

«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

مهم‌ترین درس زندگی مشترک برای ایرانی‌ها: «مفهوم منظومه زناشویی»

پسرهای مامانی، دخترهای بابایی!

گاهی اوقات دو نفر با هم ازدواج می‌کنند، با هم همخانه‌اند، در یک بستر می‌خوابند، ولی تمام عشق و علاقه و محبتشان با شخص دیگری است. آن شخص دیگر کیست؟ بابام! مامانم!

چه خانم دائم بگوید: «مامانم اینا! بابام اینا!» چه آقا بگوید: «مامانم اینا! بابام اینا!». چه خانم دائم به شوهر سرکوفت بزند که «بابام این است و آن است. این را دارد و آن را دارد»، چه آقا دائم گوش به فرمان مادرش باشد، هر دو رفتار، آفت ازدواج است. چه خانم فکر کند شوهر نوکر در خانه پدرش است و باید جلوی پدرزن دست به سینه بایستد، چه آقا فکر کند همسرش کارگر مادرشوهر است و باید خاک پای مادرشوهر را مثل سرمه به چشم بکشد، هر دو زشت و بی‌معناست.

آی خانم‌ها! آی آقایان! اول بندناف عاطفی خود را از مامان و بابا جدا کنید، بعد دست یکی را بگیرید و زیر یک سقف بروید. وگرنه شما دو نفر ازدواج نکرده‌اید، بلکه دست کم شش نفر با هم ازدواج کرده‌اند (مادرزن، پدرزن، مادرشوهر، پدرشوهر، زن و شوهر). حالا خواهرها و برادرها و عروس‌ها و دامادها را حساب نکرده‌ام! فکر کنید چه آشوب و بلوایی برپا می‌شود؟



زن و مردی که همدیگر را دوست دارند و تصمیم گرفته‌اند تا پایان عمر با هم زندگی کنند، در هنگام عقد ازدواج، در برابر خدا به هم تعهد می‌دهند که با خوشی و ناخوشی هم بسازند. ولی دیگران (مادرها، پدرها، خواهرها و برادرها) نه مجبور هستند

«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

همدیگر را دوست بدارند و نه تعهدی برای ماندن در کنار هم دارند. اگر به آن‌ها اجازه بدهیم، ممکن است ندانسته زندگی ما را آتش بزنند.

خدای نکرده من نمی‌گویم به پدر و مادر خود محبت نکنید یا احترام نگذارید. ما باید به والدین خود و والدین همسرمان احترام بگذاریم و محبت کنیم. ما باید رابطه‌ای محترمانه و توأم با محبت و همدلی با والدین خود و والدین همسرمان داشته باشیم. ولی اگر:

- خواسته‌های والدین را به نیازهای همسر ترجیح می‌دهیم،
- برنامه‌های زندگی‌مان را بر اساس میل والدین تغییر می‌دهیم
- به والدینمان اجازه می‌دهیم که در مورد همسرمان بدگویی و بدزبانی کند

ما هنوز با بندناف عاطفی به والدین خود متصل هستیم. کسی که بندنافش به مامان و بابا وصل است، آدم بالغی نیست، حالا هر سن و سالی داشته باشد. آدم نابالغ هم نباید ازدواج کند، چون باعث زحمت خودش، همسرش و جامعه می‌شود.

آیا شما مثل یک فرد بالغ رفتار می‌کنید؟ در این دوره من کاری با شوهرتان ندارم. از شما می‌پرسم: آیا همسرتان مهم‌ترین آدم زندگی شماست؟

تقریباً تمام خانم‌هایی که از وابستگی شدید همسرشان به مادر شوهر شکایت دارند، خودشان، کسی غیر از همسرشان را مهم‌ترین فرد زندگی خود می‌دانند ... واقعیت تلخی است. ممکن است شما استثنا باشید و حرف من در مورد شما درست نباشد. ولی خدا و کیلی بیابید نگاهی صادقانه به رفتار و احساسات خود بیندازید. بعد از رضایت و خوشحالی خودتان، رضایت و خوشحالی چه کسی برای شما مهم‌ترین است؟

توجه: دیگران (مادرها، پدرها، خواهرها و برادرها) نه مجبور هستند همدیگر را دوست بدارند و نه تعهدی برای ماندن در کنار هم دارند. «شما دو نفر» همدیگر را دوست دارید و متعهد شدید تا پایان عمر کنار هم بمانید.

«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

منظومه زناشویی چیست؟

مجموعه زن - شوهر مثل یک تخم مرغ است. سپیده و زرده باهم تخم مرغ را می سازند، ولی باهم مخلوط نیستند و هر کدام هویت جداگانه خود را دارند. بعلاوه پوسته‌ای محکم آن‌ها را از محیط جدا می کند. اگر این پوسته سوراخ شود، تخم مرغ می گندد.



به عبارت دیگر زن و شوهر یک کل را تشکیل می دهند، درعین حال باید به خاطر داشته باشند هر کدام فردی جداگانه هستند. هر کدام حق دارند خصوصیات اخلاقی ویژه خود، سلیقه متفاوت و علایق خاص خود را داشته باشند. این داستان‌ها را رها کنید که عاشق و معشوق یکی هستند. این حرف‌ها در مورد خدا و عارف گفته شده و ربطی به زندگی زناشویی ندارد. لیلی و مجنون هم زن و شوهر نبودند. در آخر داستان یکی دیوانه و در کوه و صحرا سرگردان شد، دیگری هم در تنهایی و بی کسی مرد! عاشق و معشوق، زن و مرد، هر کدام هویت مستقلی دارند و با عشق و احترام، هویت مستقل شریک زندگی شان را قبول می کنند. در عشق هرگز خود را زیردست و پای کسی نیندازید. در عشق قامت خود را کوتاه نکنید تا در قالبی کوچک جا بگیرید. بلکه در عشق تمام قد بایستید، حتی کمی بلندتر از همیشه.

«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

در زمان تجرد، ما ۸۰ درصد حریم خصوصی و ۲۰ درصد حریم مشترک با دوستان و افراد خانواده داریم. یعنی ما در ۸۰ درصد موارد خودمان برای خودمان تصمیم می‌گیریم و کارمان به دیگران مربوط نیست. پس از ازدواج باز هم زن و شوهر حریم خصوصی دارند، ولی این بار جای زمین و آسمان عوض می‌شود. افراد متأهل ۲۰ درصد حریم خصوصی و ۸۰ درصد حریم مشترک دارند.

موبایل، لپ‌تاپ، کیف پول، کیف دستی، دفترچه خاطرات، نحوه آرایش صورت و مو و لباس پوشیدن، نوع رابطه با دوستان یا افراد خانواده خودتان، رمز آدرس ایمیل یا عابریانک همگی و همگی حریم خصوصی است. کسی حق ندارد موبایل همسرش را چک کند، یا اصرار کند همسرش شغلش را تغییر دهد، یا با دوستش قطع رابطه کند، یا برعکس با عمه‌اش آشتی کند. همه این‌ها حریم خصوصی است. لازم است ما همسرمان را به عنوان یک انسان، محترم بدانیم و اصرار نکنیم سر وریشش را به خاطر ما تغییر بدهد، یا فوتبال تماشا نکند و یا رنگ سبز را دوست داشته باشد.



حریم مشترک، تصمیماتی است که باید زن - شوهر همراه یکدیگر اتخاذ کنند. مثل دعوت مهمان، قبول دعوت مهمانی، نحوه گذراندن تعطیلات، محل سکونت، سرمایه گذاری‌های کلان، رابطه جنسی، مسافرت، مهاجرت و....

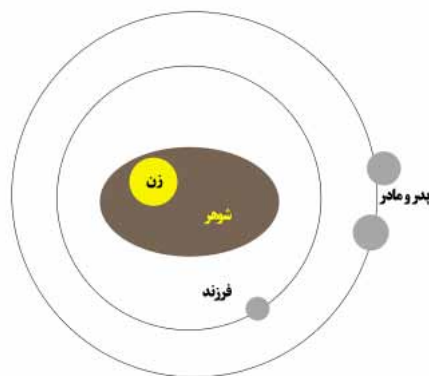
«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

برای مثال وقتی به مهمانی دعوت می‌شوید، پیش از پاسخ دادن، با همسرتان مشورت کنید. وقتی می‌خواهید مهمان دعوت کنید (حتی یک نفر) با همسرتان هماهنگ کنید. بسیاری از دعواها سر همین مطالب کوچک شروع می‌شود. بعضی‌ها انگار نمی‌دانند خانه هم به زن تعلق دارد و هم به مرد. این دسته افراد فکر می‌کنند خانه فقط مال زن است و او می‌تواند مهمان دعوت کند و نقش مرد، پرداخت هزینه است. یا شاید هم فکر می‌کنند خانه به مرد تعلق دارد و زن، کارگر خانه است.

تا اینجا معنای جدا بودن سپیده و زرده و در عین حال یکی بودن تخم مرغ را توضیح دادم. می‌رسیم به **پوسته تخم مرغ**.

پیوند زن - شوهر مقدس‌ترین پیوند است. حریم آن‌ها مقدس‌ترین حریم هاست. به هیچکس نباید اجازه داد وارد این حریم بشود و بین این دو نفر قرار بگیرد. حتی فرزند، والدین یا دوست صمیمی چندین ساله اجازه ندارد وارد این حریم خصوصی بشود. همیشه به خاطر داشته باشید اولین اولویت زندگی متاهلی، همسر است. اگر قرار است بین رضایت همسر و خواهرتان یکی را انتخاب کنید، جانب همسر را بگیرید. زن و شوهر باید بدانند آن دو با هم و در کنار هم، خورشید منظمه زناشویی هستند و فرزندان مثل سیارات این منظومه می‌باشند. سایر افراد، مثل پدرزن، مادرزن، پدرشوهر، مادرشوهر، برادرها و خواهرهای زن و شوهر در فاصله دورتری نسبت به فرزندان قرار دارند.

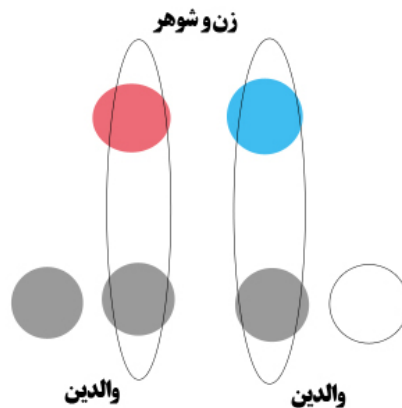


«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

زن و شوهر باید بدانند آنچه خانه و زندگیشان را برپا و برجا نگه می‌دارد، رابطه صمیمانه و محترمانه آن دو است. وقتی رابطه آن‌ها خوب و خوش و سالم باشد، فرزندان می‌توانند در جایگاه خود بخوبی و خوشی زندگی کنند. والدین و خواهر و برادر زن و شوهر در درجه بعدی اهمیت قرار دارند. پس هرگز نباید برای جلب رضایت و راحتی فرزندان، رابطه زن و شوهری را به خطر انداخت. قابل توجه دوستانی که فرزندان‌شان در تخت پدر و مادر می‌خوابند. یا خودشان لباس کهنه می‌پوشند تا فرزندان‌شان آخرین مدل موبایل و تبلت را داشته باشد.

بزرگ‌ترین آفت زندگی مشترک این است که زن و مردی با هم ازدواج کرده باشند، همبستر و هم‌بالین باشند، ولی همه عشق و محبتشان با کس دیگری باشد. متأسفانه در ایران این امر بسیار شایع است. بسیاری از دعواهای زن و شوهری در ایران، بر سر دیگران است، بر سر خواسته‌های مادرزن، مادرشوهر و...



تصویر بالا نشان می‌دهد که زن و شوهری به ظاهر با هم پیوند زناشویی دارند، ولی در واقع با پدر یا مادر خود پیوند قلبی و عاطفی دارند. همین رابطه نادرست، باعث کشمکش و جنگ و جدل است.

«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

با توجه به اهمیت منظومه زناشویی، نباید تعطیلات را بر اساس میل مادرزن یا مادرشوهر طراحی کرد. نباید از شوهر خود انتظار داشته باشیم دخالت‌های مادرزن را با جان دل پذیرا باشد یا از زن انتظار داشته باشیم که مادرشوهر ایرادی و بدرفتار را روی تخم چشم خود بگذارد و دم نزند.

هر کدام از شما که به پوسته تخم مرغ صدمه بزنید، رابطه زن و شوهری آسیب می‌بیند. نمی‌توانید ادعا کنید، من به مادر خودم اجازه فضولی در زندگی‌ام را می‌دهم و او را تحمل می‌کنم. آخه خواهرم است. چطوری دلش را بشکنم؟ بهتر است دل شوهرم را بشکنم! این طرز تفکر، زناشویی شما را به باد فنا می‌دهد.

هرگز همسرتان را در جمع مسخره نکنید، از او جوک‌های خنده دار نسازید. اگر کدورتی بین زن - شوهر پیش آمده، هیچکس نباید خبردار شود، حتی فرزندان. در مجالس همیشه کنار همسرتان بنشینید. در خانه فامیل خودتان، به همسرتان توجه زیادی نشان دهید.

به نظر من مهم‌ترین درس الفبای زناشویی برای ایرانی‌ها، همین درس است. زیرا در ایران هنوز تفکر قبیله‌ای حکمفرماست. به ما آموخته‌اند فرمان پدر و مادر بالاترین فرمانهاست. وقتی ازدواج می‌کنیم از اینکه به شوهرمان بیش از هر کسی اهمیت بدهیم، احساس گناه می‌کنیم.



«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

چگونه به دیگران اجازه می‌دهیم در زندگی ما مداخله کنند؟

بعضی از ما شکایت می‌کنیم دیگران در زندگی ما مداخله می‌کنند. از مادرشوهر و خواهر شوهر و مادرزن و پدرزن شاکی هستیم و می‌گوییم که آن‌ها به حریم زناشویی ما احترام نمی‌گذارند.

واقعیت این است که خود ما اجازه می‌دهیم دیگران در زندگی ما مداخله کنند! ما نادانسته رفتارهایی انجام می‌دهیم که دیگران به حریم خصوصی زناشویی ما راه پیدا می‌کنند. همه دوست دارند در کار دیگران فضولی کنند! خب... بعضی‌ها هم فضول‌تر هستند، ولی ما باید عاقل باشیم و اجازه مداخله ندهیم.

ما چگونه اجازه می‌دهیم حرف‌ها و رفتارهای دیگران، آتش دعوا و مرافعه را در خانه‌مان روشن کند؟

زن و مرد با هم خورشید منظومه زناشویی هستند. رفتار زن و مرد باید به گونه‌ای باشد که دیگران در محدوده خود قرار بگیرند و نتوانند وارد حریم زن و شوهر بشوند. منظورم از دیگران، هر کسی غیر از زن و شوهر است. دیگران یعنی مادر، پدر، خواهر، برادر، دوست صمیمی و حتی فرزند، چه فرزند تنی و چه ناتنی.

اگر رفتارهای زیر را انجام دهیم، فرزندی که از گوشت و پوست خودمان است مثل غریبه‌ای به منظومه زناشویی‌مان آسیب خواهد زد:

- اگر جلوی فرزند باهم دعوا کنیم یا ازهم انتقاد کنیم.
- اگر قهر کنیم و فرزندمان را با خود به قهر ببریم.
- اگر در مورد تربیت فرزند با هم هماهنگ نباشیم.
- اگر از فرزندمان پیرسیم حق با کدام ماست.
- اگر وسط دعوا از فرزندمان یارکشی کنیم و از او بخواهیم طرف یکی از ما را بگیرد.

«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

این رفتارهای نابخردانه، باعث می‌شود تعادل زندگی زناشویی بهم بخورد. زیرا ما فرزندان را بالاتر از همسرمان فرض کرده‌ایم و حسادت و ناامنی را به جان همسرمان ریخته‌ایم. پیوند بین دو همسر را شکسته‌ایم و پیوند محکمی با دیگری برقرار کرده‌ایم (دیگری چه فرزند باشد، چه مادر، چه معشوقه و چه همسر دوم... دیگری، دیگری است. دیگری، کسی غیر از همسر است) به علاوه فرزند خود را آدم بالغی فرض کرده‌ایم و انتظار داریم جایی که خودمان ناپخته و نابالغانه رفتار می‌کنیم، او بالغ و عاقل باشد و این بار گرانی بر شانه‌های یک کودک است.



«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

سایر افراد:

اگر این رفتارها را انجام بدهیم به دیگران اجازه دخالت در زندگی خود را خواهیم داد:

@ تحت تاثیر دیگران، برنامه مشترکمان را یکنفره تغییر دهیم.
برای مثال قرار است از چند نفر از دوستان در خانه پذیرایی کنیم. مادرمان اظهار نظر می کند که بهتر است خواهر و برادرمان را هم دعوت کنیم. ما بدون مشورت با همسر و به صلاحدید مادرمان، مهمانی دوستانه را به مهمانی فامیلی تبدیل می کنیم. ممکن است فکر کنید مهمانی مهمانی است دیگر. زحمت اصلی را هم خودتان می کشید. مطلب کوچکی است و نیاز به مشورت با همسرتان نیست. ولی همین داستان کوچک نشان می دهد شما هنوز دختر کوچولوی (یا پسر کوچولوی) مادرتان هستید و قدرت نه گفتن به او را ندارید و بسادگی فراموش می کنید شریک زندگیتان کیست و «دیگری» مطمئن می شود مهم تر از همسر شماست و تقاضاهایش هر روز بیشتر می شود.

@ وقتی باهم اختلاف داریم، دعوا را به خانواده های خود یا دوستان بکشانیم.
این کار دو اشکال اصلی دارد. اول اینکه نظرات سایرین، کارشناسانه نیست و بجای بهبود قضایا ممکن است به رابطه صدمه بزند. دوم اینکه تصویر بدی از همسرمان جلوی دیگران می سازیم. وقتی اختلاف داریم از فردی بی طرف کمک بگیریم، مثل مشاور.

@ درددل کردن با دوستان و آشنایان.
این کار بغض شما را بیشتر می کند، زیرا خود را حق بجانب تر می دانید. همچنین وجهه همسرتان را خراب می کند.

@ اجازه دهیم دیگران درباره همسرمان بدگویی کنند.
برای مثال خواهرمان در گوشی به ما بگوید چقدر شوهرت حرف می زندها! و ما حرف او را تایید کنیم.

«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

درحالی‌که لازم است خیلی محکم و مودبانه بگوییم: «شوهر من خوش سر و زبان است. وقتی او حرف می‌زند، من لذت می‌برم!» به عبارت دیگر همیشه بخاطر داشته باشیم، عزیزترین فرد برای ما کیست و قرار است هوای چه کسی را داشته باشیم.

بانوان گرامی! اگر این توصیه برای شما گران است، پس انتظار نداشته باشید همسرتان شما را روی سرش بگذرد و حلوا حلوا کند. ما با همان دست که می‌دهیم، با همان دست هم پس می‌گیریم. اگر ما اجازه می‌دهیم دیگران جلوی ما از همسرمان انتقاد کنند و با دیگران هم آواز می‌شویم، پس انتظار داشته باشیم همسرمان پشت ما را خالی کند.

@ تاوان اشتباهات دیگران را از همسرمان بگیریم.

برای مثال مادرشوهر به شما متلک بگوید و شما عصبانی بشوید و با همسرتان دعوا راه بیندازید و قهر کنید. این کار خطای بزرگی است. هرگز به خاطر دیگران با هم دعوا نکنید. بعضی از آدم‌ها انگار دوست دارند که بین زوجین خوشحال و راضی اختلاف بیندازند. باعث شادی و رضایت این قبیل آدم‌های بیماردل نشوید.

@ مدت طولانی قهر یا سکوت کنیم.

گاهی اوقات دلخور می‌شویم. آنقدر ناراحت هستیم که ترجیح می‌دهیم، سکوت کنیم. در خودمان جمع می‌شویم و دل دماغ نداریم. آدمیم دیگر. فرشته که نیستیم که همیشه اخلاق بهشتی داشته باشیم. ولی بخاطر داشته باشیم با طولانی کردن قهر و سکوت، گره‌ای را که به دست باز می‌شود، به گره‌ای کور تبدیل می‌کنیم. هر دو در آشتی کردن پیشقدم باشیم. یکی از راه‌های خوب این است که مسخره بازی درآوریم تا هردو بخندیم و حال و هوا را عوض کنیم.

@ مسائل را کش بدهیم و طولانی کنیم.

اشتباهی رخ داده، عذرخواهی هم شده، ولی دلمان صاف نمی‌شود. باز توضیح می‌دهیم، زخم زبان می‌زنیم، آه می‌کشیم، مظلوم نمایی می‌کنیم. این کارها به دیگران اجازه می‌دهد که درباره ما و روابطمان اظهارنظر

«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

کنند. در زندگی ما مداخله کنند. مثلاً بخواهند ما را آشتی بدهند، نصیحت کنند. ما با رفتارهای کودکانه و ناپخته، به دیگران اجازه می‌دهیم با ما چون طفلی خردسال رفتار کنند. دود این بچه بازی‌ها فقط به چشم خودمان می‌رود.

@ اگر جلوی دیگران، زیادی رومانتیک بازی در بیاورید.

اگر جلوی دیگران، زیادی رومانتیک بازی در بیاورید، بقیه شروع به مداخله و فضولی در رابطه شما خواهند کرد. چرا؟

اول اینکه بعضی آدم‌ها رابطه‌ای خوب و صمیمانه ندارند، بنابراین از دیدن خوشحالی شما ناراحت می‌شوند و هر روشی را به کار می‌برند تا در شما احساس گناه و ناراحتی ایجاد کنند. دوم اینکه بعضی کارها مال خلوت و تنهایی است و حد آن را فرهنگ مشخص می‌کند. در یک فرهنگ، اگر زن و شوهر دست در دست هم راه بروند، باعث عصبانیت دیگران می‌شوند، در فرهنگی دیگر، بوسیدن لب‌ها هم عادی تلقی می‌شود. در جمع خانوادگیتان، کنار هم بنشینید، با ادب و احترام و صمیمیت با هم صحبت کنید، ولی با اسم‌های خودمانی یکدیگر را صدا نزنید (عسلم، خوشگلکم، گوگولی مگولی،...)، درگوشی با هم صحبت نکنید، جلوی دیگران بغل و بوس و نوازش نکنید. جامعه ما طاق‌ت این کارها را حتی بین زن و شوهر ندارد.

خلاصه مطلب اینکه دیگران هنگامی می‌توانند در زندگی ما مداخله کنند و نفاق ایجاد کنند که خودمان اجازه این کار را بدهیم. علت فضولی دیگران این است که ما مثل یک کودک نابالغ هنوز تحت تسلط و کنترل والدینمان هستیم و یا فرزند یا دوستی را عزیزتر همسرمان می‌دانیم. در نتیجه پیوند زن - شوهری را سست می‌نماییم و رابطه زناشویی‌مان را گنبدیده می‌کنیم.

زن و شوهر، دو تا آدم با جنسیت متفاوت، تربیت‌های متفاوت و نیازها و خواسته‌های متفاوت هستند. اینکه

«زندگی مثل عسل!»

۲۱ فوت و فن شوهرداری

بتوانند با هم کنار بیایند و تفاوت‌های یکدیگر را بپذیرند، کلی هنر کرده‌اند! ولی اگر بخواهند به خاطر دیگران با یکدیگر بجنگند، وای بر این زندگی مشترک. این رفتارها را آگاهانه کنار بگذارید و هرگز به خاطر دیگران با هم دعوا نکنید.

تمرین این هفته:

کاری با همسرتان نداشته باشید. این هفته رفتارهای خودتان را زیر نظر بگیرید و ببینید آیا «شما» اجازه می‌دهید کسی در زندگی مشترکتان مداخله کند؟

این درس برای شخص شما طراحی شده است. شما نمی‌توانید آن را در اختیار شخص دیگری بگذارید.

ممنونم که به حقوق مولف احترام می‌گذارید. آن‌هایتا چشمه‌عالایی