

ازدواج سازنده

اثر: جودیت ویورست

مترجم: میترا مینوئی

Viorst, Judith

ویورست، جودیت

ازدواج سازنده / اثر جودیت ویورست؛ مترجم میترا مینوئی. —

تهران: پرشکوه، ۱۳۸۳.

۲۱۶ ص.

ISBN: 964-7386-55-9: ۲۰۰۰ ریال

Grown - up marriage: what we know, wish, we had عنوان اصلی:

known, and still need to know about being married, c2003.

فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیپا.

۱. زناشویی. ۲. روابط زن و مرد. الف. مینوئی، میترا، مترجم.

ب. عنوان.

۳۰۶ / ۸۱

HQ ۷۳۴ / ۹

الف ۹ و

۱۳۸۳

م ۸۳-۴۱۲۳۵

کتابخانه ملی ایران

شناسنامه کتاب

نام کتاب:	ازدواج سازنده
نویسنده:	جودیت ویورست
ترجمه:	میترا مینوئی
بازخوانی و تصحیح:	عباس دهقانیان
ویراستار:	نکته امان‌الله ترجمان
طرح جلد و خوشنویسی عباس دهقانیان	
حروفچینی:	نشر پرشکوه
لیتوگرافی:	خاتم
چاپ:	خورشید
صحافی:	نوگر
تیراژ:	۳۶۰۰ جلد
چاپ اول:	۱۳۸۴
قیمت:	۲۰۰۰ تومان
شابک:	۹۶۴-۷۳۸۶-۵۵-۹

ک ای. بی. ان. = E.A.N: ۹۷۸۹۶۴۷۳۸۶۵۵۵

نشر: انتشارات پرشکوه - تهران - خیابان کریمخان زند - خیابان سنغلی -

کوچه چهارم - پلاک ۸ طبقه دوم

تلفن: ۸۳۳۷۷۲۵ - ۸۳۳۷۷۳۶

تلفن فاکس: ۸۳۰۷۵۱۵

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	پیشگفتار
	مقدمه
الف	
۱	چرا ازدواج می‌کنیم؟
۱۴	شگفتیهای اولیه ازدواج
۲۸	ازدواج و خانواده‌های وابسته
۴۷	تولد فرزندان و تغییر زندگی
۶۷	زندگی روزمره و عادی زناشویی
۸۶	رقابت بین زن و شوهر
۱۰۳	ستیز، ساختن، سازش
۱۲۲	طلاق
۱۴۴	ازدواج مجدد
۱۶۳	پا به پای هم پیر شدن
۱۸۲	کنار یکدیگر ماندن
۱۹۱	کتابنامه

مقدمه

اگر چه ازدواج برای افراد بالغ است اما تعداد اندکی از ما برای ازدواج به رشد کافی رسیده‌ایم. برای رسیدن به رشد و بلوغ فکری به منظور تشکیل یک زندگی موفق، به گذشت زمانی طولانی، شاید هم تمام طول عمر احتیاج داریم.

ازدواج از یک طرف می‌تواند یک ارتباط رنجش‌آمیز و از طرف دیگر شروعی برای رشد و تکامل باشد. علی‌رغم وجود رنجش‌ها و نیازها و پیچیدگیهای زندگی روزمره زناشویی، می‌توان یک زندگی موفق و آرام تشکیل داد.

در یک ازدواج تکامل یافته متوجه می‌شویم که ما معلم، والدین، کنترل‌کننده یا طراح بهسازی محیط خانه یکدیگر نیستیم.

یک ازدواج سازنده به ما قدرت پیدا کردن تعادل بین استقلال و وابستگی را می‌دهد.

در یک ازدواج سازنده کم‌کم از محدودیتها و تقایص یکدیگر شناخت پیدا می‌کنیم.

یک ازدواج تکامل یافته مانند امتحان درسی نیست که نمره منظور شده برای آن را با صدای بلند اعلام کنیم. در یک ازدواج موفق تشخیص می‌دهیم لزوماً نباید همیشه عاشق یکدیگر باشیم ولی ما را قادر می‌کند زمانیکه به یکدیگر عشق نمی‌ورزیم درنگ کرده و پس از چندی به وضعیت اولیه برگردیم.

یک ازدواج سازنده ترکیبی از صداقت و احترام است.

در یک ازدواج تکامل یافته می‌توان به راحتی در مواقعی که اشتباه می‌کنیم معذرت‌خواهی کنیم و زمانی که حق با ما است کینه و بغضی به دل راه ندهیم. همچنین توانایی قبول عذرخواهی را نیز داشته باشیم.

در یک ازدواج سازنده، مفهوم خنده فراتر از پشیمانی است.

در یک ازدواج سازنده یاد گرفته‌ایم ببخشیم و فراموش کنیم؛ البته شاید نه فراموش کردن بلکه بخشیدن.

در یک ازدواج تکامل یافته می‌دانیم چگونه با یکدیگر ارتباط برقرار کنیم، گاهی سکوت، تنها و بهترین راه برای برقراری ارتباط است.

ازدواج موفق به ما هویت حقیقی نخواهد داد و یا ما را از غم و اندوه زندگی رها نخواهد کرد و یا حتی ما را برای همیشه از تنهایی نجات نخواهد داد.

این کتابی است در مورد امکانات و مشکلاتی که در یک ازدواج حقیقی و ناآرام وجود دارد.

کتابی است که به گفته یکی از دوستان متأهلم در مورد پیوند عجیب، دشوار، گیج‌کننده و پر مسأله و پیچیده زندگی مشترک صحبت می‌کند.

کتابی است در مورد پیروزی، پیروزی در ایجاد و نگهداری یک زندگی مشترک که نهایتاً منجر به ازدواجی موفق می‌شود.

کتابی است برای داشتن یک ازدواج موفق.

کتاب را برای زوج‌هایی نوشته‌ام که با وجود صدمه زدن، خشمگین کردن و ناامید کردن یکدیگر می‌خواهند کنار یکدیگر بمانند و زندگی کنند.

برای کسانی است که تازه ازدواج کرده و یا مانند من سال‌های سال است متأهل شده‌اند.

با زوجها و در مورد زوج‌هایی صحبت می‌کنم که از طبقه متوسط جامعه هستند چون بهتر و بیشتر با وضعیت آنها آشنایی دارم.

با زوج‌هایی صحبت می‌کنم که می‌دانند ازدواج به ندرت در بهشت بوجود آمده بلکه گاهی اوقات چند فصل در جهنم هم دارد.

زمانی که زن و مرد بتوانند ازدواج را به راه درست سوق دهند، ایجاد یک ازدواج سازنده ارزش قسمت جهنمی آن را دارد.

در آماده کردن این کتاب، مرز بین توقع و حقیقت را در نظر گرفته‌ام. مواردی را که در طول مسیر حرکت‌مان در زندگی مشترک از آغاز آن یعنی از «بله گفتن» تا «مرگ ما را از هم جدا کند»، با آنها در کشمکش هستیم، مورد بررسی قرار داده‌ام.

اگر گاهی اوقات ازدواج را خنده‌دار می‌یابم برای آن است که اتفاقات مربوط به آن بیشتر مضحک است تا مهم.

و اگر در این زمانه که آمار طلاق بالا است من به ازدواج دیدی مثبت دارم بدین دلیل است که حقیقتاً این چنین فکر می‌کنم.

من در این کتاب، چهل و اندی سال ازدواج خودم، مصاحبه با زنان و مردان در مراحل مختلف زندگی مشترکشان، موارد تهیه شده توسط چند روانپزشک از مشکلات زنان و مردان متأهل و دانشی را که در کار با روانشناسان، رساله‌نویسان، شاعران و رمان‌نویسان بر روی صحنه یا فیلم پیدا کرده‌ام را به تصویر کشیده‌ام.

این کتاب هسته اصلی تمام آن چیزی است که به عنوان یک زن متأهل در مورد آن فکر کرده و نوشته‌ام. برای رسیدن به رشد و بلوغ فکری به منظور ایجاد یک ازدواج سازنده، این کتاب مجموعه‌ای است از آنچه که می‌دانیم، و یا ای کاش می‌دانستیم! و یا هنوز احتیاج داریم که بدانیم.

جودیت ویورست