

روابط سالم در خانواده

در رابطه سالم و سازنده همسران در مبادله اطلاعات و احساسات در فضای مناسب مشارکت می کنند، با یکدیگر هماهنگی دارند و در این ارتباط هردو ارزش بالایی برای خود در نظر می گیرند. از دیدگاه اسلام ارتباطی سالم است که بر پایه ی تکریم شخصیت و عزت و احترام متقابل افراد انسانی استوار باشد روابطی که بر این اساس پایه گذاری شود، افراد را در برابر انحراف ها ایمن می کند. چنان که امیر المومنین علی (ع) می فرماید: کسی که از کرامت نفس برخوردار شد، شهوات نفسانی را در نظرش خوار و ناچیز می آید.

در زندگی زناشویی تمرکز روی چیزهای مثبتی که یک رابطه را خوب و زنده نگه می دارد، بسیار مهم است. محققان می گویند برای اینکه یک رابطه به کارکرد خود ادامه دهد، لازم است که نسبت خاصی از خوبی در مقابل بدی وجود داشته باشد و این رقم حیرت آور پنجاه پنجاه نیست بلکه پنج به یک است. در مقابل هر تعامل منفی یا تنش زا باید پنج تعامل مثبت وجود داشته باشد.

تقدم خانواده بر دیگران

حضرت رسول (ص) فرمود: هرگاه خدا به یکی از شما خیری عطا کرد، ابتدا خود و خانواده اش را از آن بهره مند سازد. در فرهنگ اسلامی اولویت و تقدیم خانواده یک اصل به حساب می آید و روایات فراوانی بر آن دلالت دارند. رسول خدا(ص) فرمود: از خانواده آغاز کنید و هر کسی که نزدیکتر است مقدم بدارید.

امام سجاد(ع) می فرماید: اینکه وارد بازار شوم و پولی داشته باشم که برای خانواده ام گوشتی بخرم که بدان نیاز دارند، نزد من از آزادسازی برده ای محبوب تر است.

خداوند می فرماید: از نشانه های پروردگار این است که همسری از خودتان آفرید تا نزد او آرام گیرید.

اخلاق و محبت در خانواده

گفتن چند جمله سنجیده و مؤثر، همراه با اخلاق و رفتار محبت آمیز و تشویق صمیمانه، بهترین کمک برای تقویت روحیه است.

ساختمان وجودی هر انسانی به گونه ای است که خواه یا ناخواه در مقابل تشویق و دلگرمی و صمیمیت و محبت قوت می گیرد و متاثر می شود. چرا از این وسیله مهم در راه موفقیت زندگی استفاده نکنید؟ با محبت و ایجاد علاقه و اخلاق خوب و مودبانه و صفا و صمیمیت می توانید پشتوانه محکمی برای زندگی خود و موفقیت همسران در مقابله با مشکلات باشید و در نتیجه سعادت خود را فراهم کنید.

انسان نیازمند و تشنه محبت است، اگر آب زلال محبتی از کسی یافت با تمام وجود به او علاقه مند می شود و انس می گیرد و گرنه به ناچار وقتی آب زلال و شیرین نبود به آب شور هم بسنده می کند.

شرط اول محبت، شناخت روحیات همسر است:

اولین قدم برای ایجاد محبت شناخت یکدیگر و روحیات طرفین است، اینکه یک سلسله مفاهیم و دستورات را شما یاد بگیرید و بدون درک موقعیت مناسب همسران، آن را بکار برید چه بسا برعکس نتیجه می دهد.

اینکه همسر شما از چه چیز خوشحال می شود و یا ناراحت می شود؟ نسبت به چه کسانی یا چه کارهائی علاقه مند است؟ چه وقت خسته است؟ چه وقت باید او صحبت کرد و چه صحبتی باید کرد؟ چه موقع باید نیازهای مادی خانواده یا خود را بازگو کنید، در چه شرائطی باید گله کرد؟ چگونه باید گفت؟ اینها از اموری نیست که بتوان برای آن مقررات دقیقی وضع کرد. هر انسانی در شرائط خاص خود بسر می برد.

گل بی عیب فقط خداست...

ضرورت اهمیت خانواده

رسول خدا (ص) فرمود: هر معروفی صدقه به شمار می آید و هر آنچه را که مؤمن برای خود و خانواده و همسرش هزینه کند و نیز هر آنچه با آن آبروی خود را حفظ کند برایش صدقه نوشته می شود و فرمود: بهترین شما کسانی هستند که برای خانواده خود بهترین باشند و من برای خانواده خودم بهترین شما هستم و نیز فرمود: کسی که به بازار رود و تحفه ای بخرد و آن را برای خانواده خویش ببرد مانند کسی است که صدقه ای را به سوی نیازمندان می برد.

امام رضا (ع) فرمود: هر کس روزی را از راه حلالش بجوید و برای خود و خانواده اش هزینه کند همانند مجاهد در راه خداست. آن امام (ع) در ادامه این حدیث فرمود: اگر مردی دچار تنگدستی شد، به ضمانت خدا و پیامبرش (ص) به میزان غذای مورد نیاز خانواده اش وام بگیرد و اگر پیش از بازپرداخت وام خود وفات یافت، بر عهده پیشوای مسلمانان است که وام وی را بپردازد.

امام صادق (ع) فرمود: هرگاه یکی از شما تنگدست شد، سفر کند و در پی فضل خدا باشد و خود و خانواده اش را ناراحت نکند.

احسان و نیکی به خانواده باید متناسب با توانایی فرد باشد، از این رو امام رضا (ع) فرمود: صاحب نعمت باید برای خانواده خود گشایشی فراهم کند.

مردی به پیامبر (ص) عرضه داشت: همسری دارم که چون وارد خانه می شوم به استقبالم می آید و هنگام بیرون رفتن بدرقه ام می کند، و چون مرا غصه دار ببیند می گوید: چرا ناراحتی؟ اگر به خاطر روزی است که دیگری (خدا) عهده دار است و اگر به خاطر آخرت است، خدا غصه ات را زیاد کند (تا بیشتر به فکر قیامت باشی و مرتکب حرام نشوی). پیامبر اکرم (ص) فرمود: همانا خداوند کارمندانی دارد که این زن نیز از کارمندان خداست برای او نیمی از اجر شهید است.

قدر همسرمان را بدانیم

دقیقاً علت عاشق شدن تان را به یاد آورید!

درست است تعجب نکنید! دقیقاً همان چیزی که دلیل علاقه مندی شما به همسرتان بوده، هم اکنون منجر به ناراحتی و دلخوری تان شده است. این حقیقت، یک اصل بنیادین در روابط زناشویی است؛ علت جذب، سال های بعد دلیلی بر دفع و دوری می شود. اگر به این دلیل عاشق همسرتان شدید که بسیار آرام و ساکت است، سال های بعد ملتمسانه دوست خواهید داشت که او بشاش باشد چرا که از سرد و بی عاطفه بودنش خسته شده اید! اگر عاشق خوش مشربی و گشاده رویی همسرتان شده اید، اکنون دوست دارید برای لحظه ای هم شده، سکوت اختیار کند و هیچ نگوید. اگر عاشق جدیت و تلاش همسرتان شدید، امروز دوستدار آید که لحظه ای قرار داشته باشد و دست از کوشش و مجاهدت بردارد!!

یادتان باشد، ویژگی مورد اگراه امروز، همان خواستنی دیروزتان بوده است!!

همسرت را با تمام نقص هایش قبول کن!

پیش از ازدواج باید او را به طور دقیق زیر ذره بین می گذاشتید و رصدش می کردید! حالا که دیگر ازدواج کرده اید، چشم و گوش هایتان را ببندید و دست از ازریابی کردن بردارید. انتقاد و سرزنش شما بی فایده است. بپذیرید که دیگر زمان درست کردن همسرتان تمام شده است! چه بخواهید و چه نخواهید با اصرار به تغییر و اصلاح، نه تنها ره به جایی نمی برید بلکه از ترکستان هم سر در می آوردید

برای همسرتان آب شیرین و گوارائی باشید و غذای لذیذ و خوشمزه ای از محبت تدارک ببینید که مشتاقانه بسوی شما آید، نه آب شور و دوی تلخی که به ناچار باید خورد و تحمل کرد.

بهترین شما کسانی هستند که برای خانواده خود بهترین باشند

فرمان خداوند کریم

عاشروهنّ بالمعروف: با زنها، به نیکویی رفتار کنید.

سوره مبارکه نساء، آیه ۱۹

محبوب پیامبر(ص)

نبی مکرم اسلام (ص) فرمودند: از دنیای شما، سه چیز برای من پسندیده شده است: بوی خوش، زنان و روشنی چشم من که در نماز است.

بزرگترین فایده پس از اسلام

رسول خدا (ص) فرمودند: مرد مسلمان ، بعد از اسلام، فایده ای بزرگتر از داشتن همسر مسلمان خود کسب نکرده است که هنگامی که به رویش نگاه می کند؛ شاد می شود و وقتی که به او دستوری می دهد؛ اطاعت می کند و در غیاب او از خود و اموال شوهرش حفاظت می کند.

بیشترین خیر

امام صادق علیه السلام فرمودند: بیشترین خیر در زنهاست.

سه خصلت ضروری

امام صادق علیه السلام فرمودند: هر مردی، در منزل خود نسبت به عیال و خانواده اش به سه خصلت احتیاج دارد: معاشرت خوب، وسعت در زندگی، و غیرت بر حفاظت آنها.

کودک منزل

لقمان نبی علیه السلام فرمودند: مرد خردمند باید در بین خانواده اش مانند کودک باشد و رفتار مردانه را برای خارج منزل بگذارد.

موجب طول عمر

امام صادق علیه السلام فرمودند: هر کس به خانواده خود نیکی کند؛ خداوند عمر او را زیاد می کند.

منبع: کتاب مفاتح الحیاه

سلامت باشید



شرکت زغالسنگ پروده طبس

خانواده



تهیه کننده :

واحد بهداشت حرفه ای