

کتاب اول

تاساحل آرامش

...

فانوس دانایی

شناخت های لازم در زندگی مشترک

زندگی یادگرفتنی است.

زندگی را یاد بگیریم.

...



...

تقدیم به او که بندهٔ خدا بود و نامش عبد الله ﷺ
و به همسر او که دامانش مامن بود و نامش آمنه رضی الله عنها
چه زیبا ثمری داشت درخت زندگی شان
که محمد صلی الله علیه و آله شد و فاتح قلّه هستی.

فهرست تاساحل آرامش/کتاب اول

- ۱۳ مقدمه ناشر
- ۱۵ درآمد

پیش گام

لحظه ای درنگ (اهمیت یادگیری و به کار گیری قواعد زندگی مشترک)

- ۲۱ اهمیت خانواده
- ۲۳ خانواده خوب، فرزند صالح
- ۲۷ خوب بودن برای خانواده معیار ارزشمندی در پیشگاه الهی

گام اول

آمدنم بهر چه بود؟ (هدف از آفرینش و نقش آن در زندگی مشترک)

پرسش های شما

- ۴۳ شاخص های خوش بختی
- ۴۳ قانون خوش بختی
- ۴۹ تحلیل احادیثی که ملاک های عامیانه را تأیید می کنند
- ۵۳ هدف از بچه دار شدن
- ۵۳ بچه دار شدن، نیازی غریزی
- ۵۳ اصالت رفاه، یکی از دلایل بی انگیزگی
- ۵۴ هدف از زندگی و بچه دار شدن
- ۵۴ نگاه دینی به بچه دار شدن
- ۵۸ بُعد اجتماعی بچه دار شدن

- ۶۱ الف) هزینه نگهداری سالمندان
- ۶۶ ب) کم شدن نیروی کار و در نتیجه، کاهش تولید
- ۶۷ ج) مهاجرت
- ۶۸ د) ضعیف شدن نیروی دفاعی کشور
- ۶۹ هـ) کاهش جمعیت جوان و نخبه کشور

گام دوم

نشانه‌شناسی موفقیت (نشانه موفقیت در زندگی مشترک چیست؟)

- ۷۸ الف) اگر کفویت نبود
- ۷۹ ب) اگر کفویت بود

پرسش‌های شما

- ۸۵ احساس عدم کفویت در دوران عقد
- ۸۵ توجه به مرحله‌ای که در آن هستید
- ۸۶ رابطه خوب و تأثیر پذیری دو نکته امیدوار کننده
- ۸۷ توجه به ارزش کاری که انجام می‌دهید
- ۸۸ مراقب وظایف دینی خود باشید
- ۸۹ اهمیت قیافه
- ۹۱ انتخاب نادرستی کرده‌ام و حالا دودختر دارم. زندگی یا طلاق؟
- ۹۱ طلاق، واقعا بد است؛ اما...
- ۹۲ تبعات جدایی در مراحل مختلف
- ۹۲ صبر فعال برای خاطریچه‌ها
- ۹۳ صبر برای خدا
- ۹۷ ازدواج خیابانی کرده‌ام. حالا چه کنم؟
- ۹۷ فراموش کردن گذشته
- ۹۸ تلاش برای ساختن
- ۹۸ پرهیز از نصیحت و تذکر بسیار
- ۹۸ پُتک نکردن گذشته
- ۹۹ عدم انتقال حالت پشیمانی و بی‌محبتی
- ۹۹ ابراز محبت بسیار و احترام ویژه
- ۱۰۰ عدم سختگیری
- ۱۰۰ استفاده از نامه
- ۱۰۰ انجام دادن وظیفه
- ۱۰۴ مدارا

گام سوم

سنگ محک (برای تصمیم‌هایمان، ملاک ثابت و صحیحی داشته باشیم)

پرسش‌های شما

- ۱۲۳ برآورده نشدن توقعات اقتصادی من به وسیله همسر خوبم!
- ۱۲۴ هدف زندگی چیست؟
- ۱۲۵ درک شرایط زندگی یکی از بهترین راه‌های رسیدن به خدا
- ۱۲۷ توجه به خوبی‌ها
- ۱۲۹ توجه به سنت شکرگزاری
- ۱۲۹ بررسی دلایل این ازدواج
- ۱۲۹ ۱. ترس از ازدواج خواهر کوچک‌تر
- ۱۳۰ ۲. دل‌سوزی
- ۱۳۰ ۳. رضای خدا
- ۱۳۰ سرمایه یک زندگی موفق
- ۱۳۱ بازتاب پخش این پرسش
- ۱۳۱ اصلاح نگاه به زندگی
- ۱۳۲ توجه به خوبی‌ها
- ۱۳۳ رسول خدا ﷺ، الگوی ما
- ۱۳۵ سادگی در مهمانی‌ها

گام چهارم

من و محور مختصات عالم (جایگاه خود را در عالم هستی بشناسیم)

پرسش‌های شما

- ۱۵۵ شاغل نبودن زن و احساس بطلان
- ۱۵۵ دلایل اشتغال یک مادر
- ۱۵۶ الف) نیاز اقتصادی در حد اداره حداقلی زندگی
- ۱۵۶ ب) نیاز اقتصادی برای ایجاد زندگی بهتر
- ۱۵۶ ج) احساس نیاز به استقلال اقتصادی
- ۱۵۶ د) نیاز به حضور اجتماعی
- ۱۵۷ ه) شخصیت (پرستیژ) اجتماعی
- ۱۵۷ و) پاسخ‌گویی به نیاز جامعه
- ۱۵۷ قضاوت درباره این دلایل
- ۱۶۱ مادر در خانه چه کند؟
- ۱۶۱ الف) مطالعه

- ۱۶۴ (ب) صرف وقت برای عمل به آنچه فهمیده‌ایم
- ۱۶۵ (ج) کارهای هنری و خیریه
- ۱۶۶ اشتغال زنان و بحران بیکاری
- ۱۶۹ شغل‌های اختصاصی زنان
- ۱۷۰ وظیفه مادران شاغل
- ۱۷۳ سخن گفتن از وظایف زنان پرتوقع و زورگو شدن مردان
- ۱۷۴ تشکر از انتقاد صریح
- ۱۷۴ تلاش ما، پرهیز از جهت‌گیری خاص در پاسخ‌ها
- ۱۷۴ هدف زندگی را فراموش نکنید
- ۱۷۵ تحلیل دقیق روایات
- ۱۷۶ نگاه منصفانه به مباحث رسانه‌ای خانواده
- ۱۷۹ ترس از رفاه‌زدگی در صورت پاسخ دادن به نیازهای زن
- ۱۷۹ تأمین آسایش از وظایف مرد خانه
- ۱۸۰ اقتصاد محوری، زمینه ایجاد این نگرانی

گام پنجم

تو را می‌شناسم؟ (روحیات و حساسیت‌های همسرمان را بشناسیم)

- ۱۸۶ روحیات و حساسیت‌های نوعی
- ۱۹۲ روحیات و حساسیت‌های شخصی
- ۱۹۲ زمان به دست آوردن روحیات شخصی
- ۱۹۲ (الف) قبل از ازدواج و در زمان خواستگاری
- ۱۹۳ (ب) دوران عقد
- ۱۹۳ (ج) دوران زندگی مشترک
- ۱۹۴ راه‌های به دست آوردن روحیات شخصی
- ۱۹۴ (الف) گفتگو
- ۱۹۴ (ب) آشنا شدن با واکنش‌های همسر

پرسش‌های شما

- ۱۹۹ مرز احترام به روحیات و حساسیت‌ها
- ۱۹۹ شرع، خط قرمز احترام به حساسیت‌ها
- ۱۹۹ حساسیت‌هایی که مخالف شرع نیستند
- ۲۰۱ عدم رضایت شوهر به ادامه تحصیل همسر
- ۲۰۱ سخنی با جوانان
- ۲۰۲ توجه به رفتار خویش
- ۲۰۲ پرسش از دلیل مخالفت
- ۲۰۳ سنجش عاقلانه

- ۲۰۴ راه کسب علم منحصر به دانشگاه رفتن نیست
- ۲۰۴ تصمیم‌گیری در دوران عقد
- ۲۰۷ حساسیت همسر در مورد فامیل
- ۲۰۸ حفظ آرامش خانه، وظیفه اصلی
- ۲۰۸ ناراحتی فامیل یا نارضایتی همسر؟
- ۲۰۸ اصرار زیاد، ایجاد حساسیت بیشتر
- ۲۰۹ گفتگوی شخص سوم بیرون از محیط خانواده و فامیل با همسران
- ۲۰۹ شیوه‌های مختلف صله زحم

گام ششم

نگاهی دوباره به خویش (عیب‌هایمان را بشناسیم)

- ۲۱۵ انتقادپذیری راهی برای یافتن عیب‌ها
- ۲۱۸ نکاتی درباره شیوه انتقاد
- ۲۱۸ الف) زمان انتقاد
- ۲۱۹ ب) مکان انتقاد
- ۲۱۹ ج) زبان انتقاد
- ۲۱۹ د) انتقاد غیر مستقیم
- ۲۲۰ ه) میزان انتقاد
- ۲۲۱ و) گفتن خوبی‌ها در کنار عیب‌ها
- ۲۲۱ ز) قالب انتقاد
- ۲۲۱ ح) نیت انتقاد
- ۲۲۲ ط) حفظ حریم خصوصی

پرسش‌های شما

- ۲۲۵ چگونه روحیه نقدپذیری پیدا کنیم؟
- ۲۲۵ تفکر
- ۲۲۶ باز کردن راه دیگران برای انتقاد
- ۲۲۷ فرق انتقاد با عیب‌جویی
- ۲۲۹ زمینه‌سازی برای انتقاد
- ۲۳۳ تذکر مادر به پسری که با او رودربایستی دارد
- ۲۳۳ عیب رابطه‌های همراه با تعارف
- ۲۳۴ رفاقت، بهترین رابطه
- ۲۳۴ توصیه‌هایی برای ایجاد رابطه رفاقت‌آمیز
- ۲۳۴ ۱. مشورت
- ۲۳۵ ۲. درد دل
- ۲۳۵ ۳. خوب دیدن کارهای خوب

- ۲۳۵ ۴. همدردی و کمک به حل مشکلات
- ۲۳۶ ۵. ابراز محبت
- ۲۳۶ ۶. احترام گذاشتن
- ۲۳۶ بیان تذکر در قالب نامه
- ۲۳۸ توشل جستن

گام هفتم

تو مو می بینی و او پیچش مو! (مشاوره را کمک بدانیم، نه دخالت)

- ۲۴۳ ویژگی های مشاور
- ۲۴۳ ۱. عاقل بودن
- ۲۴۴ ۲. خدا ترس بودن
- ۲۴۴ ۳. صاحب نظر بودن
- ۲۴۵ ۴. خیر خواه و دل سوز بودن
- ۲۴۵ ۵. مقید به دین بودن
- ۲۴۶ ۶. راز دار بودن
- ۲۴۷ ۷. بردبار بودن
- ۲۴۷ ۸. باتجربه بودن
- ۲۴۸ ۹. دور اندیش بودن
- ۲۴۸ ۱۰. شجاع بودن
- ۲۴۹ ۱۱. دور بودن از بخل و حرص
- ۲۵۰ نکات مشاوره
- ۲۵۲ حکمیت، مشاوره ای خانوادگی در اختلافات جدی

پرسش های شما

- ۲۵۹ مشاوره و افزایش آمار طلاق
- ۲۵۹ سخنی با دوستان مشاور
- ۲۶۰ تفاوت نگاه غربی و دینی به خانواده و طلاق
- ۲۶۵ مشاوره اشتباه
- ۲۶۷ چرا شما کاری نکرده اید؟
- ۲۶۹ تعارض در حرف های مشاوران
- ۲۶۹ غیر قابل انکار بودن این تعارض ها
- ۲۷۰ با این تعارض ها چه کنیم؟
- ۲۷۳ میزان اعتماد به کتب تربیتی موجود در بازار کتاب
- ۲۷۳ تفاوت جهان بینی دینی و غربی
- ۲۷۵ آشنایی با مبانی دینی پیش از استفاده از راه کارهای غربی
- ۲۷۷ منابع

•••

تقدیم به او که دوست خدا بود و نامش محمد ﷺ
و به همسر او که کنیز حق بود و نامش خدیجه ع
عجب گوهری داشت صدف زندگی‌شان
که زهرا ع شد و خنده‌اش نور بهشت.

فهرست تاساحل آرامش/کتاب دوم

- ۱۵ • مقدمه ناشر
- ۱۷ • درآمد

گام اول

غنچه‌ها شده لبخندت (خوش خلقی را محور زندگی بدانیم)

- ۳۲ • نشانه‌های اخلاقی خوش
- ۳۴ • چگونه با عصبانیت، مبارزه کنیم؟
- ۳۵ • ۱. نگاه معنوی به بردباری و فرو خوردن خشم
- ۳۷ • ۲. فراموش نکردن معاد
- ۳۹ • ۳. نتایج دنیایی فرو خوردن خشم
- ۴۱ • ۴. تفکر در باره زشتی خشم
- ۴۳ • ۵. استفاده از حس قدرت طلبی
- ۴۴ • ۶. در هنگام عصبانیت صبر کنیم و تصمیم نگیریم
- ۴۷ • ۷. همت بلند دار
- ۴۹ • ۸. یاد خدا
- ۵۰ • ۹. سکوت
- ۵۱ • ۱۰. تغییر حالت
- ۵۳ • ۱۱. لمس کردن
- ۵۳ • ۱۲. آب به صورت زدن
- ۵۴ • ۱۳. جلم، بزرگ‌ترین یاور
- ۵۷ • ۱۴. حالت انتظار
- ۵۹ • ۱۵. محاکمه خویش
- ۶۰ • ۱۶. پوزش خواستن

- ۶۰ ۱۷. عبرت گیری
- ۶۱ ۱۸. تغذیه مناسب
- ۶۲ ۱۹. تنظیم خواب
- ۶۲ ۲۱. دانایی

پرسش های شما

- ۶۵ طرز رفتار با شوهر بداخلاق
- ۶۵ اصالت با فضای آرام و به دور از تنش
- ۶۵ شرایط تجویز ایجاد تنش
- ۶۶ رابطه مهر بانانه راهی برای رسیدن به هدف آفرینش
- ۶۶ رابطه فعال
- ۶۷ به دنبال عزت واقعی باشید
- ۶۹ همسری خوب اما عصبانی و اهل توهین کردن
- ۶۹ فراموش نکردن خوبی ها
- ۷۰ به جا آوردن شکر خوبی ها
- ۷۰ تذکر دادن در هنگام عصبانیت، ممنوع
- ۷۱ مقابله به مثل، هرگز
- ۷۱ برقراری رابطه محبت آمیز
- ۷۲ جلوگیری از سرد شدن رابطه فرزندان با پدر
- ۷۲ توجه به ریشه پزشکی بیماری
- ۷۳ آشکار شدن عصبی بودن داماد در دوران نامزدی
- ۷۳ تصمیم گیرنده اصلی دختر است
- ۷۳ نه پدر و مادر
- ۷۴ تصمیم گیری، فارغ از ترس
- ۷۴ گفتگو با داماد
- ۷۴ دعوت به جدایی، ممنوع
- ۷۴ تحلیل نوع عصبانیت

گام دوم

اگر من، تو بودم (همان طور برخورد کنیم که دوست داریم با ما برخورد کنند)

گام سوم

بوی خدا (پرنده داشتن کانون خانه از معنویت)

- ۸۹ برخی از مصداق های معنویت
- ۸۹ انجام دادن واجبات و ترک گفتن محرمات

- ۹۱ مناجات و توسل، قرآن و حدیث
- ۹۵ جلوگیری از ورود وسایل فساد به خانه
- ۹۶ زیارت اماکن مقدّس
- ۹۹ مطالعه کتاب‌های اخلاقی
- ۱۰۱ کمک به فقرا
- ۱۰۲ نیکی به والدین
- ۱۰۶ محبّت کردن به همسر و فرزندان
- ۱۰۸ پرهیز از مال حرام

پرسش‌های شما

- ۱۱۳ چه اندازه باید به پدر و مادر احترام گذاشت؟
- ۱۱۳ نیکی به والدین
- ۱۱۳ از اصلی‌ترین وظایف دینی
- ۱۱۶ احترام به پدر و مادر، در هر شرایطی
- ۱۱۶ جایگاه ویژه مادر
- ۱۱۶ توجه به سن مادر
- ۱۱۸ موفقیت شما در گروهی انجام دادن وظیفه
- ۱۲۱ حدود اطاعت از پدر و مادر چیست؟
- ۱۲۱ حدود اطاعت، بحثی فقهی
- ۱۲۱ اطاعت در معصیت
- ۱۲۱ ممنوع حتّی از پدر و مادر
- ۱۲۵ احترام به مادر ظالم
- ۱۲۵ بی‌احترامی به پدر و مادر به هر دلیلی، ممنوع
- ۱۲۵ عدم منافات حق طلبی با احترام
- ۱۲۷ وظیفه فرزند در هنگام تضادّ نظر پدر و مادر
- ۱۲۷ ادای حقوق یا کسب رضایت به هر قیمتی؟
- ۱۲۷ هرنفرینی گیران نیست
- ۱۲۸ تحمّل ناسازگاری‌های مادر
- ۱۲۹ اختلاف همسر و مادر
- ۱۲۹ حفظ احترام هر دو
- ۱۳۰ استفاده از تفاهم موجود
- ۱۳۰ برای برقراری رابطه قوی محبّت‌آمیز
- ۱۳۰ برقراری رابطه محبّت‌آمیز با مادر
- ۱۳۱ دوری از قضاوت و تقویت حُسن ظنّ
- ۱۳۱ تقویت نگاه معنوی
- ۱۳۲ درخواست از مقلب القلوب

- ۱۳۳ نفرین پدر و مادر به جهت ازدواج
- ۱۳۳ جایگاه رضایت پدر و مادر در ازدواج
- ۱۳۵ احترام در هر شرایط
- ۱۳۵ تأمل در نظر پدر و مادر
- ۱۳۶ نکته‌ای هم برای پدران و مادران
- ۱۳۹ چرا فقط از حقوق پدر و مادر بر عهده فرزندان، حرف می‌زنید؟
- ۱۴۱ بی‌توجهی همسر به حجاب
- ۱۴۱ مشخص کردن محدوده حجاب
- ۱۴۲ تغییر بر مبنای رفتار تربیتی
- ۱۴۲ نه تحکم همسرانه
- ۱۴۴ تذکر بعد از ایجاد رابطه عاطفی
- ۱۴۴ نهی از منکر، سر جای خودش
- ۱۴۵ توجه به نوع تربیت پیش از ازدواج
- ۱۴۷ دعوت همسر کاهل نماز به نماز
- ۱۴۷ محبت
- ۱۴۸ یافتن ریشه بی‌نمازی
- ۱۴۸ نچشیدن طعم معنویت
- ۱۴۸ یکی از دلایل اصلی بی‌نمازی
- ۱۴۹ توجه به روزه، نقطه امید
- ۱۵۰ دعا
- ۱۵۱ برادر اهل نماز نیست و می‌گوید: چرا باید نماز خواند؟
- ۱۵۱ پاسخ متناسب با ریشه پرسش
- ۱۵۷ راه تقویت ایمان شوهر
- ۱۵۷ تعدیل توقعات
- ۱۵۸ توجه به خوبی‌ها
- ۱۵۹ نزدیکی عاطفی با رفتار لازمه تأثیرگذاری گفتار
- ۱۶۱ پایین آوردن هزینه صداقت
- ۱۶۱ تشویق در واجبات، مدارا در مستحبات
- ۱۶۳ چه اندازه باید نسبت به خوردن غذاهای نذری حساسیت داشت؟
- ۱۶۳ پرسش از مرجع تقلید
- ۱۶۴ پرداخت حقوق شرعی
- ۱۶۴ حساسیت روی اموال خود
- ۱۶۴ مشاوره در صورت داشتن وسواس

گام چهارم

باران محبت (جایگاه محبت ورزی در زندگی مشترک)

- ۱۷۴ شیوه‌های ابراز محبت
- ۱۷۴ الف) محبت گفتاری

ب) محبت رفتاری	• ۱۷۵
۱. هدیه دادن	• ۱۷۶
۲. خوش رویی، خوش اخلاقی و خوش زبانی	• ۱۷۸
۳. خوب صدا زدن	• ۱۷۹
۴. مصافحه	• ۱۸۰
۵. سخاوت	• ۱۸۰
۶. تواضع	• ۱۸۱
۷. صداقت	• ۱۸۲
۸. حُسن ظن	• ۱۸۳
۹. انصاف	• ۱۸۴
ج) محبت نوشتاری	• ۱۸۴
پاسخ محبت	• ۱۸۸
آفات محبت	• ۱۸۹

پرسش‌های شما

همسر ماهر ابراز محبت نیست	• ۱۹۳
توجه به صفات خوب	• ۱۹۳
توجه به چرایی این روحيه	• ۱۹۶
مدیریت رفتار بر اساس روحيه همسر	• ۱۹۶
مقابله به مثل نکنید	• ۱۹۷
محبت دیدن اگر نبود	• ۱۹۷
محبت کردن را حذف نکنید!	• ۱۹۷
گفتگو	• ۱۹۸
همسر ماهر محبت گفتاری نیست	• ۱۹۹
نیاز انسان به همه اقسام محبت	• ۱۹۹
توجه به ریشه عدم ابراز محبت	• ۱۹۹
تحمل زمان	• ۲۰۰
برای از بین رفتن خاطرات ذهنی	• ۲۰۰
عوامل مؤثر در پاک شدن خاطرات ذهنی منفی	• ۲۰۰
۱. شدت زشتی رفتارهای گذشته	• ۲۰۱
۲. مدت امتداد آن رفتارها	• ۲۰۱
۳. شخصیت همسر	• ۲۰۱
۴. شدت زیبایی رفتارهای مقابل	• ۲۰۲
۵. فاصله میان رفتارهای زشت و رفتارهای مقابل	• ۲۰۲
تأثیر فضای تربیتی خانواده	• ۲۰۲
غافل نشدن از اصل محبت	• ۲۰۳

- ۲۰۳ مقابله به مثل، ممنوع
- ۲۰۷ همسری افسرده و بی محبت
- ۲۰۸ توجه به بیمار بودن ایشان
- ۲۰۸ نیاز فرزندان به توجه دو چندان
- ۲۰۸ بویژه دخترتان
- ۲۰۸ هدف زندگی را فراموش نکنید
- ۲۰۹ ضرورت مشاوره درباره افسردگی
- ۲۰۹ قطع نکردن رابطه محبت آمیز
- ۲۱۰ توشل جستن
- ۲۱۱ ازدواج به جهت باایمان بودن اما عدم وجود علاقه بعد از ازدواج
- ۲۱۱ نفرت، بی علاقه‌گی، کم علاقه‌گی
- ۲۱۱ ریشه یابی دلیل بی محبتی
- ۲۱۲ الف) شکل و قیافه
- ۲۱۳ ب) مقایسه
- ۲۱۵ ج) محبت به فرد دیگر
- ۲۱۶ د) دل ندادن به محدودیت‌های زندگی مشترک
- ۲۱۹ ازدواج کرده‌ام ولی حالا از همسرم خوشم نمی‌آید
- ۲۱۹ توجه به مرحله‌ای که در آن هستید
- ۲۲۰ توجه به تبعات تصمیم‌گیری
- ۲۲۰ نگاه واقع بینانه
- ۲۲۱ رابطه فعال عاطفی
- ۲۲۱ گفتگوی دوستانه
- ۲۲۱ توشل جستن
- ۲۲۲ فکر نهایی در دوران عقد
- ۲۲۳ عدم ایجاد علاقه یک هفته پس از عقد
- ۲۲۳ محبت، پایه زندگی
- ۲۲۴ علاقه یا عشق؟
- ۲۲۴ لزوم احتیاط
- ۲۲۵ صبر فعال
- ۲۲۷ یک پیشنهاد
- ۲۲۷ برای پیشگیری از موارد این چنینی
- ۲۳۱ ازدواج اجباری و بی علاقه‌گی همسر به شوهر در دوران عقد
- ۲۳۱ ازدواج‌های اجباری
- ۲۳۲ دلیل بی علاقه‌گی
- ۲۳۳ سوء استفاده از محبت
- ۲۳۳ تقدیر از انصاف

- ۲۳۳ محبت، راه سازگار کردن همسر
- ۲۳۴ دلیل سوء استفاده از محبت
- ۲۳۵ الف) فقدان فرهنگ محبت
- ۲۳۵ ب) عدم توجه به درخواست‌ها
- ۲۳۶ ج) عدم توجه به احترام
- ۲۳۷ د) فشار زندگی
- ۲۳۹ مردانی که محبت نمی‌کنند تا زن پُرو نشود!!
- ۲۳۹ مقابله به مثل، ممنوع
- ۲۴۰ اثبات عملی
- ۲۴۳ ارتباط درآمد و محبت
- ۲۴۴ وابستگی میان محبت و درآمد
- ۲۴۴ تا چه اندازه؟
- ۲۴۷ رابطه فقر و ایمان
- ۲۴۸ بالا بردن توان معنوی خانواده
- ۲۴۹ حدود محبت زن و شوهر در حضور فرزندان
- ۲۴۹ تفاوت نوع محبت‌ها
- ۲۵۰ ابراز محبت زن و شوهر به هم
- ۲۵۰ راه یاد دادن محبت کردن به فرزندان
- ۲۵۱ حل اختلافات با کم کردن از محبت؟!
- ۲۵۱ محبت، پایه زندگی مشترک
- ۲۵۲ پرهیز از منت گذاشتن
- ۲۵۳ پرهیز از گوش شدن
- ۲۵۴ ریشه‌یابی اختلاف
- ۲۵۷ کم شدن تأثیر نامه
- ۲۵۷ اعتدال در همه کارها
- ۲۵۸ پرهیز از تکراری شدن
- ۲۵۸ لحن‌های سرزنش آمیز و توبیخی
- ۲۵۹ اصرارهای بی‌جا
- ۲۵۹ ناراحتی‌های درون زندگی

گام پنجم

چار دیواری شخصیت (احترام متقابل؛ دیواری که نباید شکسته شود)

- ۲۶۶ مصادیق احترام و بی‌احترامی
- ۲۶۶ الف) چگونه صدا زدن
- ۲۶۶ ب) شیوه درخواست‌ها
- ۲۶۷ ج) سلام کردن

- ۲۶۹ د) استقبال و بدرقه کردن
- ۲۶۹ ه) گوش دادن
- ۲۷۰ و) احترام گذاشتن به خانواده همسر
- ۲۷۱ ح) فحش دادن
- ۲۷۲ ط) کتک زدن
- ۲۷۴ ی) تمسخر
- ۲۷۵ یک تذکر مهم

پرسش‌های شما

- ۲۷۹ عدم وجود احترام در خانواده و راه کار ایجاد آن در خانه
- ۲۷۹ اصلاح با رفتار
- ۲۸۱ ارتباط رفاقت آمیز
- ۲۸۱ پذیرش زمان در ایجاد فرهنگ احترام
- ۲۸۲ نیروی کمکی
- ۲۸۲ اولویت‌ها
- ۲۸۳ عدم رعایت عفت کلام نسبت به خانواده
- ۲۸۳ عدم عمومیت این صفت
- ۲۸۴ ریشه‌یابی
- ۲۸۵ حذف زمینه‌ها
- ۲۸۶ توجه به ریشه اصلی
- ۲۸۷ مقابله به مثل، ممنوع

گام ششم

تورا می‌فهمم! (درک متقابل زمینه تفاهم)

- ۲۹۲ راه‌های تفهیم درک متقابل
- ۲۹۳ الف) سپاس‌گزاری
- ۲۹۶ چگونه سپاس‌گزاری
- ۲۹۷ آثار سپاس‌گزاری
- ۲۹۷ ۱. رضایت و وفامندی بیشتر
- ۲۹۸ ۲. رفع ناراحتی‌ها
- ۲۹۹ ۳. افزون شدن نعمت
- ۳۰۰ انتظار تشکر نداشته باشیم
- ۳۰۰ ب) تعریف کردن از کار همسر
- ۳۰۱ ج) تعدیل توقعات متناسب با شرایط و واقعیت‌ها
- ۳۰۳ د) پوزش طلبیدن به جهت ناتوانی
- ۳۰۵ منابع

...

تقدیم به او که مثال خدا بود و نامش علی علیه السلام
و به همسراو که نور خدا بود و نامش زهرا علیها السلام
وہ کہ چہ گلہائی داشت گلستان زندگی شان
یکی حسن علیه السلام کہ کرم را حیات بخشید
یکی حسین علیه السلام کہ رونق خدا روی زمین بود
و یکی زینب علیها السلام کہ پیامبری بود در قامت یک زن.

فهرست تاساحل آرامش/کتاب سوم

۱۳ • مقدمه ناشر

۱۵ • درآمد

گام اول

بساط سخن (از گفتگوی قاعده مند، غافل نشویم)

۲۳ • درباره چه چیزهایی گفتگو کنیم؟

۲۳ • الف) درباره اختلافات، برای رفع آنها

۲۵ • ب) درباره اشتراکات، برای تقویت آنها

۲۵ • ج) درباره امور روزمره زندگی، برای باز کردن سفره دل و اطلاع از اوضاع یکدیگر

۲۶ • د) درباره مسائل دینی، برای معرفت اندوزی و رسیدن به نوع نگاه مشترک

۲۷ • ه) درباره تربیت فرزند برای رسیدن به وحدت رویه

۲۸ • و) درباره مسائل علمی برای بالا بردن اطلاعات

۲۸ • درباره چه چیزهایی صحبت نکنیم؟

۲۸ • الف) درباره دیگران

۳۱ • ب) درباره گذشته های تلخ

۳۲ • ج) درباره مسائلی که اطلاع کافی از آنها نداریم

۳۲ • موانع و آفات گفتگو

۳۳ • الف) بی برنامه گی

۳۳ • ب) اعتیاد به رسانه

۳۵ • ج) روابط فامیلی زیاد

۳۷ • د) کار بیش از اندازه

۳۸ • ه) کینه ها و عقده ها

۳۸ • و) ناامیدی از گفتگوهای پیشین

• ۳۹	ز) کم رویی
• ۴۰	ح) ترس از عصبانیت طرف مقابل
• ۴۱	ط) نداشتن خلوت
• ۴۱	ی) رعایت بهداشت دهان و دندان
• ۴۲	قوانین گفتگو
• ۴۲	الف) حساسیت روی واژه ها، جمله ها و لحن کلام
• ۴۳	ب) تعیین زمانی ثابت برای گفتگو
• ۴۴	ج) تحکم و زورگویی، ممنوع!
• ۴۵	د) عدالت را رعایت کنیم
• ۴۵	هـ) خود را در معرض نقد قرار دهیم
• ۴۵	و) پرهیز از حساسیت زایی
• ۴۷	ز) استفاده از دلایل مورد قبول همسر
• ۴۷	ح) توجه کامل به صحبت های همسر
• ۴۸	ط) پرهیز از جدال
• ۴۹	ی) پرهیز از محاکمه
• ۴۹	ک) حق جویی و حق پذیری
• ۵۰	ل) مقدمه چینی کافی
• ۵۲	م) صبر برای نتیجه گرفتن
• ۵۲	ن) توجه به حوصله همسر

پرسش های شما

• ۵۵	شوهر خسته و کم حرف
• ۵۶	نگاه از بالا به شخصیت همسر
• ۵۹	شکرگزاری
• ۶۱	درک شرایط
• ۶۲	مقابله به مثل، ممنوع
• ۶۲	توجه ویژه به فرزندان
• ۶۲	سخنی با همسر خسته و کم حرف
• ۶۵	مشکل کم حرفی
• ۶۵	تبیین دقیق مشکل
• ۶۶	فراهم کردن مواد گفتگو
• ۶۷	عدم توانایی در بیان خواسته ها
• ۶۷	دلیل این نوع رفتار
• ۶۸	شکر خدا
• ۶۹	نوع خواسته ها
• ۶۹	تفاوت دیدگاه همسر با شما در میزان ضرورت خواسته ها

- ۷۰ نحوه بیان خواسته‌ها
- ۷۰ الف) مدیریت نیاز، به گونه‌ای که خود مرد، متوجه آن شود
- ۷۰ ب) توجه به لحن بیان خواسته
- ۷۲ ج) توجه به وضعیت مالی
- ۷۲ ششم: عدم بزرگ‌نمایی

گام دوم

یک قدم تا بهشت (فضای خانه را شاد نگه داریم)

- ۷۶ عوامل شاد کننده محیط خانواده

- ۷۶ الف) خوش اخلاقی و خوش رویی
- ۷۸ ب) شوخی کردن
- ۸۳ ج) تفریحات سالم
- ۸۴ د) گفتگو

پرسش‌های شما

- ۸۹ جای‌گزین موسیقی‌های تند در عروسی‌ها چیست؟

- ۸۹ تفاوت شادی‌های سطحی و عمقی
- ۹۰ در هم تنیدگی بحث شادی و هدف زندگی
- ۹۳ الگوسازی
- ۹۵ پیشنهادهایی برای جای‌گزینی
- ۹۷ همسرم به عروسی بدون گناه راضی نمی‌شود
- ۹۷ گفتگو
- ۹۸ انجام وظیفه در هر شرایطی
- ۱۰۱ رفتارهای تحقیرآمیز
- ۱۰۱ تعریف عزت و حقارت
- ۱۰۳ جایگاه نگاه مردم در عزت حقیقی
- ۱۰۷ توصیه‌های دین برای کسب عزت
- ۱۰۷ الف) طمع نداشتن به آنچه در دست مردم است
- ۱۰۷ ب) فرو خوردن خشم
- ۱۰۸ ج) مراقبت از زبان و زمام اختیار به دست مردم ندادن
- ۱۰۸ د) تن دادن به حق
- ۱۰۸ هـ) گذشت
- ۱۰۸ و) تواضع
- ۱۰۹ ز) دعا
- ۱۱۱ کارهایی که عزت نفس را زیر سؤال می‌برند؟
- ۱۱۲ الف) درخواست از مردم

- ۱۱۲ ب) تن دادن به کارهایی که توانش را ندارد
- ۱۱۴ ج) انجام دادن کاری که عذرخواهی در پی دارد
- ۱۱۴ د) ادا نکردن حقوق
- ۱۱۴ هـ) دروغ و ترس از راست‌گویی
- ۱۱۵ و) ظلم
- ۱۱۵ ز) طمع و حرص به دنیا
- ۱۱۶ ح) اهانت به مردم
- ۱۱۷ **باشوهران بی‌قیدمان چه کنیم؟**
- ۱۱۷ اطاعت از خدا
- ۱۱۷ مخالفت محترمانه
- ۱۱۸ موضع‌گیری تربیتی
- ۱۱۹ اصول رفتار تربیتی
- ۱۱۹ الف) محبت
- ۱۲۱ ب) احترام
- ۱۲۲ ج) تبعیت
- ۱۲۲ د) توجه به حساسیت‌های او
- ۱۲۲ هـ) تأمین زندگی شاد
- ۱۲۳ و) توجه به همه وظایف دینی
- ۱۲۳ نوع برخورد با فامیل
- ۱۲۳ تضرع به درگاه مقلب القلوب

گام سوم

به زلالی چشمه (از نظافت و آراستگی خود و خانه، غافل نشویم)

- ۱۲۹ الف) نظافت تن
- ۱۳۱ ب) نظافت لباس
- ۱۳۱ ج) نظافت دهان و دندان
- ۱۳۲ د) نظافت خانه
- ۱۳۳ هـ) آراستگی
- ۱۳۸ مراقب آراستگی‌های حرام باشیم
- ۱۳۹ و) خوش‌بو کردن
- ۱۴۰ چند نکته درباره عطر
- ۱۴۱ خوش‌بو کردن زنان برای مردان نامحرم

گام چهارم

از اوّل ... (عذرخواهی را عار ندانیم و پذیرش عذر را فراموش نکنیم)

گام پنجم

آفرین بر نظریاک خطاپوش (از خطا، چشم بپوشیم و گذشت کنیم)

- ۱۵۵ فرهنگ گذشت در معارف دینی
- ۱۶۰ گذشت و جسور شدن طرف مقابل
- ۱۶۱ چگونه روحیه گذشت، پیدا کنیم؟
- ۱۶۵ خط قرمز گذشت

پرسش های شما

- ۱۶۹ اشتباهات اوایل زندگی همسرمان نمی توانم فراموش کنم
- ۱۷۰ توحید، محور زندگی
- ۱۷۰ همان طور برخورد کنیم که دوست داریم با ما برخورد کنند
- ۱۷۱ توجه به نعمت ها فهمیدن اشتباه و جبران آن
- ۱۷۲ گله یا سرزنش؟
- ۱۷۳ توجه به اوج هنر همسر
- ۱۷۴ در حسرت دیروز امروز و فردایمان را خراب نکنیم
- ۱۷۷ اشتباهات پیش از ازدواج همسرمان نمی توانم فراموش کنم
- ۱۷۷ قضاوت عقلی، توجه قلبی
- ۱۷۸ رضایت شما یا خدا؟
- ۱۷۸ توجه به ایمان و اراده قوی همسر
- ۱۷۹ مثل خدا، توبه کنندگان را دوست بدارید
- ۱۸۰ لزوم توجه ویژه همسر
- ۱۸۱ گذشت و از بین رفتن احترام در میان خویشان
- ۱۸۲ آفرین به گذشت های شما
- ۱۸۲ عزت و احترام واقعی
- ۱۸۳ ریشه بی احترامی ها، گذشت یا ...؟
- ۱۸۳ عدم قطع ارتباط
- ۱۸۵ گذشت تا چه اندازه؟
- ۱۸۶ گذشت نکنیم، چه کنیم؟
- ۱۸۷ پیروزی واقعی کیست؟
- ۱۸۸ صبر و حلم فعال
- ۱۸۹ آیا فحش های او به اموات شما می رسد؟
- ۱۸۹ شکر نعمت

گام ششم

راز گوارایی زندگی (با مدارا و رفق زندگی را شیرین کنیم)

- پرسش‌های شما
- ۲۰۵ اختلاف در فرهنگ زندگی و معاشرت
 - ۲۰۵ احساس شخصیت درونی
 - ۲۰۹ برخورد بزرگوارانه و همراه با منطق
 - ۲۱۰ حُسن ظن
 - ۲۱۱ دامادم معتاد است و دخترم از او جدا نمی‌شود
 - ۲۱۱ تفاوت ازدواج با معتاد و جدا شدن از او
 - ۲۱۲ به جای طلاق، راه حلّ مشکل را پیدا کنید
 - ۲۱۲ دعوت به طلاق یا کم کردن دغدغه آینده
 - ۲۱۳ توصیه‌هایی به زنانی که همسرانشان معتادند

گام هفتم

وقت طلاست؟ (برای استفاده بهینه از عمر، برنامه‌ریزی داشته باشیم)

- ۲۱۹ نکات لازم در برنامه‌ریزی موفق
- ۲۱۹ الف) هدف زندگی
- ۲۲۲ ب) اولویت بندی
- ۲۲۲ ج) پرهیز از عجله
- ۲۲۳ د) برنامه‌ریزی واقع بینانه
- ۲۲۳ ه) فشردگی برنامه، آری یا خیر؟
- ۲۲۴ و) توجه به استراحت و نیازهای تفریحی
- ۲۲۴ ز) برنامه‌ریزی روزانه نه هفتگی و نه ماهیانه
- ۲۲۵ ح) برنامه‌ریزی مکتوب
- ۲۲۶ ط) گردنه‌های برنامه
- ۲۲۷ یک. خواب
- ۲۲۷ دو. غذا
- ۲۲۸ سه. رسانه
- ۲۲۹ چهار. نماز
- ۲۲۹ پنج. روابط عمومی
- ۲۳۳ منابع

کتاب چهارم

تاساحل آرامش

...

گرداب دروغ

نبایدهای زندگی مشترک

زندگی یادگرفتنی است.

زندگی را یاد بگیریم.

...



فهرست تاساحل آرامش/کتاب چهارم

- ۱۳ مقدمه ناشر
- ۱۵ درآمد

گام اول

سرعت مجاز (از افراط و تفریط پرهیز کنیم)

- ۲۲ الف) اقتصاد
- ۲۴ ب) عبادت
- ۲۷ ج) رفت و آمد
- ۲۸ د) پوشاک
- ۲۹ هـ) رفاقت
- ۳۱ و) محبت
- ۳۱ ز) تفریح
- ۳۲ ح) شوخی کردن
- ۳۳ ط) کار
- ۳۴ ی) بهداشت و نظافت

پرسش های شما

- ۳۹ تعصبات خانوادگی و دوران نامزدی
- ۳۹ سخنی با پدران و مادران
- ۴۰ سخنی با جوانان
- ۴۱ احیای شرایط دوران نامزدی
- ۴۳ تأثیر دوست ناباب بر همسر
- ۴۳ انتقال حساسیت، ممنوع

- ۴۴ تشدید رابطه محبت آمیز
- ۴۴ توجه به لذت های حلال
- ۴۴ تقویت فضای معنوی
- ۴۵ گفتگو
- ۴۵ دعا
- ۴۷ تعلق افراطی به دوست حتی پس از ازدواج
- ۴۷ خطر تعلقات افراطی
- ۴۸ مطلع کردن همسر از این وابستگی پیش از ازدواج
- ۴۸ ریشه این تعلقات

گام دوم

گرداب دروغ (به وادی دروغ نزدیک هم نشویم).

- ۵۹ آثار دروغ
- ۵۹ الف) از بین رفتن شخصیت و احترام
- ۶۲ ب) از بین رفتن طعم ایمان
- ۶۳ ج) انحراف از مسیر حق
- ۶۳ د) فقر
- ۶۴ سه تذکر مهم
- ۶۴ الف) راست گویی به معنای بیان همه حقایق نیست
- ۶۵ ب) دروغ، کوچک و بزرگ ندارد
- ۶۵ ج) دروغ، شوخی و جدی ندارد

پرسش های شما

- ۶۹ صداقت نداشتن همسر
- ۶۹ پذیرش هزینه صداقت
- ۷۰ توجه به رفتار اشتباه در پدید آمدن بی صداقتی
- ۷۱ جبران گذشته
- ۷۱ برداشتن هر عامل وحشت را از سر راه صداقت
- ۷۱ سپاس گذاری از خدمات های همسر

گام سوم

مرداب توهم (از مقایسه همسرمان با دیگران، دوری کنیم).

- ۷۹ پرهیز از زیاده بینی و کم بینی

پرسش‌های شما

- ۸۵ همسر مرا با دیگران مقایسه می‌کند
- ۸۵ بلای خانمان سوز مقایسه
- ۸۶ مقایسه، راه اشتباه بیان خواسته‌ها
- ۸۶ مقایسه و اعلام نارضایتی از زندگی
- ۸۶ نکات عمومی برای جلوگیری و درمان مقایسه
- ۸۷ الف) مقابله به مثل، ممنوع
- ۸۷ ب) کم نکردن از محبت و احترام
- ۸۷ ج) توجه و پاسخ‌گویی به همه نیازها
- ۸۷ د) تقویت نکته‌های مثبت دیگران در خویش

گام چهارم

تیغ سرزنش (در تنش‌های زندگی از سرزنش استفاده نکنیم).

- ۹۲ آثار سرزنش
- ۹۲ الف) ارتکاب همان مورد سرزنش
- ۹۳ ب) مایه سرزنش خدا در دنیا و آخرت
- ۹۴ ج) فروزان شدن آتش لجابت
- ۹۴ د) بی‌باک شدن برای ادامه اشتباه
- ۹۵ ه) بی‌اثر شدن سرزنش
- ۹۵ و) شعله‌ور شدن آتش کینه و دشمنی
- ۹۶ ز) ایجاد تردید
- ۹۸ بهترین عتاب، ترک عتاب
- ۹۸ بدترین سرزنش
- ۹۹ منت گذاشتن، نوعی سرزنش

پرسش‌های شما

- ۱۰۵ یک سال با همسر رفتار بدی داشتم. با عذاب وجدان، چه کنم؟
- ۱۰۵ توبه
- ۱۰۶ کسب رضایت همسر
- ۱۰۷ قدرشناسی

گام پنجم

نگاه ناخالص (در قضاوت‌هایمان سوء ظن را راه ندهیم).

- ۱۱۲ حسن ظن: تحلیل کارهای همسر به بهترین وجه ممکن

• | مقدمه ناشر

مجموعه *تاساحل آرامش*، مباحثی است که در برنامه «پرسمان تربیتی رادیو معارف»، طرح شده است. این مجموعه در بهار سال ۱۳۹۰ انتشار یافته و تا به امروز حدود پنجاه بار به دست چاپ سپرده شده است.

استقبال شما از این مجموعه، ما را بر آن داشت تا در محتوا و قالب کتاب، بازنگری کنیم. امروز در حالی مجموعه *تاساحل آرامش* را به دست گرفته‌اید که چند تغییر اساسی در آن ایجاد شده است: الف) پیش از این، *تاساحل آرامش*، در پنج کتاب منتشر می‌شد. سه جلد اول با موضوع «گام‌های موفقیت در زندگی مشترک» و جلد چهارم و پنجم، «پاسخ به پرسش‌های شما در زمینه زندگی مشترک» بود؛ اما از این پس *تاساحل آرامش*، در چهار کتاب، منتشر می‌شود. کتاب اول در باره شناخت‌های لازم در مسیر موفقیت در زندگی مشترک است. موضوع کتاب دوم و سوم «باید»‌هایی است که لازم است در مسیر موفقیت در زندگی مشترک، به کار گرفته شود. کتاب چهارم هم از «نباید»‌های زندگی مشترک سخن می‌گوید.

ب) در چاپ‌های گذشته، پرسش و پاسخ‌ها دو جلد مستقل را

به خود اختصاص داده بود؛ اما در چاپ جدید، پرسش و پاسخ‌های مربوط به هر گام، پس از پایان مباحث آن گام می‌آید.

ج) متناسب با مباحث طرح شده، متن‌هایی ادبی آمده تا علاوه بر این که لطافتی به کتاب می‌بخشد، مکملی هم برای مطالب باشد.

د) پرسش‌هایی که پس از چاپ مجموعه *تاساحل آرامش*، در برنامه «پرسمان تربیتی خانواده» از «رادیو معارف» مطرح شده و متناسب با مباحث کتاب بوده، در چاپ جدید به کتاب، افزوده شده است.

ه) برای هر کتاب از مجموعه *تاساحل آرامش*، نام مستقلی گذاشته‌ایم.

و) پیش از این، *تاساحل آرامش*، از سوی انتشارات جامعه الزهراء علیه‌السلام و با مشارکت رادیو معارف منتشر می‌شد، از این پس، این مجموعه با همکاری انتشارات «آیین فطرت» و رادیو معارف، منتشر خواهد شد.

در این جا بر خود لازم می‌دانیم از همه کسانی که در انتشار مجموعه *تاساحل آرامش*، ما را یاری کرده‌اند، کمال تشکر و قدردانی را داشته باشیم. امیدواریم خداوند، ما را در راه استحکام بنیان خانواده، یاری کند.

سامانه پیامکی (۳۰۰۰۱۵۱۵۱۰) منتظر دریافت هر گونه نظرو پیشنهاد شما درباره این کتاب می‌ماند.

انتشارات آیین فطرت

• | درآمد

دریا آرام اگر باشد، ولی فانوس دریایی روشن نباشد، در صفحه تاریک شب معلوم نیست، ساحل را پیدا کنی. در میان تلاطم موج‌ها، وقتی نگاهت به فانوس دریایی گره می‌خورد، امید در چشمانت برق می‌زند. از تلاطم نترس، این تاریکی است که وحشتناک است.

با فانوس دانایی، راه رسیدن از دریا به ساحل را پیدا کن. اگر مقصدت را درست شناسی، راه زندگی را نمی‌شود طی کرد. حیرت و سردرگمی، عاقبت کسی است که بی آن که هدف را بشناسد، راه را طی می‌کند. تو مسافر این راهی. چرا خودت را نشناخته، دل به دریا زده‌ای؟ راستی تو که تنها نیستی. همسفری هم داری. می‌شود همسفر را نشناخته، سفر را آغاز کرد؟

فانوس دانایی اگر روشن نباشد، دیگر دریا راه پیمودن نیست، گمراهی غرق شدن است. مقصد اگر خداست، در مسیر نیز همراه توست. یک دستت را روی دوش آسمان بگذار و با دست دیگری، خورشید را بگیر و نگاهت را به راه بدوز. سفر بخیر مسافر!

...

آنچه پیش روی شماست، کتاب نخست از مجموعه تاساحل آرامش است. ما در این کتاب، از شناخت‌هایی سخن گفته‌ایم که بدون آن نمی‌شود مسیر زندگی مشترک را طی کرد.

پیش از آغاز گام‌ها از اهمیت یادگیری و عمل کردن به قواعد زندگی مشترک سخن گفته‌ایم تا کسی گمان نکند یادگیری و عمل به این قواعد، در حاشیه زندگی انسان قرار دارد. کسی که قواعد زندگی مشترک را در متن دغدغه‌های خود قرار نمی‌دهد، معلوم است با جایگاه این قواعد در مسیر زندگی خود آشنا نیست. پس از این، در گام اول به سراغ هدف رفته و از شناختن مقصد، حرف زده‌ایم. ضرورت شناخت هدف، در تعیین مسیر زندگی به قدری روشن است که نیازی به توضیح در این مقدمه ندارد.

در گام دوم، در باره نشانه موفقیت در زندگی مشترک، بحث کرده‌ایم. وقتی ما سنگ محکی برای موفقیت خود در زندگی مشترک نداشته باشیم، چه بسا شکست‌هایمان را موفقیت پنداشته و موفقیت‌هایمان را شکست بدانیم.

جهت زندگی ما را تصمیم‌هایی معین می‌کند که هر ساعت و هر روز، منتظر اراده‌های ما هستند. برخی از ملاک‌های ما برای تصمیم‌گیری، زندگی را از هدف خود دور می‌کند. در گام سوم، در باره ملاک‌های درست و نادرست تصمیم‌گیری سخن گفته‌ایم.

زن و مرد در آفرینش تفاوت‌هایی دارند. تفاوت در آفرینش، به جهت وظایفی است که خالق انسان بر دوش مرد یا زن گذاشته است. کسی که در مسیر زندگی به ویژگی‌های جسمی و روحی خود توجه نمی‌کند، نمی‌تواند به هدف آفرینش خویش برسد. گام

چهارم خود را موظف می‌داند جایگاه زن و مرد را به ما معرفی کند تا براساس آن، وظایف خود را در مسیر آفرینش خویش تشخیص دهیم.

ما اگر از روحيات همسرمان با خبر نباشیم، چه بسا در ارتباط با او از رفتارهایی سر بزند که در روابطمان مشکلات بسیاری را تولید کند. گام پنجم به ما می‌گوید که چگونه با روحيات نوعی و شخصی همسرمان آشنا شویم تا در رابطه با او دچار مشکل نشویم.

کسی که شناخت صحیحی از عیب‌های خویش ندارد، نمی‌تواند مسیر زندگی را با همسر خود به خوبی طی کند. شناخت عیب‌ها، یکی از اصلی‌ترین مراحل شناخت خویش است. موضوع گام ششم نیز لزوم شناخت عیب‌های خویش است.

زندگی، راه پریچ و خمی است که نمی‌شود آن را به تنهایی طی کرد. باید از عقل انسان‌های دنیا دیده و باتجربه برای عبور از تنگناها و راه‌های صعب العبور، استفاده کرد. مشاوره، ضمیمه کردن عقل‌های دیگران به عقل خویش است. ما در گام هفتم از اصول صحیح مشاوره و ویژگی‌های یک مشاور دینی سخن گفته‌ایم.

«فانوس دانایی» به همراه خود ضمیمه‌ای ادبی هم دارد. «دندان این طمع، از جنس الماس است، آن را نمی‌کنم» نام ضمیمه ادبی این کتاب است. ما توصیه می‌کنیم، پس از مطالعه این کتاب، حتماً به سراغ ضمیمه ادبی آن هم بروید. حال و هوایی که ضمیمه ادبی در وجودتان ایجاد می‌کند، سرمایه خوبی برای عمل کردن به مطالبی است که در این کتاب می‌خوانید.

امید است با روشن شدن چراغ دانایی، زندگی ما از بند تاریکی
رها شود تا زندگی مشترک ما، مسیری شود برای پیمودن راه خود
تا خدا.

قم، شهر بانوی کرامت

تیرماه ۱۳۹۴

محسن عباسی ولدی