

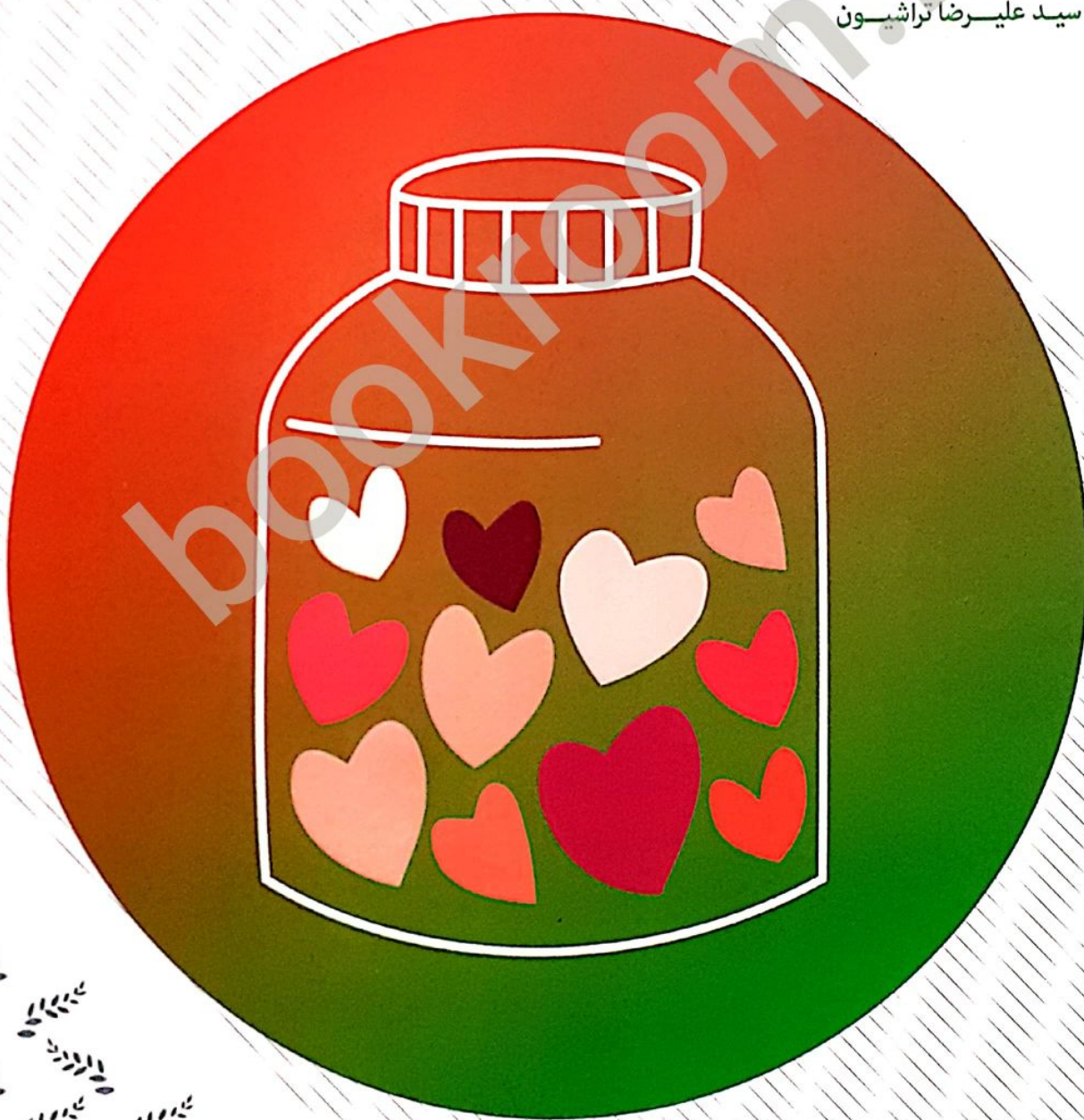


نشر معارف

محرمانه‌های زنانه

رازهای زندگی زن موفق
با رویکرد دینی و تربیتی

سید علی‌رضا تراش‌شون





نشر معارف

*

محرمانه‌های زنان

رازهای زندگی زنِ موفق
با رویکرد دینی و تربیتی

*

سیدعلیرضا تراشیون



*

تقدیم به ...

همه بانوان اثرگذار طول تاریخ خصوصاً حضرت آمنه علیها السلام،
حضرت خدیجه علیها السلام، حضرت فاطمه بنت اسد علیها السلام، حضرت زهرا
مرضیه علیها السلام، حضرت زینب علیها السلام، حضرت ام البنین علیها السلام تا مادران
شهدای انقلاب اسلامی، هاجر آغا خانم خوانساری مادر امام
خمینی رحمته الله و خانم خدیجه میردامادی مادر امام خامنه‌ای رحمته الله؛
و امیدوارم ثواب و بهره خواندن این اثر، سهم همه کسانی گردد
که در موفقیت‌های این حقیر تأثیرگذار بودند خصوصاً مادر خوبم
و همسر عزیزم؛

و در آخریادی نمایم از خواهر مهربانم، آرزو سادات تراشیون
و برادرزاده خوبم، زهرا سادات تراشیون که در فراق آنان روزگار
می‌گذرانم.

*

*

فهرست

مقدمه		۱۱
۱. زدی ضربتی، «شربتتی» نوش کن!		۱۳
۲. بنویسید «عیب»، بخوانید «تیر غیب»		۱۴
۳. دلسردی؛ پس لرزه اظهار پشیمانی		۱۶
۴. دستور زبان «تعامل»		۱۹
۵. گفت وگوی محترمانه، مبادله هوشمندانه		۲۰
۶. سم پاشی رابطه با آفت «تعصب»		۲۱
۷. راه حلی که به خانه رواست، به بیرون حرام است		۲۴
۸. رفیق «تمام» راه باشید		۲۷
۹. صداقت؛ صدقه سلامتی زندگی		۲۸
۱۰. رضایت همسر؛ بهترین راه بهشت		۳۱
۱۱. ابزار عاطفه در جعبه دل جویی		۳۳
۱۲. روابط زناشویی شوخی نیست		۳۵
دلایل اصلی انحراف در مردان		۳۵
الف. در محیط‌های آلوده رفت و آمد دارند		۳۵
ب. مردهای ساده لوح، زود گول می‌خورند		۳۶
ج. برخی زنان بی‌عرضه‌اند		۳۷

۱۳. حواستان به این طرف و آن طرف بام باشد	۳۸
۱۴. لطفاً روی صندلی خودتان بنشینید!	۳۸
۱۵. گاهی «منِ او» باشید	۴۰
علت تفاوت‌ها در هوش، استعداد، توان و... چیست؟	۴۱
۱۶. عطف‌فروشی زندگی‌تان باشید	۴۳
برخی از رفتارهای الگویی عبارتند از	۴۵
الف. در حوزه مسائل دینی الگو باشیم	۴۵
ب. رفتارهای الگویی در مسائل اخلاقی داشته باشیم	۴۵
ج. در مسائل فرهنگی الگو باشیم	۴۵
۱۷. سرباز وظیفه‌های خودتان باشید	۴۶
وظایفی که درون منزل بر عهده زن خانواده است عبارتند از	۴۷
الف. تربیت فرزندان	۴۷
ب. وظیفه همسررداری	۴۷
۱۸. «حسن مسئولیت» مهم است، نه ژست آن	۴۸
۱۹. قدرشناس باشید؛ زندگی به کام خوش بین هاست	۵۰
الف. فرد خوبی‌ها را می‌بیند	۵۱
ب. نتیجه دیدن خوبی‌ها، خوش بینی است	۵۱
۲۰. قوت هر تصمیمی به مشورت است	۵۲
۲۱. بهداشت روانی همسران را تأمین کنید	۵۴
مشکلاتی که در اثر رعایت نکردن بهداشت روانی به وجود می‌آید	۵۵
الف. افزایش افسردگی و گوشه‌گیری	۵۵
ب. افزایش پرخاشگری	۵۶
ج. قهر زیاد	۵۶
برای تحقق و ایجاد بهداشت روانی در خانواده چه باید کرد	۵۶
الف. تعامل بیشتر بین افراد خانواده	۵۶
ب. تفکر مثبت داشتن در خانواده	۵۷
ج. توجه به نیازهای همدیگر	۵۸
۲۲. باید بود و نبودتان در خانه فرق کند	۵۸
۲۳. پای‌بندی به مثلث دین، اخلاق و خانواده	۵۹
۲۴. قهر نکنید، بی‌عرضه می‌شوید!	۶۳
معمولاً در قهرها دو اتفاق رخ می‌دهد	۶۴

۲۵. «مهربانی» از جنس آهن ربا	۶۵
۲۶. «او» همین است و «تو» همانی	۶۹
۲۷. تأثیر صحبت در صحت روابط	۷۴
۲۸. پیشرفت تو؛ افتخار من	۷۶
۲۹. فرصت‌ها را از دست ندهید	۷۷
۳۰. هرگوشی شنو نیست	۷۹
مهارت‌های لازم برای خوب شنیدن	۸۰
۳۱. سبب مشکلات را کوچک کنید	۸۶
۳۲. هرچی آقامون بگه	۸۷
۳۳. تزیین تقسیم کار با رنگ عدالت	۹۰
۳۴. رفتار شما، نگهبان مرز محرم و نامحرم است	۹۱
۳۵. هرچه می‌خواهد دل تنگت بنویس!	۹۷
۳۶. بگذرید و بگذرانید	۹۹
۳۷. بالحن و لفظ خوب، دهانتان را شیرین کنید	۱۰۰
۳۸. نه کم، نه زیاد: توقع باید متعادل باشد	۱۰۲
۳۹. داد و بیداد ممنوع!	۱۰۳
راه‌های ایجاد آرامش:	۱۰۴
۴۰. حکایت‌های زن و خانواده شوهر	۱۰۹
خلاصه رازهای زندگی زن موفق	۱۱۱
کتاب‌نامه	۱۱۹

مقدمه |

یکی از دغدغه‌های همیشگی و مهم در زندگی خانوادگی این است که گاهی زن و مرد جایگاه خود را فراموش می‌کنند؛ بدین معنا که برخی زنان در جایگاه زن، و گروهی از مردان در جایگاه مرد، در خانه به ایفای نقش نمی‌پردازند. سبک زندگی امیرالمؤمنین علیه السلام و فاطمه زهرا علیها السلام نشان می‌دهد که زهرای مرضیه علیها السلام در زندگی‌شان در جایگاه یک بانوی خانه و امیرالمؤمنین علیه السلام در جایگاه یک مرد و شوهر قرار داشتند؛ در حالی که امروزه بسیاری از زنان، به جای این‌که زن باشند و نقش زنانگی و همسری خود را به خوبی ایفا کنند، دچار تناقض رفتاری شده و مثلاً برای شوهر خود نقش مادر را ایفا می‌کنند؛ در واقع نسبت به شأن و جایگاه خود آگاهی کافی ندارند. مهم‌ترین علت بروز این مشکل آن است که سبک و روش زن بودن را در جایی نیاموخته‌اند و بنابراین، در زندگی خانوادگی و در ارتباط با شوهر و فرزندان با مشکلات فراوانی مواجه می‌شوند. امروزه رشد علمی جامعه روز به روز در حال افزایش است و دختران تمایل بسیاری به گذراندن مدارج بالای علمی دارند، ولی در هیچ‌یک از این آموزشگاه‌ها - چه در دبیرستان و چه در دانشگاه -



جایگاه زن برای آنان به خوبی و درستی تبیین و تشریح نمی‌شود. بر این اساس، با توجه به خلأ موجود و آگاهی بخشی به دختران و زنان در جامعه بر آن شدیم تا در این کتاب به بیان نکات و راه کارهای لازم برای ارائه یک زن نمونه و موفق بپردازیم. بنابراین اگر زن بخواند در جایگاه اصلی اش قرار گیرد و نقشش را در جامعه و به خصوص خانواده به خوبی ایفا کند، باید نکات و مؤلفه‌هایی را در زندگی رعایت کرده، آن‌ها را به کار ببندد. در این کتاب تلاش کردیم تا محرمانه‌های زنانه را در قالب چهل نکته از رازهای زندگی زن موفق، با بهره‌گیری از آیات و روایات معصومین علیهم‌السلام تبیین کنیم و در اختیار مخاطبان عزیزمان قرار دهیم.

امروزه بسیاری از زنان، به جای اینکه زن باشند و نقش زنانگی و همسری خود را به خوبی ایفا کنند، دچار خطا می شوند و نسبت به شأن و جایگاه خود آگاهی کافی ندارند. مهمترین علت بروز این مشکل آن است که سبک و روش زن بودن را در جایی نیاموخته اند و بنابراین، در زندگی خانوادگی و در ارتباط با شوهر و فرزندان با مشکلات فراوانی مواجه می شوند. در هیچ یک از آموزشگاه ها، چه در دبیرستان و چه در دانشگاه، جایگاه زن برای آنان به خوبی و درستی تبیین و تشریح نمی شود. براین اساس، با توجه به خلأ موجود و آگاهی بخشی به دختران و زنان در جامعه برآن شدیم تا در این کتاب به بیان نکات و راه کارهای لازم برای ارائه به یک زن نمونه و موفق پردازیم. «محرمانه های زنانه» روش زن بودن به معنی درست و رسیدن به جایگاه اصلی زن را ترسیم می کند. در این کتاب تلاش کردیم تا چهل نکته از رازهای زندگی زن موفق را با بهره گیری از آیات و روایات معصومین علیهم السلام تبیین کنیم و در اختیار مخاطبان عزیزمان قرار دهیم.



نشر معارف

قیمت: ۳۵۰۰۰ تومان



9 786004 413688