزه و باز است یا مسدود؟ در زندگی زناشویی خود به دنبال ریزه‌های اطمینان باشید و همواره آن‌ها را بازدید کنید. اینکه یک روز عاشق بودید تضمینی برای حفظ رابطه زناشویی باکیفیت نیست. همه ما در زمان آموختن مهارت‌هایی هستیم که تاکنون یاد نگرفته‌ایم و اکنون نیاز داریم قبل از هر طوفانی آن‌ها را بیاموزیم تا به کمک آن‌ها در امان باشیم.

هم‌چنین تصور نکنید اگر علت را فقط در همسر خود ببابید از مسئولیت از شانه‌های شما فرومی‌افتد. وقتی کسی در خانه‌ای را می‌زند تا لحظه‌ای که در به روی او گشوده نشود هرگز به داخل راه نخواهد یافت. شاید شما با دستان خود در را نگشوده باشید اما به دیگری اجازه دادید در

را باز کند. وقتی همسری، میهمانی بدفرجام را در زیر آسمان زندگی زناشویی خود می‌پذیرد قطعاً شریک زندگی او هم با بی خبری از او استقبال کرده اما در بسیاری از مواقع، خود را به نادیده گرفتن‌های بی‌شمار سپرده است، یا پشت باورهایی قداست گونه درباره همسر خود، پنهان می‌شود:

- من به همسرم ایمان دارم، امکان نداره از این کارا بکنه.

- او قطعاً عاشق منه، به هیچ کس نگاه نمی‌کنه.

- خیلی از این چیزا بهش می‌یاد، وقتی می‌شنوه کسی اینکا رو کرده می‌گه: به اینم می‌گرا آه!

درنهایت با این واکنش‌های مقدس مآبانه راه ورود سیل ویرانگر به خانه به ظاهر امن شما باز می‌شود.

کلام آخر اینکه، همیشه برای عبور از اشک‌های راهی هست. همیشه برای بازسازی ویرانه‌ها هم، دستانی قوی و کارآموخته وجود دارند. این مجموعه یکی از هزاران راه و یکی از هزاران دست است که می‌تواند به یاری شما آید تا از شکل‌گیری روابط خارج زناشویی پیشگیری کنید، یا اگر بهر علتی ایجاد شد راهنمایی کلیدی باشد تا با آرامش و منطقی از آن رهایی یابید. قرار نیست در این مجموعه همه علت‌ها و همه راهکارها گفته شود بلکه می‌تواند چتری باشد تا در لحظه نیاز، پناهی برای شما بسازد که

خود را به مکانی امن برسانید و در آرامش، وضعیت خود و انتخاب‌های خود را ارزیابی کنید و آماده حرکت در مسیر جدید باشید. اولین گام‌ها را با این مجموعه بردارید.

www.ketab.ir