

# موفقیت در زندگی زناشوئی



دکتر دیوید میس  
ترجمه : ط. میکائیلان

## Success in Marriage

Dr. David Mace

[www.irancatholic.com](http://www.irancatholic.com)

# موفقیت در زندگی زناشوئی

دکتر دیوید میس

ترجمه : ط. میکائیلیان

Success in Marriage

Dr. David Mace

## فهرست مطالب

مقدمه	۵	قسمت چهارم : پنج مشکل مهم	۹۶
قسمت اول : پنج اصل اساسی	۷	فصل شانزدهم : حسادت	۹۶
فصل اول : انتخاب	۷	فصل هفدهم : تفاوت‌های دینی	۱۰۲
فصل دوم : آمادگی	۱۴	فصل هجدهم : تمایلات عاشقانه	۱۰۸
فصل سوم : تعدیلات	۲۱	فصل نوزدهم : نداشتن فرزند	۱۱۴
فصل چهارم : سهیم ساختن	۲۸	فصل بیستم : دور شدن از بکدیگر	۱۲۰
فصل پنجم : رشد	۳۴	خاتمه : کسانی که گرفتار مشکل هستند	۱۲۸
قسمت دوم : پنج تعدیل مهم	۳۹		
فصل ششم : امور جنسی	۳۹		
فصل هفتم : پول	۴۵		
فصل هشتم : کار	۵۰		
فصل نهم : خویشاوندان سببی	۵۶		
فصل دهم : داشتن فرزند	۶۲		
قسمت سوم : پنج همسر مشکل	۶۸		
فصل یازدهم : زن «سرد مزاج»	۶۸		
فصل دوازدهم : شوهر ساکت	۷۴		
فصل سیزدهم : زن عیبجو	۷۹		
فصل چهاردهم : شوهر خیانتکار	۸۴		
فصل پانزدهم : زن در سنین بالا	۹۰		

ثالثاً اکثرآ زوجهایی را در نظر داشته‌ام که گرفتار مشکلاتی هستند یعنی اشخاص مایوس و سرگردان که آرزوهایشان برآورده نشده است. مدت بیست سال مشغول کمک به این نوع افراد بوده‌ام و از ناراحتی‌ها و مشکلات آنها اطلاع دارم. براساس تجربیاتی که پیدا کرده‌ام بعضی از این مشکلات را مورد بحث قرار داده‌ام. امیدوارم این کتاب از آن نوع کتابهایی باشد که بتوانید در اختیار دوستانی قرار دهید که گرفتار مشکلات زناشوئی هستند و آنها بتوانند راه حل مشکلات خود را در آن بیابند.

بیست سال قبل به این نتیجه رسیدم که یکی از مهمترین خدمات این است که به مردم کمک کنیم در زندگی زناشوئی خود موفقیت را پیدا کنند زیرا شادی آنها و سعادت اجتماع به این امر بستگی دارد. از آن به بعد همیشه سخت مشغول بوده‌ام زیرا در این زمینه کار زیادی وجود دارد. ظرف این بیست سال، صحیح بودن این نظریه بر من ثابت شده است و امروز هم به قوت خود باقی است. براساس همین عقیده است که به نوشتن این کتاب مبادرت نموده‌ام.

\* \* \*

## مقدمه

من به عنوان مشاور امور زناشوئی، در پنج قاره جهان یعنی اروپا و آسیا و استرالیا و آمریکا، به مشکلات زناشوئی عدۀ زیادی گوش فرا داده‌ام. در همه جا کوشیده‌ام در این مورد روشهای جدیدی ارائه دهم و روشهای موجود را اصلاح کنم. با توجه به مراتب فوق در مورد شرایط موفقیت در زناشوئی اطلاعات کافی دارم و از روشهای سعادت‌مند شدن در زندگی آگاه هستم.

در این کتاب نتیجه تجارب و مطالعات من در این رشته به زبانی ساده و قابل درک به شما خوانندگان گرامی تقدیم می‌گردد. در موقع نوشتن این کتاب، توجه من به این اشخاص معطوف بوده است:

اولاً امیدوارم این کتاب برای جوانانی که در فکر ازدواج هستند مفید باشد. بهترین روش برای از بین بردن مشکلات زناشوئی این است که از به وجود آمدن آنها جلوگیری کنیم! وقتی موفق به انجام این کار خواهیم شد که خطرات احتمالی را از اول بشناسیم. پس امیدوارم آن دسته از جوانانی که می‌خواهند ازدواج کنند، بتوانند از این کتاب استفاده نمایند.

ثانیاً در فکر زوجهای معمولی بوده‌ام که زندگی نسبتاً سعادت‌مندی دارند و با مشکل جدی روبرو نیستند. اشتباه است فکر کنیم که چون زندگی زناشوئی ما دچار مشکل مهمی نیست، پس نباید بهتر شود. به عقیده من بسیاری از اشخاص به این اشتباه دچار می‌شوند که در ابتدای ازدواج توقعات زیادی دارند ولی بعداً توقعشان خیلی کم می‌شود. در این کتاب کوشیده‌ام زوجهای معمولی را تشویق کنم به افقهای جدیدی چشم بدوزند و در روابط خود امکانات جدیدی کشف نمایند. زوجهایی که به زندگی متوسط زناشوئی راضی هستند در اطراف ما فراوانند و باید وضع آنها بهتر شود.

همسر مناسب باشند. خوشبختانه عده‌ای از آنها موضوع را جدی می‌گیرند و در واقع باید همین طور هم باشند زیرا سعادت آینده آنها به این انتخاب بستگی دارد.

در گذشته آزادی انتخاب وجود نداشت و حتی امروز هم در بعضی از کشورها انسان آزاد نیست که همسر خود را انتخاب نماید. در بعضی از کشورهای مشرق زمین انتخاب همسر توسط والدین انجام می‌شود. حتی گاهی در این مورد با جوانان مشورتی به عمل نمی‌آید. یکی از شاگردان چینی من می‌گفت که والدینش تا قبل از روز ازدواج یکدیگر را ندیده بودند بلکه در همان موقعی که به یکدیگر معرفی شدند به ازدواج یکدیگر درآمدند. در بعضی جاها حتی مراسم معارفه هم وجود نداشت و داماد بعد از اجرای مراسم عقد پوشش روی صورت عروس را به کناری می‌زد تا برای اولین بار قیافه همسر خود را ببیند!

یک وقت از عده‌ای از جوانان هندی پرسیدم که آیا مایل نیستند مانند غربیها در انتخاب همسر خود آزادی داشته باشند. با کمال تعجب مشاهده کردم که جواب منفی دادند. وقتی علت را پرسیدم اظهار داشتند که چون تجربه کافی ندارند نمی‌توانند انتخاب صحیحی انجام دهند. آنها ترجیح می‌دادند که این انتخاب توسط والدینشان انجام شود. یک دختر جوان هندی در دنباله بحث این سؤال را مطرح ساخت: «آیا صحیح است که در مغرب زمین دختر باید خودش را برای مردها جالب سازد تا بتواند شوهری دست و پا کند؟» سؤال بسیار جالبی بود و حقیقت داشت! دختر جوان هندی به سخنان خود این طور ادامه داد: «خوشحالم که در غرب زندگی نمی‌کنم. ما دختران هندی در مورد انتخاب همسر ناراحتی نداریم. مطمئن هستیم که شوهری خواهیم داشت. والدین ما ترتیب کار را خواهند داد. ولی امروزه در غالب کشورها آزادی انتخاب همسر وجود دارد و هر کس باید همسر خود را خودش انتخاب کند. اگر آزادی انتخاب را لازم

## قسمت اول پنج اصل اساسی

### فصل اول

### انتخاب

دکتر وان دولت دانشمند هلندی که سالهای متمادی از عمر خود را صرف راهنمایی خانواده‌ها نموده است، زناشویی موفق را به معبدی تشبیه می‌کند که بر چهار اساس قرار دارد. اولین اساس یا پایه به نظر او عبارتست از انتخاب همسر مناسب.

برای تمام کسانی که قصد ازدواج دارند، مهمترین نقطه برای آغاز کار عبارتست از انتخاب همسر مناسب. اگر همسر مناسبی پیدا نکنیم ازدواج مناسبی نخواهیم داشت. هیچکس نمی‌تواند با این حقیقت روشن مخالف باشد.

معهداً غالباً به این حقیقت بسیار مهم توجهی نمی‌شود و در مورد انتخاب دقت کافی به عمل نمی‌آید. شکی نیست که اگر تمام ازدواجها از راه قرعه کشی و بطور تصادفی انجام شود، امکان دارد بعضی از این ازدواجها موفقیت آمیز باشد. ولی بدیهی است که اگر انتخاب از راه مطالعه در مورد خصوصیات همسر انجام شود نتایج خیلی بهتری بدست خواهد آمد. مطالعات عملی که ظرف این چند سال به عمل آورده ایم صحت این عقیده را ثابت کرده است. زوجهای مناسب شانس بیشتری برای زندگی سعادت مند دارند.

پس جوانانی که به سن ازدواج می‌رسند باید با جدیت در فکر یافتن

شکی نیست که بعضی از جوانان ما در مورد انتخاب همسر خیلی احمقانه عمل می نمایند. نمی توانیم آنها را بیش از حد ملامت نمائیم زیرا اگر به آنها کمک نکنیم نباید بیش از این انتظار داشته باشیم. چون اگر والدین برای فرزندان خود همسر انتخاب نکنند، لااقل باید به آنها معیارهایی بیاموزند تا در موقع انتخاب همسر مورد استفاده آنها قرار گیرند. ولی غالباً در این مورد هم غفلت می شود. بدین طریق جوانان که از راهنمایی های عاقلانه محروم می باشند خواه ناخواه به عواطف و احساسات خود متکی می گردند!

یک دختر هفده ساله یکبار به من چنین گفت: «اطمینان دارم پسری که با او دوست شده ام برای من شوهر مناسبی خواهد بود». از او پرسیدم «از کجا اطمینان داری؟» جواب داد «زیرا وقتی او را ملاقات می کنم تمام بدنم به لرزه در می آید». بدون شک برای این پسر موفقیتی بود که توانسته بود در این دختر چنین احساساتی برانگیزد و بدیهی است که این دختر از چنین احساسی لذت می برد. ولی این نوع لرزیدن چه تضمینی به وجود می آورد که این دو نفر می توانند خانواده خوبی تشکیل دهند و تا آخر عمر با هم سعادت مند باشند؟ با کمال تأسف باید گفت که هیچ تضمینی به وجود نمی آورد. ولی وقتی دلائل عقلی برای عمل خود در دست نداریم به ناچار بر اساس احساسات یا غرائز خود تصمیم می گیریم.

آیا می توانیم به جوانان راه بهتری نشان بدهیم؟ روان شناسان آمریکائی بعد از تلاشهای زیاد آزمایشاتی برای تشخیص مناسب بودن دو نفر برای ازدواج با یکدیگر ترتیب داده اند. برای این که دو نفر برای ازدواج با یکدیگر مناسب تشخیص داده شوند باید دارای نمرات مثبت کافی باشند و منحنی ترسیم شده از خصوصیات آنها باید به هم شبیه باشد. وقتی موضوع فوق را برای دوستان انگلیسی خود شرح دادم آنها خنده تمسخرآمیزی سردادند. از نظر اصولی من با این نوع آزمایشها مخالفتی

بدانیم باید در عین حال به این نکته توجه کنیم که برای یک جوان کم تجربه مسئولیت خیلی بزرگی است که همسری انتخاب کند که باید با او حدود پنجاه سال به طور دائم به سر ببرد و دارای نزدیکترین رابطه ها باشد. بدیهی است که چنین انتخاب مهمی باید با دقت و حکمت کافی به عمل آید.

مردم در مورد انتخاب همسر چگونه عمل می نمایند؟ یونانیان افسانه بسیار زیبایی دارند که طبق آن زن و مرد در ابتدا به هم چسبیده بودند. یک وقت خدایان عصبانی شدند و این انسانها را دو نیم کردند و در تمام جهان پخش نمودند. بعد از آن لازم بود زن و مرد در جستجوی نیمه خود باشند و او را بیابند. پس همسر واقعی هر کس نیمه ای است که از او جدا شده بود.

عده ای دوست دارند باور کنند که عشق افلاطونی وجود دارد و دو نفر که از ازل برای یکدیگر تعیین شده اند یکدیگر را پیدا خواهند کرد. در محاورات عادی هم گاهی می گوئیم «این دو نفر برای یکدیگر خلق شده اند».

متأسفانه حقایق علمی این نوع نظرات را مردود می داند. تحقیقاتی که به عمل آمده نشان می دهد عاملی که اکثریت قریب به اتفاق انتخابها بر اثر آن عملی می گردد عبارتست از شباهت و نزدیکی به یکدیگر. علت ازدواج غالب زوجها این است که بر اثر تصادف با هم در یک جا قرار گیرند و متوجه می شوند که دارای علائق و احتیاجات مشترک هستند و بدین طریق به سوی یکدیگر جلب می شوند.

در این گونه موارد علی الاصول انتخاب بر اساس شانس و اقبال انجام می شود. بدیهی است که این نوع انتخاب تصادفی نمی تواند به اندازه انتخاب والدین منطقی باشد زیرا والدین دارای حکمت و تجربه بیشتری هستند و در انتخاب همسر برای فرزندان خود دقت کافی به عمل می آورند.

۲- عامل مهم دوم عبارتست از آشنائی کافی. اغلب ما مطالبی دربارهٔ زوجهای شنیده‌ایم که در تعطیلات تابستان با یکدیگر آشنا شده و سخت عاشق یکدیگر گشته‌اند و ظرف چند هفته کارشان به ازدواج کشیده و زندگی سعادت‌مندی دارند. ولی فراموش می‌کنیم که زوجهای زیاد دیگری بوده‌اند که به همین طرز ازدواج کردند و دچار بدبختی شدند. علی‌الاصول باید بدانیم که ازدواج با عجله پایان خوشی ندارد. این نوع ازدواج قمارری است که نه فقط زندگی دو نفر را به خطر می‌اندازد بلکه فرزندان را هم که بعداً متولد می‌شوند بدبخت می‌سازد. با کمال تأسف باید گفت که علت عجله در غالب موارد این است که فرزندی در راه می‌باشد!

در هر حال مسلم است دو نفری که مدت بیشتری با هم آشنا هستند یکدیگر را بهتر از کسانی می‌شناسند که مدت کمتری با هم آشنائی داشته‌اند. چنانچه وقت کافی برای آشنائی با یکدیگر وجود داشته باشد تصورات غلط از بین خواهد رفت، ظاهر فریبنده جای خود را به حقیقت خواهد داد و حقایق مربوط به خصوصیات و اخلاق طرف به روشنی معلوم خواهد شد. بررسیهایی که توسط دانشمندان آمریکائی به عمل آمده نشان می‌دهد که زناشوئی زوجهای که بعد از چند سال آشنائی ازدواج کرده‌اند بسیار با دوام‌تر و سعادت‌مندتر از زوجهای است که بعد از چند ماه آشنائی ازدواج نموده‌اند.

۳- سومین عامل مهم عبارتست از معیارهای مشترک دو طرف. ممکن است ازدواج دو نفری که دارای زمینه‌های مختلف هستند قرین سعادت گردد ولی به طور کلی تجربه نشان داده است که اختلافات اساسی از نظر سن و نژاد و دین و فرهنگ، غالباً مشکلات فراوانی ایجاد می‌نماید. وقتی چنین اختلافاتی در میان زوجین وجود داشته باشد داشتن زندگی سعادت‌مند زناشوئی بسیار مشکل خواهد گردید.

ندارم و آنها را مضر نمی‌دانم ولی باید دانست که موضوع ازدواج خیلی جدی‌تر از اینهاست زیرا تعهدی است در مورد بقیهٔ عمر نه یک خواب و خیال. اگر مطمئن باشم که چنین آزمایشاتی به تشکیل خانواده‌های سعادت‌مند کمک می‌کنند صد درصد با آنها موافقت خواهم کرد. ولی حقیقت این است که نتیجهٔ این آزمایشها فقط نشان می‌دهد که این دو نفر تضاد اصولی دارند یا نه. به نظر من تمام کسانی که موضوع زناشوئی را جدی می‌گیرند در دوران آشنائی و نامزدی می‌توانند این مسائل را به طور کامل مطالعه کنند و احتیاجی به آزمایش وجود ندارد. ضمناً کسانی که زناشوئی را جدی نمی‌گیرند اصلاً در فکر انجام آزمایشات فوق‌الذکر نخواهند بود!

پس جوانان چطور می‌توانند انتخاب صحیحی انجام دهند؟ بر اساس تجربه و مطالعاتی که انجام شده چند حقیقت مهم بدست آمده است که ذیلاً به شرح آنها می‌پردازم:

۱- رشد برای هر دو طرف مهم است. مقصود اصلی من رشد عاطفی است. برای جلوگیری از سوء تفاهم می‌توانم به طور ساده بگویم که مقصود از رشد عاطفی عبارتست از این که شما به اندازهٔ کافی رشد پیدا کرده باشید که خودتان را به خوبی بشناسید و بپذیرید و این توانائی را داشته باشید که بتوانید اکثر مردم را درک نمائید و با آنها روابط حسنه برقرار کنید. بعضی از پسران و دختران در سنین نسبتاً کمتری چنین رشدی می‌کنند. معهدا علی‌الاصول به نظر من این رشد برای دختران بعد از بیست سالگی و برای پسران بعد از بیست و دو سالگی حاصل می‌گردد و به همین دلیل ازدواج قبل از این سن صلاح به نظر نمی‌رسد. غالب کسانی که زودتر ازدواج می‌کنند دارای شخصیتی غیر معمولی هستند و برای فرار از کشمکش‌های شخصی به فکر ازدواج می‌افتند.

## فصل دوم آمادگی

وقتی پرویز و مریم با هم هستند، به قدری احساس شادی و وجد می نمایند که سایر موضوعات را فراموش می کنند. آنها عاشق یکدیگر هستند و در نظر دارند ازدواج کنند. شادی آنها حدی ندارد. مگر سایر موضوعات مهم است؟

ولی وقتی هر یک از آنها تنها می ماند و درباره آینده فکر می کند، خدا می داند که چه سؤالاتی به مغز او خطور می نماید: «آیا در آینده هم مانند حالا خوشحال خواهیم بود؟ از کجا معلوم که این شادی و شیرینی که اکنون از آن بهره مند هستیم در طی سالها در مقابل مشکلات زندگی پایدار بماند؟ چرا بعضی از ازدواجها که در ابتدا خیلی خوب بودند بعداً به بدبختی منتهی شده اند؟ چطور می توانیم تداوم سعادت خود را تضمین نمائیم؟»

برای جواب دادن به این سؤالات چند راه وجود دارد. یک راه این است که نزد فالگیری برویم و درباره آینده از او سؤال کنیم. راه دیگر این است که نزد مشاور امور زناشویی برویم و برنامه دقیقیتی جهت آمادگی برای زناشویی تنظیم نمائیم.

بدیهی است که روش عاقلانه همان روش دوم است. علت این است که مهمترین عاملی که می تواند ما را در داشتن خانواده سعادت مند یاری دهد آمادگی کافی قبل از ازدواج است.

یکی از شگفت انگیزترین خصوصیات جوامع ما این است که تلاشهایی که برای آمادگی جشن عروسی انجام می شود خیلی بیشتر از تلاشهایی است که برای آمادگی در مورد ازدواج به عمل می آید. بدیهی است که جشن عروسی از مهمترین وقایع زندگی زوجین می باشد و باید کوشش به عمل

این اختلافات قبل از ازدواج چندان مهم به نظر نمی رسند. کسانی که با ما «تفاوت» دارند غالباً برای ما جالب توجه به نظر می آیند. ولی متأسفانه همین اختلافاتی که قبل از ازدواج جالب به نظر می رسند بعد از ازدواج که زوجین در زندگی یکدیگر سهم می گردند غیر قابل تحمل می شوند.

در عین حال باید توجه داشته باشیم که برای زناشویی سعادت آمیز لازم نیست طرفین از تمام جهات شبیه یکدیگر باشند. تفاوت سلیقه و حتی تا حدی تفاوت اخلاق، ممکن است باعث توسعه و رشد زندگی زوجین شود. ولی نکته مهم این است که هر دو در مورد پایه ها و معیارها و اصول فلسفه زندگی توافق داشته باشند و نظر اساسی آنها در مورد حیات یکی باشد.

در مورد انتخاب همسر مناسب مطالب فراوان بیشتری می توان گفت ولی به نظر من سه عامل فوق الذکر از همه مهمتر هستند. دو نفری که در قضاوتهای خود رشد کافی دارند و یکدیگر را به خوبی می شناسند و متوجه شده اند که آشنائی بیشتر با یکدیگر باعث خواهد شد که اتحاد و احترام آنها نسبت به یکدیگر بیشتر شود، چنین زوجی می تواند قدمهای لازم در مورد ازدواج را بردارد و مطمئن باشد که دارای خانواده ای بادوام و سعادت مند خواهد بود.

\* \* \*



سازند تا بتوانند زندگی زناشویی سعادت‌مندی داشته باشند؟ اجازه بفرمائید اول شرح بدهم که خودشان چه کارهایی می‌توانند انجام دهند و سپس روشن سازم که چه کارهایی می‌توانند با کمک دیگران به انجام برسانند:

۱- آنها باید در مورد معنی ازدواج هر چه می‌توانند بیشتر یاد بگیرند. در سالهای اخیر در مورد ازدواج بررسیها و مطالعات فراوانی به عمل آمده و کتابهای متعددی نوشته شده است. از این کتابها باید حداکثر استفاده به عمل آید.

اگر تصمیم بگیرید که در کشوری که با آن آشنائی ندارید مسافرتی طولانی انجام دهید، روش عاقلانه این خواهد بود که درباره اوضاع آن کشور مطالعات کافی به عمل آورید. فایده این کار این است که دچار اشتباهات کمتری می‌شوید و از مسافرت خود بیشتر استفاده می‌کنید.

ازدواج قدم بسیار مهمی است که ما را به مرحله کاملاً جدیدی از زندگی وارد می‌سازد ولی متأسفانه عده زیادی بدون این که در این مورد کمترین مطالعه‌ای انجام دهند ازدواج می‌کنند. آنها کتابهایی در مورد آشپزی یا طرز نگهداری اتومبیل یا باغبانی و نظایر آن می‌خوانند ولی هرگز توجه نمی‌کنند که مطالعه در مورد ازدواج امری بسیار مهم است.

خواندن این کتاب نشان می‌دهد که شما به اهمیت این موضوع توجه دارید. سعی کنید کتابهای دیگری را هم که در این مورد وجود دارند پیدا کنید و مطالعه نمائید.

۲- هر دو باید یکدیگر را خیلی خوب بشناسند. در فصل مربوط به انتخاب در مورد اهمیت شناختن یکدیگر تأکید به عمل آوردم.

اکنون می‌خواهم درباره راه شناختن یکدیگر توضیح بیشتری بدهم. زن و شوهری برای من شرح دادند که در موقع نامزدی در این مورد چه روشی در پیش گرفتند. در طی ماههای تابستان هفته‌ای یک بعدازظهر را

آید که به طرز خوبی برگزار گردد ولی در هر حال جشن عروسی فقط آغاز زندگی مشترک است و تنها شروع زندگی زناشویی می‌باشد. این جشن در یک روز تمام می‌شود ولی زندگی مشترک احتمالاً تا نیم قرن ادامه می‌یابد.

طرز رفتار دو طرف با یکدیگر در دوران قبل از ازدواج تأثیر مهمی در زناشویی آنها خواهد داشت. زندگی مشترک زناشویی همان ادامه دوران آشنائی و نامزدی است که به مراتب صمیمی‌تر می‌باشد. طی این دوره‌ها به تدریج به طرف صمیمیت بیشتر و تعهدات کامل‌تری جلو می‌رویم. در واقع ازدواج برای زوجین عبارت از نقطه‌ای است که بعد از رشد با یکدیگر طرفین به طور رسمی و علنی اعلام می‌دارند که می‌خواهند صمیمی‌ترین رابطه را داشته و در مقابل یکدیگر تعهدات کامل را بپذیرند.

مراسم جشن عروسی واقعه‌ای بسیار زیبا و پر وقار است ولی نباید به غلط تصور کرد که این مراسم می‌تواند چیزی به زندگی و شخصیت طرفین اضافه یا از آن کم نماید. یک هفته بعد از جشن عروسی زن و شوهری که ازدواج کرده‌اند همان خواهند بود که یک هفته قبل از آن مراسم بودند.

ممکن است عده‌ای تصور نمایند که ما با این سخنان می‌خواهیم مراسم دینی و برکات الهی را که بر اثر آن جاری می‌گردد بی‌ارزش سازیم. به هیچ وجه چنین قصدی نداریم. من معتقدم که دو نفری که دارای معتقدات دینی می‌باشند مدتها قبل از جشن عروسی و مراسم دینی مربوط به آن، در حضور خدا قولهای نهائی را داده‌اند و مراسم دینی در واقع نشان‌دهنده و تأکید کننده این تعهدات آنهاست. از طرف دیگر وقتی دو نفر دارای اعتقادات دینی نباشند هیچ نوع مراسم دینی نمی‌تواند برکات الهی را بر آنها تحمیل نماید.

پس دو نفری که در فکر ازدواج هستند چطور می‌توانند خود را آماده

داشت. زندگی زناشوئی شرائط کاملاً جدیدی به وجود می‌آورد که زن و شوهر باید خودشان را با آنها مطابقت دهند.

عقلانه نیست که انسان کارهایی را که باید در دوران نامزدی انجام دهد به تعویق اندازد و بخواهد این کارها را در زمانی انجام دهد که بعد از ازدواج وظایف متعدد جدیدی ایجاد می‌گردد.

۴- آنها باید برنامه زندگی خود را با هم طرح ریزی نمایند. این به آن معنی نیست که باید در مورد جزئیات برنامه آینده زندگی خود تصمیمات تغییر ناپذیری اتخاذ نمایند. ولی باید درباره مسائل مهم زندگی توافق داشته باشند از جمله این که: در چه محلی سکونت خواهند نمود؟ آیا زن کار خواهد کرد یا نه؟ درآمد خود را چگونه خرج خواهند کرد؟ طرز رفتارشان در مورد دوستان و همسایگان و خویشاوندان چه خواهد بود؟ چند فرزند خواهند داشت و آنها را چگونه تربیت خواهند کرد؟ و موضوعاتی از این قبیل.

باعث تعجب فراوان من می‌گردد که بعضی اوقات زن و شوهرهایی را ملاقات می‌کنم که قبل از ازدواج هیچگاه درباره چنین مسائلی مذاکره نکرده‌اند. من به حرفهای زنهایی گوش داده‌ام که با غم و اندوه فراوان شکایت می‌کنند که شوهرانشان به آنها پول نمی‌دهند ولی معلوم شده است که قبل از ازدواج در این مورد هیچ بحثی نکرده‌اند. بعضی از آنها به من گفته‌اند که بعد از ازدواج با کمال تعجب متوجه شده‌اند که شوهرانشان علاقه ندارند فرزند داشته باشند. البته در تمام موارد چنین نیست ولی مقصودم این است که قبل از ازدواج باید درباره این مسائل توافق شود.

ممکن است عده‌ای فکر کنند من با این حرفها دوران آشنائی و نامزدی را مشکل می‌سازم. به هیچ وجه این طور نیست. برعکس عقیده دارم نامزدهائی که در دوران نامزدی خود این وظایف را که تا حدی مشکل است به انجام می‌رسانند خیلی موفق تر از کسانی خواهند بود که دوران

به بالای تپه‌ای که دارای منظره‌ای زیبا بود می‌رفتند و در آنجا گذشته خود را به تفصیل برای یکدیگر شرح می‌دادند و از ذکر جزئیات خودداری نمی‌کردند. این کار را به قدری ادامه دادند که هر دو جزئیات زندگی طرف را کاملاً می‌دانستند.

به نظر من این روش بسیار عقلانه است. البته بعضی چیزها را نمی‌توان به آسانی تعریف کرد. بهتر است در مواقعی که در مورد گفتن موضوعی تردید دارید قبلاً با شخص فهمیده و بی طرفی مشورت کنید. ممکن است عده‌ای صلاح ندانند که همه چیز را بگویند ولی به نظر من تا جایی که ممکن است باید حقایق را بگوئیم. عشق و محبت واقعی بر اساس آگاهی کامل و درک کامل و پذیرش کامل یکدیگر قرار دارد.

۳- آنها باید از دوران نامزدی برای رشد روابط استفاده نمایند. به نظر من بعضی از کسانی که نامزد هستند این اشتباه را مرتکب می‌شوند که وقت خود را صرف تفریحات و کارهای آسان می‌نمایند. کسانی که روابطشان محدود به زمان تفریحات و فرصتهای شادی آور می‌باشد نمی‌توانند دوستی صمیمانه‌ای ایجاد کنند. برای آشنائی بیشتر با یکدیگر و آموختن طرز همکاری با هم، باید در شرائط مشکل به منظور برطرف کردن موانع همدیگر همکاری نمائیم. اگر در ازدواج همکاری نداشته باشیم حتماً شکست خواهیم خورد.

ازدواج مستلزم یک دوره طولانی و پیچیده برای تعدیل و همکاری متقابل است. قسمت زیادی از این تعدیل و همکاری باید قبل از ازدواج به عمل آید تا هر دو مطمئن باشند که بعد از ازدواج خواهند توانست با کمک یکدیگر بر مشکلات پیروز شوند زیرا در غیر این صورت احتمال شکست در ازدواج بسیار زیاد است.

به طور خلاصه باید گفت که هر چه تعدیلات و هماهنگی‌های قبل از ازدواج بیشتر باشد، بعد از ازدواج به این امور احتیاج کمتری وجود خواهد

در سالهای اخیر، موضوع آمادگی برای زناشوئی اهمیت بیشتری یافته است و این امر باید باعث خوشوقتی باشد. در تمام رشته‌های دانش و فعالیت بشری، انسان همیشه به این نتیجه رسیده که شرط پیشرفت در هر کاری عبارتست از فهمیدن آنچه انجام می‌دهیم و برای این منظور باید قبلاً اطلاعات صحیح کسب نمائیم و از برنامه صحیح پیروی کنیم. روشن است که قبول تعهدات سنگین به طور کورکورانه و بدون مطالعه کافی، کاری است احمقانه و غیرمسئولانه.

اگر به ما اختیار داده شود که در مورد ازدواج خودمان یا فرزندانمان یا دوستانمان بین ازدواج با آمادگی قبلی و ازدواج بدون آمادگی قبلی یکی را انتخاب خواهیم کرد، کدام را انتخاب خواهیم کرد؟ بدون شک ازدواج با مطالعه و آمادگی قبلی را ترجیح خواهیم داد و روش عاقلانه هم همین است.

\* \* \*

نامزدی خود را فقط صرف تفریحات می‌کند و در عالم رؤیا زندگی می‌نماید.

ولی هنوز حرفهای من در مورد دوران آمادگی به پایان نرسیده است. برای آماده شدن جهت زناشوئی اقدامات دیگری هم وجود دارد که در مورد آنها کمک و همکاری سایرین ضروری می‌باشد. به طور خلاصه به این موارد اشاره می‌نمائیم:

یکی از بهترین روشها این است که در جلسات بحث در مورد آمادگی برای ازدواج شرکت کنیم که توسط کلیساها و سایر سازمانها تشکیل می‌گردد. این روش که بسیار جدید است نتایج بسیار خوبی دارد. وقتی دو نفر نامزد با عده‌ای دیگر که نامزد هستند یا به تازگی ازدواج کرده‌اند در بحث‌های جدی در مورد مفهوم ازدواج شرکت نمایند درسهای زیادی خواهند آموخت.

اگر درباره زناشوئی دارای ترس و شک و تردید هستید توصیه می‌نمایم که با یک مشاور امور زناشوئی مذاکره نمائید. یک مشاور خوب قادر خواهد بود به شما کمک کند و تمام مذاکرات محرمانه خواهد بود. برخلاف عقل و حکمت خواهد بود که انسان بدون برطرف کردن ترسها و شک و تردیدهای خود مبادرت به زناشوئی نماید زیرا این امر باعث ناراحتی شخص و همسرش خواهد بود.

انجام آزمایشات پزشکی قبل از زناشوئی، بسیار به جا و عاقلانه است. هر دو طرف مطمئن خواهند شد که از سلامتی لازم برای ازدواج برخوردار هستند. در عین حال در همین موقع می‌توان سوالات مربوط به روابط جنسی از نظر بدنی را هم با پزشک در میان گذاشت.

بالاخره اجرای مراسم دینی زناشوئی، باعث خواهد شد که مفهوم آن برای هر دو بسیار عمیق و پرمعنی گردد. معمولاً روحانیون کلیساها وقت کافی برای تشریح مفهوم ازدواج صرف می‌نمایند. این توضیحات برای نامزدها بسیار مفید است.

اولین عامل عبارتست از این که طرفین تا چه حد به یکدیگر شباهت دارند و شخصیت آنها تا چه حد قوی است. افرادی که دارای شخصیت و آرزوهای قوی نیستند به تعدیل زیادی احتیاج ندارند و می توانند زندگی زناشویی متوسطی داشته باشند. ولی کسانی که دارای اراده قوی می باشند باید تلاش زیادی به عمل آورند تا اراده آنها تعدیل گردد و هماهنگی معقولی ایجاد شود. معهداً وقتی این تعدیل صورت بگیرد هر دو دارای زندگی سعادت‌مندی خواهند بود.

دومین عامل عبارتست از توقعاتی که طرفین از یکدیگر دارند. در بعضی جوامع، رابطه ازدواج به صورتی است که می توان آن را خدمات متقابل نامید. از نظر مرد، زن وسیله ای برای ارضاء شهوت جنسی و به وجود آورنده محلی برای خوابیدن در شب و خوردن سه وعده غذا در روز با قیمت مناسب است. هم چنین زن، مرد را موجودی می داند که زندگی او را تأمین می کند و احساس مادر بودن او را به وسیله دادن فرزند ارضاء می نماید. بیش از این توقع دیگری وجود ندارد.

ولی امروزه انتظاراتی بیشتر از اینها در مورد روابط زناشویی وجود دارد. کلماتی مانند محبت، تسلی، درک، دوستی و صمیمیت، ملایمت و عاطفه بیشتر بکار برده می شود. ولی غالباً به این موضوع توجه نداریم که هر چه این نوع روابط بیشتر باشد، احتمال ایجاد کشمکش بیشتر خواهد بود و به همین دلیل لازم است تعدیلات بیشتری به عمل آید. به همین دلیل است که امروزه مشکلات زناشویی در خانواده ها بیشتر شده و علت آن هم این است که وقتی توقعات زیاد باشد به همان نسبت مشکلات هم بیشتر خواهد شد.

وقتی تعدیلات لازم با موفقیت انجام شود به مرحله سوم می رسیم که در آن تأکید بر روی همکاری متقابل قرار دارد. مرحله ماه عسل لبریز از شادیهها بود ولی این مرحله سوم مرحله ای آرام تر می باشد لیکن از بسیاری جهات کاملاً اقلع کننده است زیرا خیلی عمیق تر و با دوام تر می باشد.

## فصل سوم تعدیلات

هر زناشویی موفق معمولاً دارای سه مرحله می باشد. مرحله اول عبارتست از دوره کوتاه ولی سرشار از شادی که در آن تأکید بر روی لذت متقابل قرار دارد. این همان دوره ماه عسل است که در آن لذت بی حد متعلق بودن به یکدیگر وجود دارد و قلب عروس و داماد مملو از آهنگهای نشاط انگیز است. ولی متأسفانه تمام ماه عسل ها به این صورت موفقیت آمیز نیست. به طور کلی هر چه زوجین برای ازدواج آمادگی بیشتری پیدا کنند در دوران ماه عسل موفقیت بیشتری خواهند داشت.

ولی در هر حال ماه عسل نمی تواند ابدی باشد. عملاً نمی توان همیشه در حالت وجد و شغف باقی ماند و انسان اجباراً باید به زندگی معمولی برگردد. پس دوباره باید به زمین برگردیم و به انجام کارها و وظایف خود پردازیم و زندگی عادی خود را از سر بگیریم. ولی این موضوع نباید باعث نومیدی یا ناراحتی ما گردد زیرا باید حقایق زندگی را بپذیریم و از زندگی در رویاها دست بکشیم.

وقتی زوجین بعد از ماه عسل زندگی زناشویی خود را آغاز می کنند مرحله دوم شروع می شود که در آن تأکید بر روی **تعدیلات متقابل** قرار دارد.

ازدواج موفقیت آمیز اصولاً عبارتست از توفیق دو نفر در طی کردن مرحله پیچیده تعدیل و مطابقت و هماهنگی با یکدیگر در یک رابطه بسیار نزدیک و صمیمانه. همان طوری که قبلاً اشاره شد نباید انتظار داشت که دو نفر از قبل کاملاً با یکدیگر تناسب داشته باشند. به همین دلیل بعضی تعدیلات ضروری است. میزان تعدیلات در مورد ازدواجهای مختلف متفاوت است و معمولاً به دو عامل زیر بستگی دارد:

لازم است در این مورد تأکید به عمل آورم که جلوگیری از مشاجرات را نباید موفقیت به حساب آورد. ممکن است یکی از طرفین بخاطر حفظ آرامش خانواده از جر و بحث خودداری نماید ولی اگر این وضع باعث شود که بعضی از اصول مهم زندگی زناشوئی پایمال گردد، روش عاقلانه ای نیست. پیروی از اصل غلط «حفظ صلح به هر قیمتی که باشد» نه در امور بین المللی صحیح است و نه در زندگی زناشوئی.

راه دیگری که برای دوری از مشاجرات وجود دارد عبارتست از خفه کردن احساسات و عقاید مخالف به این معنی که به طرف بفرمانیم که دیگر نباید درباره موضوع مورد بحث صحبت کنیم. این روش هیچ مسئله ای را حل نمی کند زیرا مفهوم آن این است که به هیچ وجه نمی توانیم به توافق برسیم و این برای زندگی زناشوئی یک شکست فاحش است و باعث می گردد که طرفین نسبت به یکدیگر کاملاً بیگانه شوند. ممکن است بعضی از زوجین از این روش استفاده نمایند ولی این امر باعث می شود که کیفیت رابطه آنها تنزل نماید.

با توجه به مراتب فوق، در دوره انجام تعديلات و حتی مدتی بعد از آن، مشاجرات طبیعی است. بدیهی است که نوع مشاجره زوجهای مختلف با یکدیگر تفاوت دارد. عده ای با جر و بحث کاملاً مخالف هستند و عده ای دیگر از جر و بحث لذت می برند. به نظر من در حدود معقول لازم است که زن و شوهر احساسات خود را برای یکدیگر بروز دهند. خانمی می گفت «وقتی شوهرم در مورد دیر حاضر شدنم خیلی ناراحت گردید، تازه متوجه شدم که از نظر او به موقع حاضر شدن خیلی اهمیت دارد». شوهری می گفت «وقتی خانمم در مورد رفتن به کنسرت داد و قال کرد، تازه متوجه شدم که از نظر او هفته ای یکبار بیرون رفتن نه یک امر ترفنی بلکه بسیار ضروری است». بروز احساسات شدید غالباً تنها راه فهماندن مقصودمان به طرف مقابل است. در موقع مشاجره مطلب مهمی را که از طریق دیگر نمی توان فهمانید به طرف ابلاغ می نمائیم.

روشن است که مشکل ترین مرحله موفقیت در ازدواج همان مرحله تعديلات می باشد. شکی نیست که در هر ازدواجی طرفین باید تعديلاتی به وجود آورند. کسانی که وارد زندگی زناشوئی می شوند ولی حاضر نیستند تغییر کنند خودشان را فریب می دهند. مردی که مایل است بعد از ازدواج درست مانند دوره تجرد رفتار نماید و در شخصیت او هیچ تغییری به وجود نیاید، به اهمیت تعهدات خود توجهی نکرده است. زن گرفتن فقط این نیست که به شخصیت خود یک چیز مفید و زینتی اضافه نمائیم. ازدواج عبارتست از وارد شدن به یک زندگی کاملاً جدید و متفاوت.

انجام تعديلات به قدری مهم است که قسمت دوم این کتاب را به بحث درباره انواع مختلف آن اختصاص داده ایم. در اینجا توجه خود را به طرز انجام تعديلات معطوف می داریم.

چون زندگی مشترک در ازدواج بسیار نزدیک و صمیمانه است طبیعی است که زن و شوهر گاهی اختلاف نظر پیدا می کنند. هیچ دو نفری وجود ندارند که در همه چیز با هم کاملاً توافق داشته باشند. عدم توافق باعث ایجاد کشمکش می گردد. دو اراده مخالف با هم تضاد پیدا می کنند و تلاش می نمایند که بر یکدیگر برتری جویند. هر کدام از عقیده خود دفاع می کنند. در نتیجه غالباً مشاجره به وجود می آید که به منزله نزاعی است که سلاحهای آن کلمات و احساسات می باشد.

برای دو نفری که یکدیگر را خیلی دوست دارند این مشاجرات بسیار دردناک است ولی باید واقع بین باشیم و بدانیم که در زندگی زناشوئی مشاجرات کاملاً طبیعی و غیرقابل اجتناب می باشد. فایده این مشاجرات این است که معلوم می کند در چه مواردی باید تعدیل به عمل آید. اگر از این وضع به طرز صحیح استفاده شود و تعديلات لازم به عمل آید پایه های زندگی زناشوئی مستحکم تر خواهد گردید.

فرض کنیم که پرویز و مهین، بعد از مشاجره شدید در مورد کاغذهای روی میز، به آرامی بنشینند و از خود و از یکدیگر بپرسند که چه مشکلی دارند. ممکن است مهین بگوید «پرویز، علت عصبانیت شدید تو نمی تواند فقط همین کاغذها باشد. آیا علت عصبانیت تو چیز دیگری نیست؟» ممکن است پرویز چند دقیقه ای ساکت بنشیند و سپس بگوید «حق با توست». سپس مهین باید با هشیاری مشکل پرویز را پیدا کند. در این موقع تمام حقایق روشن خواهد شد. مهین که خانم هوشمندی است متوجه خواهد گردید که ناراحتی پرویز در مورد رابطه جنسی برای او و خانواده ضرر دارد. سپس اقرار خواهد نمود علت بی تفاوتی خود را نمی داند و دست خود او نیست. این دو با استفاده از مشاجره به موضوع و مشکل اصلی رسیده اند. در این موقع آنها فرصت خواهند داشت که در صورت لزوم با کمک گرفتن از اشخاص مطلع تعدیلات لازم را به عمل آورند و زندگی زناشوئی خود را از خطر احتمالی نجات دهند.

البته لازم نیست که تمام تعدیلات بر اثر مشاجره انجام شود و باید بدانیم که گاهی در مشاجرات ناراحتی اصلی ظاهر نمی گردد. من در مورد حل مشاجرات تأکید به عمل آورده ام زیرا غالب زوجین در این مورد دچار اشکال می شوند. اینک خلاصه ای از مطالب مورد بحث را ذکر نمائیم:

- ۱- در تمام ازدواجها تعدیل لازم است و هر چه انتظار ما از زندگی زناشوئی بیشتر باشد باید تعدیلات بیشتری به عمل آوریم.
- ۲- تعدیل وقتی ضروری می گردد که اختلاف نظر وجود داشته باشد که خود امری طبیعی است و در تمام مواردی که روابط صمیمانه وجود داشته باشد حتماً اختلاف نظر هم وجود خواهد داشت.
- ۳- اختلاف نظر بین زوجین غالباً به صورت مشاجره ظاهر می گردد. مشاجره می تواند مفید باشد زیرا احساسات عمیق زن و شوهر را روشن می سازد.

معهدا باید دانست که موضوع مورد جر و بحث غالب زوجین همیشه موضوع اصلی نیست. پرویز بسیار ناراحت بود از این که همسرش مهین از نظر روابط جنسی بی تفاوتی نشان می داد. در زندگی زناشوئی آنها یکی از مهمترین تعدیلات عملی نشده بود. نتیجه این شد که پرویز با کوچکترین بهانه ای عصبانی می شد. مثلاً وقتی پرویز عصبانی می شد که چرا مهین کاغذهای روی میز او را جابجا کرده است، علت اصلی عصبانیت او این موضوع نبود. وقتی زوجین درباره موضوع کم اهمیتی به مشاجره بپردازند، معلوم می شود که ناراحتی عمیق تری وجود دارد و این موضوع کم اهمیتی بهانه ای است برای بروز عصبانیت.

پس موضوع مهم در تعدیلات زندگی زناشوئی این نیست که زن و شوهر جر و بحث می کنند یا نه بلکه موضوع مهم این است که بفهمند چرا جر و بحث می کنند و راه حل مشکل چیست. مشاجره یک موضوع را کاملاً روشن می سازد و آن این است که خصومتی وجود دارد که خود را از طریق عصبانیت نشان داده است. خصومت مانند نیروی الکتریسیته است که بر اثر اصطکاک به وجود می آید و بالقوه خطرناک می باشد ولی اگر به طرز صحیح از آن استفاده شود بسیار مفید خواهد بود.

عده ای احساس عصبانیت را نادرست می دانند ولی باید دانست که بسیار طبیعی است. عصبانیت عبارتست از نارضایتی درباره وضع موجود. این احساس ممکن است کاملاً بی فایده باشد. مثلاً اگر شانه های خود را به در بسته ای بکوبید، نیروی خود را به هدر داده اید. اگر به علت این که از زندگی زناشوئی خود ناراضی هستید طوفانی برپا کنید، احتمالاً بیشتر ناراضی خواهید شد. ولی اگر عصبانیت شما باعث شود که اقداماتی به عمل آورید که کلید در بسته پیدا شود یا تعدیلاتی در زندگی زناشوئی به عمل آید، در کار خود موفق بوده اید. در واقع بیشتر ترقیبات بشر به همین طریق حاصل گردیده است.

## فصل چهارم

### سهیم ساختن

در هندوستان در موقع سخنرانی برای یک گروه هندی کوشش می‌کردم اهمیت مشاوره در امور خانوادگی را نشان دهم. از شنوندگان پرسیدم «وقتی در یک خانواده هندی، زن و شوهر با هم اختلاف نظر داشته باشند چه می‌شود؟» آنها جواب دادند «چنین امری هرگز اتفاق نمی‌افتد». با کمال تعجب گفتم «چطور ممکن است؟» برای من توضیح دادند که «علت این است که به دختران هندی از همان کوچکی یاد داده می‌شود که شوهر مانند خداست. وقتی یک دختر هندی ازدواج می‌کند به این موضوع ایمان دارد. به نظر او شوهرش به هیچ وجه نمی‌تواند کار خلافی انجام دهد. به همین دلیل نمی‌توانند با هم مخالف باشند».

این یکی از راههایی است که می‌توان به وسیله آن آرامش خانواده را حفظ کرد. این همان روش پدرسالاری است. در چنین ازدوایجی تمام تعدیلات توسط زن به عمل می‌آید.

در قسمت مهمی از تاریخ بشر و در غالب کشورهای جهان، ازدواج چنین وضعی داشته است. اطاعت زنان از شوهران در داخل و خارج خانه، از بدیهیات شمرده می‌شد. مردان به علت داشتن نیروی بدنی و هم چنین به علت داشتن اختیار کامل در امور اقتصادی، برتری کامل بر زنان داشتند. در واقع زن همیشه تسلیم بوده است. حتی در بعضی از جوامع زندگی و مرگ زن در دست مرد بوده است.

نمی‌توان گفت که این وضع منحصر به زمانهای قدیم می‌باشد. در انگلستان قبل از تصویب قانون مالکیت اموال غیر منقول زنان شوهردار در سال ۱۸۸۲ زن نمی‌توانست مالک چیزی باشد. در موقع ازدواج تمام اموال زن به شوهرش منتقل می‌گردید. قدرت شوهر بر زن در اینجا هم

۴- معهذا باید مشاجرات را بعداً مورد تجزیه و تحلیل قرار دهیم و علت آن را بیابیم. وقتی زوجین به علت مشاجره پی ببرند می‌توانند برای جلوگیری از ادامه آن تعدیلات لازم را به عمل آورند.

۵- اگر زوجین ندانند چرا مشاجره می‌کنند و مشاجره آنها علت عمیقی داشته باشد باید موضوع را با مشاور مسائل خانوادگی در میان بگذارند و هر چه زودتر آن را حل کنند.

\* \* \*

این تحولات در وضع زنان در خارج از محیط خانواده، نمی توانست در مورد زندگی در داخل خانه بدون تأثیر باشد. مقام مرد که خیلی بالاتر از زن بود به تدریج تنزل کرده و با مقام زن مساوی شده است. حتی در بعضی جاها زن را بالاتر از مرد می دانند. یک جامعه شناس آمریکایی می گوید «در عصر جدید، مردان خیلی تنزل کرده اند. مرد که یک وقت دارای مقام والاتنی بود، اکنون بر زن برتری ندارد».

ولی باید دانست که حتی زنان هم مایل نیستند در این مورد اغراق شود. دختران امروزی که از آزادی برخوردار می باشند «تساوی حقوق در ازدواج» را قبول دارند و معتقدند که زن و شوهر باید در همه چیز سهیم باشند.

این تحولات عظیم، در ازدواج چه تأثیری داشته اند؟ این موضوع را کمی بررسی نماییم.

کلمه «مساوی»، وقتی در مورد زن و مرد در ازدواج بکار برده می شود، مفهوم خیلی دقیقی ندارد. البته چون زن و شوهر در اداره خانواده با هم شریک هستند، از این نظر مساوی می باشند. به نظر عده ای ازدواج شبیه حکومت دو حزبی است که در آن تساوی حق رای وجود دارد. معهداً در حکومت کوچکی که خانواده نامیده می شود، به نظر من معمولاً حکمرانی توسط ملکه انجام می شود. در مطالعاتی که اخیراً در استرالیا انجام شد و هدف عبارت بود از بررسی منبع قدرت در خانواده های شهری به منظور پیدا کردن جواب این سؤال که کدام یک از زوجین تصمیمات مهم را اتخاذ می نمایند، این نتیجه حاصل شد که در این گونه موارد فرمانروای واقعی زنها هستند. آیا در گذشته وضع طور دیگری بوده است؟ البته شوهر خیال می کرد که تصمیمات مهم را خودش اتخاذ می نماید و به خیال خودش این تصمیمات را اعلام می نمود. ولی آیا باید خیال کرد که این تصمیمات را بدون دریافت کمک واقعاً خودش اتخاذ می کرد؟ تصور نمی کنم.

متوقف نمی شد بلکه او حق داشت زن خود را به وسیله تنبیهات بدنی مطیع سازد مشروط بر این که در این راه از حد متعادل خارج نشود. در آن روزها در مورد این که چه شخصی رئیس خانواده است شکی وجود نداشت. ولی نباید چنین تصور کرد در آن شرایط تمام شوهران مستبد بودند. در واقع در بیشتر موارد از اختیاراتی که داشتند استفاده نمی کردند. حتی وقتی شوهران از اختیارات خود استفاده می کردند تمام زنها بدون قید و شرط تسلیم نمی شدند. زنها خیلی با استعداد هستند و طی قرون متمادی از طریق اطاعت و تسلیم یاد گرفته اند که در شرایط مشکل چگونه می توانند به هدفهای خود برسند. زنها از هزاران طریق می توانند عرصه را بر شوهران نشان تنگ کنند و غالب مردان از این موضوع اطلاع دارند و با زنهای خود با احترام رفتار می نمایند. معهداً اگر کار به جاهای باریک بکشد معلوم است که قدرت در دست کیست.

سپس در اوائل دهه ۱۸۹۰ در دورترین نقطه جهان واقعه عجیبی روی داد. کشور زلاندنو به زنان حق رای داد و اعلام داشت که زنها از نظر سیاسی با مردان مساوی هستند. در مدتی کوتاه غالب کشورها به زلاندنو تاسی جستند و بدین طریق در تاریخ بشر در این زمینه انقلاب مهمی به وجود آمد. امروزه کمتر کشوری وجود دارد که در آن زنان از حق انتخاب محروم باشند. به احتمال زیاد این کشورها هم به زودی روش خود را تغییر خواهند داد.

در نتیجه این تغییرات، وضع زنان در دنیای جدید کاملاً دگرگون شده است. زنان به مدارج عالی سیاسی و اقتصادی و اجتماعی رسیده اند به طوری که اکنون، لااقل در کشورهای مغرب زمین، زنان و مردان کاملاً مساوی هستند. حتی عده ای معتقدند که زنها بر مردان برتری دارند. در این اواخر در آمریکا کتابی تحت عنوان «برتری طبیعی زنان» انتشار یافت که نویسنده آن یک مرد بود! از فرار معلوم چرخ زندگی در جهت کاملاً عکس به حرکت درآمده است!



ولی اگر این شرایط حاصل گردد، موفقیت زیادی بدست خواهد آمد. بررسیهای روانشناسی نشان می‌دهد که این روش همکاری بر اساس بحث آزاد، بهترین روش برای زندگی سعادت‌مند زناشوئی است.

موفقیت در این روش که به رئیس احتیاج ندارد مستلزم رعایت دو اصل مهم است: اصل اول این است که طرفین موافقت نمایند که در تمام مواردی که اختلاف نظر وجود دارد به وسیله مذاکره به عقیده مشترکی برسند. اصل دوم این است که طرفین حاضر باشند وقتی یکی از آنها در مورد کاری صلاحیت داشته باشد کار را به او بسپارند.

ممکن است رسیدن به یک عقیده مشترک مستلزم صرف وقت زیادی باشد ولی وقتی این روش پذیرفته شود، برتری چشمگیر آن بر سایر روشها کاملاً روشن خواهد گردید. با استفاده از این روش طرفین درباره شخصیت خود و شخصیت طرف مقابل اطلاعات عمیقی پیدا خواهند کرد. این اطلاعات عمیق راه را برای آسان شدن اتخاذ تصمیمات بعدی کاملاً هموار خواهد نمود. این امکان را به وجود خواهد آورد که زن و شوهر بتوانند در گرماگرم مذاکرات بر روی یکدیگر لبخند بزنند و محرکهای غلط خود را اعتراف نمایند و عقاید خود را تعدیل کنند. این روش خیلی بهتر از آن است که انسان برای به کرسی نشاندن عقایدی که خودش به غلط بودن آن توجه دارد با کمال لجاجت به جر و بحث و مجادله ادامه دهد.

یکی دیگر از محاسن این روش این است که به تدریج آسان تر می‌شود. هر موفقیتی باعث تشویق ما می‌گردد تا پیروزیهای بیشتری بدست آوریم. مدت زمانی که برای رسیدن به یک عقیده مشترک لازم است به تدریج کمتر خواهد شد. درست مانند دادگاههای قضائی، هر چه مواردی که مورد دادرسی قرار می‌گیرد بیشتر باشد روش قضاوت یا رویه قضائی آسان تر خواهد گردید.

پس این تحولات برای زنها چه فایده‌ای داشته است؟ البته اختیارات و قدرت آنها بیشتر شده ولی آنقدرها هم که دختران تصور می‌کنند فایده ندارد.

زنها چه چیزی از دست داده‌اند؟ بی‌شک مقدار زیادی از امنیت خانوادگی را از دست داده‌اند. شوهر قدرت گذشته خود را از دست داده و به همان میزان از قبول مسؤلیتهای گذشته سر باز زده است. او مانند گذشته خود را مسئول نمی‌داند که از زن و فرزندان خود حمایت کند. او دیگر محور اصلی خانواده نیست و وجود خود را برای بقای خانواده مهم نمی‌داند. این طرز فکر به تدریج شایع تر می‌شود.

در واقع تلاش برای مساوی بودن تلاش بیهوده‌ای است. این تلاش به ظواهر امر توجه دارد و به عمق مسئله مربوط نمی‌شود. شخصی که برای تساوی حقوق فریاد می‌زند، در واقع در جستجوی برتری است و به حقوق مساوی قانع نخواهد بود.

اگر در ازدواج، رئیس بودن یکی از زوجین زیاد خوشایند نباشد داشتن دو رئیس که با یکدیگر رقابت می‌نمایند ناخوشایندتر است. در واقع این نوع تساوی آن چیزی نیست که مورد علاقه زنها باشد.

امکان جالب توجهی که در ازدواجهای امروزی وجود دارد این است که در واقع لازم نیست رئیسی وجود داشته باشد. ممکن است رابطه قابل انعطافی به وجود آید که تصمیمات به وسیله مذاکره و موافقت متقابل اتخاذ گردد.

این موضوع آسان به نظر می‌رسد ولی خیلی آسان نیست. این نوع رابطه به وجود نمی‌آید مگر این که طرفین یکدیگر را خیلی خوب بشناسند و نسبت به یکدیگر اطمینان کامل داشته باشند. در عین حال باید از رشد کافی برخوردار باشند و باید در مورد ازدواج خود به قدری جدی فکر کنند که برای موفقیت آن وقت کافی صرف نمایند.

## فصل پنجم

## رشد

ازدواج یک نوع رابطه است و رابطه هم چیزی است که، به شرحی که قبلاً ذکر کردیم، باید در استحکام و حفظ آن کوشش به عمل آوریم. این به آن معنی است که زندگی زناشوئی باید رشد کند. وضع ساکنی نیست بلکه پویاست. یعنی زندگی زناشوئی یا به طرف جلو می رود و رشد می کند یا سیر نزولی می پیماید و به تباهی می گراید. هیچگاه بدون حرکت نمی ماند.

میزان رشد یک رابطه را به چند طریق می توان ارزیابی کرد. می توانیم رشد را رسیدن به مرحله ای بدانیم که در آن هیچ نوع تضادی وجود نداشته باشد و زوجین کاملاً همفکر بشوند. می توان آن را با توجه به شادی عمیق و با دوام زوجین تعیین نمود. معهداً من شخصاً معتقدم که نداشتن تضاد و داشتن شادی در ازدواج هدفهائی نیستند که بتوان آنها را با کوشش و تلاش بدست آورد. در واقع اینها هدف نیستند بلکه نشان می دهند که زناشوئی به هدف اصلی خود رسیده است. هدف اصلی ازدواج عبارتست از خلاق بودن.

یکی از نمایشگاههای آلمان چند سال قبل مسابقه ای ترتیب داد که هدف آن عبارت بود از جایزه دادن به مخترعی که موتورش تقریباً دائم کار کند. یکی از بازدید کنندگان که دیرتر از همه آمده بود مشاهده کرد که تمام موتورهای شرکت کنندگان در مسابقه از کار افتاده است به استثنای یک موتور. بازدید کننده با اعجاب اظهار داشت «خیلی جالب است که این موتور مدتی بسیار طولانی کار می کند. چه کاری می تواند انجام دهد؟» مخترع موتور با ناراحتی جواب داد «چه کاری انجام می دهد؟ هیچ کاری انجام نمی دهد، بلکه فقط کار می کند. آیا این کافی نیست؟»

اکنون این سؤال پیش می آید که آیا خانواده می تواند بدون رئیس پایدار بماند؟ جواب نمی تواند کاملاً مثبت باشد. آنچه امروزه به وسیله پیروی از اصل تساوی زن و مرد حاصل می گردد این است که اختیارات به طور مداوم بین طرفین رد و بدل می شود. طرفین مانند دو نفر شریک با توجه به استعدادهای یکدیگر مسئولیت ها را تقسیم می کنند و هر یک کاری را که بهتر می تواند انجام دهد به عهده می گیرد.

در عین حال در این مورد نکات حساسی وجود دارد که باید به آنها توجه کرد. مثلاً زنی که در رانندگی از شوهرش ماهرتر است نباید وقتی با خانواده های دیگر به گردش می روند پشت فرمان بنشیند زیرا این امر باعث تحقیر شوهر خواهد شد. شوهری که در مطبخ ساختن کودکان خود سر مهارت دارد نباید در حضور دیگران مهارت خود را به نمایش بگذارد زیرا این امر باعث دلگیری مادر بچه ها خواهد گردید. هر یک از طرفین باید بکوشد که شخصیت و احترام همسر خود را در نظر سایرین بالا ببرد.

وظایف زن و مرد در دنیای جدید دچار تغییرات زیادی شده است. شوهر مقام خود را به عنوان رئیس خانواده از دست داده است. ممکن است بعضی از زنها این موضوع را یک پیروزی به حساب آورند، ولی نکته مهم این است که زن از این پیروزی خود چه استفاده ای می خواهد بکند؟

اگر زن به جای مرد بر تخت فرماندهی بنشیند، هیچ سودی نخواهد برد. به عقیده من بحث درباره این که کدام یک رئیس است ما را به جائی نخواهد رسانید. آنچه لازم داریم و آنچه اگر گوش کنیم بدست خواهیم آورد این است که زن و شوهر در رهبری خانواده به طرز مسئولانه ای سهیم باشند. این روش بهترین روش است.

\* \* \*

تلاش کنند که خارج از خودشان باشد و از خودشان و از رابطه‌ای که با یکدیگر دارند مهم تر محسوب شود. بدین طریق خلاق بودن محبت دارای اهمیت بیشتری می‌گردد زیرا در آن صورت، به جای این که وسیله‌ای برای رشد ازدواج باشد، هدف اصلی آن خواهد بود. این هدف اصلی به قدری مهم است که زوجین برای رسیدن به آن حاضر خواهند بود حتی از خوشیهای شخصی خود صرف‌نظر نمایند. اکنون که سخن به اینجا رسیده است باید بدانیم که صحبت مربوط به «ارزشهای معنوی یا روحانی» است.

یکی از راههای تحقق این هدف در ازدواجهای معمولی این است که زوجین برای نگهداری و تربیت فرزندان خود متحد می‌گردند. شادی داشتن فرزند برای بسیاری از زوجین ابتدای خلاقیت محبت است. در تلاش برای سعادت فرزندی که با کمک یکدیگر به وجود آورده‌اند، زوجین در محبت یکدیگر رشد می‌کنند. این شادی تربیت فرزند عمیق تر و بادوام تر از هیجانانگیزهای مهتابی در دوران نامزدی آنهاست. وقتی چشمهای پرویز و پروین به تختخوابی که فرزند آنها در آن خوابیده است دوخته می‌شود، آنها به محبت متقابلی که بر اثر هدف مشترک در آنها به وجود آمده است پی می‌برند. اکنون چیز دیگری، که غیر از خودشان می‌باشد، در زندگی آنها اولین جای اهمیت را دارد و یک امر واقعی است.

معهدا داشتن فرزند بخودی خود نمی‌تواند باعث رشد محبت گردد. حقیقت این است که فرزند داشتن آزمایش بسیار خوبی است که نشان می‌دهد که محبت زوجین دارای خلاقیت واقعی می‌باشد یا نه. در بعضی از ازدواجها ممکن است داشتن فرزند توسط یکی از زوجین به عنوان مانعی در راه خوشیها و یا وظیفه‌ای ملال‌آور باشد. حتی کسانی که ورود فرزند خود را با شادی کامل استقبال می‌نمایند ممکن است این کارشان از

ولی در مورد ازدواج، برخلاف مثالی که فوقاً ذکر کردیم، کافی نیست که فقط ادامه یابد. همان طوری که زندگی باید جهت و هدفی داشته باشد، رابطه زناشویی هم همین طور است. دو نفری که عاشق یکدیگر هستند و در احساسات عاشقانه خود غرق شده‌اند، مایلند که زمان بی حرکت بماند. ولی طبیعی است که زمان به جلو خواهد رفت زیرا حالت رکود وجود ندارد.

اگر بخواهیم عشق و محبت زناشویی پایدار بماند باید هدف خلاقیتی داشته باشیم. محبت ذاتاً خلاق است. رشد محبت مستلزم جدائی از زندگی و دور بودن از خلاقیت نیست بلکه به معنی زندگی پر ثمر می‌باشد.

با توجه به مراتب فوق، روشن است که زناشویی باید دارای هدف با ارزشی باشد. عده‌ای تصور می‌کنند که زناشویی باعث می‌شود که انسان محدود و غیرخلاق گردد. در واقع هر گاه زوجین فقط برای هدفهای شخصی زندگی کنند عشق و علاقه ایجاد نخواهد شد بلکه خستگی و عدم رضایت به وجود خواهد آمد.

ممکن است عده‌ای تصور کنند که عشق و محبت فقط عبارت از این است که دو نفری که عاشق یکدیگر هستند روبروی هم بایستند و دستهای یکدیگر را بفشارند و با عشق و علاقه در چشمهای یکدیگر خیره شوند. ولی هیچ کس نمی‌تواند بلا انقطاع در چشمهای طرف خیره شود زیرا دچار ناراحتی چشم خواهد گردید! فراموش نکنیم که موضوعات دیگری هم هست که باید مورد توجه قرار گیرد. تصویر بهتری که می‌توانیم از این دو نفر ترسیم کنیم این است که در کنار یکدیگر باشند و با هم به هدف مشترکی که تعیین کرده‌اند نگاه کنند و به جای این که در جای خود ساکن بایستند به طرف هدف حرکت نمایند. عشق پایدار باید فعال و خلاق و دارای هدف باشد.

یکی از دانشمندان مشهور علوم اجتماعی معتقد است که هیچ ازدواجی نمی‌تواند به رشد کامل برسد مگر این که طرفین برای رسیدن به هدفی

الهی برای تمام بشریت می دانند. آنها متوجه می شوند که هدفشان عبارتست از خدمت به هموعان از هر طریقی که خدا هدایت می فرماید. شادی و سعادت آنها عمیق و دائمی است زیرا هدف اولیه آنها شادی و سعادت نیست. یکی از عجیب ترین حقایق زندگی این است که اگر انسان فقط در جستجوی شادی خود باشد بسیار غمگین خواهد بود. شادی و کامیابی در موقعی حاصل نمی شود که ما تصمیم بگیریم در فکر خوشی خودمان باشیم بلکه وقتی حاصل می گردد که ما خودمان را در یک کار خلاق یا یک خدمت فداکارانه فراموش کنیم.

در ازدواجی که به طرف رشد می رود، خلاقیت محبت باعث می گردد که زندگی زن و مرد متحد گردد و این اتحاد در بدن و فکر و احساسات و روح آنها منعکس می شود. زوجین از طریق پیروی از سرنوشت مشترک متوجه می شوند که نه فقط با یکدیگر ارتباط دارند بلکه با مظاهر غنی و متفاوت زندگی در جهان اطراف خود هم مربوط می باشند. این موضوع را فلیکس آدلر به طرز زیبایی بیان می دارد. وی در مورد زوجی که عشق و محبت آنها طی سالها به کمال رشد رسیده چنین می گوید:

«آنها با هم مسیر زندگی را طی کرده اند و خاطراتشان آنها را به هم نزدیک می کند - خاطرات ساعتی از شادیهای غیر قابل وصف، احساس اتحاد شادی بخش واقعی که انسان فانی می تواند درک نماید، همکاری در رسیدن به آرزوهای عالی، احساس مشترک غم و اندوه که توأم با فداکاری است. اکنون که به پایان زندگی نزدیک می شوند، در حالی که دست در دست یکدیگر دارند، به تمام کائنات چشم می دوزند و محبتی که در قلب خود احساس می نمایند و هنوز هم باقی است برای آنها مظهري از محبت خالقی است که به وجود آورنده کائنات می باشد.»

\* \* \*

روی محرکهای صحیح نباشد. این اشخاص امکان دارد فرزند را به خاطر افزایش احترام و آسایش و ارضاء حس خودخواهی دوست داشته باشند نه بر اثر محبت واقعی.

در واقع فرزندان نمی توانند برای ازدواج والدین خود هدفی ایجاد نمایند که باعث رشد گردد. فرزندان به خانواده اضافه می شوند و بعد هم از آن بیرون می روند در حالی که ازدواج باید قبل از تولد فرزندان دارای هدفی باشد و بعد از رفتن فرزندان هم به هدف خود ادامه دهد. این وضع باعث خواهد شد که فرزندان دارای استقلال شخصیت بشوند. اگر والدین تمام عشق و محبت خود را بر روی فرزندان متمرکز نمایند، وقتی فرزندان بزرگ شوند و خانه را ترک نمایند و یا باعث ناراحتی والدین شوند، زندگی زوجین هدف خود را از دست خواهد داد. محبت واقعی والدین نسبت به یکدیگر نباید متکی به فرزندان باشد بلکه زوجین باید در فرصتهای مناسب نسبت به یکدیگر ابراز محبت نمایند و در سایر امور هم با یکدیگر همکاری کنند. والدین و فرزندان باید توجه داشته باشند که خانواده فقط محلی برای نگهداری فرزندان نیست و محبت واقعی زوجین فقط نباید منحصر به تربیت فرزندان باشد و در خانواده غیر از وظایف مربوط به والدین کارهای دیگری هم وجود دارد.

آنچه باعث رشد کامل روابط در ازدواج می گردد این است که زوجین احساس کنند که دارای سرنوشت مشترکی می باشند و با همکاری یکدیگر برای رسیدن به هدف مهمی که خدمت به بشریت است تلاش می نمایند. زوجهای بسیار خوشبخت کسانی می باشند که با ایمان و اعتقاد راسخ به دنبال هدف مشترکی هستند.

برای کسانی که دارای اعتقادات راسخ دینی هستند این هدف ازدواج به بهترین نحو برآورده می شود. در این نوع ازدواج، زوجین انعکاسی از محبت الهی را مشاهده می نمایند. آنها اتحاد خود را جزئی از هدف کلی

باید به این موضوع توجه داشته باشیم که جنبه جنسی ازدواج ارتباط نزدیکی با عوامل عاطفی و شخصی زوجین دارد. به عبارت دیگر رابطه جنسی مظهري از کل وجود ما می باشد که محرک آن احساسات ما است نه بدن ما. رابطه جنسی در سطح انسانی، خادم محبت یا وسیله ای برای ابراز محبت است.

با توجه به مراتب فوق، زوجین باید در طلب آن نوع رابطه جنسی باشند که عمیق ترین و لطیف ترین احساسات متقابل را ابراز نماید و آن را حفظ و تجدید کند. اگر این کار را انجام ندهند دیر یا زود از نظر جنسی نسبت به یکدیگر بی علاقه خواهند شد. در این مورد یک زن ناراضی یکبار به من چنین گفت: «دیگر رابطه جنسی نداریم زیرا محبتی باقی نمانده است که ابراز نمائیم».

برای بحث کامل درباره تعدیل جنسی در ازدواج به یک کتاب جداگانه احتیاج داریم. در این مورد می توانید به کتابهای دیگر هم مراجعه نمائید. ولی آنچه من می خواهم در این فصل انجام دهم این است که به طور خلاصه به نکات مهم اشاره نمایم.

بدیهی است که زن و شوهر جوان باید اطلاعاتی درباره فیزیولوژی اعضاء جنسی زن و مرد داشته باشند. ولی به عقیده من بسیاری از کتابهایی که در مورد تعدیل جنسی در ازدواج نوشته شده بیش از حد به جزئیات غیر مهم توجه کرده اند. مهمترین مسئله عبارتست از فکر و احساسات طرفین. اگر احساسات صحیح وجود نداشته باشد ایجاد ارتباط جنسی از نظر بدنی غیر ممکن می شود و وقتی روابط جنسی قطع می گردد نباید تصور کرد که این امر حتماً دارای علت بدنی است.

من چنین فرض می کنم که خواننده گرامی اطلاعات اولیه در مورد رابطه جنسی را دارا می باشد و از بحث فیزیولوژیکی در این مورد خودداری می کنم و به جای آن به بحث در این مورد می پردازم که زن و

## قسمت دوم پنج تعدیل مهم

### فصل ششم

### امور جنسی

بسیار مناسب است که بحث در مورد تعدیلات ازدواج را با امور جنسی شروع کنیم. این اولین تعدیل مهمی است که باید توسط زوجین انجام شود. اگر در این مورد در ماههای اول ازدواج پیشرفت معقولی حاصل نگردد در انجام سایر تعدیلات توفیق زیادی بدست نخواهد آمد. مشاوران امور خانواده بارها به این موضوع برخورد کرده اند که بسیاری از مشکلات خانوادگی بر اثر نادانی و سوء تفاهمات در مورد مسائل جنسی به وجود می آید.

هماهنگی جنسی در ازدواج در سعادت زوجین تاثیر زیادی دارد. سرخوردگی و احساسات منفی در مورد روابط جنسی برای هر دو بسیار ناراحت کننده است و می تواند به زودی احساسات عاشقانه و محبت متقابل را از بین ببرد. این امر در این عصر دارای اهمیت بیشتری است زیرا در قرون گذشته بحث علنی در مورد امور جنسی بر خلاف رسوم متداول بود.

امروز هم که بحث درباره امور جنسی آزاد است ما نباید جنبه افراط را در پیش بگیریم و تصور نمائیم که اگر زن و شوهری فقط «روش صحیح» ارتباط جنسی را بدانند تمام مشکلاتشان حل خواهد شد. این عقیده از واقعیت بسیار دور است. من چندین زوج را می شناسم که در ابتدای ازدواج روابط جنسی آنها طبق «روش صحیح» انجام شده ولی این امر مانع از آن نگردید که ازدواج آنها دچار ناکامی شود.

می‌کشاند پیروی می‌کند. چون مرد دارای نقش فعال می‌باشد حرکاتی انجام می‌دهد که او را اقناع می‌نماید. ولی احساسات زنان پیچیده‌تر و پراکنده‌تر است. جو و محیط معاشقه ممکن است تأثیر زیادی در تحریک جنسی زن داشته باشد. او باید کوشش نماید که با حرکات شوهرش هماهنگ گردد تا همراه اقناع تمایلات شوهرش تمایلات وی نیز اقناع شود.

ضمناً، در اغلب موارد، عکس‌العمل زن آهسته‌تر از عکس‌العمل شوهر است. برای زن مدت بیشتری لازم است تا برای نزدیکی آمادگی پیدا کند و به همین دلیل لازم است شوهر وقت بیشتری برای معاشقه قبل از نزدیکی صرف نماید تا زن کاملاً تحریک شود. زن دیرتر به نقطه اوج لذت جنسی یا اورگاسم می‌رسد به همین دلیل شوهر باید حوصله داشته باشد و حرکت خود را کنترل نماید تا زن همراه او یا قبل از او به نقطه اوج برسد. بعد از رسیدن به نقطه اوج لذت جنسی هم، زن مدت بیشتری وقت لازم دارد تا تمدد اعصاب و آرامش پیدا کند و به همین دلیل اگر شوهرش فوراً او را ترک نماید و به خواب برود زن خیلی ناراحت خواهد شد. شوهر باید در کنار همسر خود باقی بماند تا زمانی که هر دو آرامش لازم را پیدا کنند. اگر زن و شوهر این توضیحات را که درباره احساسات طرفین ذکر کردیم همیشه در نظر داشته باشند، در آن موقع می‌توانند در این مورد تجربه کسب نمایند که چگونه باید از بدن یکدیگر استفاده کنند تا منتهای لذت را از یکدیگر ببرند. مثلاً طرز قرار گرفتن بدن در موقع نزدیکی در درجه دوم اهمیت قرار دارد. برای مجامعت یا نزدیکی یک راه مشخص یا قانونی و قطعی وجود ندارد. فقط باید یک هدف را در نظر داشته باشیم و آن این است که احتیاج جنسی طرفین به وسیله ابراز محبت متقابل به بهترین نحو برطرف گردد. اگر در اجرای این هدف بکوشند دیگر احتیاجی وجود نخواهد داشت که بر اثر سرخوردگی از یکدیگر فراری شوند و برای ارضاء امیالی که در ازدواج اقناع نشده‌اند در جستجوی راههای دیگری باشند.

شوهر در مورد امور جنسی چه احساسی دارند. احساس زن و مرد در این مورد دارای تشابهات و هم‌چنین دارای تمایزات است. احساسهای اصلی زن و مرد شبیه یکدیگر است. ابتدا تمایلی به نزدیک شدن بدنها وجود دارد که بدین طریق هر دو تحریک می‌شوند و این امر به هر دو لذت می‌بخشد. سپس هیجان افزایش می‌یابد. بدن زن و شوهر نسبت به یکدیگر عکس‌العمل نشان می‌دهد و به وسیله حرکات منظم که بیان‌کننده عشق و علاقه آنهاست هیجان به تدریج به اوج می‌رسد و حالت خلسه‌ای به وجود می‌آورد که به آرامش ناگهانی می‌انجامد. در حالت اوج هیجان، احساسی شبیه بیهوشی موقت به انسان دست می‌دهد که فرانسویها آن را «مرگ کوچک» می‌خوانند. آرامش ناگهانی بعد از اوج هیجان را اورگاسم (Orgasm) یا نقطه اوج می‌خوانند. بعد از آن یک حالت اقناع‌کننده و احساس آرامش کلی و رضایت و آرامی دست می‌دهد. تا اینجا احساس زن و شوهر به یکدیگر شباهت داشت. اکنون در مورد تفاوتها بحث می‌کنیم.

نقش اصلی مرد در رابطه جنسی این است که فعال می‌باشد یعنی ابتکار در دست او است. نقش زن عبارتست از نشان دادن عکس‌العمل. لااقل می‌توان گفت که در بیشتر موارد چنین است. البته مقصود این نیست که زن دارای نقشی کاملاً منفی می‌باشد. زن هم می‌تواند در بعضی از مراحل ابتکار عمل نشان دهد ولی حتی در این موارد هم هدف او این است که در شوهرش ابتکار ایجاد نماید. در واقع زن حالت انفعالی دارد و عکس‌العمل مساعد نشان می‌دهد. تا در شوهر تمایل فعالانه وجود نداشته باشد هیچ موردی برای عکس‌العمل زن وجود نخواهد داشت و زن نمی‌تواند وظیفه زنانه خود را انجام دهد.

این نکته را هم باید اضافه نمائیم که رابطه جنسی برای مرد بسیار ساده و مستقیم است زیرا وی از تمایل شدیدی که او را به طرف هدف روشنی

داشته باشد در این مورد مشکلی به وجود نخواهد آمد زیرا هر یک در فکر شاد ساختن طرف مقابل است. همیشه می توان احتیاج طرف را برآورده ساخت و هیچ زن یا شوهر پر محبتی توقع بیش از حد نخواهد داشت. به نظر من وقتی این روحیه پر محبت و در فکر طرف مقابل بودن در روابط جنسی حاکم باشد آنچه به اصطلاح «ناهماهنگی جنسی» نامیده می شود به هیچ وجه به وجود نخواهد آمد. باز تأکید می نمایم که رابطه جنسی، خادم محبت است. اگر روابط احساسی و عاطفی زن و شوهر صحیح باشد، تعدیل و هماهنگی جنسی از نظر بدنی هم به طور طبیعی حاصل می گردد.

بدیهی است که عکس مورد فوق هم صحیح است. اگر بعد از تمام کوششها، زن و شوهر نتوانند به تعدیل و هماهنگی رضایت بخش جنسی دست یابند بدون شک در وضع عاطفی یکی از آنها یا هر دو اشکالی وجود دارد که در آن صورت باید به مشاور امور زناشویی مراجعه نمایند.

غالب زوجهای جوان، در این عصر جدید، باید احتمال حاملگی را هم در نظر داشته باشند. اصل کنترل تعداد فرزندان، امروزه، غالباً مورد قبول است زیرا هیچ کس تصور نمی کند که باید هر چه بیشتر بتواند فرزند به دنیا بیاورد.

معهداً در مورد روش جلوگیری از حاملگی اختلاف نظر وجود دارد. کلیسای کاتولیک رومی با روشهای مصنوعی جلوگیری از حاملگی مخالف است و اعضاء آن کلیسا موظف هستند در این گونه موارد با مشاوران کلیسائی مشورت نمایند.

مسئله مهمی که در این مورد وجود دارد عبارتست از انتخاب روشی که برای زوج مورد نظر مناسب باشد. در هر حال در این مورد باید از مشاوران صلاحیت دار راهنمایی خواست.

\* \* \*

رسیدن به این هدف زمان لازم دارد و ممکن است تجربیات زیادی را ایجاد کند. تجربیاتی که زوجین با یکدیگر انجام می دهند ممکن است همیشه موفقیت آمیز نباشد. زوجین باید به این امر توجه داشته باشند و نگذارند این امر باعث رنجش از یکدیگر گردد بلکه با روحیه ای صحیح در صدد کمک به یکدیگر باشند. باید بتوانند در کمال آزادی درباره احساسات و عکس العمل های خود با یکدیگر صحبت کنند و راه اقناع یکدیگر را بیاموزند. این روحیه باعث خواهد شد که طرفین با شادی کامل به احتیاجات جنسی یکدیگر توجه کنند و هر دو با هم از لذایذ جنسی ازدواج بهره مند گردند و به اقناع کامل برسند.

زوجین در موقع استفاده از بدن یکدیگر در روابط جنسی باید توجه داشته باشند که تا چه حد باعث آرامش و راحتی و شادی طرف مقابل می گردند. اگر رابطه جنسی باعث تقویت و عمیق شدن پیوستگی آنها به یکدیگر می گردد باید بدانند که در جهت صحیح قدم برداشته اند. ولی اگر باعث نفرت و ناراحتی و سرخوردگی طرفین از یکدیگر می شود، این نوع رابطه جنسی در راه غلطی سیر می کند.

درباره تعداد دفعات نزدیکی هم وضع بر همین منوال است. هیچ مقیاس قطعی وجود ندارد و در مورد زوجهای مختلف تفاوت زیادی هست و حتی در مورد یک زوج بخصوص هم در دوره های مختلف زندگی دفعات نزدیکی متفاوت است و به همین دلیل تعیین یک قانون قطعی در این مورد کار ساده لوحانه ای خواهد بود. هر زوجی باید احتیاج خود را تشخیص دهد و در رفع آن بکوشد و از افراط و تفریط خودداری نماید.

زوجین غالباً متوجه می شوند که احتیاجات جنسی طرفین با هم مساوی نیست. در واقع عاقلانه نیست انتظار داشته باشیم که زن و شوهر درست در یک زمان معین احساس نمایند که احتیاج جنسی دارند و تعداد دفعات آن هم در هر دو کاملاً مساوی باشد. ولی وقتی محبت و درک متقابل وجود

زناشویی «حالت مساوات» به وجود می‌آید. آزادی اقتصادی زنان، باعث شده است که ازدواج به مشارکت مالی تبدیل شود. در همه جا تعداد زنانی که در خارج از خانه کار می‌کنند رو به افزایش است. در خانواده‌های جدید، که زن و شوهر هر دو دارای درآمد می‌باشند، گاهی درآمد زنها بیشتر است. در آمریکا زوجهای جوانی وجود دارند که شوهر در دانشگاه تحصیل می‌کند و تأمین احتیاجات مالی به عهده زن است تا شوهر بتواند تحصیلات خود را به پایان برساند.

این روش جدید بیش از روش قدیم با اصول دموکراسی مطابقت دارد. وقتی زوجین در تعیین بودجه و طرز انجام مخارج حق اظهار نظر داشته باشند بدیهی است که اصول عدالت رعایت می‌گردد. ولی در عین حال این روش جدید بیشتر از گذشته مشاجره به وجود می‌آورد. در گذشته شوهر با عصبانیت به تقاضاهای زن خود جواب منفی می‌داد ولی در هر حال از مشاجرات اضافی جلوگیری می‌شد.

امروزه وقت بیشتری برای تبادل نظر صرف می‌گردد. نمی‌توان اصول قطعی برای بودجه بندی مخارج خانواده تعیین کرد و به همین دلیل گاهی ساعتها صرف بحث می‌شود. امکان دارد در بعضی موارد بحث‌های داغ پیش آید زیرا تغییر روش قدیم و عملی ساختن روش جدید چندان آسان نیست.

موضوع وقتی بغرنج تر می‌گردد که در نظام مالی جدید غالب چیزهایی که خریداری می‌نمائیم به طریق اقساط است. در گذشته داشتن بدهی چندان مقبول نبود ولی امروزه رهن و وام مسکن و سایر وامهای ضروری جزء امور عادی می‌باشد و غالب زوجهای جوان با همین وامها و اعتبارات، زندگی خود را شروع می‌کنند. این وضع مسائل مالی جدیدی در زندگی زناشویی به وجود آورده است.

باید توجه داشته باشیم که اگر این روش زندگی اقساطی به طرز

## فصل هفتم

### پول

یکی از قضات متخصص در امور خانوادگی چنین می‌گوید: «تمام مشکلات خانوادگی را می‌توان تحت سه موضوع زیر خلاصه کرد: رابطه جنسی، خویشاوندان طرف و پول. اگر نظر مرا بخواهید مهمترین موضوع عبارتست از پول».

حقیقت این است که غالب مشاجرات زوجین مربوط به پول است مخصوصاً وقتی که درآمد خانواده زیاد نباشد و مجبور شوند در انجام مخارج دقت بیشتری به عمل آورند. در این فصل به بررسی رابطه پول و زناشویی می‌پردازیم.

در مرحله اول باید توجه داشته باشیم که قرن بیستم باعث ایجاد تغییرات زیادی شده است. مثلاً تا سال ۱۸۸۲ در انگلستان زن شوهردار نمی‌توانست هیچ پولی داشته باشد مگر با اجازه شوهرش. حتی بعد از آن هم که این وضع غیر عادلانه با تصویب قانون اصلاح گردید، شوهران کنترل کامل امور مالی را در دست خود داشتند و هر قدر دلشان می‌خواست به زنان خود پول می‌دادند.

امروزه هم عقیده متداول این است که پول خانواده باید انحصاراً در اختیار شوهر باشد. بسیاری از زنان کارگران ضمن صحبت به من گفته‌اند که از میزان درآمد شوهرشان اطلاعی ندارند و وقتی می‌خواهند در این مورد اطلاعی بدست آورند با عصبانیت آنها مواجه می‌شوند. حتی عده زیادی از زنان را می‌شناسم که مثلاً برای دریافت پول خرید لباس باید مدت‌ها از شوهرشان خواهش و تمنا نمایند.

معهدا این وضع غیر عادلانه در حال تغییر است و به تدریج در زندگی



در این مورد زنها گاهی قصور می‌ورزند و به طور مخفیانه وجوهی برای خود نگهداری می‌نمایند. این امر نشانه‌ای از عدم اعتماد به شوهر است و باعث رنجش او می‌گردد.

**۳- اصول مربوط به امور مالی که مورد موافقت قرار گرفته است باید دقیقاً اجرا شود.** اگر درآمد بیشتر از مخارج باشد می‌توان حساب پس‌انداز مشترک باز کرد. در هر حال تنظیم بودجه بسیار ضروری است تا مخارج بیشتر از درآمد نباشد. مهم نیست که نگهداری حساب‌ها توسط زن انجام می‌شود یا شوهر بلکه مهم این است که مخارج تحت کنترل باشد و وجه کافی برای مخارج متفاوت مانند کرایه مسکن، خوراک، پوشاک، آب و برق و روشنایی و سوخت و تفریحات و نظایر آن اختصاص داده شود.

بهترین راه این است که بودجه ماهانه برای یک سال تنظیم نمائیم. به تدریج تجربه ما در مورد بودجه نویسی بیشتر خواهد شد. در عین حال نباید بیش از حد سخت‌گیر باشیم بلکه در مواقع ضروری به مشورت بپردازیم و انعطاف نشان دهیم ولی ضمناً باید در جای دیگری صرفه‌جویی نمائیم تا تعادل بودجه به هم نخورد.

در مواقعی که انجام مخارج فوق‌العاده ضروری باشد حتماً با شریک زندگی خود مشورت کنید و او را مطلع سازید در غیر این صورت موجب سلب اعتماد خواهید شد. بدون اطلاع یکدیگر هیچ نوع مخارجی انجام ندهید زیرا بر خلاف اصول احترام متقابل می‌باشد و باعث ایجاد شک می‌گردد.

**۴- هر قدر هم درآمد خانواده کم باشد هر عضوی باید ماهانه‌ای دریافت کند که بتواند آزادانه خرج کند.** مقصود پولی نیست که صرف مخارج ضروری می‌گردد زیرا در مورد مخارجی مانند ایاب و ذهاب و پوشاک باید بودجه بندی به عمل آید. مقصودم این است که علاوه بر مخارج جاری، هر عضوی از خانواده باید در جیب خود پول داشته باشد و بداند مال خودش

عقلانه‌ای مورد استفاده قرار نگیرد موجب ایجاد ناراحتی‌های فراوان در زندگی خانوادگی خواهد گردید. بعد از ازدواج، زوجین باید در انجام مخارج صرفه‌جویی نمایند. وقتی من نامزد اختیار کردم، یکی از دوستان چنین گفت «فراموش نکن چیزی که قبلاً صد تومان می‌خریدی حالا بعد از نامزدی دویست تومان شده است». زن و شوهر جوانی که قبلاً به انجام مخارج اضافی و غیرلازم عادت داشتند حالا باید منتهای صرفه‌جویی را به عمل آورند. این امر آزمایش خوبی برای اثبات محبت واقعی آنهاست. اگر از انجام این کار خودداری نمایند احتمالاً ورشکسته خواهند شد. مناقشات مالی نشان می‌دهد که رابطه خانوادگی ضعیف شده است و زوجین به جای این که در فکر یکدیگر باشند در فکر خودشان هستند.

بر اساس تجربیاتی که بدست آورده‌ام، بعضی از اصول مربوط به امور مالی خانواده را ذیلاً ذکر می‌کنم:

**۱- تمام حقایق مربوط به امور مالی خانواده باید برای زوجین روشن باشد.** این به آن معنی است که زن باید بداند که درآمد واقعی شوهر چیست. اگر مردی بگوید «این پول مال من است. من زحمت کشیده‌ام و آن را بدست آورده‌ام»، معلوم می‌شود که به عقاید زنش در مورد امور خانواده توجهی ندارد. اگر چنین شوهری چند روز در خانه بماند و به تهیه غذا و سایر امور خانه بپردازد، حتماً عقیده‌اش عوض خواهد شد و خواهد فهمید که در خانواده همه به همکاری یکدیگر احتیاج دارند.

هیچ یک از زوجین نباید وجوه مخفی نگهداری نماید زیرا این امر نشانه عدم اعتماد به یکدیگر است. اگر در مورد امور مالی بعضی از حقایق را از یکدیگر پوشیده نگاهدارید معلوم می‌شود در زندگی زناشویی شما صفا و صمیمیت واقعی که لازمه خانواده سعادت‌مند است وجود ندارد.

**۲- تمام وجوه به خانواده تعلق دارد نه به یکی از زوجین.** این به آن معنی نیست که تمام پول‌ها الزاماً باید در یک حساب بانکی نگهداری شود. می‌توان حسابهای متعدد داشت ولی در موقعی که احتیاج خانواده ایجاب نماید باید بتوان از همه استفاده کرد.

## فصل هشتم کار

ازدواج عبارتست از شراکت دو نفر به منظور تشکیل کانون خانوادگی. این کاری است کاملاً پیچیده که محتاج به دانستن کارهای مختلف تخصصی و غیر تخصصی از قبیل جابجا کردن اثاثیه، تعمیر ماشین آلات، باغبانی، تهیه مواد غذایی، پختن غذا، خیاطی، حسابداری، تربیت فرزندان و بسیاری کارهای دیگر است.

در گذشته این امکان وجود داشت که برای انجام بعضی از این کارها عده‌ای را استخدام نمائیم. ولی امروزه این امر عملی نیست و خود انسان باید دستورات خودش را اجرا نماید. به علاوه این کانون خانواده برای انجام کارهای خود باید پول کافی در اختیار داشته باشد. زن و شوهر که مدیرعامل این شرکت خانوادگی هستند معمولاً تنها سهامدار این شرکت می‌باشند و باید با همکاری یکدیگر وجوه لازم برای تأمین مخارج خانواده را تهیه نمایند.

سخنان فوق به این معنی است که وضع خانواده در مقایسه با گذشته تغییرات زیادی پیدا کرده است. در گذشته شوهر تمام کارهای خارج از خانه را به عهده داشت و مخارج خانواده را تأمین می‌کرد در حالی که زن کارهای داخل خانه را (به استثنای کارهایی که انجام آنها از قدرت بدنی وی خارج بود) انجام می‌داد. ولی وضع فعلی خانواده‌ها در حال حاضر علی‌الاصول این است که زن و شوهر در انجام کارهای داخل و خارج خانه شرکت دارند. این امر مستلزم انجام تعدیلات جدیدی در ازدواج است.

در مورد کار زنها در خارج از خانه در ابتدا مخالفتهای زیادی به عمل آمد ولی به تدریج پذیرفته شد. در تمام جهان زنها به طور روزافزون به کار خارج از خانه می‌پردازند. در اتحاد جماهیر شوروی بعد از انقلاب

است و در مورد آن هیچ کس از او حساب نخواهد خواست. عدم رعایت این اصل به منزله عدم توجه به حقوق و آزادی فردی محسوب می‌گردد. بسیار توهین آمیز است که مثلاً زن برای خرج در مورد امری که مورد علاقه اش می‌باشد چند تومان در جیب نداشته باشد. آیا باید از جیب شوهر خود پول بدزد؟ در موقع نوشتن بودجه باید به این پول شخصی اعضاء خانواده نیز توجه نمائیم تا همه بتوانند «پول توجیبی» داشته باشند. موضوع «پول توجیبی» در مورد کودکان هم صادق است. وقتی بچه طرز پول خرج کردن را یاد بگیرد، باید کمی پول برای خرج کردن داشته باشد. اگر انسان در بچگی تجربه‌ای در مورد خرج کردن پیدا نکند در بزرگی هم عاقلانه خرج نخواهد کرد.

به عقیده من این اصول پایه‌های اصلی اداره امور مالی خانواده است. وقتی با وجود کوششهایی که به عمل می‌آید، پیروی از این اصول در خانواده‌ای امکان پذیر نباشد، اشکال اصلی در خود پول نیست بلکه در اخلاق و روحیه اعضاء خانواده است و پول باعث بروز اشکال اخلاقی آنها می‌گردد. شایستگی در مورد اداره امور مالی به طور عاقلانه و با تدبیر و امانت، دلیلی است بر رشد شخصیت انسان.

\* \* \*

به عقیده من این روش هیچ عیبی ندارد مشروط بر این که زن و شوهر جوان نسبت به یکدیگر محبت واقعی داشته باشند. نباید به علل مادی، ازدواج خود را به تأخیر بیندازند. وقتی ازدواج کنند می توانند با کمک یکدیگر به کار و کوشش بپردازند و برنامه ریزی نمایند و با ایجاد کانون گرم خانوادگی برای بچه دار شدن آماده گردند. بهتر است وقت خود را با کمک یکدیگر برای تحکیم مبانی خانواده صرف کنند نه این که با تأخیر در ازدواج باعث سرخوردگی و اتلاف وقت شوند.

ولی یک خطر وجود دارد. امکان دارد زن و شوهر جوان با درآمدی که دارند برای خود زندگی مرفهی ایجاد نمایند و در فکر پس انداز نباشند. در چنین وضعی وقتی فرزندی متولد شود، وضع اقتصادی خانواده بهم می خورد. زن و شوهر جوان باید به این خطر توجه داشته باشند و از ولخرجی و غفلت در مورد پس انداز خودداری نمایند تا تولد کودک موجب ناراحتی آنها نگردد.

وقتی بچه متولد شد بهترین روش این است که زن لااقل چند سال از کار کردن در خارج از خانه خودداری نماید. این روزها مطالعات زیادی درباره شخصیت انسان به عمل می آید. یکی از حقایق مسلم در این مورد این است که محبت مادر نسبت به فرزند در سنین کودکی تأثیر فراوانی در رشد سالم او دارد. یکی از دانشمندان معروف ثابت کرده است که علت غالب اختلالات مهمی که در شخصیت مردم به وجود می آید کمبود محبت مادر در کودکی است.

بدیهی است که تعریف کمبود محبت مادر چندان آسان نیست. اگر مادر روزانه چند ساعت در خانه نباشد لزوماً باعث زیان کودک نخواهد شد. گاهی غیبت مادر از خانه به علت احتیاج مادی ضروری است و من نمی خواهم ناراحتی بی جا ایجاد نمایم. شخص مناسبی در این گونه موارد می تواند جای مادر را بگیرد. در عین حال با توجه به تمام شرائط، نظر من

مردان و زنان با شرایط مساوی به کار اشتغال دارند. در ایالات متحده آمریکا تعداد زنان شاغل هر روز بیشتر می شود. در مورد انگلستان گفته شده است که بدون کار کردن زنان شوهردار، کارهای کشور ناقص خواهد ماند.

این وضع چه تأثیری در ازدواج داشته است؟ میلیونها زوجی که با این موضوع روبرو هستند چه باید بکنند؟ مزایا و نقایص این وضع جدید چیست؟

بدیهی است که نمی توان دستور العملی تعیین کرد که در تمام حالات قابل اجرا باشد بلکه باید به وضع بخصوص هر زوج توجه نمود و باید دید وضع خانواده در حال حاضر چیست.

مریم نمونه خوبی در مورد بسیاری از عروسه های جوان است. وی بعد از دو هفته مسافرت ماه عسل همراه شوهرش به آپارتمان کوچک خود رفت. روز بعد وقتی حمید به اداره رفت مریم هم به اداره خودش رفت. عصر وقتی به خانه برگشتند با کمک یکدیگر شام درست کردند، آپارتمان خود را تمیز نمودند، چند ساعت تلویزیون نگاه کردند و سپس خوابیدند. این برنامه هر روزه آنها بود. در تعطیلات پایان هفته آنها به شستن لباسها و نظافت کلی می پرداختند یا گاهی شب بیرون می رفتند ولی غالباً در خانه رفع خستگی می کردند تا برای کار در هفته جدید آماده شوند.

این طرز زندگی با عقیده مادر بزرگ تفاوت زیادی داشت. ولی مریم و حمید خودشان این طور برنامه ریزی کرده بودند. والدین مادر بزرگ اجازه نمی دادند که او با مردی ازدواج کند که پول کافی برای اداره زن و فرزند نداشت. ولی اگر حمید می خواست از این نظر پیروی نماید مجبور می شد ازدواج خود را چند سال به تأخیر بیندازد. مریم خوشحال بود که می تواند با درآمد خودش کمک کند که زودتر ازدواج نمایند. نقشه آنها این بود که با صرفه جوئی زندگی کنند و پول کافی پس انداز نمایند تا مریم بتواند برای بچه دار شدن از کار کردن دست بکشد.

دیگر حضور همیشگی مادر در خانه چندان لزومی نخواهد داشت. هر دو روش دارای معایب و محاسنی است.

بعد از چند سال فرزندان خانه را ترک می نمایند. وظیفه زن به عنوان مادر فعال به پایان می رسد. در این موقع زن به وضعی قدم می گذارد که داشتن کار مناسب برای او اهمیت حیاتی دارد. در مورد خانم مریم پیراسته از این نظر ناراحتی ایجاد شده بود. وی مادری فداکار بود ولی وقتی فرزند کوچکشان خانه را ترک نمود احساس تنهایی عجیبی به این مادر دست داد. شوهرش سخت مشغول کار بود و وقت اضافی نداشت. زندگی برای مریم پوچ گردید و احساس بی فایده‌گی می کرد.

افزایش حد متوسط طول عمر در سالهای اخیر این امکان را به بسیاری از زنان داده است که بعد از این که آخرین فرزندشان خانه را ترک کرد آنها لااقل مدت بیست سال دیگر قدرت و انرژی کار کردن داشته باشند. چندان مناسب به نظر نمی رسد که یک خانم فعال و کاردان این بیست سال را فقط صرف خانه داری برای خود و شوهرش نماید. بهتر است کار مناسبی بیابد و در اجتماع منزلتی کسب نماید و در عین حال پول کافی بدست آورد تا امکان بیشتری برای زندگی راحت و مسافرت و حتی بازنشستگی زودتر برای شوهرش و خودش فراهم گردد. این روش خیلی بهتر از آن است که زن وقت خود را در خانه یا برای فعالیتهای ظاهراً خیریه تلف نماید و بی جهت در امور خانوادگی فرزندان خود مداخله کند.

هر زن متجددی باید بسیار خوشحال باشد که در عصر جدید از استقلال مالی برخوردار است. امکان اشتغال به کار برای زنان دارای محاسن فراوانی است. زن دیگر مجبور نیست که بر اثر احتیاج مالی برخلاف میل خود شوهری اختیار نماید یا به علل مالی با شوهر نامناسبی اجباراً زندگی کند. اگر زن متوجه شود که شوهر نامناسبی دارد یا مجبور به

این است که لااقل در دو سال یا چهار سال اول کودکی باید کوشش نمود که جدایی مادر از بچه خیلی طولانی نباشد. کار احمقانه ای است که در صورت عدم احتیاج و به خاطر پول اضافی، مادر رشد شخصیت فرزند عزیز خود را به خطر بیندازد. باید از این امر جداً خودداری کرد.

با توجه به مراتب مادری که سه فرزند هر کدام با تفاوت دو سال به دنیا آورده است باید حدود ده سال به طور تمام وقت به انجام وظایف مادری بپردازد. این روش هم برای والدین مفید است و هم برای فرزندان و باید کوشش نمود که اگر موانعی در این راه وجود دارد حتی الامکان از میان برداشته شود.

بیژن و گلنار تا موقع تولد کوچکترین فرزندشان محسن از همین روش استفاده کردند. ولی وقتی محسن به کودکستان رفت گلنار در یک مؤسسه حقوقی کار نیمه وقت پیدا کرد و بدین طریق قسمتی از مخارج اضافی برای فرزندان بزرگتر را تأمین نمود. برای گلنار کار کردن در خارج از خانه تا حدی مشکل بود ولی چون کار او باعث کمک به خانواده بود فرزندان همکاری بیشتری در انجام کارهای خانه نشان می دادند و بار مادرشان را سبک تر می کردند.

اگر از شاگردان مدرسه نظرخواهی شود که با کار کردن مادران در خارج از خانه موافق هستند یا نه، حتماً رأی مخالف خواهند داد. بسیار عالی است که مادر بتواند همیشه در خانه مشغول انجام وظایف مادری باشد ولی این روش نقایصی هم دارد. مادری که در خارج از خانه کار می کند بهتر خواهد توانست وضع شوهر و فرزندان در حال رشد خود را درک نماید. غالباً نوجوانان شکایت دارند که مادرانشان آنها را «درک» نمی نمایند ولی وقتی مادر با محیط کار در خارج آشنا باشد در نظر فرزندان احترام بیشتری خواهد داشت.

پس می توان گفت که وقتی فرزندان به سن مدرسه رفتن می رسند

## فصل نهم

### خویشاوندان سببی

سوسن در حالی که از صدایش ناراحتی مشهود بود چنین گفت: «من چند هفته قبل منزل شوهرم را ترک کردم. مدت دو سال با والدین بهزاد زندگی کردم. مادر شوهرم هیچ گاه مرا تنها نمی گذاشت. او در تمام کارهای من دخالت می کرد. من هم ابراز ناراحتی می کردم ولی بهزاد از من دفاع نمی کرد بلکه طرف مادر خود را می گرفت. مردها علی الاصول این طور هستند.»

«وقتی فرزندمان متولد شد، وضع وخیم تر گردید. مادر شوهرم مداخلات خود را بیشتر کرد. از تمام کارهایم ایراد می گرفت. دیگر کاسه صبرم لبریز شد. با یکدیگر مشاجره سختی داشتیم و من بچه را برداشتم و نزد پدر و مادرم رفتم. به بهزاد گفته ام که وقتی به خانه برواهایم گشت که او محل جداگانه ای کرایه کند که ما جدا از والدین او زندگی کنیم.»

عده زیادی از زنان با همین مشکلی که سوسن داشت روبرو می شوند و برای چاره جوئی به مشاوران امور خانواده مراجعه می کنند. من در مشاوره هائی که انجام می دهم در تمام نقاط جهان با این مشکل روبرو شده ام. در همه جا سر به شورش برداشته اند و می گویند «می خواهم از دست خویشاوندان سببی راحت باشیم.»

این شورش علیه خویشاوندان سببی و علیه مداخلات آنها نتیجه تغییرات عظیم فرهنگی است. زندگی جدا از والدین در دنیای کنونی بیش از هر زمان دیگری رایج شده است. در نظام قدیم پدرسالاری عادت بر این بود که وقتی دختری ازدواج می کرد همراه شوهر خود به خانه پدر و مادر شوهر می رفت و در همه چیز مطیع آنها بود. ولی امروزه اعتقادات آزادی خواهانه در مورد خانواده باعث شده است که زوجهای جوان به طور

طلاق شود یا شوهرش او را ترک نماید، می تواند با استفاده از درآمد خود زندگی خود و فرزندان را اداره نماید.

در این عصر کار کردن زنان در خارج از خانه رایج شده ولی این به آن معنی نیست که تمام زنان مجبورند کار کنند یا این که آنها باید تمام عمر و به طور تمام وقت مشغول کار خارج از خانه باشند. کار کردن زن گاهی ممکن است باعث استحکام وضع خانواده باشد ولی گاهی هم ممکن است باعث زیان زوجین یا یکی از آنها گردد. در این عصر جدید وظیفه هر زن فهمیده این است که راه صحیح را تشخیص دهد و از فرصتی که برای او به وجود آمده برای استحکام خانواده استفاده کند نه برای تضعیف آن.

\* \* \*

پس باید اعتراف کرد که این مسائل وجود دارد و نباید وجود آنها را نادیده بگیریم. در عین حال نباید فکر کنیم که همه موارد شبیه یکدیگر هستند. از قضا بعضی از زوجهای جوان با والدین همسر خود در صلح و آرامش کامل زندگی می‌کنند. در آمارگیری مخصوصی که در این مورد در آمریکا به عمل آمد معلوم شد که عده‌ای از زوجین جوان در مورد زندگی با خویشاوندان سببی خود هیچ مشکلی ندارند. من حتی شوهران جوانی را مشاهده کرده‌ام که، در حالی که کمی هم خجالت می‌کشیدند، نزد من اعتراف کرده‌اند که به مادر زنشان بیشتر از مادر خودشان علاقه دارند.

ولی چون زندگی با والدین همسر باعث ایجاد اشکالاتی می‌گردد باید ببینیم که این مشکلات از کجا سرچشمه می‌گیرند و چه چیز باعث می‌شود که مادر شوهر یا مادر زن بد رفتاری کنند.

خانم عرفانی از زندگی زناشوئی خود چندان راضی نبود. شوهرش تاجر موفق بود و بیشتر اوقات به شغل خود می‌پرداخت. خانم عرفانی که خود را محروم از محبت و ترک شده می‌دید تمام وقت خود را صرف فرزندانش می‌کرد و به یک مادر وسواسی تبدیل شد و در تمام کارهای فرزندانش مداخله می‌کرد. دخترش ناهید برای آزاد شدن از دست او ازدواج کرد و در جای دیگری مشغول زندگی شد. فقط جمشید یعنی پسرش با او زندگی می‌کرد و شادی و افتخار عرفانی بود.

وقتی معلوم شد که جمشید به مهنوش علاقه دارد، این موضوع باعث ناراحتی خانم عرفانی گردید. زندگی بدون جمشید برای او غیر قابل تحمل بود و به همین دلیل کوشش زیادی به عمل آورد که جمشید را از ازدواج با مهنوش منصرف سازد. مهنوش در ابتدا سعی می‌کرد که رضایت خانم عرفانی را جلب نماید ولی به زودی مایوس گردید. در جشن عروسی جمشید و مهنوش، خانم عرفانی خیلی ناراحت بود و بعد از آن هم با عروس خود برخورد بدی داشت و پیوسته بهانه جوئی می‌کرد و ابراز عدم اعتماد

مستقل و طبق دلخواه خود زندگی کند. چون خویشاوندان سببی معمولاً مهمترین مانع آزادی زوجین هستند، مورد حمله و انتقاد قرار می‌گیرند.

در مورد خویشاوندان سببی به طور کلی سخن می‌گوئیم ولی باید به عمق مسئله پی ببریم. گاهی اتفاق می‌افتد که شوهران جوان با پدر زن خودشان اختلاف پیدا کنند ولی این وضع کمتر پیش می‌آید. مشکل اصلی مادر شوهر یا مادر زن است. اخیراً در آمریکا در مورد یک هزار زوج که با خویشاوندان سببی خود مشکلاتی داشتند مطالعاتی به عمل آمد و این نتیجه حاصل گردید که مشکلات ایجاد شده توسط مادر شوهر یا مادر زن بیش از مشکلاتی است که توسط تمام خویشاوندان سببی به وجود می‌آید. به علاوه روشن شد که نه دهم شکایت‌های مربوط به مادر شوهرها و مادر زن‌ها توسط عروسها مطرح می‌گردد.

این نتایج به وسیله بررسیهای دیگر و هم چنین توسط عقاید متداول مورد تأیید قرار گرفته است. اساس اصلی مشکلات خویشاوندان سببی مربوط می‌شود به دو زن از دو نسل مختلف که به سبب ازدواج در یک جا زندگی می‌کنند. مرد جوان بیچاره در مرکز حملات قرار دارد و خودش هم ناراحت است. ولی گاهی ممکن است در خود احساس غرور نماید که دو زن که در زندگی او بسیار مهم هستند (یعنی مادرش و زنش) برای جلب توجه او با یکدیگر رقابت می‌نمایند!

مشکل وقتی جدی تر می‌شود که این دو زن در سالهای اول ازدواج عروس با هم زندگی می‌کنند مخصوصاً وقتی که آشپزخانه آنها هم یکی باشد. بیشتر شکایات موجود در مورد مادر شوهرها و مادر زن‌ها این است که در کارهای زوج جوان مداخله می‌کنند و بیشترین ناراحتی مربوط است به مداخلات آنها در تربیت فرزندان.

وقتی تمام حقایق را یک جا جمع کنیم متوجه خواهیم شد که سوسن در وضع بدی قرار دارد و اگر در این مورد، یعنی درباره رابطه وی با مادر شوهرش، چاره اندیشی نشود زندگانش تباه خواهد گردید.

برای دخترشان می‌پسندند باز باید در نظر داشته باشند که حق انتخاب با ثریا است نه با آنها. رفتار انتقادآمیز آنها نمی‌تواند باعث عوض شدن اخلاق داریوش گردد بلکه باعث می‌شود که ثریا از او دفاع کند و نقایص او را نادیده بگیرد. در این صورت اگر کار به ازدواج بکشد خصومت والدین باعث تشدید مشکلات خواهد گردید.

نکته دیگری که می‌تواند باعث ایجاد روابط حسنه گردد برنامه ریزی برای ازدواج است: غالباً والدین مرد این احساس را دارند که در تهیه برنامه جشن ازدواج به آنها توجه کافی نشده است و به همین دلیل عاقلانه است که مشورتهای کافی با آنها به عمل آید و به تمایلات آنها توجه شود. حتی بهتر است که زوجین از بعضی از برنامه‌های مورد علاقه خود به خاطر والدینشان صرف نظر نمایند. در چنین موقعیت شادی آوری شایسته است که زوجین جوان در فکر رضایت والدین خود باشند تا آنها هم خوشحال شوند. بعد از ازدواج هم باید دقت به عمل آید که والدین فکر نکنند به آنها بی‌توجهی شده است. مثلاً ثریا می‌گوید «من نمی‌دانم چه وظیفه‌ای دارم که به مادرت نامه بنویسم». یا داریوش می‌گوید «اگر تو دوست داری، به ملاقات خویشاوندان خود برو ولی تو را به خدا مرا همراه خودت نبر». این نوع سخنان دور از حکمت و مهربانی و خلاف ادب است و در آینده مشکلاتی ایجاد خواهد کرد. در کارهای خارج از خانه و در روابط اجتماعی غالباً حتی نسبت به کسانی که با آنها صمیمی نیستیم رفتاری بسیار مؤدبانه داریم. بدیهی است که در مورد خانواده و خویشاوندان باید ادب بیشتری نشان دهیم تا هماهنگی و حسن تفاهم به وجود آید.

وقتی مشکلی پیش می‌آید، سعی کنید با بردباری و تفاهم با آن روبرو شوید. مهنوش می‌تواند به آسانی به جمشید بگوید «مادرت بد اخلاق‌ترین زن دنیاست». در واقع ظاهراً حق با مهنوش است. ولی حقیقت این است که خانم عرفانی زن بدبختی است. اگر مهنوش بتواند

می‌نمود و برعکس نسبت به جمشید محبت زیادی نشان می‌داد. خانم عرفانی در واقع شخص بدی نبود بلکه به علت ازدواج پسرش زندگی برای او پوچ و بی‌هدف شده بود.

غالب مادرانی که مشکلات جدی ایجاد می‌نمایند زنان میانسالی هستند که تعدیلات لازم را در زندگی خود انجام نداده‌اند. آنها تنها و سرخورده و تشنه محبت می‌باشند. غالباً وضع قابل ترحمی دارند. بیش از همه محتاج محبت و تفاهم هستند ولی با رفتار غیر منطقی و عیبجویانه خود باعث می‌شوند که از همان چیزی که به آن احتیاج دارند محروم شوند. گاهی عروس آنها مانند ناهید سعی می‌کند باعث کمک گردد ولی موفق نمی‌شود.

امروزه به علت وجود خویشاوندان سببی در بسیاری از خانواده‌ها مشکلاتی وجود دارد و بعضی از خانواده‌ها در حال متلاشی شدن هستند. اجازه بفرمائید به عنوان مشاور خانواده با توجه به تجربیاتی که دارم برای جلوگیری از وقایع فاجعه‌آمیز چند پیشنهاد ارائه دهم. چگونه می‌توان روابط رضایت‌بخشی به وجود آورد؟

پایه ریزی‌های اصلی باید در دوران آشنائی و نامزدی زوجین انجام شود. جوانانی که قصد ازدواج دارند باید با والدین طرف رفتار خوبی داشته باشند. مثلاً صحیح نیست که داریوش بگوید «من با ثریا ازدواج می‌کنم نه با خانواده‌اش». داریوش در واقع بر اثر ازدواج به خانواده ثریا ملحق می‌گردد و برای ثریا خیلی مهم است که داریوش کوشش به عمل آورد که مورد قبول والدین و خویشاوندان ثریا واقع شود. غالب مشکلات مربوط به خویشاوندان سببی از همان زمان آشنائی و نامزدی زوجین به وجود می‌آید.

از طرف دیگر والدین هم باید با نامزد فرزند خود رفتار محبت‌آمیزی داشته باشند. حتی در صورتی که داریوش آن مردی نباشد که والدین ثریا

احساس مادر شوهر خود را درک نماید، مدارای بیشتر نشان خواهد داد و مشکلات به تدریج حل خواهد شد. نشان دادن لطف و مهربانی خیلی مشکل نیست ولی نتایج درخشانی دارد.

به نظر من باید لااقل در سالهای اول ازدواج در صورت امکان از زندگی با خویشاوندان خودداری نمود. ولی در صورتی که چاره‌ای وجود نداشته باشد می‌توان از تجربیات سایرین درس عبرت آموخت. در این صورت بهتر است وظایف و اختیارات همه در مورد مسائلی نظیر امور مالی، طرز استفاده از اتاقها و سایر موضوعات کاملاً روشن باشد. همه باید از مداخله در زندگی خصوصی یکدیگر دوری نمایند. محل زندگی جداگانه و در صورت امکان آشپزخانه‌های مستقل خیلی لازم است. باید همه بپذیرند که زندگی با خویشاوندان زندگی کاملاً مطلوبی نیست و به همین دلیل همه باید کمک کنند که مشکلات حل شود. باید از رفتار توأم با عیب‌جوئی دوری نمائید زیرا باعث می‌شود که آرامش و هماهنگی از بین برود. وقتی کشمکشهای شدیدی به وجود می‌آید زوج جوان باید با اتحاد و همکاری یکدیگر چاره‌ای بیندیشند تا از خصومت و تلخکامی در آینده جلوگیری شود.

از نظر روانشناسی می‌توان گفت که زندگی با خویشاوندان غالباً مشکلاتی به وجود می‌آورد. باید این حقیقت را بپذیریم. ولی اگر بر این مشکلات پیروز شویم واقعاً سعادت‌مند خواهیم بود. انسان ذاتاً می‌تواند تعدیلهای زیادی در خود انجام دهد مشروط بر این که واقعاً به این کار علاقمند باشد. مادر مهربانی بهترین روش در این مورد را در یک جمله بیان کرده است: «وقتی خسرو با منیژه ازدواج کرد من فکر کردم که پسر من از دست دادم ولی آنچه عملاً انجام شد این بود که من دختری پیدا کردم».

\* \* \*

## فصل دهم

### داشتن فرزند

برای بسیاری از زوجها، داشتن فرزند مستلزم انجام تعدیلات متعددی است. در مرحله اول باید تصمیم بگیرند که می‌خواهند فرزند داشته باشند یا نه. غالب زوجها مایلند فرزند داشته باشند. بعداً باید توافق نمایند که چند فرزند می‌خواهند و تفاوت سنی فرزندان چند سال باید باشد تا بتوانند آنها را به خوبی تربیت کنند. ضمناً مسائل مربوط به طرز جلوگیری از حاملگی هم باید مورد بحث قرار گیرد.

وقتی فرزندان به دنیا می‌آیند باید از آنها مواظبت به عمل آید. وقتی کودکان کوچک هستند و احتیاج به مواظبت مداوم دارند بسیاری از موضوعات عادی زندگی زناشویی دچار تغییر می‌شود. ولی باید بدانیم که وقتی فرزندان بزرگتر می‌شوند مسئولیت والدین کمتر نمی‌شود. احتیاج به مواظبت از بدن کودک کوچک تبدیل می‌شود به مسئولیت خطیر تربیت شخصیت فرزند نوجوان که پیوسته در حال تغییر و رو به رشد است. در این جاست که میزان اتحاد و هماهنگی والدین آشکار می‌گردد.

حقیقت این است که تربیت فرزند در دنیای جدید کاری است بسیار بغرنج. در گذشته که مهمترین صفت فرزند خوب عبادت بود از اطاعت، کار والدین نسبتاً ساده بود. فقط کافی بود به فرزندمان بگوئیم «بیژن، کافی است». اگر بیژن اطاعت نمی‌کرد با صدای بلندتر می‌گفتیم «بیژن، اگر به این کارت ادامه بدهی تنبیه خواهی شد». اگر باز هم اطاعت نمی‌کرد حتماً تنبیه می‌شد. تنبیه ادامه می‌یافت تا بیژن مجبور به اطاعت شود. دیگر مهم نبود که بیژن در باطن ناراحت می‌شود یا نه. در هر حال بیژن از والدین خود اطاعت می‌کرد.

بعضی از والدین امروز هم معتقدند که بهترین روش تربیت فرزندان



با یکدیگر همکاری کنند. لازم است در رفتار خود با فرزندشان دارای اتحاد کامل باشند. به طور کلی حتی در مواردی که نظر متفاوتی داشته باشند باید حرف یکدیگر را تأیید نمایند و بعد از این که فرزندان به خواب رفتند با بحث درباره نظرات خود به توافق مشترک برسند. برای این که بیژن بتواند شخص تربیت شده‌ای بشود باید یاد بگیرد که به قوانین اجتماعی که در آن زندگی می‌کند احترام بگذارد. اگر یاد نگردد که در خانه خود از قوانین اطاعت نماید، یعنی اگر قوانین روشنی برای اطاعت وجود نداشته باشد، وقتی وارد اجتماع شود گرفتار ناراحتی خواهد گردید.

سؤال مهم این است که: چرا والدین درباره روش تربیت فرزند با یکدیگر اختلاف دارند؟ ظاهراً جواب این است که آنها دارای نظرات و عقاید مختلفی می‌باشند. ولی در واقع حقیقت امر غیر از این است. بارها ثابت شده است که علت اصلی عبارتست از این که آنها در مورد امور زناشویی با یکدیگر اختلاف دارند و تربیت فرزند را بهانه‌ای برای تلافی قرار می‌دهند. در واقع آن بیژن نیست که برای رسیدن به هدف خود از پدر یا مادر خود علیه دیگری استفاده می‌کند بلکه آن پدر و مادر وی هستند که از او برای ضربه زدن به یکدیگر استفاده می‌نمایند.

پدر و مادر قبل از فرا رسیدن زمان تربیت فرزندان مدت زیادی با هم زندگی کرده‌اند و یکدیگر را به اندازه کافی می‌شناسند. آنها دوره آشنائی و نامزدی و سالهای اول زناشویی را پشت سر گذاشته‌اند. بدین طریق از عقاید یکدیگر اطلاع کافی دارند. وقتی در میان زوجین مهر و محبت وجود داشته باشد، فرصت خواهند داشت که اصول مشترکی برای زندگی خود بپذیرند. اگر زوجین دارای اصول و ارزشهای مشترک نباشند نمی‌توانند در هماهنگی و صمیمیت کامل زندگی کنند.

بدیهی است مقصود این نیست که زوجین باید در تمام جزئیات مربوط

همین است. عده‌ای دیگر برعکس می‌گویند نباید کاری کرد که فرزندشان ناراحتی باطنی پیدا کند و به همین دلیل بی‌اطاعتی‌های فرزند خود را تحمل می‌نمایند و خود را این طور تسلی می‌دهند که با این کار خود از ایجاد ناراحتی در شخصیت فرزندشان جلوگیری می‌نمایند.

حدس من این است که بسیاری از والدین راه حد وسط را انتخاب می‌نمایند. مدتی سخت‌گیری می‌کنند و بعد برای این که وجدان خود را راحت سازند بیشتر مدارا می‌نمایند. باز هم بعد از مدتی مدارا دوباره سخت‌گیری می‌کنند. این روش برای فرزندانی گنج‌کننده است. در این وضع بیژن به زودی یاد می‌گیرد که از طرز نگاه و رفتار والدین به فکر آنها بی‌ببرد و طبق آن رفتار کند.

ولی وقتی پدر و مادر دارای روشهای متفاوت باشند بیژن می‌تواند به آسانی سوء استفاده کند. این وضع برای بیژن بسیار ایده‌آل است زیرا می‌تواند از اختلاف روشهای پدر و مادرش استفاده نماید و حرف خود را به گرسی بنشانند. به بیژن نمی‌توان ایرادی گرفت زیرا همه ما برای رسیدن به هدف از شرایط موجود بهره‌گیری می‌نمائیم. تمدن هم به همین طریق پیشرفت می‌نماید و ترقی علوم و تکنولوژی هم بر همین اساس قرار دارد.

معهدا بیژن می‌تواند از فرصتهای دیگری برای بهره‌گیری از شرایط استفاده نماید زیرا اگر به شرح مذکور در فوق از این روش در مورد والدین خود استفاده کند احترام پدر یا مادرش در نظر او کم خواهد شد و ممکن است باعث شود که احترام متقابل پدر و مادر لطمه ببیند. اگر اختلاف روش پدر و مادر در مورد تربیت فرزند پیوسته ادامه یابد، روابط والدین لطمه شدیدی خواهد خورد و خانواده به محل جر و بحث و مناقشه تبدیل خواهد گردید. این وضع باعث از بین بردن محبت و مهربانی خواهد شد.

با توجه به مراتب فوق بسیار مهم است که پدر و مادر بیژن با هم توافق نمایند که مایلند پسرشان از چه اصولی پیروی نماید و سپس در اجرای آن

شوهر فاقد همکاری و هماهنگی لازم هستند و به همین دلیل در مورد طرز تربیت فرزندان یا دچار اختلاف خواهند گردید یا یکی از آنها (معمولاً پدر) از صحنه خارج خواهد شد و کار را به دیگری واگذار خواهد نمود.

تربیت فرزندان کار پیچیده‌ای است و دارای جنبه‌های متعدد می‌باشد. مهمترین موضوع در این مورد این است که باید در اجرای آن همکاری و تعاون وجود داشته باشد. برای به وجود آمدن فرزند، هم پدر لازم است و هم مادر. فرزند برای رشد و پیشرفت کامل هم به پدر احتیاج دارند و هم به مادر. برای این که پدر و مادر بتوانند وظیفه خود را به عنوان والدین به خوبی انجام دهند اول باید برای یکدیگر زن و شوهر خوبی باشند. میزان موفقیت آنها در زندگی زناشویی تعیین کننده میزان موفقیت آنها در تربیت فرزندان است.

حقایق فوق ممکن است برای عده‌ای حیرت‌انگیز باشد ولی من در مورد صحت آنها اطمینان کامل دارم. تاکنون به موردی برخورد نکرده‌ام که والدین درباره روش تربیت فرزندان با یکدیگر اختلاف داشته باشند ولی این اختلاف از مناقشه مربوط به امور زناشویی سرچشمه نگرفته باشد. من به این نتیجه رسیده‌ام که وقتی اختلافات زناشویی برطرف گردد اشکالات مربوط به فرزندان هم مرتفع خواهد شد.

چون به حقایق فوق‌الذکر اعتقاد دارم، نظرم این است که داشتن فرزند نمی‌تواند باعث ایجاد ناهماهنگی در خانواده گردد. عدم توافق در مورد فرزندان غالباً یا به این دلیل پیش می‌آید که قبلاً عدم هماهنگی در زندگی زناشویی وجود داشته یا دلیلش این است که به علت تولد فرزندان مسائل جدیدی در میان زن و شوهر ایجاد شده است. راه حل مشکلات مربوط به تربیت فرزندان عبارتست از حل مشکلات موجود در زناشویی.

پس مهمترین عامل موفقیت در تربیت فرزندان عبارتست از ازدواج موفقیت‌آمیز. خیلی خوب است که برای فرزندان خود خانه‌ای راحت با

به تربیت فرزندان با هم توافق صد درصد داشته باشند. آنها می‌توانند در موقع مقتضی در مورد جزئیات بحث نمایند.

مهمترین موضوعی که باید به آن توجه داشته باشیم این است که عقاید ما در مورد طرز تربیت فرزندان قسمتی از اصول عقاید و فلسفه‌ای است که در زندگی داریم. ما به فرزندان خود علاقه‌مندیم و مایلیم که تمام آرزوهای خوبی که برای زندگی خود داریم برای آنها هم عملی شود. ممکن است کتابهایی در مورد روش تربیت فرزندان بخوانیم و صحت آنها را تصدیق کنیم ولی آنها را اجرا نخواهیم نمود مگر این که با اصول اصلی و فلسفه زندگی ما مطابقت کامل داشته باشند.

مفهوم آنچه فوقاً ذکر شد این است که وقتی زن و شوهر بر اثر عشق و محبت متقابل به بعضی اصول مشترک زندگی معتقد شوند خودشان روش مشترکی برای تربیت فرزندان تنظیم خواهند نمود که با اصول و فلسفه زندگی آنها هماهنگ خواهد بود. چون زن و شوهر در روابطی که با یکدیگر دارند احساس رضایت و عشق و محبت می‌نمایند مایلند همین عواطف را به فرزندان خود انتقال دهند و با ایجاد محیطی پر از صفا و وفا باعث شوند که تمام اعضاء خانواده نسبت به یکدیگر محبت داشته باشند. به همین دلیل پدر کوشش خواهد کرد که به قدری که پرویز به او علاقه دارد به مادرش هم علاقه داشته باشد و کاری نخواهد کرد که زنش در مقابل پرویز تحقیر گردد.

از طرف دیگر اگر زن و شوهر دارای روابط صمیمانه‌ای نباشند، وضع خانواده با وضعی که در بالا تشریح گردید کاملاً متفاوت خواهد بود. طرز رفتار آنها با فرزندان نشان منعکس کننده اختلافات حل نشده آنها خواهد بود و این امر درست مانند ذره‌های گرد و خاک بر روی عدسی دوربین سینماست که بر روی پرده کاملاً دیده می‌شود. آنها نمی‌توانند وظایف خود را به عنوان والدین با همکاری یکدیگر انجام دهند زیرا به عنوان زن و

تمام امکانات مادی فراهم آوریم. خیلی خوب است که بتوانیم اطلاعات کافی درباره روانشناسی کودک و طرز تربیت فرزندان کسب نمائیم و کوشش کنیم والدین خوبی باشیم. ولی مهمترین هدیه ای که می توانیم به فرزندان خود بدهیم عبارتست از عشق و محبتی که ثمره یک ازدواج سعادت آمیز است و همیشه به سوی فرزندان جاری می گردد. در چنین محیط سرشار از مهر و محبت، فرزندان احساس آسایش و امنیت می نمایند. فرزندی که مطمئن باشد والدینش نسبت به او و نسبت به یکدیگر دارای محبت واقعی هستند، از اعتماد به نفس و شادی واقعی برخوردار خواهد بود و با شجاعت و اطمینان کامل به استقبال آینده خواهد رفت.

وقتی سعی می کنیم در زندگی زناشوئی سعادت مند باشیم معمولاً در فکر سعادت خودمان هستیم. ولی وقتی زن و شوهر با صبر و حوصله فراوان تلاش می کنند به هماهنگی و آرامش برسند بیشتر از آن که برای خودشان سعادت کسب کنند باعث خوشبختی فرزندان خود می گردند.

\* \* \*

## قسمت سوم پنج همسر مشکل

### فصل یازدهم زن «سرد مزاج»

در فصل مربوط به امور جنسی، تأکید بر روی رابطه سالم و عادی و اقناع کننده بود. معهذاً به طوری که همه می دانیم ممکن است اشکالاتی هم به وجود بیاید. در این فصل موضوعی را مورد بحث قرار می دهیم که احتمالاً مهمترین مشکل جنسی در ازدواج است.

برای شروع بحث قسمتی از نامه ای را که مدتی قبل از یک خانم فهیمده میانسال دریافت داشتم نقل می نمایم. این خانم چنین می نویسد:

«ظرف سی سال گذشته با زنان شوهر دار از هر سنی بحث های صریحی انجام داده ام. وقتی از آنها مستقیماً پرسیده ام «آیا از رابطه جنسی با شوهرتان به طور کامل اقناع می شوید؟» غالباً جواب منفی داده اند. وقتی از آنها پرسیده ام که برای حل این مشکل چه اقدامی به عمل می آورند، غالباً گفته اند که اقدامی به عمل نمی آورند. نومیدی یا ترس مانع شده است که در این مورد قدمی بردارند. عده ای از زنها فکر می کردند که خودشان عادی نیستند و از این بابت ناراحت بودند. عده ای از آنها معتقد بودند که نباید به خاطر امور جنسی باعث شویم که غرور مرد جریحه دار شود و به همین دلیل خودشان را راضی نشان می دادند. عده ای از زنها که می خواستند ظاهر سازی نکنند به شوهرانشان اظهار داشته بودند که چه احساسی دارند ولی شوهرانشان آنها را «سرد مزاج» خوانده بودند.»

عشق و علاقه نمایند. تنها نقصی که در این زنها وجود دارد این است مکانیسم اورگاسم در آنها کار نمی کند ولی این به آن معنی نیست که از مجامعت با شوهرانشان احساس لذت نمی کنند. آنها با روش مخصوص به خود از هم بستری با شوهر خود کسب لذت می نمایند. این زنها می توانند زندگی زناشویی سعادت‌مندی داشته باشند به شرطی که احتیاجات جنسی شوهرانشان را برآورده سازند و شوهرانشان آنها را سرزنش نکنند که چرا به اوج لذت جنسی نمی رسند.

در عین حال زنهایی هم وجود دارند که نه تنها به اورگاسم یا اوج لذت جنسی نمی رسند بلکه عملاً با رابطه جنسی مخالف هستند. علت این وضع غالباً این است که در اوایل زندگی به وقایعی دچار شده اند که در آنها احساس ترس یا خجالت یا خطا در مورد امور جنسی به وجود آمده است. در این گونه موارد بهتر است موضوع با یک روانپزشک مورد اعتماد در میان گذاشته شود و معالجات لازم به عمل آید تا مشکل مورد بحث ریشه یابی و درمان گردد.

مشکل متداول تر در مورد «اورگاسم غیر کافی» غالباً مربوط به زنانی است که تمایل و استعداد رسیدن به اوج لذت را دارند ولی غالباً اقلع نمی شوند. این وضع هم برای شوهر و هم برای زن بسیار ناراحت کننده است. آنها تلاشهای مکرری به عمل می آورند که غالباً به ناکامی می انجامد و مسئله به تدریج حادث می گردد. شوهر حوصله اش از عدم کفایت زنش سر می رود و در مقابل عدم رضایت و روحیه ای انتقاد آمیز نشان می دهد. زن نیز از نظر عاطفی جریحه دار می شود و با روحیه ای به عمل جنسی مبادرت می ورزد که از آن لذتی کسب نمی شود. به تدریج از روابط جنسی کاملاً متنفر می گردد و از آن فرار می کند. این وضع ممکن است به جدائی زوجین بیانجامد.

ما باید این موضوع را طوری مورد بحث قرار دهیم که به نتیجه صحیح برسیم. باید دید که چه تعداد از زنان شوهردار واقعاً چنین مشکلی دارند. بررسیهایی که توسط متخصصین صلاحیت دار به عمل آمده نشان می دهد که غالب زنها در مورد اورگاسم یا رسیدن به اوج لذت جنسی دارای مشکلی نیستند. پس عقایدی که در نامه فوق الذکر ابراز شده بود اغراق آمیز است. معهدا باید پذیرفت که در این مورد گاهی مشکلاتی وجود دارد. من به عنوان مشاور امور خانوادگی با چنین مواردی روبرو شده ام که غالب باعث دلسردی و ناراحتی زنها می گردد.

در مورد موضوعی که اکنون مورد بحث ما می باشد من با اصطلاح «سرد مزاج» چندان موافق نیستم و به همین دلیل آن را در نقل قول قرار داده ام. این اصطلاح دارای مفهوم تحقیر و پیش داوری می باشد و به نظر من در این مورد اصطلاح مناسبی نیست. البته زنهایی وجود دارند که احساس جنسی در آنها قوی نیست و این نوع زنها در دنیای فعلی که در آن آزادی انتخاب وجود دارد معمولاً از ازدواج خودداری می نمایند.

در این مورد اصطلاح مناسب تر عبارت است از «اورگاسم غیر کافی». همان طوری که قبلاً اشاره شد غالب زنها در مورد اورگاسم به مشکلی دچار نمی شوند. ممکن است همیشه به اوج لذت نرسند. زنها معمولاً تحت تاثیر عواطف خود قرار می گیرند و وضع روحی و اوضاع محیط و زمان و فصل انجام رابطه جنسی در آنها مؤثر است. ولی به طور کلی وقتی زنی معمولاً به اوج لذت جنسی می رسد باید او را عادی و سالم دانست.

از طرف دیگر زنهایی هم وجود دارند که هیچگاه به اوج لذت جنسی نرسیده اند. این نوع زنها هم نباید احساس ناراحتی نمایند مگر در موقعی که شوهرانشان آنها را غیر عادی بخوانند.

اشتباه خواهد بود اگر فکر کنیم که این زنها طبیعتاً احساس جنسی ندارند. برعکس، آنها معمولاً خیلی پر محبت هستند و می توانند ابراز

چند ظاهراً بسیار مایل است که به اوج لذت جنسی برسد ولی در باطن او مانعی وجود دارد که از آن جلوگیری می‌کند. مثل این است که در مورد امور جنسی دچار اضطراب است و هر چند ناراحتی او به حد نفرت نرسیده است ولی این احساس او به اندازه کافی قوی است و می‌تواند در لحظه حساس مانع اورگاسم شود. ممکن است زن متوجه اصل موضوع نباشد و این موضوع بر پیچیدگی اشکال می‌افزاید. ولی قدر مسلم این است که روحیه ای منفی در او به وجود آمده و مانع لذت جنسی او می‌گردد.

این عامل بازدارنده در بعضی موارد وضعی به وجود می‌آورد که «انقباض مهبل» خوانده می‌شود. زن که دچار ترس و اضطراب شدید باطنی است، وقتی شوهرش می‌خواهد با او نزدیکی کند عضلات خود را منقبض می‌نماید. در نتیجه شوهر نمی‌تواند عمل دخول را انجام دهد و بدین طریق مجامعت غیر ممکن می‌گردد. زن این کار را از روی عمد انجام نمی‌دهد بلکه بدون اراده او انجام می‌شود. احتمالاً خودش خیلی مایل است حالت عادی داشته باشد و از مجامعت لذت می‌برد ولی احساسات او غلبه می‌کند و او چاره‌ای ندارد.

زنانی که گرفتار «اورگاسم غیر کافی» هستند باید به مشاور امور زناشویی و در صورت لزوم با توصیه او به روانپزشک مراجعه نمایند. غالباً نتایج بسیار خوبی حاصل می‌گردد. با توجه به این که زن علاقه دارد به اوج لذت جنسی برسد و غالباً به آن نزدیک می‌شود، می‌توان امیدوار بود که بعد از انجام تعدیلات لازم موفقیت مورد نظر بدست آید. زوجین هر چه بیشتر در مورد اقدام به حل مشکل خود تأخیر نمایند، اشکال عاطفی شدیدتر و به همان میزان حل مشکل سخت‌تر خواهد بود.

مردها خیلی به ندرت از رسیدن به اوج لذت جنسی محروم می‌گردند. ممکن است بعضی از مردها به ناتوانی جنسی دچار شوند و این وضع برای مرد بسیار تحقیرآمیز است زیرا به علت عدم نعوظ نمی‌تواند عمل دخول را

ممکن است اشکال اصلی در روش ناصحیح شوهر باشد. قبلاً این نکته را تذکر دادیم که لازم است شوهر عجله نکند بلکه صبر نماید که زنش آمادگی پیدا کند. این نکته در روابط جنسی خیلی بیشتر از گذشته روشن شده است. ولی هنوز هم به شوهرانی برخورد می‌نمائیم که از قوانین عشق ورزی کاملاً بی‌خبر هستند. خوشبختانه امروزه کتابهای زیادی وجود دارد که برای چنین شوهرانی مفید است. در عین حال می‌توان با مشاوران با تجربه امور زناشویی مشورت‌های لازم را به عمل آورد و اشکالات را هر چه زودتر مرتفع ساخت. چنین شوهرانی باید بدانند که استعداد جنسی زن‌ها یکسان نیست. عده زیادی از زن‌ها بدون تحریک کلیتریس که حساس‌ترین عضو جنسی زن می‌باشد نمی‌توانند به مرحله اوج لذت جنسی برسند. به همین دلیل در موقع مجامعت، شوهر باید با انگشتان خود کلیتریس زنش را تحریک نماید و قبل یا بعد از اقناع خودش، زن خود را به اوج لذت برساند.

به علاوه بعضی از زن‌ها در روزهای مخصوصی از قاعدگی خود یا تحت شرایط بخصوص به امور جنسی علاقه پیدا می‌کنند. وقتی بین زن و شوهر حُسن تفاهم کامل وجود داشته باشد، زن می‌تواند این مسائل را برای شوهرش تشریح نماید. جای تعجب فراوان است که غالباً به علت شرم حضور و ناراحتی بی‌مورد، بیشتر زن‌ها از ادای چنین توضیحاتی خودداری می‌نمایند.

ضمناً امکان دارد روش شوهر طوری باشد که نتوان در آن نقصی یافت. در این گونه موارد شوهر اطلاعات کافی دارد و مهربان و صبور است. معه‌ذا زنش، با وجود علاقه‌ای که به رسیدن اوج لذت جنسی دارد و با وجود کمک‌هائی که شوهرش در این مورد به عمل می‌آورد، باز هم موفقیتی بدست نمی‌آورد. در چنین مواردی باید بدانیم که طبق اصطلاحی که در روانشناسی وجود دارد زن دارای «مانع عاطفی» می‌باشد. یعنی هر

که برای نزدیکی لازم است انجام دهد. این وضع مرد به انقباض مهبل زن شباهت دارد زیرا از اضطرابات ناخودآگاه در مورد رابطه جنسی سرچشمه می‌گیرد. در چنین مواقعی باید از مشاور امور زناشوئی استفاده کرد زیرا احتمال بسیار کمی وجود دارد که زوجین خودشان بتوانند مشکل را حل کنند.

زنانی که نسبت به رابطه جنسی بی‌علاقه هستند باید بدانند که هم برای خودشان مشکلات به وجود می‌آورند و هم برای شوهرانشان. برای مرد خیلی مشکل است که مورد بی‌توجهی زنش قرار گیرد. این وضع باعث می‌شود که ناراحتی مرد به تدریج شدت پیدا کند و او را سرخورده و ناامید بسازد. زن پر محبت هرگز نخواهد گذاشت چنین وضعی پیش آید زیرا می‌داند باعث اندوه فراوان شوهر خود می‌گردد. هر چند ممکن است خودش لذت نبرد ولی طوری عمل خواهد کرد که شوهر خود را اقناع نماید و موجبات شادمانی او را فراهم سازد. هیچ چیز نمی‌تواند بیشتر از بی‌توجهی زن درباره امور جنسی باعث دلسردی و از بین بردن محبت شوهر گردد.

وقتی روابط جنسی زن و شوهر رضایت بخش نباشد، می‌توانند سه اقدام زیر را به عمل آورند: اولاً بدون پرده پوشی و با کمال صمیمیت و صداقت مسائل را با یکدیگر مورد بحث قرار دهند. ثانیاً اگر این اقدام موفقیت‌آمیز نبود باید با یکدیگر کتابهای مناسبی در این مورد مطالعه نمایند. ثالثاً اگر مشکل باز هم حل نشد باید موضوع را با مشاور امور زناشوئی در میان بگذارند. هماهنگی و تعدیل در امور جنسی برای سعادت خانواده اهمیت زیادی دارد و زوجین نباید از هیچ کوششی در این راه خودداری نمایند.

\* \* \*

## فصل دوازدهم

### شوهر ساکت

مَثَلی است معروف که زنها خیلی پر حرف هستند. یک نقّاش به شوخی تابلوئی کشیده است که نام آن «زن ساکت» می‌باشد. ولی وقتی به تابلو نگاه می‌کنیم می‌بینیم که زن اصلاً سر ندارد!

حقیقت چیست؟ شکی نیست که مردها زیاد حرف می‌زنند. تا جائی که من اطلاع دارم بزرگترین سخنرانان تاریخ غالباً مرد بوده‌اند. حتی امروز هم، که اکثراً فرصت مساوی وجود دارد، سخنرانان غالباً مرد هستند.

با توجه به حقیقت فوق، من به این نتیجه رسیده‌ام که موضوع اصلی این نیست که سخن طولانی یا کوتاه باشد بلکه این است که سخن را برای چه مقصودی بکار می‌بریم. وقتی مردان سخن می‌گویند، عقایدی ابراز می‌دارند. وقتی زنها صحبت می‌کنند، احساسات خود را ابراز می‌دارند.

البته مطالب مذکور، اظهار نظر کلی است ولی به ما کمک می‌کند که خودمان را و یکدیگر را بهتر بشناسیم. وقتی زنی دچار احساسات گردد به طور غریزی حرف می‌زند. از ابراز احساسات خود احساس آرامش و امنیت می‌کند. زن محبت خود را ابراز می‌دارد و نفرت خود را بیان می‌کند.

وقتی مردی احساساتی شود، مایل نیست سخن بگوید. به طور غریزی ساکت می‌ماند. در اطاق خود را می‌بندد و در خود فرو می‌رود.

در واقع ممکن است مردها ناراحت شوند که چرا زنها احساسات خود را ابراز می‌دارند. یکی از نویسندگان مردی را مجسم می‌سازد که در افکار خود در مورد طبیعت غرق شده است در حالی که زن سکوت را می‌شکند و مطالب پیش پا افتاده‌ای درباره زبانی طبیعت بر زبان می‌راند. مرد از شدت عصبانیت فریاد می‌زند «با این حرفهای بی‌معنی رشته افکار مرا پاره کردی».

وقتی زن احساسات خصومت‌آمیز ابراز می‌دارد، مرد نمی‌تواند با او

باشد. این طور عادت کرده است که وقتی احساساتش به جوش می آید، بخصوص وقتی در حضور زن‌ها باشد، در کنترل کردن و خاموش نمودن احساسات خود بکوشد. از مردانگی به دور است که در مقابل زن عصبانی شود. گریه کردن در مقابل زن برای مرد تحقیرآمیز است. پس چاره کار فقط این است که به تنهایی روی آورد تا بتواند بر احساسات خود چیره شود.

یک افسر باز نشسته به عنوان نصیحت محرمانه برای من شرح می داد که بهترین روش برای از بین بردن اختلاف وی و زنش این بوده است که وقتی اختلافی بین آن دو پیش می آمد وی از خانه بیرون می رفت و مدتی در خارج قدم می زد. وقتی یکی دو ساعت بعد مراجعت می کرد با خوشحالی متوجه می شد که موضوع مورد اختلاف فراموش شده است. این شخص طبق تربیت مردانه عمل می کرد ولی متوجه نبود که رفتارش موجب ناراحتی زنش می شود زیرا زن مایل بود موضوع مورد بحث قرار گیرد و در مورد آن تبادل نظر به عمل آید.

معمولاً مرد‌ها در این گونه موارد از خانه خارج نمی شوند بلکه از همسران خود کناره گیری می کنند و خود را نسبت به حرف‌های آنان بی تفاوت نشان می دهند. این روش بسیار مؤثر است و زن‌ها نمی دانند در مقابل شوهری که جوابی نمی دهد چه عکس‌العملی نشان دهند.

در این گونه موارد زن‌ها باید چه روشی در پیش بگیرند؟

بهترین روش این است که مقاومت مرد را درهم بشکنند. زن‌های باهوش این نکته را زود درک می کنند. زن هر چه شدیدتر به مرد حمله کند، مرد بیشتر در خود فرو خواهد رفت. روش مفید تر آن است که زن وقایع انجام شده را با دقت مطالعه کند و به علت آنها پی ببرد. حقیقت عجیب این است که وقتی مردی در مقابل زن خود در خود فرو می رود و سکوت می کند، دچار نومیدی شدیدی است. در واقع این آخرین چاره‌ای است که به فکر مرد می رسد.

رقابت کند. مهمترین سلاح زن - یعنی غرغر کردن - از طریق کلمات مورد استفاده قرار می گیرد.

علت وجود این تفاوت در میان زن و مرد چیست؟ تصور می کنم علت را باید در شرایط زندگی جستجو کرد. در کشورهایی که مردان دارای جسارت و خشونت بیشتری هستند، به پسران از همان اول تعلیم داده می شود که احساسات خود را کنترل نمایند. در حالی که دختر کوچک می تواند هر وقت دلش بخواهد با صدای بلند گریه کند به برادر کوچکش یاد می دهند که مرد باشد و از گریه کردن خودداری نماید. بدین طریق پسر یاد می گیرد که از ابراز احساساتی که مردانه نیست دوری کند. وقتی پسر بزرگتر می شود و مثلاً به تمرین مشت زنی می پردازد باید یاد بگیرد که هر نوع درد را تحمل نماید و عکس‌العمل نشان ندهد زیرا در غیر این صورت به طرف نقطه ضعف نشان داده است.

بدین طریق ملاحظه می شود که خودمان نسلی از مردانی تربیت می کنیم که احساسات خود را کنترل می نمایند. مردانی را مورد تمجید قرار می دهیم که «نیرومند و ساکت» باشند. این دو صفت یعنی نیرومندی و سکوت را در یک جا جمع می کنیم و در واقع آنها را یکی می دانیم.

البته فرهنگ‌های مختلف با یکدیگر تفاوت دارند. مثلاً مردان آمریکای لاتین آزادی بیشتری در ابراز احساسات دارند و از جمله احساسات خود را با آب و تاب شرح می دهند و یکدیگر را در آغوش می کشند و در موقع ناراحتی گریه می کنند. ما گاهی در مورد این گونه ابراز احساسات اغماض می نمائیم ولی غالباً در باطن خود از این روش ناخشنود هستیم و با خود می گوئیم که مرد نباید این طور باشد. غالباً معتقدیم که مردی که ساکت نیست و بر احساسات خود تسلط ندارد نمی تواند واقعاً قوی باشد.

زنی که از ساکت بودن شوهر خود ناراحت است باید به حقایق فوق توجه نماید. شوهرش سال‌های متمادی آموزش دیده است که این طور

قلبی یکدیگر با خبر خواهند گردید. این کار برای مرد چندان آسان نیست ولی هر مردی اشتیاق شدیدی به انجام آن دارد.

وقتی زن بتواند اعتماد شوهر خود را جلب نماید، متوجه خواهد شد که سکوت وسیله ای برای دفاع و مقاومت بوده است. وقتی مرد فرصت مناسب پیدا کند، مانند زن برای ابراز احساسات خود سخن خواهد گفت. به علاوه مرد دارای احتیاجی است که از احتیاج زن قوی تر می باشد و آن عبارتست از احتیاج به تشریح عقاید و نقشه ها و آرزوها. وقتی مردی بدین گونه سخن بگوید باعث می گردد که فکرش روشن تر و عقایدش کامل تر گردد و راه حل های جدیدی برای مسائلش پیدا شود. در این صورت زن به یک همکار صمیمی تبدیل می گردد و در کارهای شوهرش الهام بخش وی خواهد بود.

زنی که شوهرش ساکت است وضع مشکلی دارد و نباید او را محکوم کنیم. ولی زن باید بداند که مهمترین وظیفه اش به عنوان زوجه این است که در ابراز احساسات باطنی به شوهرش کمک کند. در زندگی زناشوئی در غالب موارد ابتکار و شروع کار در دست شوهر است ولی در مورد شکست سکوت و بیان احساسات اصولاً زن باید پیشقدم شود. در این مورد غالب مردها از این که همسرانشان پیشقدم شوند و آنها را تشویق و کمک و درک نمایند خیلی خوشحال می شوند.

پس اگر شوهری حرف نمی زند این به آن دلیل نیست که تمایلی به حرف زدن ندارد یا حرفی برای گفتن ندارد. علت اصلی این است که از گشودن قلب خود و ابراز احساسات باطنی در مقابل زنش می ترسد زیرا به او اعتماد کافی ندارد. این مشکلی است که هر زنی باید با استفاده از زیرکی مخصوص به خود حل کند. من که مرد هستم نمی توانم بگویم که زن چگونه می تواند زن باشد ولی آنچه می توانم بگویم این است که اگر موفق شود اعتماد کامل شوهر خود را جلب نماید، حتماً در زندگی زناشوئی سعادت مند خواهد بود.

\* \* \*

در زندگی روزمره، مردان در برابر یکدیگر احساسات خود را کنترل می نمایند. ولی هر شخصی در جستجوی فرصتی است که خود را از این قید و بند آزاد سازد و احساسات خود را آزادانه بروز دهد. آرزوی مرد این است که با همسر خود به قدری صمیمی باشد که مانعی در راه ابراز احساسات وجود نداشته باشد ولی وقتی در این مورد موفق نمی شود دچار نومییدی شدیدی می گردد.

آرزوی مرد در واقع این است که از قید و بندی که اجتماع در برابر ابراز احساسات او به وجود آورده است آزادی یابد. ولی چون به تنهایی قادر به انجام این کار نیست به کمک همسر خود احتیاج دارد تا احساسات قلبی خود را در مقابل او ابراز دارد و خود را آزاد حس کند. پس وظیفه زن است که شوهر خود را از ورطه سکوت خلاصی دهد و احساسات عمیق او را ظاهر سازد. ممکن است این کار چندان ساده نباشد. این کار صبر و محبت و حکمت زیادی لازم دارد. ولی خوشبختانه احساسات زنانه در این مورد بسیار مفید است. در این مورد بیشتر از هر مورد دیگری زن باید به صورت مادری برای شوهر خود عمل نماید. آنچه زن باید انجام دهد این است که برای شوهر خود محیط گرم و صمیمانه و قابل اعتمادی ایجاد نماید که شوهرش قبل از این که در صفات مردانگی رشد نماید با مادر خود در چنان محیطی می زیست.

زنی که بتواند برای شوهر خود چنین محیطی ایجاد نماید، ثمرات نیکوی زحمات خود را خواهد چشید. در واقع انتظاری که مرد از ازدواج خود دارد همین است یعنی می خواهد کانونی داشته باشد که در آن از سکوت خود خلاصی یابد و احساسات خود را با سایرین در میان بگذارد و درک گردد و تسلی و شفا یابد. زنی که قادر باشد برای شوهر خود چنین کاری انجام دهد قلب شوهرش را در اختیار خود خواهد داشت زیرا مرد اسرار قلبی خود را که از سایرین مخفی داشته است بر وی مکشوف خواهد ساخت. بدین طریق زن و شوهر همدل و هم راز خواهند شد و از احساسات



کمتر ایراد می‌گیرند. به علاوه زنها از این اسلحه بر ضد یکدیگر استفاده نمی‌کنند بلکه آن را علیه مردها به کار می‌برند و غالباً در روابط زن و شوهر مورد استفاده قرار می‌گیرد. پس عیبجوئی و ایراد گرفتن اسلحه‌ای است که زن در مقابل شوهر خود بکار می‌برد.

ولی سؤال نسرين اين بود «چرا زنها عیبجوئی می‌کنند؟» قرنهای متمادی زنها از این اسلحه استفاده می‌کردند زیرا غالباً تنها اسلحه‌ای بود که در دسترس آنها قرار داشت. تا این اواخر زنها مانند کنیز مردها بودند زیرا اولاً از نظر بدنی ضعیف‌تر بودند و ثانیاً قدرت فرهنگی و اقتصادی در دست مرد بود. با توجه به مراتب فوق، زن به زودی دریافت که حمله مستقیم به مرد که ارباب او بود چندان فایده‌ای ندارد. تنها راهی که برای زن وجود داشت این بود که به اقدامات چریکی و جنگ فرسایشی متوسل گردد و مبارزه دراز مدت را در پیش بگیرد. برای زن بهترین روش این بود که برای مرد ناراحتی مداوم مانند درد دندان به وجود آورد تا مرد مجبور شود به خاطر حفظ صلح و آرامش به خواسته‌های زن تن در دهد. این روش درست مانند قطرات دائمی آب است که بر سنگ می‌چکد و موفق به سوراخ کردن آن می‌شود.

این روش برای بدست آوردن مقصود، روش بسیار موفقیت‌آمیزی است. اگر مردی را پیوسته آزار بدهید و او نتواند در برابر روی شما بکوبد و از خانه خارج شود، احتمالاً تسلیم خواسته‌های شما خواهد شد. بدیهی است که زنها می‌دانند در چه موقع و تا چه حد بر مرد فشار وارد آورند که عاصی نشود. هنر اصلی ایراد گرفتن زنها در این است که تا حد انفجار جلو نمی‌روند و وقتی به نقطه خطرناک می‌رسند متوقف می‌گردند و بعد از مدتی دوباره شروع می‌کنند. به قدری به این کار ادامه می‌دهند که شوهر اجباراً تسلیم می‌شود.

وقتی شوهر خسیس و لجباز و بی‌توجه باشد، ممکن است زن هم

## فصل سیزدهم

### زن عیبجو

هوشنگ با ناراحتی می‌گفت «وقتی ازدواج کردیم نسرين دختر بسیار خوش اخلاقی بود ولی حالا این طور نیست. علت را نمی‌دانم ولی خیلی عوض شده است. حالا پیوسته در حال عیبجوئی و غرغر کردن است. شب و روز همین کار را می‌کند به طوری که کاسه صبرم کاملاً لبریز شده و دیگر تاب تحمل ندارم».

حرفهای هوشنگ نمونه‌ای از سخنان هزاران شوهر نگون بخت است. آمارهای متعدد نشان می‌دهد که مهمترین ایراد زن و شوهرهای ناراضی از یکدیگر عبارتست از عیبجوئی زنها.

وقتی بعداً با نسرين ملاقات کردم و برای او روشن ساختم که زندگی زناشوئی در خطر متلاشی شدن قرار دارد، اعتراف کرد که از شوهرش خیلی ایراد می‌گیرد ولی با گریه اظهار داشت «چرا این کار را می‌کنم؟ خودم هم نمی‌دانم».

این سؤال بسیار مهمی است. برای یافتن جواب از میان کتابهای زیاد خود ده کتاب مربوط به ازدواج را به طور تصادفی انتخاب کردم. فقط یکی از آنها در مورد عیبجوئی مطلب بسیار کوتاهی داشت که چندان مفید هم نبود و به درد نسرين نمی‌خورد. سپس به کتابهای فرهنگ لغات مراجعه کردم و باز هم چیزی دستگیرم نشد. چون جواب مشکل را در کتابها نیافتم، مشغول فکر کردن درباره مواردی شدم که مشکلات زناشوئی در آنها مربوط به عیبجوئی و ایراد گرفتن بود. بیشتر در این باره اندیشیدم که این مشکلات چگونه شروع شد و زنها و شوهرها درباره آن چه گفته بودند. به تدریج موضوع برای من روشن‌تر شد.

عیبجوئی و ایراد گرفتن اصولاً یکی از اسلحه‌های زنهاست. مردها

مانند کرگدنی شده بود که مخفی شده باشد. همسایگان خیلی در تعجب بودند که این دو نفر چطور با هم زندگی می کنند. یک وقت این دو نفر عاشق یکدیگر بودند ولی حالا دیگر اثری از این عشق و علاقه وجود نداشت.

پس به این نتیجه می رسیدیم که عیبجوئی و غرغر کردن از آخرین سلاحهای زن است که با توجه به خطراتی که در بردارد مورد استفاده قرار می گیرد و باعث ناراحتی شوهر می گردد.

اگر زنی بخواهد از این وضع خلاص شود چه باید بکند؟ آیا باید شخصیت خود را زیر پا بگذارد و کاملاً مطیع شوهرش باشد و از حقوق شخصی خود به کلی صرف نظر نماید؟ به هیچ وجه. ذیلاً چند پیشنهاد عملی برای اصلاح این وضع ذکر می شود. فرض کنیم زنی می خواهد که شوهرش برای او پالتوی گران قیمتی خریداری نماید. این زن باید به این نکات توجه نماید:

۱- آیا اطمینان دارد که این پیشنهاد در شرایط موجود پیشنهاد عاقلانه ای است و در وسع مالی شوهرش قرار دارد؟ آیا این تقاضا تحمیل بیجائی بر بودجه خانواده نیست؟

۲- اگر به این نتیجه برسد که خواسته اش منطقی است، باید ببیند که طرز مطرح کردن تقاضای خود را می داند یا نه. وقتی مطلبی به طور منطقی مطرح شود مردها معمولاً به آن توجه می کنند. ولی وقتی به صورت شکایت و غرغر مطرح شود معلوم است که پایه منطقی قانع کننده ای ندارد.

۳- آیا تقاضای خود را در موقع مناسب مطرح می سازد؟ زن با هوش می داند چه موقعی برای چه تقاضائی مناسب است. مثلاً مطرح ساختن تقاضا در موقعی که شوهر خسته به خانه آمده است صحیح نیست. همچنین است وقتی شوهر نومید می باشد یا مخارج زیادی را متحمل شده است.

۴- آیا به اصل خوبی کردن در مقابل خوبی طرف توجه دارد؟ اگر برای

ایرادگیر و غرغرو شود. زنها دارای حقوقی هستند و اگر مردها آنها را از حقوق خود محروم سازند بدیهی است که نتیجه این کار را خواهند دید. ولی جای تأسف است که زندگی زناشوئی تا این حد تنزل نماید. زنی که از سلاح عیبجوئی استفاده می کند مانند شوهری است که به خشونت متوسل می شود. این دو اسلحه هر دو قدیمی شده اند. چنین وضعی خود اقرار به شکست می باشد و نشان می دهد که از روشهای انسانی تر که در جوامع متمدن متداول است استفاده نکرده ایم.

عیبجوئی و غرغر کردن چه نتیجه ای دارد؟ خواسته های زن را برآورده می سازد ولی رابطه زناشوئی را خراب می کند. وضع فرزانه همین بود. وی زندگی در شهر را دوست نمی داشت و به قدری غرغر و شکایت کرد که شوهرش مجبور شد آپارتمان خود را در شهر بفروشد و در ده مجاور زندگی کند و هر روز با هزار زحمت در سر کار خود در شهر حاضر شود. هر چند فریدون به خواسته زنش تسلیم شد، ولی از طی کردن راه طولانی دهکده تا شهر ناراحت بود و به همین دلیل به تدریج شبهای بیشتری را در شهر می ماند و کم کم وضعی پیش آمد که کارشان به طلاق کشید.

هیچ مردی نمی تواند عیبجوئی زن را همیشه تحمل کند. مرد قلباً قبول نمی کند که اشتباه دارد ولی برای خلاص شدن از ایرادهای زنش به ناچار تسلیم می شود ولی قلبش نسبت به او سرد و بی تفاوت می گردد. همین امر باعث می شود که زن بیشتر عیبجوئی کند و خیال می کند این یگانه راه رسیدن به هدف است. مخالفت و مقاومت شوهر افزایش می یابد و کار به لجبازی می کشد. وقتی چنین وضعی پیش بیاید زن به تدریج به ایراد گرفتن عادت می کند.

لاله به چنین وضعی دچار شده بود. وقتی با شوهر خود بهمن سخن می گفت، صدایش حالت ناله و تهدید پیدا می کرد. سی سال زندگی زناشوئی، این زن را به شخص ناخوشایندی تبدیل کرده بود و شوهرش

شوهر خود کاری انجام دهد که شوهر به آن علاقه دارد می تواند انتظار داشته باشد که شوهرش هم خواسته او را به جا آورد.

۵- اگر خواسته زن منطقی باشد ولی شوهر بدون دلیل از انجام آن خودداری نماید به این نتیجه می رسیم که اشکالی در رابطه زناشوئی آنها وجود دارد. ممکن است شوهر نسبت به زن خود بی علاقه شده باشد. بهتر است در این مورد تحقیق بیشتری به عمل آید.

حقیقت این است که زنی که می داند چگونه می تواند شوهر خود را خوشحال نماید دارای نفوذ زیادی خواهد بود. شوهری که به زن خود علاقه دارد ممکن نیست خواسته های منطقی او را برآورده نسازد. به همین دلیل زن عیجو و ناراضی، نمی تواند زن خوبی باشد. چنین زنی نتوانسته است طوری رفتار نماید که شوهرش با کمال علاقه خواسته های او را برآورده سازد.

عیبجوئی اسلحه زن است ولی زنهای موفق هرگز از آن استفاده نمی کنند. وقتی از این اسلحه استفاده می کنند، حتی در موقعی که این اسلحه را با موفقیت بکار می برد، در همان حال دچار شکست شده است زیرا عیبجوئی او نشان می دهد که در خانواده او عشق و علاقه و سعادت واقعی وجود ندارد.

\* \* \*

## فصل چهاردهم

### شوهر خیانتکار

آذر می گفت «وقتی به این موضوع پی بردم که شوهرم شهریار با زن دیگری رابطه دارد، از شدت ناراحتی نمی دانستم چه کنم. از بس غصه خوردم، دیگر نمی توانم به زندگی معمولی خود بپردازم. خودم را خیلی بدبخت می دانم. واقعاً نمی دانم تکلیف من چیست».

روبرو شدن با چنین وضعی برای زنها بسیار طاقت فرساست و اگر خدای نکرده برای زنی چنین وضعی پیش آید واقعاً به حال او تأسف خورد. ولی متأسفانه گاهی چنین مواردی پیش می آید. وضع جهان در عصر حاضر طوری است که خیانت در ازدواج را آسان تر از گذشته می سازد. فرصت برای چنین کاری بیشتر است و کنترل در مورد آن کمتر. آمار نشان می دهد که تقریباً پنجاه درصد از شوهران آمریکائی به همسران خود خیانت می کنند. حتی اگر ما جنبه احتیاط در پیش بگیریم و این میزان را بیست و پنج درصد بدانیم باز هم خیلی زیاد است. حتی اگر ده درصد هم باشد باز تأسف آور است. یکی از جملاتی که غالب مشاوران زناشوئی می شنوند این است «در خواب هم نمی دیدم که چنین بلایی بر سرم بیاید». شاید این وضع برای شخص شما پیش نیاید ولی ممکن است برای نزدیکانتان پیش بیاید در این صورت باید بدانید چه وظیفه ای دارید.

از نظر شرعی و قانونی هر نوع زنا مرد متأهل محکوم می باشد و مجازات دارد. ولی در روابط شخصی و خانوادگی باید به نوع آن توجه کرد. مقصودم این نیست که زنا را امر کم اهمیتی بدانیم ولی تجربیات من در مشاوره امور زناشوئی نشان می دهد که خطاهای ناگهانی و موقتی مرد در این مورد با خیانت واقعی و ریشه دار تفاوت دارد و نباید آن را با روابط خیانت آمیز اشتباه کرد.

احساس اصلی زن در چنین مواقعی عبارتست از حس عدم امنیت و بی‌پناه بودن. آذر در این مورد می‌گفت که زندگیش بی‌هدف شده است. تمام عواطف متفاوت او - مانند خشم و نومیدی و ترحم بر خود - از همین احساس عدم امنیت سرچشمه می‌گرفت. وی از این که شخص دیگری می‌تواند جای او را بگیرد بسیار افسرده و دل‌شکسته شده بود.

وقتی چنین موردی پیش می‌آید، بهتر است زن، به جای این که گرفتار احساسات شود، از عقل خود کمک بگیرد و در مورد بعضی از مسائل اساسی به تفکر پردازد. این کار در چنین موقعیتی ساده نیست زیرا معمولاً احساسات بر عقل چیره می‌شود. ولی پیروی از احساسات ما را به جایی نمی‌رساند. شوهر به خوبی می‌داند که در خطا به سر می‌برد و از همان آغاز روابط نامشروع به خطا بودن کار خود واقف بوده است. به همین دلیل حتماً از مدتها قبل تمام دلائلی را که برای دفاع از خود لازم دارد جمع‌آوری کرده و می‌تواند صدای وجدان خود را خفه کند. در چنین وضعی چندان عاقلانه نیست که زن با خشونت خطای شوهر خود را که خودش هم از آن باخبر است به رخ او بکشد. در واقع شوهر خیانتکار برای آرام ساختن وجدان خود غالباً چنین استدلال می‌کند که زنش او را درک نمی‌نماید. وی به زنی هم که با او رابطه نامشروع دارد همین مطلب را می‌گوید و به همین دلیل وقتی زنش مسائل را با خشونت عنوان می‌کند، در این اعتقاد که زنش بد اخلاق است و او را درک نمی‌نماید بیش از پیش راسخ می‌گردد و فاصله بین آنها بیشتر می‌شود و به آن زن دیگر بیشتر علاقه پیدا می‌کند.

البته مقصودم این نیست که زن نباید از خیانت شوهرش ناراحت شود بلکه مقصودم این است که قبل از این که به عواطف خود تسلیم شود باید عقل خود را بکار ببرد. در غالب موارد وقتی مردی به سوی زن دیگری جلب می‌شود، به دنبال چیزی است که در زنش وجود ندارد. بدیهی است که این امر از شدت خطای او نمی‌کاهد ولی علت خطای او را روشن می‌سازد.

عده زیادی از مردان متأهل نزد من اعتراف کرده‌اند که گرفتار لغزشهایی شده‌اند که نتیجه وسوسه ناگهانی و موقتی بوده و آنها را از وضع عادی خارج کرده است. این وضع بیشتر برای مردان پیش می‌آید تا زنان. این لغزش مرد ممکن است نتیجه کنجکاوای بی‌مورد یا بر اثر تنوع طلبی باشد. ممکن است علت لغزش، تنهایی یا خستگی یا صرف مشروبات الکلی باشد. ممکن است مرد توسط دوستان ناباب تحت فشار قرار گرفته باشد. به خاطر داشته باشید که نشان دادن عکس العمل شدید در مواقعی که شوهر به شرح فوق دچار لغزش شده است، چندان عاقلانه نمی‌باشد و باعث تعجب وی می‌گردد. برای مرد خطر حاملگی وجود ندارد و ممکن است این رابطه او از نظر عاطفی عمیق و جدی نباشد.

درک مطالب فوق‌الذکر برای بعضی از زنها بسیار مشکل است. وقتی شوهر خطاکار ولی پشیمان، زن خود را مطمئن می‌سازد که این لغزش هیچ تأثیری در رابطه زناشویی آنها ندارد، زن این سخن را دروغ محض می‌شمارد در حالی که ممکن است این حرف کاملاً درست باشد. در چنین مواقعی، وقتی وضع مشکل می‌گردد که زن موضوع را بسیار بزرگ کند و شوهر را طوری مستأصل نماید که رابطه زناشویی آنها تیره شود. وقتی زن متوجه شود که این لغزش شوهر یک امر ناگهانی و تصادفی بوده و وی از این خطا واقعاً پشیمان شده است، عاقلانه‌ترین راه این است که زن موضوع را نادیده بگیرد و فراموش کند. اگر چنین شود، شوهر هیچگاه گذشت زن خود را فراموش نخواهد کرد.

ولی خیانت ممکن است خیلی جدی‌تر از موارد فوق‌الذکر باشد. ممکن است زن متوجه شود که زن دیگری جای او را گرفته است. این یک وضع کاملاً بحرانی است. در این صورت زن فقط با لغزشی روبرو نیست که شوهرش به آن گرفتار شده و اکنون پشیمان گردیده است، بلکه با زن دیگری روبرو می‌باشد که رقیب او شده و زندگی زناشویی او را به خطر انداخته است.

زنی که به این حقایق توجه داشته باشد بر شوهر خطا کار خود تأثیر عمیقی خواهد کرد. یکی از شوهرانی که دچار لغزش شده بود به من چنین گفت «هیچوقت فراموش نمی‌کنم که وقتی همسر عزیزم فهمید که من با منشی اداره رابطه دارم، چه عکس‌العملی نشان داد. می‌دانستم که پی بردن به این موضوع برای او بسیار دردناک است ولی او خونسردی خود را حفظ کرد و به من پیشنهاد نمود که آرام بنشینم و در چشمهای من خیره شد و پرسید چه خطائی از او سر زده و در آن دختر چه چیزی وجود دارد که خودش فاقد آن است. در آن موقع فهمیدم که همسرم چه زن پرارزشی است و از خطای خودم بسیار خجل شدم. از آن لحظه به بعد رابطه‌ام را با منشی اداره قطع کردم».

بدیهی است که وضع همیشه به این سادگی نیست ولی نکته مهم این است که وقتی زنی متوجه می‌شود که شوهرش به او خیانت می‌کند باید به این موضوع اساسی بپایانید که رقیبی پیدا کرده است. شک نیست که زن می‌تواند شوهر خود را محکوم نماید و با کمک خویشاوندان و دوستان او را مجبور به تسلیم کند. گاهی این روش مفید به نظر می‌رسد ولی این پیروزی زن بسیار سطحی است. این روش نمی‌تواند علت اصلی خیانت شوهر را روشن سازد در حالی که امکان دارد علت اصلی پیش آمدن چنین وضعی قصور و غفلت خود زن باشد. نتیجه استفاده از این روش تنها این است که زن رقیب خود را شکست داده ولی ثابت نکرده است که شوهر خود را از او بیشتر دوست دارد بلکه این کار با استفاده از زور و تهدید عملی شده است. این زن ظاهراً شوهر خود را دوباره بدست آورده ولی معلوم نیست که قلب او را هم تسخیر کرده باشد. البته این بهتر از هیچ است و وضع را تا حدی بهتر می‌کند و امنیت مالی زن نیز تأمین می‌گردد. ولی همیشه این طور نیست. در جهان امروزی این نوع فشارها چندان تأثیری بر شوهر خطا کار ندارد. ممکن است عده‌ای از این سخنان ناراحت شوند ولی عاقلانه خواهد بود که به این حقایق توجه داشته باشیم.

ممکن است شوهر از نظر اقناع جنسی محرومیت داشته باشد. ممکن است شوهر در این مورد چیزی نگوید زیرا در عصر جدید شوهران مایل نیستند تمایلات خود را بر زنان خود تحمیل نمایند. ولی اگر زن برای شوهرش جاذبه جنسی نداشته باشد، باعث دور شدن او می‌گردد. زرين متوجه نبود که رفتار سردی که با شوهرش دارد باعث دور شدن او شده است و وقتی از رابطه نامشروع شوهرش اطلاع یافت با ناراحتی اعتراض کرد «شوهرم که مردی باهوش و با شخصیت است در این زن معمولی چه چیزی دیده است که در من یافت نمی‌شود؟» زرين نمی‌دانست که شوهرش در آن زن درست همان چیزی را دیده بود که در او نیافته بود.

ممکن است شوهر احساس تنهایی و بی‌توجهی کرده باشد. ممکن است زن به قدری مشغول امور زندگی بوده که از توجه و ابراز علاقه به شوهر خود غافل مانده است. ممکن است به این نکته توجه نداشته که باید خود را برای شوهرش جذاب و دلپسند بسازد. در هر حال علتی وجود داشته که شوهر را به این نتیجه رسانده است که در زندگی زناشوئیش کمبودی وجود دارد. در این موقع زن دیگری پیدا شده و این کمبود را جبران کرده است. عده زیادی از این نوع شوهران به من گفته‌اند که در ابتدا آرزو می‌کردند که همسرشان مانند زنی بود که با او رابطه نامشروع داشته‌اند. در واقع زن آنها هم مانند معشوقه‌شان جذاب و باهوش و دلپسند بوده است. اشکال اصلی این بود که شوهر همیشه زن خود را در حال انجام کارهای خانه با وضعی غیرجالب دیده و صحبت‌های آنها تنها به طرز تنبیه کودکان و تأمین مخارج خانه یا این گونه مسائل مربوط بوده است. ملاقات‌های پنهانی او با زن ناشناس در حالی انجام می‌شد که آن زن لباسهای زیبا در برداشت و با لطف و علاقه با او به صحبت می‌پرداخت و با جاذبه جنسی باعث جلب او می‌شد و به نوعی او را از زندگی کسالت‌آور زناشوئیش خلاص می‌کرد.

## فصل پانزدهم

### زن در سنین بالا

زنان در زمان نامشخصی که معمولاً بعد از چهل سالگی است گرفتار ناراحتی عاطفی می‌شوند. شدت یا ضعف این ناراحتی عاطفی در میان زنان متفاوت است. این وضع برای بعضی از زنان ناراحت کننده است ولی برای بعضی از آنها بحران شدیدی به وجود می‌آورد.

کسانی که در مورد این دوره با زنان متعددی صحبت کرده‌اند معتقدند که این ناراحتی عاطفی دارای سه علت عمده می‌باشد. در بعضی از زنها فقط یکی از این سه علت و در بعضی دو علت و در عده‌ای دیگر هر سه علت با هم وجود دارد. ذیلاً این سه علت را شرح می‌دهیم:

۱- علت اول این است که زن نقش خود در مورد تولید مثل را به پایان رسانیده است. خداوند در حیوانات این غریزه را به وجود آورده است که وقتی جوجه‌ها یا بچه‌های آنها کمی بزرگ می‌شوند آنها این جوجه‌ها یا بچه‌ها را از خودشان می‌رانند تا برای خودشان زندگی کنند. ولی در مورد انسان این طور نیست. مادری که سالها فرزندان خود را تربیت و بزرگ کرده است نسبت به آنها مهر و محبت مادرانه دارد و کمتر مادری را می‌توان یافت که از دور شدن فرزندان از خانواده احساس ناراحتی نکند.

بدین طریق می‌توان گفت که اولین علت ناراحتی زن در سنین بالاتر عبارتست از «خالی شدن آشیانه خانواده» که در مادر احساس خلاء و بی‌هدف بودن به وجود می‌آورد. در این خانه یک وقت کار فراوان و فعالیت زیاد وجود داشت ولی حالا دیگر جنب و جوشی وجود ندارد. یک وقت در این خانه آمد و رفت زیادی وجود داشت ولی حالا همه چیز ساکت است. وقتی چنین مادری به آینده نگاه می‌کند متوجه می‌شود که فرزندان دیگر به او احتیاجی ندارند و می‌فهمد که لااقل نیمی از مفهوم

اکنون هم مانند گذشته آنچه باعث تحکیم زندگی زناشوئی می‌شود محبت است. مقصود از محبت یک احساس سطحی نیست بلکه علاقه عمیق و مستمر توأم با وفاداری به طرف مقابل. در گذشته چون پیوندهای زناشوئی و خانوادگی از نظر رسوم متداول بسیار قوی بود، وضع عاطفی خانواده چندان مورد توجه قرار نمی‌گرفت. ولی اکنون که این پیوندهای خارجی به تدریج ضعیف می‌شوند، اهمیت پیوند داخلی که همان محبت است بیشتر ظاهر می‌گردد.

وقتی شوهری به زن خود خیانت می‌کند، این فرصت بسیار خوبی برای زن است که با نشان دادن اصالت و واقعیت عشق و محبت خود بر این وضع پیروز گردد نه این که مشغول مبارزه و قدرت نمائی شود. در چنین وضعی زن باید عمق محبت مستمر و مداوم و پایدار خود را روشن سازد. ممکن است عده‌ای بگویند که وقتی برای پیوند زناشوئی رقیبی پیدا شده باشد و شوهر به زن خود خیانت کند، بحث درباره قدرت محبت چندان موردی ندارد. ولی نباید فراموش کنیم که اگر عشق و محبت واقعی نتواند پیوند زناشوئی را پایدار نگاهدارد هیچ عامل دیگری قادر به این کار نخواهد بود.

\* \* \*

در زن شوهردار، این احساس به خانواده اش مربوط می شود. وی می داند که مهمترین عامل برای حفظ شوهرش این است که برای او جذاب باشد. وی می داند که دنیا پر از زنهایی است که مایلند شوهر وی را به سوی خود بکشند. پس معلوم می شود که به نظر این زن، از دست دادن جذابیت به معنی از دست دادن امنیت خانوادگی است. وی متوجه می شود که موهایش خاکستری شده، چین و چروک بر صورت و سایر قسمتهای بدنش ظاهر گردیده است و به تدریج جذابیت خود را از دست می دهد. می بیند که مردها مانند گذشته به او نگاه نمی کنند بلکه چشمشان به دنبال زنان جوان تر است. با ناراحتی شدید به این فکر می افتد که ممکن است شوهرش هم با او چنین رفتاری داشته باشد.

من این موضوع را کمی اغراق آمیز نوشتم. بدیهی است که همه زن‌ها به این فکرها نمی افتند زیرا می دانند که جذابیت زن محدود به زیبایی بدن نیست. سایرین به قدری به پاکی شوهرشان اعتماد دارند که به هیچ وجه گرفتار چنین توهمات نمی شوند. ولی در هر حال باید بدانیم که این احساس در تمام زن‌ها کم و بیش وجود دارد. طبیعتاً تمام زن‌ها وقتی متوجه می شوند که زیبایی خود را از دست می دهند خواه ناخواه ناراحت می شوند و خواه ناخواه لازم است در زندگی خود تعدیلاتی به عمل آورند. این تعدیل درست مانند تعدیلی است که یک ارتش در حال عقب نشینی در وضع خود به عمل می آورد. بعضی از زن‌ها حاضر نیستند قبول کنند که عقب نشینی لازم است. ما در دوره ای زندگی می کنیم که از جوانان تعریف و تمجید می شود ولی اشخاص مسن اهمیتی ندارند. احترامی که در گذشته برای اشخاص مسن قائل بودند در حال از بین رفتن است.

زنی که سنش رو به بالا است سعی می کند خود را جوان نشان دهد و برای این منظور از تمام امکانات مانند لوازم آرایش و لباس و رژیم لاغری و نظایر آن استفاده می کند. این خود فریبی حتی الامکان ادامه می یابد ولی

و فایده زندگی را از دست داده است. چگونه می تواند برای زندگی خود مفاهیم و هدفهای جدیدی پیدا کند؟

زن که در این حال احساس ناامنی می کند برای سؤال فوق جوابی ندارد. جواب او این است که به فرزندان خود بچسبد و از دور شدن آنها جلوگیری کند. مهر و محبت بی دریغ خود نسبت به آنها را افزایش می دهد تا آنها را بیشتر به سوی خود جلب کند و به خود متکی سازد. این یکی از عللی است که باعث می شود در کارهای عروسها یا دامادهای خود مداخله نماید. چنین زنی احساس ناامنی می کند زیرا نمی تواند وضع موجود را بپذیرد و در فکر مستحکم کردن رابطه زناشوئی خودش باشد. بدون این که متوجه باشد از فرزندان بزرگ شده خود سوء استفاده می کند تا وضع متزلزل خود را مستحکم سازد.

۲- دومین علت ناراحتی عاطفی زن در سنین بالا این است که متوجه می شود رو به پیری است. البته همه به طرف پیری می رویم ولی چون این جریان در انسان به طور تدریجی عملی می گردد، غالباً به آن توجهی نداریم مگر در مواقعی که تصادفاً به یک عکس قدیمی خودمان نگاه کنیم که در آن صورت از این که تغییرات زیادی در ما ایجاد شده است تعجب می کنیم.

ولی در این جریان طبیعی افزایش سن، یک نقطه بحرانی مخصوص وجود دارد و آن وقتی است که زن در آئینه به خود نگاه می کند و می بیند که زیبایی زنانه خود را به تدریج از دست می دهد. زنان، خواه آگاهانه و خواه به طور ناخود آگاه، وقتی به خود اعتماد پیدا می کنند که از نظر مردها دلربا باشند. حتی دخترانی که از مردان به خاطر نگاههای کنجکاوشان انتقاد می کنند، باطناً از این که مورد توجه می باشند خوشحالند. این یک احساس طبیعی و عادی است که در تمام زن‌ها وجود دارد و می خواهند مورد قبول باشند.

کند. معمولاً در این دوره شوهر در اوج قدرت خود می باشد و مسئولیتهائی به عهده دارد. اکنون زنش آزادتر از گذشته است و می تواند آرامش دهنده و مصاحب و معاون او باشد. غذای دوفزری فرصت خوبی به وجود می آورد که این دو نفر صحبت های صمیمانه ای که سالها به علت کثرت مشغله به تعویق افتاده بود با یکدیگر انجام دهند. این دو نفر فرصت خواهند داشت که کارهای جدیدی انجام دهند از جمله مسافرت با هم و مشغول شدن به سرگرمی های قدیمی یا جدید. این سالها ممکن است بهترین سالهای زندگی باشد. آشیانه خالی ممکن است به گوشه کاملاً راحتی تبدیل شود که زن و شوهر بعد از سالها تلاش با کمال خوشحالی در آن استراحت می نمایند.

به علاوه، رفتن به طرف پیری را نباید یک مصیبت به حساب آوریم. نباید تصور کنیم که سالهای جوانی تنها سالهای طلائی است. پیشرفتهای علمی و تکنولوژی باعث افزایش طول عمر و ازدیاد ساعات فراغت - مخصوصاً برای زنان شوهردار - گردیده است و غالب اوقات متوجه شده ایم که ساعات شامگاهی ممکن است لذت بخش ترین ساعات عمر ما باشد. سنین میانسالی مانند مسافری است که بعد از تحمل زحمات راه اکنون به مقصد رسیده و می تواند با خیال راحت مشغول استراحت شود.

دوران یائسگی هم دارای مزایای فراوانی است. سپری شدن دوران تولید مثل باعث می شود که زندگی ساده تر گردد. دیگر توسعه خانه و زندگی به منظور بزرگ کردن فرزندان لازم نیست. در واقع هیچ چیزی را از دست نداده ایم. خطای فاحشی خواهد بود اگر تصور کنیم در این دوره فعالیت جنسی زن به پایان می رسد. در واقع غالباً این دوره از زندگی زن خیلی لذت بخش تر از گذشته است زیرا ترس و دلهره ای در مورد حاملگی ناخواسته وجود ندارد. دختر جوان و شوخ طبعی را بیاد می آورم که این جرأت را به خود داد و از زن خوش اخلاق هفتاد ساله ای پرسید که زن در چه

لحظه حساس، که زن تلاش می کرد از آن فرار کند، بلاخره فرا می رسد. تأخیر در روبرو شدن با آن سودی ندارد زیرا هر چه بیشتر تأخیر شود تعدیلات بیشتری لازم است. این حقیقت هر چه زودتر با آرامش و انعطاف قبول شود بهتر است.

۳- سومین علت ناراحتی عاطفی زن میانسال این است که دوران یائسگی او شروع می شود و زندگی او تغییر می کند. من این مورد را عمداً در آخر ذکر کردم زیرا غالباً بیش از حد لزوم درباره آن تأکید می شود. شوهرها غالباً به شوخی به دوستان صمیمی خود می گویند که زنشان اخلاق عجیبی پیدا کرده زیرا به «دوره مشکل زندگی خود» رسیده است. شوهرها این سخنان را طوری می گویند که مثل این که در این مورد هیچ وظیفه ای ندارند. آنها این وضع را مربوط به تغییرات حاصله در بدن زن می دانند و خیال می کنند که از دست آنها کاری ساخته نیست و زن فقط باید به پزشک مراجعه کند. شکی نیست که تغییراتی که در غده های زن به وجود می آید در عواطف وی بی تأثیر نمی باشد و دارای شدت و ضعف است. ولی اعتقاد من این است که علت اصلی ناراحتی زن و تغییراتی که در رفتار او به وجود می آید عبارتست از خالی شدن آشیانه خانواده و احساس نزدیک شدن به پیری. عامل سوم یعنی یائسگی در این مورد دارای تأثیر کمتری است. من معتقدم که اگر شوهر این حقایق را درک کند و در این دوره با زن خود همدردی نماید تعدیل خیلی آسان تر خواهد بود. در واقع بحرانی که زن با آن روبرو می باشد به منزله بحرانی در زندگی زناشویی او است. در هر قدمی که برای تعدیلات برداشته می شود، رابطه او با شوهرش مهمترین عامل استحکام محسوب می گردد.

جدا شدن از فرزندان بسیار مشکل است ولی اگر زن و شوهر دارای رابطه مستحکمی باشند این مشکل آسان خواهد شد. زن که دیگر گرفتار کارهای فرزندان خود نیست می تواند وقت بیشتری برای شوهر خود صرف



سالی علاقه به رابطه جنسی را از دست می‌دهد. آن زن با لبخند ملیحی جواب داد «عزیزم، من نمی‌دانم. بهتر است از زنی که از من خیلی مسن‌تر باشد بپرسی!»

در واقع باید گفت که میانسالی یکی از مهمترین نقطه‌های عطف زندگی است و مانند دوران بلوغ به منزله عبور از مرحله‌ای به مرحله دیگر می‌باشد. هم چیزهایی از دست می‌دهیم و هم چیزهایی بدست می‌آوریم. اگر از تغییر روگردان باشیم و بخواهیم مانند گذشته زندگی کنیم، باعث اتلاف وقت و نیرو خواهیم شد. نادیده گرفتن طوفان و ادامه دادن راه باعث خواهد شد که با خطرات سهمگینی روبرو شویم.

بهترین نصیحت برای زنی که در دوران میانسالی قرار دارد این است «همیشه زندگی زناشوئی خود را اصلاح و تعدیل کن». اگر زن توانسته باشد عشق و علاقه شوهرش را به خود جلب کند سه تغییر حاصله در دوره میانسالی هیچ خطری برای او به وجود نخواهد آورد.

\* \* \*

## قسمت چهارم

### پنج مشکل مهم

#### فصل شانزدهم

#### حسادت

ژاله با ناراحتی می‌گفت «وقتی می‌بینم که در مجلس رقص دختری دست خود را به گردن شوهرم می‌اندازد و او را می‌بوسد، تکلیف من چیست؟ شوهرم می‌گوید این چیزها مهم نیست». بعد از مدتی سکوت باز سخنان خود را ادامه داد «فکر می‌کنم شاید حق با او باشد. اگر آن دختر قصد بدی داشت کار خود را مخفیانه انجام می‌داد. ولی در هر حال نمی‌توانم ناراحتی خود را پنهان کنم. ممکن است من زن حسودی باشم ولی نمی‌خواهم با این اخلاق خود باعث ناراحتی شوهرم شوم. راه چاره چیست؟»

حسادت می‌تواند در زندگی خانوادگی نیروی ویران‌کننده‌ای باشد. ولی برای شناختن آن باید در ابتدا بدانیم که وجود آن در انسان کاملاً طبیعی و در جای خود خوب و مفید است.

همه ما دارای عواطفی هستیم که برای محافظت ما مفید می‌باشند. مثلاً ترس باعث می‌شود که در موقع عبور از خیابان مواظب باشید. اضطراب باعث می‌گردد که مثلاً سخنرانی خود را خوب آماده سازید تا بتوانید به بهترین نحو ایراد نمائید. حسادت باعث می‌شود که در مورد روابطی که در آسایش و شادی شما تأثیر دارند دقت بیشتری به عمل آورید.

موقع بیوه شدن برای او پیش آمده بود دوباره به یاد آورد. صدای ترس آوری در باطن او چنین می گفت «مواظب باش شوهرت را از دست ندهی و دچار فلاکت نشوی!»

لازم بود شوهر ژاله به این حقیقت توجه می کرد. او فقط حسادت و سوء ظن ژاله را در نظر داشت و آن را تقبیح می کرد ولی ژاله این واقعه را موضوع بسیار اسفباری می دانست زیرا تجارب گذشته وی او را در مورد خطرات احتمالی حساس ساخته بود.

طرز عمل حسادت غیر منطقی همیشه همین است. بدیهی است که ما وقایع زندگی خود را با توجه به تجارب مشابه قبلی تفسیر می نماییم. زن حسود افکار و احساسات خود را بر وقایع اصلی اضافه می کند و از نظر خودش حق دارد. وی در واقعه مورد نظر خطری احساس می کند که باعث تکرار تجارب تلخ گذشته و موجب تنها ماندن او خواهد شد و حسادت او تلاشی است برای جلوگیری از بدبختی.

اگر شوهر ژاله این مسائل را درک می کرد، می فهمید که خندیدن به حسادت و ترس ژاله و اعتراض به بازخواستهای او راه صحیح حل موضوع نیست. آنچه ژاله به آن احتیاج داشت عبارت بود از دلجوئی و عشق و محبت شوهرش نسبت به او و اطمینان مجدد در این مورد.

متأسفانه این موضوع حقیقت دارد که عکس العمل غیر منطقی یک زن حسود در شوهرش رفتاری توأم با ناراحتی و بی صبری و سرکشی به وجود می آورد و این سوء ظن را در زن تشدید می کند که شوهرش نسبت به او بی علاقه شده است. آنچه باعث تأسف بیشتر می باشد این است که زندگی با زن حسود چندان آسان و خوشایند نیست. برای شوهر غیر قابل تحمل است که دائماً بدون دلیل مورد سوء ظن قرار بگیرد. آسان نیست که انسان پیوسته مورد خصومت قرار بگیرد ولی نسبت به طرف مهربان باشد. این باعث ناراحتی و بی احترامی و سرخوردگی می شود. ما

اگر دختر جوانی که شوهر ژاله را می بوسید قصد بدی می داشت زندگی زناشوئی ژاله دچار مخاطره می گردید. در چنین وضعی عاقلانه نبود که ژاله خون سرد بنشیند و شاهد جریان باشد. طبیعی است که باید ناراحت شود زیرا وقتی ببینیم خانه ای دچار حریق شده است طبیعتاً ناراحت می شویم. حسادت عاطفه ای است که می تواند موانعی را که در راه زندگی سالم و سعادت مند وجود دارد برطرف سازد.

مثلاً شهین حق داشت نسبت به شوهر خود سوء ظن داشته باشد زیرا با زن دیگری رابطه داشت. شوهر شهین دوست نداشت مورد بازخواست قرار بگیرد ولی چون به شهین خیانت کرده بود شهین حق داشت لااقل چند ماه او را تحت نظر بگیرد تا مطمئن شود که شوهرش از کار خود واقعاً پشیمان شده است. این نوع حسادت خوبی است.

معهدا باید بدانیم که عواطفی که ما را محافظت می کنند ممکن است از حدود خود خارج شوند. در این صورت ما را دچار وضع نامطلوبی می سازند. شوهر ژاله حق داشت از حسادت زنش ناراحت شود زیرا در آن مجلس رقص دختری که او را بوسیده بود از دوستان قدیمی و صمیمی وی بود و بوسه او درست مثل این بود که با شخصی با صمیمیت دست بدهد. ناراحتی شدید ژاله موردی نداشت ولی این بوسه از نظر ژاله بسیار زشت بود.

نکته مهم این است که در پس هر حسادتی همیشه احساس ناامنی وجود دارد. وقتی ژاله بیست و سه ساله بود شوهر قبلی وی بر اثر یک سانحه هوایی کشته شد. ژاله با فرزندش تنها مانده بود و هیچ آمیدی به آینده نداشت. وقتی شوهر فعلی وی به او پیشنهاد ازدواج کرد این امر باعث امید و شادی فراوان وی گردید و احساس امنیت را به او بازگردانید. بعد از مدتی ژاله متوجه شد که شوهرش با زن دیگری رابطه دارد. دیگر نمی توانست به استدلالات شوهر خود گوش بدهد. تمام عواملی را که در

این حقیقت را باید بپذیریم که در دنیای کنونی وضع خانواده‌ها مانند گذشته مستحکم نیست و این وضع باعث شده است که زنها در مورد آینده خود نگران باشند. خیلی می‌شنویم که عده‌ای از شوهران زنهای خود را ترک کرده و به دیگران پیوسته‌اند. ممکن است شما هم در محیط خود چنین مردهائی داشته باشید. این نوع کارها امروزه مانند گذشته محکوم نمی‌شود. به همین دلیل سایه شوم زن ناشناس همیشه بر سر زنهای شوهردار سایه افکنده است.

در عصر جدید غالب زنها تصور می‌کنند که برای حفظ شوهر خود باید با رقبای زیادی دست و پنجه نرم کنند و بیشتر دختران اطراف خود را رقیب خود بدانند. در گذشته رسم چنین بود که وقتی زنی شوهر می‌کرد دیگر خیالش راحت بود. ولی حالا چنین نیست. زن امروزی بر این باور است که باید دائماً هوشیار و مواظب باشد تا رقیبان شوهرش را نربایند.

به آسانی می‌توان دریافت که سن میانسالی برای زن دوره‌ای است که می‌تواند در او حسادت شدید به وجود آورد و غالباً همین طور هم می‌شود. در همین دوره است که زن در مورد شوهر خود فکرهای غیرمنطقی می‌کند. ممکن است بدون هیچ دلیل موجهی تصور نماید که شوهرش با زنان اداره یا همسایگان و دوستان رابطه دارد. پیوسته شوهر خود را کنترل می‌نماید و جیب‌های او را می‌گردد و نامه‌هایش را می‌خواند و شوهر خود را از این بابت ناراحت می‌کند. مفهوم این کارها این است که زن با خود این طور فکر می‌کند «حالا که رو به پیری هستم و جوانی خود را از دست داده‌ام شوهرم دیگر مرا دوست ندارد. حتماً در زندگی او زن دیگری وجود دارد». گاهی این وضع نابسامان به قدری شدید می‌شود که باید از روانپزشک کمک بگیریم.

بدیهی است که مرد هم ممکن است به حسادت غیرمنطقی دچار گردد. هر چه درباره زنها نوشتیم درباره مردها هم صدق می‌کند. در مورد مردها هم همان علل وجود دارد یعنی احساس ناامنی عمیق و آزاردهنده.

به دنبال شخصی هستیم که مهربان و سخاوتمند و خونگرم باشد و به ما اعتماد کند و باعث تسلی و شادمانی گردد.

به طور خلاصه، حسادت در محیط زناشوئی همان وضعی را به وجود می‌آورد که از آن می‌ترسیم. من زنهایی را می‌شناسم که بدون دلیل در مورد شوهرشان حسادت داشتند و به علت ناراحتی‌های بی‌موردی که ایجاد کردند همان بلائی به سرشان آمد که از آن می‌ترسیدند.

عاطفه حسادت وقتی از حدود طبیعی خود خارج شود زیانهای فراوان به بار می‌آورد. تمام عواطفی که محافظ ما هستند همین خصوصیت را دارند. ترس، وقتی باعث شود که در موقع عبور از خیابان احتیاط کنید، بسیار مفید است ولی ممکن است به حدی برسد که عقل شما را زائل سازد و شما بدون فکر به جلوی اتومبیل‌هایی که در حرکت هستند بدوید. اضطراب، وقتی باعث شود که شما در تهیه سخنرانی بیشتر دقت کنید، خوب است ولی وقتی بد می‌شود که باعث گردد شما به شخصی لرزان و ناراحت و ترسو تبدیل شوید و از ترس جماعت نتوانید سخنرانی نمایید.

به طوری که قبلاً اشاره شد، حسادت معمولاً از حدود طبیعی خارج می‌شود زیرا در ما انعکاسهایی از تجارب تلخ گذشته به وجود می‌آورد. این تجربه‌های تلخ ممکن است به زندگی زناشوئی در گذشته مربوط نباشد. ممکن است احساس عدم امنیت در کودکی یا عدم موفقیت در رسیدن به درجات تحصیلی مورد نظر یا عدم موفقیت در کار یا مواردی نظیر اینها باعث گردد که شما در مقابل هر نوع خطر احتمالی در مورد زندگی زناشوئی حساسیت نشان دهید. آنچه حسادت غیرمنطقی را برمی‌انگیزد صدای شومی است که در باطن شما چنین می‌گوید «اگر مواظب نباشی زن دیگری شوهرت را تصاحب خواهد کرد. به خودت خیلی اطمینان نداشته باش. ممکن است به آسانی از دستت برود. فراموش نکن که در گذشته چگونه بدبخت شدی. ممکن است دوباره همان وضع پیش بیاید».

اغلب ما باید اطلاع بیشتری در مورد حسادت داشته باشیم. من متوجه شده‌ام که بیشتر اشخاص متأهل به طور جدی در این مورد فکر نکرده‌اند و به همین دلیل عقاید کاملاً غلطی دارند و نمی‌توانند در موقع لزوم با آن مبارزه کنند.

اگر بتوانیم با حسادت به طور صحیح مقابله نمائیم زندگی زناشوئی خود را از خطرات زیادی حفظ کرده‌ایم. اگر نتوانیم ریشه حسادت را پیدا کنیم بهتر است از کمکهای مشاور خانوادگی یا روانپزشک استفاده نمائیم. در حالی که چاره‌ای وجود دارد، صحیح نیست که در مورد شناسائی و اصلاح عواطف خود در تاریکی به سر ببریم.

\* \* \*

## فصل هفدهم

### تفاوت‌های دینی

امروزه ازدواج بین پیروان ادیان و مذاهب مختلف رو به افزایش است. این موضوع نباید باعث تعجب باشد زیرا در همه جا دیوارهای جدائی که مردم را از یکدیگر دور می‌ساخت در حال فرو ریختن است. برعکس دنیای قدیم، که در آن تعصبات باعث می‌شد که پیروان ادیان و مذاهب مختلف از یکدیگر دور باشند، در دنیای امروزی پیروان تمام عقاید مختلف با احترام به معتقدات یکدیگر با هم در تماس هستند.

این روحیه جدید، تا آن حد که باعث همزیستی مسالمت‌آمیز می‌گردد، بسیار خوب است. ولی در این حد توقف نمی‌کند زیرا وقتی جوانان ادیان و مذاهب مختلف با یکدیگر ملاقات نمایند و دوستی‌هایی به وجود آید، خواه ناخواه گاهی عشق و ازدواج هم پیش خواهد آمد. در ایالات متحده آمریکا، که همه از طریق آموزش همگانی با یکدیگر آمیخته شده‌اند، طبق آمار موجود حدود یک سوم کاتولیکها با غیر کاتولیکها ازدواج می‌کنند.

نتیجه این نوع ازدواجها چیست؟ مدارکی که تا کنون جمع‌آوری گردیده نشان می‌دهد که نتیجه خیلی خوب نیست. در آمریکا سه بررسی جداگانه در مورد ازدواجهای بین پیروان مذاهب و فرقه‌های مختلف انجام شده است. نتیجه تمام این بررسیها نشان می‌دهد که میزان طلاق در این نوع ازدواجها حدود دو و نیم برابر بیشتر از ازدواجهای است که بین پیروان یک فرقه انجام می‌شود. ممکن است نتیجه این بررسیها کاملاً قطعی نباشد ولی در هر حال آخرین اطلاعات موثقی است که در دست داریم. با توجه به این مطالعات می‌توانیم بگوئیم که نباید این نوع ازدواجها را تشویق نمائیم. ممکن است بعضی از خوانندگان بگویند که زوجهای زیادی را می‌شناسند که از فرقه‌های مختلف هستند ولی زندگی زناشوئی

تفاوت‌های دینی از عمق شخصیت زوجین سرچشمه می‌گیرد. مثلاً مسئله کنترل تعداد فرزندان که در مورد آن کلیساهای کاتولیک و غیر کاتولیک دارای نظرات متضادی می‌باشند، بر روابط جنسی زوجین تأثیر زیادی دارد.

معهدا مسائلی که فوقاً ذکر شده اند در درجه دوم اهمیت قرار دارند. تجربه نشان داده است که مهمترین مشکل در زندگی زناشویی پیروان فرقه‌های مختلف با یکدیگر عبارتست از موضوع تربیت فرزندان. وقتی دو نفر عاشق یکدیگر هستند چندان توجهی به موضوع تربیت فرزندان ندارند و فکر نمی‌کنند که این موضوع بعد از تولد فرزندان چه مشکلات عظیمی ایجاد می‌کند.

کلیسای کاتولیک برای حل این مسئله از طرف غیر کاتولیک تعهد کتبی دریافت می‌دارد که فرزندان طبق مقررات کلیسای کاتولیک تربیت شوند. بدون امضای چنین تعهدی ازدواج زوجین مورد تأیید کلیسای کاتولیک قرار نمی‌گیرد و از نظر کاتولیک‌ها بدون چنین تأییدی ازدواج به هیچ وجه رسمی نیست. طرف پروتستان که با چنین قانونی روبرو می‌شود برای این که ازدواج عملی شود به ناچار تعهد را امضاء می‌کند. ولی بعداً که مفهوم اصلی این تعهد - که حتی بعد از مرگ طرف کاتولیک به قوت خود باقی است - روشن می‌گردد، در طرف غیر کاتولیک حالت سرکشی به وجود می‌آورد. این وضع وقتی بغرنج تر می‌گردد که مشکلاتی در سایر جوانب زندگی زناشویی به وجود آمده باشد. در مورد این قانون کلیسای کاتولیک انتقادات زیادی به عمل آمده است. ولی باید دانست که هر کلیسایی حق دارد مقرراتی را که لازم می‌داند برای اعضاء خود وضع نماید. به علاوه باید اضافه نمائیم که کلیسای کاتولیک چنین ازدواج‌هایی را تشویق نمی‌کند و با آنها خیلی موافق نیست.

معهدا باید گفت که مشکلات حاصله در عمل بسیار جدی است. یکی

سعادت‌مندی دارند. در جواب باید گفت که طبق اطلاعاتی که ما داریم این نوع زوجها با مشکلاتی روبرو هستند. رفتار و عادات ما که بر اثر آموزش دینی ایجاد شده اند دارای ریشه‌های عمیقی می‌باشند و در رابطه بسیار نزدیک زناشویی با یکدیگر تضاد پیدا می‌کنند. در تمام ازدواج‌ها باید تعدیل‌هایی صورت بگیرد زیرا بدون این تعدیلات نمی‌توان رابطه صمیمانه‌ای ایجاد کرد. در ازدواج بین پیروان مذاهب و فرقه‌های مختلف انجام بعضی تعدیلات که به معتقدات دینی مربوط می‌شوند بسیار مشکل است. مثلاً خویشاوندان سببی همیشه با چنین ازدواج‌هایی مخالف هستند. گاهی بعضی از خویشاوندان سببی مخصوصاً والدین در مراسم دینی ازدواج شرکت نمی‌کنند. بدین‌طریق ایجاد رابطه با خویشاوندان سببی بسیار مشکل تر از معمول می‌گردد.

به علاوه لازم است تعدیلاتی در مورد رابطه با دوستان و خویشاوندان طرفین به عمل آید. وقتی زن و شوهر هر دو از یک مذهب یا فرقه باشند، معمولاً قبل از ازدواج با دوستان و خویشاوندان یکدیگر آشنائی دارند ولی اگر از فرقه‌های مختلف باشند، در مورد حفظ رابطه با دوستان سابق اشکالات و تضادهایی به وجود خواهد آمد. برای حل موضوع گاهی زن و شوهر مجبور می‌شوند هر کدام جداگانه برای خود دوستانی داشته باشند.

در مورد وفاداری به فرقه‌های مختلف نیز تضادهایی به وجود می‌آید که در سایر ازدواج‌ها وجود ندارد. مثلاً زن برای زمان معینی برنامه‌ای طرح ریزی می‌نماید و بعد متوجه می‌شود که در همان موقع در کلیسای شوهرش جلسه مهمی برقرار است. شوهر که از نظر مالی در مضیقه می‌باشد متوجه می‌شود که زنش مبالغی به کلیسای خود هدیه می‌کند که شوهر آن را غیر ضروری می‌داند. در این نوع ازدواج‌ها کراراً چنین مسائلی پیش می‌آید. اختلاف نظر فرقه‌ای در مورد امور سیاسی و شهری و اجتماعی باعث بحث بین زوجین و غالباً موجب ناراحتی می‌گردد.

زوجهای عاقل که تفاوت‌های خود را قبلاً مورد بحث قرار داده بودند درباره راه حل مشکلات هم صمیمانه بحث کرده و راههای مناسب را یافته بودند. بعضی از آنها اعتقادات طرف مقابل را با مطالعه دقیق بررسی کرده و حتی تعلیمات لازم را یافته بودند. آنها در عین حفظ و نگهداری عقاید خودشان، به اعتقادات طرف هم احترام می‌گذاشتند و بدین طریق می‌توانستند مشکلات خود را با حسن تفاهم حل کنند.

مفهوم مطالب فوق به عبارت دیگر این است که این زوجها دارای رشد عاطفی بودند. از خصوصیات اشخاصی که رشد دارند این است که برای تمام مسائل فکر می‌کنند و برنامه ریزی می‌نمایند و هیچ کاری را به طور تصادفی انجام نمی‌دهند. زوجهایی که دارای رشد هستند قادرند مسائلی را حل کنند که برای دیگران غیر قابل حل است.

ولی یک نکته که مورد تأیید تمام این زوجها بود دارای اهمیت فراوان می‌باشد. هر چند ازدواج آنها موفقیت‌آمیز بود ولی همه اقرار می‌کردند که در آن کمبودی وجود دارد. آنها یکدیگر را دوست داشتند و از ازدواج خود راضی بودند ولی متوجه شده بودند که در عمیق‌ترین احساسهای غم و شادی و در عمق روابط خود نمی‌توانستند مانند زوجهایی که از یک فرقه هستند کاملاً همدل و هم فکر باشند.

پیش‌بینی می‌شود که ازدواج بین پیروان فرقه‌های مختلف به تدریج افزایش خواهد یافت. ما نمی‌توانیم با استفاده از سوءظن‌ها و تبعیضات قدیمی جلوی این جریان را بگیریم زیرا این کار مخالف پیشرفت بشر خواهد بود. معه‌ذا می‌توانیم اقداماتی به عمل آوریم که از بدبختی‌ها و مشکلات این نوع ازدواجها کاسته شود. برای این کار لازم است وضع این ازدواجها را مورد بررسی بیشتر قرار دهیم و نتایج حاصله را به اطلاع همه برسانیم. بر اساس اطلاعاتی که اکنون در اختیار داریم، به نظر می‌رسد که این ازدواجها دارای نتایج خوبی نبوده‌اند. اگر وضع چنین است باید این

از تمایلات عمیق والدین این است که ارزشهایی را که در زندگی خودشان مهم است به فرزندان‌شان انتقال دهند و بسیار تأسف آور خواهد بود که انسان ببیند فرزندان‌ش با اعتقاداتی بار می‌آیند که خودش با آنها مخالف است. به یاد دارم که یک مادر پروتستان که شوهر کاتولیک داشت با ناراحتی اظهار می‌داشت که پسر کوچکش از مدرسه کلیسایی به خانه آمده و اظهار داشته بود که در مدرسه به او تعلیم داده‌اند که مادری که کاتولیک نباشد بعد از مرگ به جهنم خواهد رفت.

با توجه به مسائل فوق به خوبی روشن می‌گردد که ازدواج پیروان فرقه‌های مختلف با یکدیگر نتایج خوبی به بار نیاورده است. در واقع غالب پیشوایان گروههای مختلف مذهبی با چنین ازدواجهایی مخالف هستند. یکی از مهمترین علل مخالفت آنها این است که بر اثر تضادهایی که به وجود می‌آید این زوجها غالباً از انجام وظایف مذهبی خود کناره‌گیری می‌کنند تا صلح و آرامش خانواده حفظ شود. نتیجه این می‌شود که هر دو از مذهب خود محروم می‌گردند و فرزندان آنها بدون آموزش دینی بزرگ می‌شوند.

با وجود تضادهای فوق نباید تصور کرد که تمام زوجهایی که از فرقه‌های مختلف هستند زندگی غم‌انگیزی دارند. این طور نیست. من بعضی از این زوجها را دیده‌ام که دارای زندگی سعادت‌مندی می‌باشند. من خود یکبار برای پی بردن به حقایق با پنجاه زوج مصاحبه کردم تا بفهمم در این نوع ازدواجها چه عواملی برای موفقیت وجود دارد.

یک نتیجه قطعی که از این بررسیها بدست آمد این بود که زوجهای موفق آنهایی بوده‌اند که تفاوت‌های موجود را به دقت بررسی کرده‌اند و زوجهای ناکام آنهایی بودند که با خوش‌بینی ساده‌لوحانه‌ای گفته‌اند «ما عاشق یکدیگر هستیم و مهمترین موضوع هم همین است. وقتی در آینده با مشکلی روبرو شدیم، در آن موقع درباره راه حل آن فکر خواهیم کرد».

## فصل هجدهم تمايلات عاشقانه

همان طوری که قبلاً اشاره شد خیانت در ازدواج می‌تواند نتایج اسفباری در زندگی زناشویی به وجود آورد. ولی زن و شوهرهای زیادی وجود دارند که تمايلات عاشقانه ای پیدا می‌کنند که به خیانت عملی منجر نمی‌گردد. بدون این که آمار و مدارک قطعی داشته باشم، معتقدم که اکثر زوجها یک وقت احساس کرده‌اند که نسبت به شخص دیگری تمايلات عاشقانه دارند. تصور می‌کنم بسیار مهم است که همه بدانیم که این یک احساس طبیعی و عادی است و نباید از آن تعجب کنیم و آن را غیر عادی بدانیم.

در این فصل مشکلاتی را که از این احساس پیش می‌آید و عکس‌العمل در مقابل آن را مورد بررسی قرار می‌دهیم. این مشکلی است که مانند خیانت در ازدواج ممکن است هم برای زن پیش بیاید و هم برای مرد. وقتی در مورد خیانت در ازدواج صحبت کردیم مرد خیانتکار را مورد بحث قرار دادیم. اکنون در بحث تمايلات عاشقانه، زن را در نظر می‌گیریم.

وقتی دختری می‌خواهد در مورد انتخاب شوهر تصمیم بگیرد معمولاً از میان مردهائی که در اطراف او قرار دارند یکی را انتخاب می‌کند. این تصمیم گاهی آسان و روشن است ولی گاهی انتخاب بین دو نفر خیلی مشکل می‌شود. فرض کنیم که بیژن و جمشید مایلند با ثریا ازدواج کنند و ثریا یکی از آنها را انتخاب کند. باز فرض کنیم که بیژن و جمشید هر دو دارای محاسن و معایبی می‌باشند که هر دو را در یک سطح قرار می‌دهد و بدین طریق انتخاب نباید بین سیاه و سفید به عمل آید بلکه بین دو خاکستری مشابه است.

حقایق را به همه اطلاع دهیم تا جوانان بی‌خبر نمانند. غالباً والدین و معلمین و پیشوایان دینی وقتی به این امر توجه می‌کنند که جوانان عاشق یکدیگر شده باشند و در چنین وضعی خیلی مشکل است که بتوانیم آنها را از تصمیم در مورد ازدواج منصرف نمائیم. ولی اگر از طریق سازمانهای دینی که جوانان در آنها عضویت دارند اطلاعات لازم در مورد این ازدواجها داده شود، جوانان احتیاطهای لازم را به عمل خواهند آورد و در فکر تشکیل خانوادهٔ سعادت‌مندی خواهند بود. به نظر می‌رسد که بهترین راه پیشگیری همین است.

\* \* \*

جدا کند. این فکر غلط باعث جدائی زوجهای زیادی شده است. پروانه می‌گوید «از دست من چه کاری ساخته بود؟ واقعاً عاشق پرویز بودم. تقصیر من نبود». پروانه خیلی تعجب خواهد کرد اگر به این موضوع پی ببرد که مرضیه که زنی بسیار پرهیزگار و پاکدامن است یکبار واقعاً عاشق مرد دیگری شده بود. تنها تفاوت این بود که مرضیه با وجودی که از این احساس لذت می‌برد تشخیص داد که این عشق برای زندگی زناشویش خطرناک است و شایسته زن پاکدامنی چون او نمی‌باشد. به همین دلیل این عشق را به فراموشی سپرد و با آرامی کامل بر احساسات خود پیروز شد و شفا یافت. بدیهی است که مرضیه این احساس خود را با هیچکس در میان نگذاشت و نه پروانه از آن اطلاع داشت و نه شخص دیگری. حتماً زندهای زیادی نظیر مرضیه وجود دارند.

وضع زندگی امروزی طوری است که مردها و زنها با هم در تماس دائم هستند. این آزادی دارای محاسنی است ولی زیانهای هم دارد. همه ما با روش قدیمی که زنها را قفل می‌کردند و در زیر چادر نگاه می‌داشتند مخالف هستیم ولی این روشها هم بدون حکمت نبود زیرا اگر به زنها آزادی بی حد بدهیم ممکن است به مخاطراتی دچار شوند.

اکنون در بسیاری از کشورها زنها دارای آزادی بی حد هستند و از این موضوع مطلع می‌باشند. یکی از زنان مشهور اظهار عقیده کرده است که در میان زن و مرد معمولی نمی‌تواند عشق افلاطونی وجود داشته باشد. الهه عشق در همه جا در پرواز است و امکان دارد هر شخصی را در هر موقعیتی هدف قرار دهد.

من نمی‌خواهم بگویم که باید به دوره قدیمی برگردیم و زنها را زیر چادر بگذاریم و محدود سازیم. برگشتن به گذشته امکان‌پذیر نیست و من به هیچ وجه با چنین نظری موافق نیستم. معهدا هدف من این است که وضعی را که خودمان برای خود ایجاد کرده‌ایم مورد بررسی دقیق قرار دهیم.

بسیاری از ما سالهای جوانی خود را صرف جستجوی همسر مناسب کرده و بارها عاشق شده‌ایم و بارها فکرم‌ان را عوض کرده‌ایم. بالاخره شخصی را انتخاب نموده و او را به همسری برگزیده‌ایم. اگر این انتخاب ما صحیح و عاقلانه بوده سالها در شادی و کامیابی به سر برده‌ایم. وقتی شخص همسر خود را انتخاب می‌کند، مشغول استحکام پایه‌های خانواده و ایجاد رابطه صحیح زناشوئی می‌گردد.

آندره موروا می‌گوید «تصمیم بسیار خطیری است که انسان به شخصی بگوید: من تا آخر عمر همسر تو خواهم بود. تصمیم خود را گرفته‌ام. از این به بعد هدفم این خواهد بود که تو را راضی سازم و در فکر رضای خود نباشم». ما این تصمیم را با میل و اراده خود اتخاذ می‌نمائیم و در پی هدف بسیار مهمی هستیم که عبارتست از تشکیل مهمترین واحد اجتماع یعنی خانواده.

معهدا باید بدانیم که این امر به این معنی نیست که دیگر نباید به هیچ شخص دیگری علاقه داشته باشیم. احساس علاقه نسبت به دیگران هنوز هم در ما وجود دارد. اگر فرض کنیم ثریا که قبلاً به او اشاره کردیم بر اثر فوت شوهرش بیوه شده باشد، باز هم می‌تواند عاشق شود. حتی می‌توان گفت که در چنین وضعی بیشتر به عشق و محبت احتیاج دارد. می‌تواند برای دومین بار ازدواج کند و باز هم خوشبخت باشد. همه می‌دانیم که این ازدواج دوم به معنی عدم وفاداری یا خیانت به شوهر اول نمی‌باشد.

با توجه به مراتب فوق می‌توان چنین استدلال کرد که امکان دارد ثریا حتی در موقعی که شوهرش زنده است نیز عاشق شخص دیگری شود. از نظر سنتی این خیانت محسوب می‌گردد و مخصوصاً با توجه به گفته آندره موروا محکوم می‌باشد. معهدا باید در این باره دقت بیشتری به عمل آوریم. نمی‌توان سر حد مشخصی تعیین کرد که اشخاص خوب را که بعد از ازدواج عاشق نمی‌شوند و اشخاص بد را که عاشق می‌شوند از یکدیگر



ما بر این است که شیرین به پیوند زناشوئی خود وفادار است. در این صورت تصمیم می‌گیرد خود را به نوعی از این احساس عاشقانه خود خلاص کند. آیا باید تماس خود را با فریدون قطع نماید حتی اگر این امر مستلزم عوض کردن کار باشد؟ عامل مهم این است که این دو تا چه حد احساسات عاشقانه خود را به یکدیگر ابراز کرده‌اند. اگر در این مورد مطلبی بر زبان نیاورده باشند شیرین می‌تواند احساسات خود را کنترل نماید و در همان اداره به کار خود ادامه دهد. البته این کار خیلی آسان نیست.

اگر شیرین به خودش اعتماد کافی ندارد و تصور می‌کند که ممکن است گرفتار شود بهترین راه این است که از خطر بگریزد و خود را در معرض وسوسه قرار ندهد.

اگر شیرین و فریدون تمایلات عاشقانه خود را به یکدیگر ابراز کرده‌اند، خیلی مشکل است بتوانند مانند گذشته رابطه معمولی اداری داشته باشند. چون از تمایلات عاشقانه یکدیگر با خبر هستند با هم بودن در اداره خیلی وسوسه‌انگیز می‌شود. در این صورت بهترین روش این است که کاملاً قطع رابطه کنند.

بدیهی است که قطع رابطه دردآور می‌باشد. هر چه ارتباط صمیمی‌تر باشد قطع رابطه رنج‌آورتر خواهد بود. قطع رابطه معمولاً یک دوره توأم با ناراحتی و دلشکستگی در پی دارد ولی اگر تصمیم در مورد قطع رابطه قطعی و نهائی باشد، شفا به تدریج انجام خواهد شد. شیرین به زودی متوجه خواهد شد که مفهوم زندگی خیلی وسیع‌تر از یک رابطه بخصوص است. تصمیم در مورد وفاداری به پیوند ازدواج باعث استحکام روح او خواهد گردید.

در طی زمان مشکلات برطرف خواهد شد و ابرهای تیره و تار کنار خواهد رفت و شیرین دوباره از نظر روحی به کانون خانواده خود برخواهد

وقتی خانم شیرین کاظمی روزی هشت ساعت با آقای فریدون روشن در اداره کار می‌کند، اگر هر دو حیوان بودند نسبت به یکدیگر احساسی نمی‌داشتند. ولی اگر خانم شیرین به آقای روشن احساس علاقه نماید و آقای روشن هم او را زنی جالب و جذاب بداند، بین این دو یک رشته دوستی و محبت ایجاد می‌شود که باعث دلبستگی و همکاری می‌گردد. این وضع برای پیشرفت کار اداره بسیار خوب است.

ولی فرض کنیم که فریدون روشن در زندگی زناشوئی خود مشکلاتی داشته و وضع شیرین هم همین‌طور باشد. ممکن است این دو که دارای کمبودهایی می‌باشند با توجه به تماسهای اداری و احترام متقابل به سوی یکدیگر کشیده شوند. یک روز شیرین وضع خود را مورد بررسی قرار می‌دهد و متوجه می‌شود که عاشق فریدون روشن شده است. این وضع به قدری به صورت تدریجی ایجاد می‌گردد که خود شیرین هم دچار می‌شود. خود شیرین می‌داند که با بحران روبرو شده است.

این بحران در دنیای جدید مکرراً ایجاد می‌گردد. وضعی که به وجود آورده‌ایم وجود این بحرانها را ایجاب می‌نماید. هر شخصی که دارای احساسات و عواطف معمولی بشری است ممکن است به این بحران گرفتار شود.

وقتی انسان چنین احساسی در خود مشاهده می‌کند نباید خود را خطا کار بداند. این احساسات و عواطف غیرمنتظره ممکن است در هر شخصی به وجود آید. عاملی که غلط یا درست بودن کار ما را تعیین می‌کند عبارتست از اقدام ما بعد از این که به این احساس خود پی بردیم.

شیرین چه باید بکند؟ عده‌ای معتقدند که اگر شیرین تشخیص می‌دهد که فریدون از شوهر او بهتر است باید به صدای دل خود گوش بدهد. در این صورت موضوع دیگری برای بحث وجود ندارد. ولی فرض

گشت و دیوارهای فروریخته را مرمت خواهد نمود. اگر شیرین در این مورد با عقل و حکمت رفتار نماید عشق خانوادگی او که روبه خاموشی بود دوباره شعله ور خواهد گردید.

اگر شوهر شیرین از این جریان‌ات اطلاعی نداشته باشد، آیا لازم است که شیرین به او چیزی بگوید؟ در این مورد جواب قطعی وجود ندارد. به نظر من بهترین روش این است که شیرین موضوع را با یکی از دوستان بسیار صمیمی و با تجربه خود در میان بگذارد و بعد از تفکر کافی و مشورت‌های لازم تصمیم بگیرد که اطلاع دادن به شوهر صلاح است یا نه. به طوری که آنده موروا اظهار داشته است ازدواج مستلزم انتخاب است و انتخاب باعث ایجاد تعهد و مسئولیت می‌گردد. نمی‌توانیم مطمئن باشیم که انتخاب ما بهترین انتخاب است. احتمال زیادی وجود دارد که انتخاب ما بهترین انتخاب نباشد. وقتی به زندگی خود ادامه می‌دهیم امکانات دیگری در جلوی ما ظاهر می‌شود و احساسات جدیدی در ما به وجود می‌آید. ما انسان هستیم و باید هم باشیم ولی انسان بودن مستلزم قبول مسئولیت و وفاداری است. این گفته امیل برونر بسیار عمیق می‌باشد که اساس ازدواج بیشتر وفاداری است تا عشق. من معتقدم که عشق و محبت وقتی واقعی است که بر اساس وفاداری قرار داشته باشد.

\* \* \*

## فصل نوزدهم

### نداشتن فرزند

لادن با ناراحتی گفت «چهار سال است که ازدواج کرده‌ایم. با شوهرم توافق کردیم که دو سال اول ازدواج را به کارم ادامه دهیم تا بتوانیم پول کافی برای بچه دار شدن جمع کنیم. بعد از آن خیلی مایل بودیم بچه دار شویم. بعد از یکسال تلاش نومید شدیم. هر ماه انتظار داشتیم آثار حاملگی را در خود مشاهده کنم ولی خبری نبود. شوهرم ناصر در ابتدا با من همدردی می‌کرد ولی او هم به تدریج ناراحت می‌شد زیرا مایل بود فرزند داشته باشد. حالا شوهرم مرا ملامت نمی‌کند ولی من حس می‌کنم که مرا مقصّر می‌داند. در واقع حق دارد زیرا در جامعه ما زنی که نتواند فرزند داشته باشد همیشه تحقیر می‌شود. ناصر مرا تشویق می‌کند که با پزشک خانواده در این مورد صحبت کنم ولی من از انجام این کار خودداری می‌نمایم زیرا می‌ترسم بعد از معاینه بگویم که بچه دار نخواهم شد. در این صورت نمی‌دانم عکس العمل شوهرم چه خواهد بود. ممکن است کار ما به جدائی بکشد».

یکی از مشکل‌ترین مسائلی که ممکن است برای یک زن پیش بیاید این است که متوجه شود نمی‌تواند فرزندی داشته باشد. طبیعی است که زن دارای عاطفه مادری است و می‌خواهد بچه دار شود. به تدریج که ماههای اول ازدواج می‌گذرد و زن حامله نمی‌شود، احساس ناراحتی می‌کند. وی دوستان سابق خود را می‌بیند که از داشتن فرزند خیلی خوشحالند. مادرانی را مشاهده می‌کند که فرزندان خود را در کالسکه گذارده و به گردش می‌برند. حتی می‌بیند که بعضی از زنهایی که مایل نیستند بچه دار شوند باز هم فرزند پیدا می‌کنند. به ناچار وی با گریه و

هستند. متأسفانه تاریخ بشر پر از مواردی است که زنهای بیچاره به علت نازائی طلاق داده شده‌اند. امکان دارد که در بیشتر اینگونه موارد، مرد علت اصلی نداشتن فرزند بوده است. شوهر به زنش که شش سال بچه دار نمی‌شود می‌گوید «نزد پزشک برو و معالجات لازم را انجام بده». بالاخره زن نزد پزشک می‌رود و بعد از معاینات متعدد معلوم می‌شود که از نظر بچه دار شدن مانعی در او وجود ندارد. سپس از شوهر خواسته می‌شود که به پزشک مراجعه کند. شوهر بعد از مدتها تأخیر بالاخره اجباراً به پزشک مراجعه می‌کند و معلوم می‌شود که به طرز غیرعلاجی عقیم است. علت آن بوده که در هجده سالگی با زن فاحشه‌ای رابطه داشته و به سوزاک مبتلا شده و معالجه نگردیده است. وی از این وضع به قدری خجالت کشید که از پزشک خواهش کرد موضوع را به زنش نگوید.

ثانیاً - همه باید بدانیم که امروزه برای بیشتر موارد بچه دار نشدن، معالجه وجود دارد. پس این‌گونه زوجها نباید نومید شوند و در حدود معقول باید از پزشکان متخصص استفاده نمایند. مقصودم از «حدود معقول» این است که بیش از حد به پزشکان متعدد مراجعه ننمایند. مهمترین موضوع برای زوجهایی که درصد بچه دار شدن هستند این است که بدانند نزدیکی باید در زمان مناسب انجام شود. اگر زن مدت شش ماه تاریخ شروع قاعدگی خود را یادداشت نماید می‌تواند به وقت پیش بینی نماید که قاعدگی بعدی وی چه موقع شروع می‌شود. مناسب ترین موقع برای حاملگی چهارده روز قبل از شروع قاعدگی است. در این زمان، یعنی چند روز قبل و بعد از آن، احتمال حاملگی وجود دارد.

اگر روش فوق‌الذکر نتیجه‌ای نداد، باید از پزشک متخصص استفاده کرد. پزشکان معمولی فاقد اطلاعات و وسائل کافی هستند به همین دلیل باید به متخصصان مراجعه نمود تا آزمایشات و معالجات لازم را انجام دهند.

زاری از خود می‌پرسد «چرا این بلا به سر من آمد؟ چرا من نباید فرزندی داشته باشم؟»

این مشکل فقط مشکل شخصی زن نیست بلکه ممکن است زندگی زناشویی را هم به خطر بیندازد. هیچ چیز به اندازه فرزندی که ثمره اتحاد و همکاری زن و شوهر است نمی‌تواند زندگی خانواده را مستحکم نماید. عشق خلاق است و مهمترین عمل خلاقه آن عبارتست از ایجاد حیات جدید. ازدواج بدون فرزند دارای مشکلات مخصوص به خود است. آمار نشان می‌دهد که میزان طلاق در میان زوجهای بدون فرزند خیلی بیشتر از سایر زوجهاست.

علاوه بر ناراحتی شخصی زن و وضع نومید کننده‌ای که برای شوهر پیش می‌آید، این نکته را هم باید بدانیم که جامعه نیز به زنهای «نازا» به دیده تحقیر می‌نگرد. در بسیاری از جوامع کار مهم زن عبارتست از بدنیا آوردن بچه و اگر موفق به انجام این کار نشود فایده دیگری ندارد و غالباً او را لعنت شده می‌دانند. در چنین جوامعی زن نازا مورد بی‌احترامی و تحقیر فراوان قرار می‌گیرد و شدیداً دلشکسته می‌شود.

خوشبختانه در جوامع مترقی بدون این که به فرزند داشتن یا فرزند نداشتن اهمیتی بدهند خود او را محترم می‌دانند. لازم نیست مانند راحیل با گریه بگویید «پسران به من بده و الا می‌میرم» (پیدایش ۱:۳۰). ولی در عین حال نمی‌تواند از تمام ناراحتی‌های بی‌فرزند بودن دور بماند بلکه همیشه کمبودی حس می‌نماید.

حال باید دید که به لادن و به پانزده درصد زنان که به سرنوشت او دچار هستند چه می‌توانیم بگوئیم. در واقع خیلی چیزها می‌توانیم بگوئیم. در سالهای اخیر تحقیقات زیادی درباره علل نازائی به عمل آمده است که هنوز هم ادامه دارد و پیشرفتهای زیادی دیده می‌شود. حقایقی وجود دارد که هر زن و شوهری و هر شخص بالغی باید از آنها خبر داشته باشد:

اولاً - باید بدانیم که هم زن و هم شوهر به میزان مساوی علت نازائی

رحمی او را بدانیم. اگر اسید رحم بیش از حد باشد اسپرماتزوئیدها را از بین خواهد برد. این وضع به آسانی قابل معالجه است. معاینه دیگر عبارتست از آزمایش لوله های تخمدان و اطمینان از مسدود نبودن آنها. تخمه زن از این لوله ها به رحم وارد می شود و بسته بودن آن باعث نازائی می گردد. این معاینه که توسط پزشکان متخصص انجام می شود بسیار ساده است.

ممکن است بعضی معاینات دیگر هم لازم باشد ولی همین توضیحات کافی است که نشان دهد که نباید زود ناامید بشویم بلکه بدانیم که امکاناتی وجود دارد.

احتمالاً امکانات طبی برای معالجه نازائی وجود دارد ولی اگر به طور قطع معلوم شد که برای زوج بخصوصی امکان معالجه موجود نیست در مقابل آنها سه راه وجود دارد:

راه اول عبارتست از قبول فرزند خوانده. قبول فرزند کوچکی که توسط زوجین پذیرفته می شود باعث شادی و سعادت خانواده های فراوانی شده است. تحت توجهات زوجین، فرزند کوچک می تواند زندگی سعادت‌مندی داشته باشد. قبول فرزند خوانده به تدریج متداول تر می گردد. در عین حال ممکن است در آینده خداوند به این زن و شوهر فرزندان هم عطا فرماید.

راه دوم عبارتست از باروری مصنوعی از راه روشهای طبی با استفاده از منی شخص ناشناس. این روش تا حدی جدید است و دارای جنبه های اخلاقی و حقوقی می باشد و بعضی از محافل دینی آن را محکوم دانسته اند. ولی بعضی از زوجها با توجه به اعتقاداتی که دارند آن را مناسب می دانند.

راه سوم این است که زوجین نازائی خود را به سادگی بپذیرند و نداشتن فرزند را از راههای دیگر جبران کنند. اگر زوجین واقع بین باشند،

بعضی از زوجها به علت شرم حضور از مراجعه به پزشک خودداری می نمایند. احتیاجی به خجالت وجود ندارد زیرا پزشکان متخصص با وضع این نوع زوجها آشنائی دارند و طوری رفتار می کنند که ناراحتی ایجاد نشود. هیچ یک از معاینات متداول درد آور نیست و نباید موجب ناراحتی گردد.

در مورد شوهر موضوع بسیار ساده است. تنها کاری که باید بکند این است که با راهنمایی پزشک مقداری از منی خود را در شیشه ای تمیز به آزمایشگاه بدهد. آزمایش لازم نشان خواهد داد که آبیای منی وی دارای اسپرماتزوئید (تخمه ای که باعث حامله شدن زن می گردد) می باشد یا نه.

باید به این نکته توجه داشته باشیم که ممکن است مرد از نظر جنسی کاملاً سالم باشد ولی منی او فاقد اسپرماتزوئید باشد. قدرت جنسی را نباید با قدرت بارور سازی یکی بدانیم. در واقع این دو به هم ارتباطی ندارند. یک مرد ممکن است از نظر جنسی خیلی قوی باشد ولی نتواند زن را بارور سازد و برعکس امکان دارد مردی با قدرت جنسی ضعیف بتواند زن را بارور نماید.

اگر در منی مرد اسپرماتزوئید وجود نداشته باشد، سایر معاینات و معاینه زن لزومی ندارد. در عین حال ممکن است اسپرماتزوئید وجود داشته باشد ولی به تعداد کافی نباشد. معمولاً در منی مرد صدها میلیون اسپرماتزوئید وجود دارد که یکی از آنها موفق می شود زن را بارور سازد. امکان دارد اسپرماتزوئیدها به اندازه کافی قدرت تحرک نداشته باشند که به تخمک زن برسند یا ممکن است نقائص دیگری وجود داشته باشد.

تمام موارد فوق را می توان آزمایش کرد. اگر کمبودی وجود داشته باشد نباید ناامید شویم. احتمالاً راه علاجی پیدا می شود و باید آزمایشات دیگری به عمل آید.

در مورد زن یکی از معاینات این است که میزان اسید در ترشحات

این کار چندان مشکل نخواهد بود. خانواده ای که فرزند ندارد مشکلات بخصوصی دارد ولی این به آن معنی نیست که نمی تواند سعادت‌مند باشد. عشق و محبت خلاق فقط به وسیله فرزند داشتن ابراز نمی گردد بلکه برای ابراز آن راههای دیگری هم وجود دارد. این امر بیشتر به ابتکار و خلاقیت زوجین ارتباط دارد و حتماً امکان پذیر است. بعضی از زوجین بدون فرزند دارای زندگی بسیار سعادت‌مندی بوده اند.

\* \* \*

## فصل بیستم دور شدن از یکدیگر

وقتی زن و شوهری به من می گویند که عشق و محبت آنها از بین رفته است، گاهی نزد خود فکر می کنم صحیح تر می بود بگویند که عشق و محبت خود را کشته اند. مقصودم این نیست که مرتکب خیانت وحشتناکی شده اند بلکه می خواهم بگویم که آنها بر اثر غفلت و سهل انگاری شعله محبت خود را به تدریج خاموش کرده اند.

می گویند که هر آدم ساده لوحی می تواند عاشق شود، ولی حفظ کردن عشق چیز دیگری است. یکی از عقاید بسیار غلطی که در این دوره متداول می باشد این است که عشق هرگز از بین نمی رود. این عقیده صحیح نیست. عشق و محبت را باید پیوسته حفظ کرد و پرورش داد و تجدید نمود. این امر مستلزم کاردانی و تفاهم می باشد و مهم تر از همه این که به وقت احتیاج دارد.

مثلاً منصور و ژیلا را در نظر بگیریم. قبل از ازدواج، در دوره نامزدی، تمام ساعات فراغت را با یکدیگر می گذارند و از غوغای زندگی روزانه دور می شدند. با هم برای مسافرتها کوتاه و بازدید نقاط دیدنی برنامه ریزی می کردند و همیشه با هم بودند. بیشتر نامزدها همین وضع را دارند. وقتی زمان خداحافظی می رسید به سختی می توانستند از یکدیگر جدا شوند و با ناراحتی اظهار می داشتند «به زودی ازدواج خواهیم کرد و همیشه با هم خواهیم بود. خیلی خوب خواهد شد!»

ماه عسل بسیار عالی بود. همه چیز به خوبی برگزار شد. ولی وقتی از ماه عسل برگشتند، مثل این بود که هیچ یک از رویاهای آنها عملی نمی گردید. منصور تمام روز را در خارج از خانه مشغول بود و ژیلا هم به

وضع بیشتر زوجها تقریباً شبیه وضع منصور و ژیلا می باشد. شخصی را به یاد می آورم که در کار خود بسیار موفق و همیشه مشغول بود. یک نفر از او پرسید که زن خود را چه موقع ملاقات می کند. با لبخند غم انگیزی جواب داد «گاهی در موقع عبور او را روی پله ها می بینم». تاجری را می شناختم که به قدری در کارهای خود غرق بود که زن او به زن بیوه ای با حقوق بازنشستگی عالی شباهت داشت. شخص دیگری را می شناسم که زنش خیلی مشغول خدمات اجتماعی است. این شخص به من چنین می گفت «اگر بخواهم با او به تنهایی صحبت کنم باید یک هفته قبل قرار ملاقات بگذارم!»

ممکن است بگوئید: «وضع همین است و چاره ای وجود ندارد». ولی باید دید که آیا واقعاً چاره ای وجود ندارد.

من معتقدم که چاره وجود دارد. هر زن و شوهری می توانند عشق و محبت خود را استحکام بخشند به شرطی که در این مورد تصمیم جدی بگیرند. علت شکست آنها تقدیر و سرنوشت نیست بلکه عبارتست از برنامه ریزی غلط و ارزشهای نادرست و نداشتن قوه ابتکار.

جای تعجب است که منصور و ژیلا در بیشتر قسمت‌های زندگی برنامه ریزی صحیح داشتند و مثلاً از ولخرجی خودداری می کردند و در مورد طرز اداره خانه نقشه خوبی طرح ریزی کرده بودند. فقط در مورد وقتی که باید با یکدیگر صرف کنند فکر نکرده بودند. در مورد همه انصاف و عدالت را رعایت می کردند مگر در مورد خودشان.

من علت این موضوع را از آنها پرسیدم. اولین دلیلی که ذکر کردند جالب توجه بود. هر دو اظهار داشتند که به وقت زیادی که با یکدیگر صرف کنند احتیاج ندارند زیرا برای زن و شوهری که ازدواج کرده اند چنین وقتی لازم نیست. ژیلا گفت «طبیعی است که کسانی که نامزد هستند می خواهند با هم باشند ولی طبیعی نیست که زن و شوهر سعی کنند

کار اداری خود می پرداخت. وقتی به خانه برمی گشتند هر دو خیلی خسته بودند و به علاوه کارهای زیادی برای انجام دادن وجود داشت از قبیل پختن غذا، تمیز کردن خانه و نظایر آن. گاهی منصور بعد از شام برای انجام کارهای ضروری بیرون می رفت و دیر برمی گشت. ژیلا هفته ای دو سه شب در تمرین سرود و سایر کارهای گروهی شرکت می کرد. عملاً هیچ شبی آزاد نبودند. گاهی منصور کارهای اضافی اداری را در خانه انجام می داد و گاهی هم یکی از دوستان به آنها سر می زد و بدین طریق مدتی وقت صرف می شد. در پایان هفته به بازدید خویشاوندان می رفتند یا نامه می نوشتند یا به باغچه خانه رسیدگی می کردند. تمام این کارها لازم و حتی سرگرم کننده بود ولی آن وضعی نبود که آنها آرزویش را داشتند. آن ساعات خوشی که آنها آزادانه حرف می زدند و از حضور یکدیگر لذت می بردند دیگر تکرار نمی شد.

وقتی بچه ها به خانواده اضافه شدند وضع بدتر شد. ژیلا نمی فهمید وقت چطور می گذرد. فقط می دید همیشه مشغول است. منصور هم بیشتر از همیشه گرفتار بود. البته جای خوشحالی بود که او را به عضویت چند کمیته انتخاب کرده بودند ولی همین امر باعث شده بود که غالب شب ها دیر به منزل بیاید و در تعطیلات آخر هفته هم از شدت خستگی نتواند کاری انجام دهد. اکنون وقتی این دو با هم صحبت می کردند حرفشان فقط مربوط به این که مثلاً وضع مدرسه بچه ها چطور است یا باید چه بکنند که در روز تعطیل چند ساعتی از اتومبیل خود با هم استفاده کنند یا بهتر است جاروبرقی را تعمیر نمایند یا تازه بخرند. هیچگاه نمی توانستند صحبت های طولانی و صمیمانه داشته باشند و قلب خود را برای یکدیگر بگشایند. حتی در موقع معاشقه هم مجبور بودند حواسشان به زنگ تلفن یا به زنگ در باشد و یا متوجه ساعت باشند که وقت خوابشان دیر نشود تا فردا صبح بتوانند به موقع در سر کار حاضر شوند.

برنامه‌ای ترتیب نمی‌دادند. این نوع احساس مسئولیت اغراق‌آمیز باعث ایجاد اشکالاتی می‌گردد. شوهر در ابتدا چند بار تنها بیرون می‌رود و به تدریج به علت غیبت زنش با زنه‌های دیگر محشور می‌گردد.

این عقیده بسیار غلطی است که بگوئیم صرف وقت زن و شوهر با یکدیگر کار خودخواهانه‌ای است و شایسته زن و شوهرهای روشنفکر نمی‌باشد. حقیقت این است که محبت، خواه در ازدواج و خواه در سایر جاها، به شرطی تازه و شعله‌ور و نیرومند خواهد ماند که در حفظ و پرورش آن کوشش نمائیم. خوشبختانه زندگی جدید برای رسیدن به این هدف امکانات تازه‌ای در اختیار ما قرار داده است. اوقات فراغت خیلی بیشتر شده است در حالی که پدران ما از آن محروم بوده‌اند. ولی ما بر اثر بی‌عقلی به قدری خود را گرفتار امور غیر اساسی کرده‌ایم که حتی فرصت فکر کردن و ارزیابی زندگی برایمان باقی نمانده است. اگر نتوانیم از اوقات فراغت که بر اثر پیشرفت علم و تکنولوژی حاصل شده برای زندگی سعادت‌مندتر و افزایش عشق و محبت استفاده کنیم، این پیشرفته‌ها برای ما هیچ فایده‌ای ندارد. چه فایده‌ای دارد که کمبود محبت داشته باشیم ولی در خانه‌های وسیع زندگی کنیم و در رفاه مادی به سر ببریم؟ روانپزشکان به ما می‌گویند که نیمی از بیمارانی که به آنها مراجعه می‌کنند دارای کمبود محبت هستند و یکی از علل این امر این است که این بیماران یا والدینشان بر اثر پیروی از معیارها و ارزشهای غلط نتوانسته‌اند محیط گرم خانوادگی که بر اساس محبت قرار دارد به وجود آورند.

موضوع اسفبار این است که وقتی زن و شوهر نمی‌توانند یک محیط پر محبت و پر صفای خانوادگی ایجاد کنند، برای جبران این کمبود به جاهای دیگر روی می‌آورند. غالباً اتفاق می‌افتد که شوهری که با زن خود رابطه محبت‌آمیز ندارد با زنه‌های دیگر رابطه پیدا می‌کند در حالی که ممکن است زن او خیلی جذاب‌تر و با شخصیت‌تر باشد ولی چون غالباً مشغول

از دیگران کناره‌بگیرند و با هم باشند. آیا خنده‌آور نخواهد بود که زن و شوهری دست یکدیگر را بگیرند و در پارک بنشینند؟»

شاید به همین دلیل است که زن و شوهر در برنامه‌های خود فرصت با هم بودن را در آخرین قسمت قرار می‌دهند. مثلاً اگر ژیللا بخواهد منصور با ماشین او را برای تماشای غروب آفتاب بیرون ببرد و در همان موقع منصور بخواهد نامه‌ای بنویسد معمولاً نوشتن نامه مقدم شمرده می‌شود. اگر منصور پیشنهاد می‌کند که زودتر به رختخواب بروند تا با یکدیگر رابطه جنسی داشته باشند ولی ژیللا می‌خواهد لباس اطو کند معمولاً اطو کردن لباس مقدم شمرده می‌شود. از قرار معلوم اصلی که مورد پیروی قرار می‌گیرد این است: «اول باید سایر کارها را تمام کنیم و بعد از آن اگر وقتی باقی بود مال خودمان است». بدیهی است که غالباً وقت دیگری باقی نمی‌ماند. عشق و محبت که یک وقت بر همه چیز مقدم بود اکنون در درجه آخر قرار دارد. جای تعجب نیست که در چنین وضعی عشق و محبت از بین می‌رود.

دلیل دیگری که ذکر گردید این بود که زن و شوهر همیشه فکر می‌کنند که برای اجرای برنامه‌های شخصی خود در آینده وقت خواهند داشت. از منصور خواهش شده بود که در یک برنامه پیشاهنگی کمک کند در حالی که ژیللا برای آن وقت در نظر داشت که به دیدن یک نمایش بروند. منصور گفت «گمان می‌کنم مجبور هستم در برنامه پیشاهنگی کمک کنم. فقط سالی یک بار است». ژیللا هم جواب داد «خیلی خوب، عزیزم. بهتر است برنامه تفریحی خود را به تعویق بیاندازم. شب دیگری به دیدن نمایشنامه خواهیم رفت». ولی از قرار معلوم شب دیگر هیچ وقت فرا نمی‌رسد.

گاهی کودکان موانعی ایجاد می‌نمایند. زن و شوهری را می‌شناسم که چون نمی‌خواستند بچه‌هایشان نزد شخص دیگری بمانند هیچ وقت با هم

اداره خانه این است که چند هفته از آن فرار کنیم. صرف وقت برای تقویت محبت و صمیمیت، باید در خانه هم انجام شود.

من نمی‌توانم برای این کار فرمول قطعی بدست بدهم. هر زوجی دارای خصوصیات مخصوص به خود است. هدف اصلی این است که زوجین آن آرامش و محبت اولیه را داشته باشند که از حضور یکدیگر احساس می‌کردند. صرف وقت برای این کار نه فقط اتلاف وقت نیست بلکه شوق و علاقه به زندگی را که همه در پی آن هستند به وجود می‌آورد. کلید زندگی سعادت‌مندانه عبارتست از محبت کردن و مورد محبت قرار گرفتن. موضوع به همین سادگی است که بیان کردم.

در بیشتر ما این فکر غلط وجود دارد که بدون رعایت بعضی از ضروریات ساده و ابتدائی می‌توانیم دارای زندگی سعادت‌مندی باشیم. عده‌ای فکر می‌کنند که می‌توانند تمام وقت کار کنند و هیچ وقتی برای استراحت و تفریح اختصاص ندهند. عده‌ای خیال می‌کنند که می‌توانند فقط در سطح امور مادی زندگی کنند و هیچ احتیاجی به امور روحانی ندارند. عده‌ای خود را با این فکر فریب می‌دهند که چون ازدواج کرده‌اند خانه به خودی خود اداره می‌شود و غفلت در مورد مهر و محبت خانوادگی تأثیری در روحیه خانواده آنها ندارد. این اعتقادات غلط باعث بدبختی خانواده‌های زیادی می‌گردد. اصول و قوانینی وجود دارد که اگر از آنها سرپیچی کنیم، باعث بدبختی و نابودی خود خواهیم شد.

پیشنهاد من این است که تمام زوج‌هایی که این سطور را می‌خوانند با تفکر و تعمق به این سوالات ساده جواب دهند: آیا برای تحکیم رشته محبت، وقت صرف می‌کنید؟ آیا به عنوان زن و شوهر نسبت به یکدیگر احساس گرم و پر لطف عاشقانه دارید؟ آیا با اتحاد بدنی و فکری و روحی با یکدیگر احساس می‌کنید که از زندگی لذت می‌برید؟ آیا در زندگی شما کشمکش‌هایی وجود دارد که بر اثر عدم اتحاد و قطع رابطه محبت‌آمیز بین شما ایجاد شده است؟

کارهای خانه است و لباس معمولی خانه در بردارد در نظر شوهرش جلوه‌ای ندارد و در او احساسی ایجاد نمی‌نماید. چنین زن و شوهری کمتر فکر می‌کنند که برای تحکیم مبانی محبت لازم است گاهی با هم از زندگی معمولی و یکنواخت دور شوند.

من زوجی را می‌شناسم که جداً تصمیم گرفتند در پایان هر سال مدت یکی دو هفته با هم از خانه دور شوند. برای این که مانعی در این کار ایجاد نشود قبلاً بلیط‌های لازم را تهیه می‌کردند و جا رزرو می‌نمودند و پول هم می‌پرداختند. وقتی زمان مسافرت فرا می‌رسید اشکالات متعددی به وجود می‌آمد. یکبار به قدری با هم اختلاف داشتند که نزدیک بود برنامه مسافرت را بهم بزنند. ولی همیشه وقتی برنامه عملی می‌گردید و از گرفتاریهای زندگی دور می‌شدند، عشق و محبت آنها استحکام تازه‌ای می‌یافت و صمیمیت و صفای تازه‌ای به وجود می‌آمد.

تمام زن و شوهرها می‌توانند چنین برنامه‌ای داشته باشند. زوج‌های ثروتمند می‌توانند به خارج مسافرت کنند ولی اگر انسان فکر خود را بکار بیاندازد می‌تواند با پول خیلی کمتری به همان هدف برسد. ممکن است فکر کنید که این کار عملی نیست ولی همه می‌دانیم که بسیاری از کسانی که خود را کم درآمد می‌دانند مبالغ زیادی برای مشروبات و سیگار و دارو خرج می‌کنند تا اعصابشان راحت باشد در حالی که این کارها وضع را بدتر می‌کند. درباره موانعی که توسط فرزندان ایجاد می‌شود چه باید گفت؟ اگر زن و شوهر تصمیم بگیرند، موانع برطرف خواهد شد. من زوج‌هایی را می‌شناسم که گاهی در تعطیلات پایان هفته به نوبت از خانواده‌های یکدیگر پذیرائی می‌کنند و به همه خیلی خوش می‌گذرد.

اگر تمام زوجها عادت کنند که هر سال یکی دو هفته با هم از خانه دور باشند، غالب اشکالات خانوادگی حل خواهد شد و حسن تفاهم و صمیمیت بیشتری به وجود خواهد آمد. البته مقصود من این نیست که بهترین راه



## خاتمه

## کسانی که گرفتار مشکل هستند

برای مردانی و زنانی که با آرزوها و انتظارات فراوان پیمان زناشوئی بسته اند خیلی یأس آور است که متوجه شوند که کارها به خوبی جلو نمی رود. انتظار داشتید که به وسیله ازدواج سعادتمند شوید و فرزندانی داشته باشید که شادی حیات را به نسلهای بعدی منتقل نمایند و امیدوار بودید که از مصاحبت یکدیگر لذت ببرید. وقتی انسان می بیند که تمام آرزوها به باد رفته و قلب او که زمانی کانون محبت بود پر از نفرت و کینه شده است، حس می کند که بسیار بدبخت است.

سالهاست که هزاران زن و شوهر که گرفتار این وضع اسفناک بوده اند برای چاره جوئی به من مراجعه کرده اند. البته همیشه نتوانسته ام که آنچه واقعاً می خواستم برای آنها انجام دهم ولی کوشیده ام مشکلات را درک کنم و گاهی با کمک یکدیگر توانسته ایم راه حل خوبی پیدا کنیم. اکنون که این سطور را می نویسم در فکر زوجهای متعددی هستم که ابرهای تیره و تار از زندگی زناشوئی آنها دور شد و نور سعادت بر آنها تابیدن گرفت.

اولین چیزی که می خواهم به شما بگویم این است که امید خود را از دست ندهید. من به عنوان مشاور امور خانوادگی در طی سالها تجربه این نکته را آموخته ام که هیچ گاه نباید ناامید بشویم. همیشه راه حلی پیدا می شود. هیچ مشکلی وجود ندارد که لاینحل باشد. از مشاهده قدرتی که در روح انسان برای حل مشکلات وجود دارد بارها دچار تعجب شده ام. وقتی زن و مردی تصمیم قطعی بگیرند، برای آنها تقریباً هیچ امری غیر ممکن نیست. در ازدواج تصمیم گرفتن برای داشتن زندگی سعادتمند خیلی مهم است. من زوجهای را دیده ام که در وضع کاملاً مأیوس کننده ای

اگر متوجه می شوید که در مورد محبت نسبت به یکدیگر قصور ورزیده اید، بهتر است به این نکته مهم توجه کنید که زندگی شما از همین دقایقی تشکیل شده است که به تدریج سپری می گردد. با جلو رفتن عقربه های ساعت زندگی شما به پایان خود نزدیک تر می گردد. شما وقت صرف می کنید تا کار کنید، برای بازی کردن وقت لازم دارید، برای خوابیدن وقت صرف می نمائید، برای انجام وظایف اجتماعی به وقت احتیاج دارید. شکی نیست که در میان تمام این فعالیتها، برای رشد و شکوفائی محبت نیز باید وقت کافی اختصاص دهید.

\* \* \*

داده اند که مشکلات خود را خودمان حل کنیم. استفاده از کمک سایرین در کارهای شخصی خودمان را نشانه ضعف شخصیت می دانیم.

البته خیلی خوب است که انسان روی پای خود بایستد و حتی الامکان مشکلات خود را خودش حل کند. ولی گاهی مشکلاتی پیش می آید که حل آنها از قدرت ما خارج است و خودمان می دانیم که نمی توانیم حل کنیم. در چنین وضعی عقل سلیم حکم می کند که مغرور نباشیم و از دیگران کمک بخواهیم. خودداری از این کار دلیل ضعف شخصیت و حماقت ما خواهد بود. شخص عاقل و شجاع کسی نیست که به علت خودداری از مراجعه به پزشک بمیرد یا بدون این که اطلاعی از مکانیکی داشته باشد خودش با اتومبیل خود ور برود و آن را خراب تر کند. پس باید بدانیم که گاهی به مرحله ای می رسیم که عاقلانه ترین راه برای حل مشکلات زناشوئی این است که از شخص واجدالشراطلی کمک بگیریم.

عده ای بالاخره به حقیقت این موضوع پی می برند و مشکلات خود را با خویشاوندان و دوستان در میان می گذارند. این کار در بعضی از موارد بسیار مفید است ولی بدبختانه در بعضی از موارد دیگر، فایده ای ندارد. معمولاً خویشاوندان و دوستان نمی توانند بی طرف باشند. آنها یا طرفداری می نمایند یا مشغول نصیحت کردن می شوند. نصیحت کردن خیلی مفید نیست. به جای نصیحت کردن لازم است بتوانیم وضع را به طرز صحیح ارزیابی نمائیم و راه حل پیدا کنیم.

راه بهتر این است که مشکل خود را برای پزشک خانواده یا روحانی مورد اعتماد شرح دهید. ولی این اشخاص غالباً خیلی گرفتار هستند و به علاوه ممکن است در مورد امور زناشوئی تخصص نداشته باشند.

پس بهترین راه این است که برای حل مشکلات زندگی زناشوئی خود به مشاور امور زناشوئی مراجعه نمائید. من این نکته را بارها در این کتاب تذکر داده ام. این مشاوران، اگر آموزشهای لازم را داشته باشند، بسیار

قرار داشتند ولی بالاخره به طرزی غیرمترقبه راه حلی پیدا شده است. ازدواجهای دیگری را هم دیده ام که با وجودی که در آنها مشکل اساسی وجود نداشت، ولی به علت جدی نبودن زوجین در ایجاد زندگی سعادتمند، به جدائی منجر شده اند. پس اولین نکته ای که می خواهم در مورد آن تأکید کنم این است که همیشه امیدوار باشید.

دومین نکته این است که می خواهم دید وسیع تری داشته باشید. اشخاصی که دچار ناراحتی هستند نمی توانند همه چیز را درست ببینند و حقایق را طور دیگری می بینند و در مورد همه چیز نظری بد بینانه دارند و راه چاره را مسدود می دانند. از تلاشهای خود خسته شده و صبر خود را از دست داده اند. فکر می کنند تنها راهی که وجود دارد فرار است.

در چنین وضعی، مردم کارهای احمقانه ای انجام می دهند. من زوجهای را دیده ام که چون در چنین وضعی راه چاره دیگری به فکرشان نرسیده است قدمهایی برای طلاق برداشته اند و سپس متوجه شده اند که این راه چاره خوبی نیست. البته عده ای وجود دارند که مشکلات خود را به وسیله طلاق حل می کنند. ولی عده ای هم وجود دارند که بعد از طلاق احساس می کنند که در ورطه تنهایی و ناکامی فرو رفته اند. در ضمن باید بدانیم که طلاق مشکلات عظیمی برای فرزندان به وجود می آورد.

سومین نکته این است که می خواهم کمکهای عملی را ذکر کنم. وقتی مشکلات زندگی به حد بخصوصی می رسد، زوجین نمی توانند آنها را حل کنند زیرا احساساتشان جریحه دار شده است و هر بار که تصمیم می گیرند با خونسردی مذاکره کنند جرّ و بحث های تلخ پیش می آید.

در چنین وضعی احتیاج به یک میانجی دارند. رابطه زوجین تیره شده است و به همین دلیل شخص بی طرفی لازم است که بتواند وضع را با واقع بینی بررسی نماید. استفاده از میانجی برای عده ای مشکل است. ما از نظر تربیتی تا حدی مغرور و خودکفا و مستقل بار آمده ایم. به ما یاد

کرد که بتوانید نوع مشکلات و علت آنها را به طرز صحیح بفهمید. مسئله اصلی این نیست که مقصر چه کسی می باشد. مشاور با قاضی تفاوت دارد. موضوع مهم این است که زن و شوهری دچار مشکلات شده اند و باید بهترین راه حل مشکل را پیدا کنند. مشاور تصمیم نخواهد گرفت که آنها چه کارهایی باید انجام دهند بلکه با کمال صبر با آنها همکاری خواهد کرد تا خودشان راه حل را پیدا کنند.

این کار معمولاً در یک جلسه انجام نمی شود. مشکلات زناشویی غالباً خیلی پیچیده هستند و انسان تعجب می کند از این که وقت با این سرعت سپری می شود و یک ساعت به زودی به پایان می رسد. غالباً لازم است چند ملاقات یک ساعته انجام شود. باید بدانید که مشاور نمی تواند جادو کند. مشکل شما احتمالاً در چند سال به وجود آمده است و حل آن مستلزم صرف وقت می باشد.

برای این که مشاور بتواند کار خود را به خوبی انجام دهد باید هم با زن ملاقات کند و هم با شوهر. این ملاقات اکثراً جدا از یکدیگر به عمل می آید زیرا می توانند آزادتر صحبت کنند. حتی در مواردی که همسر شما نتواند یا نخواهد با او ملاقات کند، مشاور سعی خود را در کمک به شما انجام خواهد داد ولی بهتر است با هر دو ملاقات نماید.

همیشه خیلی بهتر است قبل از این که کار به بن بست برسد، مشکل را با مشاور در میان بگذاریم. عده ای خیال می کنند که اول باید تمام راهها را آزمایش کنند و وقتی چاره دیگری نبود در آن موقع با مشاور تماس بگیرند. این عقیده صحیح نیست زیرا هر چه تأخیر شود موضوع مشکل تر خواهد گردید. مناسب ترین وقت برای مراجعه به مشاور زمانی است که زن و شوهر متوجه شوند خودشان نمی توانند مشکل را حل کنند. مطمئن باشید که هیچ مشاوره ای از شما ایراد نخواهد گرفت که چرا موضوعی را که خیلی بغرنج نشده است نزد او برده اید. وی بر اثر تجربه می داند که

کردان و قابل اعتماد هستند و در این رشته تخصص دارند و دارای اخلاق و رفتار پسندیده می باشند.

برای یافتن چنین مشاوران با صلاحیتی می توانید با پزشکان و روحانیون آشنا تماس بگیرید. وقتی مشاور خوبی پیدا کردید قبلاً به وسیله تلفن وقت بگیرید. هنگامی که ساعت ملاقات فرا می رسد به هیچوجه ناراحت نباشید زیرا مشاور از وضع و احساسات شما اطلاع دارد. فراموش نکنید که یگانه هدف مشاور عبارتست از کمک در سعادت مند بودن خانواده ها.

وقتی مشاور را ملاقات کردید چه خواهد شد؟ وی از شما خواهد خواست که وضع خود را شرح دهید و شما را تشویق خواهد نمود که احساسات خود را بیان نمائید و در حالی که با دقت و علاقه به گفته های شما گوش می دهد گاهی سوالات مختصری می کند. مشاور طوری آموزش دیده است که همیشه شنونده ای با حوصله و علاقمند می باشد و می داند که این اولین قدم مهم در راه حل مشکلات است.

مشاور شما را محکوم نخواهد کرد. صرف نظر از کارهایی که کرده باشید، مورد قبول او هستید. او شما را در محظور قرار نخواهد داد و باعث ناراحتی شما نخواهد شد. او به خوبی می داند که این کارها بی فایده است. از شما نخواهد خواست که درباره موضوعی که میل ندارید صحبت کنید و در امور شخصی شما مداخله نخواهد کرد. از طرف دیگر شما می توانید آزادانه در مورد محرمانه ترین مسائل با او سخن بگوئید و این به میل شما بستگی دارد. بدیهی است که هر چه می گوئید کاملاً محرمانه شمرده می شود زیرا این یکی از مهمترین اصول فن مشاوره است. حتی با زوج یا زوجه شما هم این امور محرمانه را در میان نخواهد گذاشت.

در چنین محیط آزاد و خصوصی متوجه خواهید شد که مشکلات زناشویی شما به صورت دیگری جلوه می کند. مشاور شما را کمک خواهد

مشکلات همیشه نتیجه اختلافات کوچک است. عقیده تمام مشاوران این است که هر چه زودتر مشکلات را حل کنیم بهتر است.

در جوامع امروزی اهمیت نقش مشاور امور زناشوئی هر روز بیشتر روشن می‌گردد و به همین دلیل است که من کار مشاور را کمی تشریح کردم تا خوانندگان گرامی به آن توجه فرمایند. بدیهی است که بعضی از ازدواجها منجر به طلاق می‌گردد. مشاور از این موضوع اطلاع دارد. از مشاور نباید انتظار داشت که بتواند تمام مشکلات زناشوئی را حل کند. اگر زن و شوهر به این نتیجه برسند که دیگر نمی‌توانند با یکدیگر زندگی کنند، مشاور با طلاق مخالفت نخواهد کرد ولی کوشش خواهد نمود که از تمام راههای معقول برای سعادت زوجین استفاده کند.

البته همه قبول داریم که تا وقتی کوچکترین امیدی باقی باشد، باید از متلاشی شدن خانواده جلوگیری کرد. گاهی راه حل ساده‌ای وجود دارد ولی زوجین که گرفتار هستند این راه حل را نمی‌بینند. وقتی مشکل را نزد مشاور ببرند و برای حل آن صمیمانه همکاری نمایند می‌توانند راه حل را بیابند.

در این کتاب کوشش کردم بسیاری از مشکلات زناشوئی را مورد بحث قرار دهم. ممکن است مشکل شما مورد بحث قرار گرفته یا به آن اشاره نشده باشد. اگر مشکل شما مورد بحث قرار گرفته حتماً به راه حل‌هایی هم اشاره شده است. اگر مشکل شما در این کتاب مورد بحث قرار نگرفته پیشنهاد می‌کنم که در مورد آن با مشاور امور زناشوئی تماس بگیرید. مطالعه در مورد مشکلات زناشوئی در بسیاری از موارد مفید است، ولی در بعضی از موارد وقتی می‌توانیم راه حل مشکلات را پیدا کنیم که آنها را با شخصی در میان بگذاریم که در این رشته تخصص و تجربه دارد.

\* \* \*