

بِسْمِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

لطفاً عاشق شوید

تحلیلی روان‌شناختی از عشق

منیره کردلو

سایه سخن

سرشناسه	: کردلو، منیره
عنوان و نام پدیدآور	: لطفاً عاشق شوید: تحلیلی روان‌شناختی از عشق/نویسنده: منیره کردلو
مشخصات نشر	: تهران، سایه سخن، ۱۳۸۹
مشخصات ظاهری	: ۲۴۸ ص
شابک	: ریال ۴-۸-۹۲۳۱۳-۹۷۸-۶۰۰
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیپا
موضوع	: عشق - جنبه‌های روان‌شناختی
موضوع	: داستان‌های عاشقانه فارسی
رده‌بندی کنگره	: BF۵۷۵/ع۵ک۴ ۱۳۸۹
رده‌بندی دیوکی	: ۱۵۲/۴۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۲۵۸۵۵۸

لطفاً عاشق شوید: تحلیلی روان‌شناختی از عشق

- نویسنده: منیره کردلو
 - ناشر: سایه سخن
 - لیتوگرافی: واصف
 - چاپ: مهراب
 - صفحه‌آرایی: خرماشاهی
 - طرح جلد: عطیه کلاهیچیان
 - نوبت چاپ: اول ۱۳۹۰
 - شمارگان: ۲۰۰۰ جلد
 - قیمت: ۴۹۰۰ تومان
 - نشانی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، کوی بهشت آیین، پلاک ۱۹، طبقه همکف
 - تلفن پخش: ۶۶۴۷۵۴۲۱ - ۶۶۴۷۵۴۲۰ - ۹۱۲۶۴۹۱۸۲۸
- کلیه حقوق نشر محفوظ است.

فهرست مطالب

۹	مقدمه
۱۳	داستان لیلی و مجنون (مریم و سعید)
۲۷	به حج رفتن سعید
۳۴	آشنایی سعید با استاد
۴۸	خواب نما شدن سعید
۵۲	اولین قرار ملاقات رسمی سعید با استاد
۵۴	اولین نشست پرسش و پاسخ
۷۰	دومین نشست پرسش و پاسخ
۷۸	دومین قرار ملاقات رسمی سعید با استاد
۸۴	سومین نشست پرسش و پاسخ
۹۶	ازدواج مریم
۱۰۰	رفتن سعید به ویلای شمال
۱۰۶	اولین کارگاه آموزشی روانشناسی عشق
۱۲۸	سومین جلسه روان درمانی سعید
۱۳۶	چهارمین جلسه روان درمانی سعید
۱۴۹	دومین کارگاه آموزشی روانشناسی عشق
۱۶۰	سومین کارگاه روانشناسی عشق (تفاوت عشق و هوس)
۱۸۴	تمرین‌هایی برای فراموشی عشق مجازی

- چهارمین کارگاه آموزشی روانشناسی عشق روانشناسی عشق از منظر دیدگاه‌های
روانشناسی (دیدگاه روان درمانی پویایی فشرده و کوتاه مدت) ----- ۱۸۹
- تأثیرات روانشناختی عشق بر روی نوجوانان ----- ۲۰۷
- پنجمین کارگاه آموزشی روانشناسی عشق از منظر دیدگاه‌های روانشناسی (دیدگاه
روانکاوی فروید) ----- ۲۲۵
- منابع ----- ۲۴۵
- پیوست‌ها ----- ۲۴۷

خدا گفت زمین سردش است. چه کسی می تواند زمین را گرم کند؟ لیلی گفت: من.

خدا شعله ای به او داد. لیلی شعله را توی سینه اش گذاشت. سینه اش آتش گرفت. خدا لبخند زد لیلی هم.

خدا گفت: شعله را خرج کن. زمینم را به آتش بکش. لیلی خودش را به آتش کشید.

خدا سوختنش را تماشا می کرد.

لیلی گر می گرفت. خدا حظ می کرد.

لیلی می ترسید. می ترسید آتشش تمام شود. لیلی چیزی از خدا خواست. خدا اجابت کرد. مجنون سر رسید. مجنون هیوم آتش لیلی شد، آتش زبانه کشید آتش ماند. زمین خدا گرم شد. خدا گفت اگر لیلی نبود زمین من همیشه سردش بود.

لیلی گفت: امانتی ات زیادی داغ است، زیادی تند است. خاکستر لیلی هم دارد می سوزد، امانتی ات را پس می گیری؟

خدا گفت: خاکسترت را دوست دارم، خاکسترت را پس می گیرم.

لیلی گفت: کاش مادر می شدم، مجنون بچه اش را بغل می کرد.

خدا گفت: مادری بهانه ی عشق است، بهانه ی سوختن، تو بی بهانه عاشقی، تو بی بهانه می سوزی.

لیلی گفت: دلم زندگی ای می خواهد، ساده، بی تاب بی تب.

خدا گفت: اما من تب و تابم، بی من می میری...

لیلی گفت: پایان قصه‌ام زیادی غم انگیز است، مرگ من مرگ مجنون،
پایان قصه‌ام را عوض می‌کنی؟
خدا گفت: "پایان قصه‌ات اشک است. اشک دریاست.
دریا تشنگی است و من تشنگی‌ام، تشنگی و آب. پایانی از این قشنگ‌تر
بلدی؟
لیلی گریه کرد، لیلی تشنه‌تر شد. خدا خندید.

مقدمه:

سال‌ها مشاوره با نوجوانان و دانشجویان، سؤالات زیادی در ذهنم به وجود می‌آورد که پاسخ در خوری را می‌طلبید. از سال ۷۶ به طور جدی در پی یافتن پاسخ به سؤالات، بر آمدم. لازمی پاسخ‌گویی به این قبیل سؤالات پژوهش و بررسی دقیق، موثکافانه و علمی بود. از آن سال تا زمان چاپ و انتشار کتاب به پژوهش و بررسی پرداختم. کمبود منابع مانع از پژوهش نشد، بلکه مصمم‌تر بودم تا برای سؤالات خویش و این نسل پرسشگر دقیق‌تر عمل کنم. موضوع پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد که با راهنمایی جناب آقای دکتر عبدالله شفیع آبادی و استاد مشاور جناب آقای دکتر حسن پاشا شریفی صورت گرفت، پیرامون همین موضوعات بود که خوشبختانه به عنوان پایان‌نامه‌ی برتر کشوری شناخته شد که در بخش ملحقات آورده‌ام. از آن پس نیز به مطالعه و تحقیق ادامه دادم تا این مجموعه تهیه شد. در این مجموعه سعی شد دقیق‌ترین مطالب علمی به زبانی ساده و برای نوجوانان و جوانان قابل فهم باشد. در عین حال روان‌شناسان و مشاوران نیز با توجه به پیشینه‌ی علمی، از مطالب بهره‌مند خواهند بود. در این کتاب سعی شده بنابر ذائقه‌ی نوجوان و جوان ایرانی مطالب به بحث گذاشته شود. از آنجایی که داستان، برای این نسل جذاب‌ترین فن است، به مطالب قالب داستانی داده شده است، ولی این قالب نه تنها بر محتوای علمی موضوع آسیبی وارد نساخته، بلکه سبب تقویت آن نیز گردیده است. نوجوان و جوان امروزی از شنیدن

مطالب قالبی و کلیشه‌ای که بیشتر به زبان پند و نصیحت شبیه است، بازخورد مثبتی نشان نمی‌دهد در عوض آغوشش را بر مطالب علمی و منطقی باز می‌کند و با جان و دل پذیرای آن است. باید با زبان این نسل آشنا بود و درک کرد خواسته‌ی آنان چیست. سال‌های طولانی کار با آنان راهنمای کارم شد و سعی کردم مثل آنچه در کلاس‌های درس دبیرستان و دانشگاه می‌گفتند و می‌شنیدم بنویسم، لذا سعی کردم بدون تکلف بنویسم. قالب انتخاب شده به منظور رسیدن به این هدف است.

نوجوان‌ها بر ویژگی سنی‌اش بیشتر با کتاب‌های رمان ارتباط برقرار می‌کند. لذا این مطالب گرچه رمان نمی‌باشد، اما بی‌شباهت به رمان هم نیست. از سویی دیگر جوان نیز در این سنین به دنبال یافتن جواب سؤالات به طور علمی است. برای آنان نیز این قالب کم و بیش حفظ شده است و اما تحقیقات علمی برای همکاران روان‌شناس و مشاور، قابل استفاده است. البته این بدان معنی نیست که آن بخش از مطالب برای دیگران قابل استفاده نباشد. هر فرد بنا بر سطح دانش و اطلاعات از بخش آمار بهره می‌گیرد.

مدعی نیستم مجموعه بی نقص است. سعی بر آن بوده است نقایص بر طرف شود، اما به هر حال احتمال خطا وجود دارد. از خوانندگان عزیز خصوصاً همکاران روان‌شناس و مشاور می‌خواهم ما را در جریان کاستی‌ها قرار دهند تا در چاپ‌های بعدی نسبت به اصلاح آنها اقدام شود. گفتنی است که همکاران مشاور و روان‌شناس، همچنین مدرسان آموزش خانواده، برای تحقق اهداف پژوهش، در مراحل مختلف کار به یاریم آمدند که در اینجا شایسته است از آنان تقدیر و تشکر به عمل آورم.

مطالعه‌ی این کتاب به عموم مردم از جمله نوجوانان، جوانان و به ویژه والدین گرامی توصیه می‌شود تا با آگاهی بیشتر شیوه‌ی برخورد با نوجوان و جوانی که عاشق شده را بدانند. مطمئن هستم پس از مطالعه‌ی این کتاب، هم با نحوه‌ی عملکرد مشاوران در حل مشکلات افرادی که عاشق شده‌اند آشنا

خواهید شد و هم اطلاعاتی پیرامون عشق به دست خواهید آورد. همکاران روان شناس و مشاور پس از مطالعه‌ی این کتاب به اطلاعات جامعی پیرامون درمان مراجعینی که در بحران‌های عشق به سر می‌برند، دست خواهند یافت. در این کتاب در حد امکان و بضاعت سعی شده پیچیده‌ترین موضوعات علمی به شکل ساده و قابل فهم ارائه گردد. گفتنی است کلیه‌ی آمار مندرج در بخش‌های پژوهشی از یافته‌های محقق است، گرچه در قالب داستان بیان شده است.

www.ketab.ir