

همسران عاشق یکدیگرند؛ اگر...

سیده فاطمه مظلوم



سرشناسه	: مظلوم، سیده فاطمه، ۱۳۴۵ -
عنوان و نام پدیدآور	: همسران عاشق یکدیگرند؛ اگر... / سیده فاطمه مظلوم .
مشخصات نشر	: مشهد: چشمه سخن، ۱۳۹۶ .
مشخصات ظاهری	: ۲۱۶ ص.
شابک	: ۸۰۰۰۰ ریال ۷-۹-۹۶۶۳۸-۹۷۸-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: روابط زن و مرد -- جنبه های مذهبی -- اسلام
موضوع	: Man - woman relationships -- Religious aspects -- Islam
موضوع	: زنان -- راه و رسم زندگی
موضوع	: Women -- Conduct of life
بندی کنگره	: BP۲۳۰/۱۷/م۶۴۵۸ ۱۳۹۵
رده بندی دیویی	: ۲۹۷/۶۳۶
شماره ثبت کتابخانه	: ۴۵۲۴۵۳۴



نام کتاب:	همسران عاشق یکدیگرند؛ اگر...
مؤلف:	سیده فاطمه مظلوم
ناشر:	چشمه سخن
چاپ و صحافی:	مؤسسه مؤلف
ویراستاری و امور هنری:	واحد امور فنی و هنری 'شاه' چشمه سخن
نوبت چاپ:	اول - بهار ۱۳۹۶
تیراژ:	۱۰۰۰
قیمت:	۸۰۰۰ تومان
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۷۹۶۶۳۸-۹-۷
رایانامه:	cheshme.sokhan@gmail.com
شماره تماس:	۰۹۱۵۵۰۵۸۹۲۶
ارتباط با ناشر:	۰۹۰۳۴۱۴۳۰۴۵

حق چاپ محفوظ و مخصوص مؤلف است.

فهرست مطالب

درآمد ۱۷

اشاره ۱۹

فصل اول زبان عشق را دانند؛ اگر... ۲۱

عشق به همسر، سه پیاپی زن ۲۳

عشق به همسر و افزایش ایمان ۲۴

مهربانی با همسر ۲۵

انرژی محبت، حق مسلم زن ۲۶

راه کارهای افزایش محبت ۲۷

زبان های جبران ناپذیر ۲۹

معجزه زبان ۳۰

راز افزایش عمر ۳۱

مدارا با همسر ۳۲

احترام به همسر ۳۴

راز شاد کردن ۳۵

تأمین رفاه و آسایش خانواده ۳۷

توجه ویژه به خوراک و پوشاک ۴۰

توجه به غذای معنوی خانواده ۴۱

۴۳	دشمن خوشبختی
۴۴	اقتدار به چه قیمت!
۴۶	آزار و خشونت ممنوع
۴۹	توجه به لطافت گل
۴۹	آقایان و مهارت‌های زندگی شیرین

فصل دوم: مردان عاشق زنانند؛ اگر... ۵۳

۵۵	بهادیرین و پروازگونه
۵۶	اشتیاق به ...هاد
۵۸	وجود بهشت گونه
۶۰	بهشت خهاد
۶۱	گام‌های مهم اطاعت
۶۱	گام اول؛ هماهنگی برای پیرهن رفتن
۶۳	نشان عشق
۶۴	فرار از گناه
۶۴	راز ارتباط همیشگی
۶۵	گام دوم؛ موافقت اجمالی با خواسته‌های زنی ...مس
۶۶	رازهای اقتدارطلبی مردان
۶۷	ضرورت خدامحوری در مدیریت خانواده
۶۸	رنج شیرین
۶۸	تثبیت اقتدار
۷۰	خوشبختی پایان ناپذیر
۷۱	تحقق همه خواسته‌های خانم‌ها
۷۱	خط قرمز اطاعت
۷۲	هشدار تکان دهنده
۷۲	اهمیت فوق تصور

۷۳	گام سوم؛ موافقت و همراهی
۷۳	پربرکت‌ترین زمان‌ها
۷۴	بازتاب بی‌ذوقی
۷۵	ادعای استقلال
۷۵	رازهای جالب اطاعت
۷۶	راز اول؛ پرواز معنوی
۷۸	تشیقات خانمان‌سوز
۷۹	دوری وجدان
۷۹	راز دوم؛ شکوفایی استعدادها
۸۱	آسیب‌ها در سال اول
۸۳	الگوی پیش‌بینی‌ناپذیر
۸۳	راز سوم؛ دوام محبت
۸۵	زن آرمانی
۸۷	راز چهارم؛ جلب اعتماد مردان
۸۸	خواسته‌های آزمایشی
۹۰	خطر قطع رابطه
۹۱	راز پنجم؛ خلع سلاح کردن مردان بد اخلاق
۹۳	وجود تو بهشت خانه‌تو است
۹۴	خانم‌ها و مهارت‌های زندگی شیرین

۹۲ فصل سوم: آسیب‌های زندگی شیرین

۹۹	آسیب اول؛ پاسخ ندادن به نیازهای جنسی
۱۰۰	ازدواج و کمال روح
۱۰۰	توجه به نیازهای جنسی مرد
۱۰۱	راز خشونت، بی‌مهری و طلاق
۱۰۲	توجه به نیازهای جنسی زن

- ۱۰۳..... آسیب دوم؛ جزو بحث
- ۱۰۴..... خط قرمز جزو بحث
- ۱۰۵..... استدلال بی فایده
- ۱۰۶..... آتش گیره غضب و عصبانیت
- ۱۰۶..... جلوه گاه منیت
- ۱۰۷..... آسیب سوم؛ قهر کردن
- ۱۰۷..... حرمت شرعی
- ۱۰۸..... وش دارو پس از مرگ سهراب
- ۱۰۸..... امهات بارست
- ۱۰۹..... آسیب چهارم؛ دزد و فساد
- ۱۰۹..... صبر بزرگوار
- ۱۱۰..... سکوت بازدارند
- ۱۱۰..... راز بی اراده شدن بعضی مردان
- ۱۱۱..... داد و فریاد به چه قیمت؟
- ۱۱۱..... آسیب پنجم؛ مغرور بودن و عذرخواه کردن
- ۱۱۲..... اشتباه مداوم
- ۱۱۲..... جبران اشتباه
- ۱۱۲..... آسیب ششم؛ نپذیرفتن عذر همسر
- ۱۱۳..... راز پذیرش عذر
- ۱۱۴..... آسیب هفتم؛ دستور دادن
- ۱۱۵..... باز خورد منفی
- ۱۱۵..... راه کار کسب ملکات اخلاقی
- ۱۱۶..... آسیب هشتم؛ بهانه تراشی
- ۱۱۶..... چشم پوشی همسران
- ۱۱۷..... بهترین درمان

- ۱۱۷..... آسیب نهم؛ گله مندی
 ۱۱۸..... فراری شدن مرد
 ۱۱۸..... بهترین راه کار
 ۱۱۹..... خطرناک ترین گونه
 ۱۱۹..... آسیب دهم؛ ایرادگیری
 ۱۲۰..... راز تأثیر انتقاد
 ۱۲۲..... داورى و تلاش منصفانه
 ۱۲۲..... انتقاد آزارنده
 ۱۲۳..... غفایت در مانع
 ۱۲۴..... آداب و عرومانگی انتقاد
 ۱۲۶..... آسیب یازدهم؛ تند خویی
 ۱۲۶..... مدیریت خشم
 ۱۲۷..... خشم و تزلزل خانوا ه
 ۱۲۸..... خطرناک ترین پاسخ
 ۱۲۹..... قدرت مندترین شفیع
 ۱۳۰..... آسیب دوازدهم؛ انتقام گیری
 ۱۳۰..... خط قرمز انتقام
 ۱۳۱..... تلخ شدن خوبی ها
 ۱۳۱..... آسیب سیزدهم؛ منت گذاری
 ۱۳۲..... بدترین منت
 ۱۳۲..... مصادیق منت
 ۱۳۳..... بزنگاه منت گذاری
 ۱۳۳..... آسیب چهاردهم؛ طلب کردن حق
 ۱۳۳..... خطر تضییع حق همسر
 ۱۳۴..... آسیب پانزدهم؛ بدبینی

- ۱۳۵.....تعویض عینک
- ۱۳۵.....بدبینی دخالت‌آمیز
- ۱۳۶.....خطر بی‌مسئولیت شدن مردان
- ۱۳۶.....آسیب شانزدهم؛ عجله کردن
- ۱۳۷.....راز موفقیت
- ۱۳۷.....دشمن آسایش
- ۱۳۸.....رمان ستاب‌زدگی
- ۱۳۸.....بهترین درمان اضطراب
- ۱۳۹.....آسیب نهم؛ حد باد
- ۱۳۹.....ایجاد ساد
- ۱۴۰.....درمان حسد
- ۱۴۰.....آسیب هجدهم؛ زود رنجی
- ۱۴۱.....درمان زود رنجی
- ۱۴۱.....یادآوری گناهان
- ۱۴۲.....آسیب نوزدهم؛ کینه‌ورزی
- ۱۴۲.....بزرگترین خطر
- ۱۴۲.....مردم‌آزاری خاموش
- ۱۴۳.....زیان‌های جسمی
- ۱۴۳.....نگه داشتن گلوله در قلب
- ۱۴۲.....زیان‌بارترین کینه‌ها
- ۱۴۲.....بهترین راه درمان
- ۱۴۴.....آسیب بیستم؛ ناسازگاری
- ۱۴۵.....مفهوم سازگاری
- ۱۴۶.....فرایند سازگاری
- ۱۴۷.....آسیب بیست و یکم؛ دروغ گفتن

- ۱۴۸..... دروغ و تزلزل خانواده
 ۱۴۹..... مصالح حقیقی
 ۱۴۹..... آسیب بیست و دوم؛ پنهان کاری
 ۱۵۰..... راه‌های اعتمادسازی
 ۱۵۰..... شناخت بیشتر و گفت‌وگو
 ۱۵۱..... پرهیز از کنجکاوی‌های نادرست
 ۱۵۱..... خوب گوش دادن
 ۱۵۱..... خسارت سنگین پنهان کاری
 ۱۵۲..... مسائل حاشیه‌ای و ارتباط برانگیز
 ۱۵۲..... آسیب بیست و سوم؛ ارتباط با نامحرم
 ۱۵۴..... ارتباط نادرست
 ۱۵۴..... ارتباط فاجعه‌آمیز
 ۱۵۵..... غیرت و عشق به حرم
 ۱۵۷..... حساسیت یا غیرت بی جا
 ۱۵۷..... آسیب بیست و چهارم؛ رازدار نبودن
 ۱۵۸..... خطر بی‌اعتمادی
 ۱۵۹..... آسیب بیست و پنجم؛ فحاشی و اهانت
 ۱۵۹..... فاجعه بی‌احترامی به مؤمن
 ۱۶۰..... رقابت خانمان سوز!
 ۱۶۰..... توهین به شریک زندگی!
 ۱۶۱..... کفاره گناهان
 ۱۶۲..... رازها و برکات سکوت
 ۱۶۳..... اهانت به خود
 ۱۶۴..... آسیب بیست و ششم؛ کاربرد جمله‌ها و واژه‌های توهین‌آمیز
 ۱۶۴..... عادت به تکرار واژه‌های توهین‌آمیز

- ۱۶۴..... زیان‌های این عادت
- ۱۶۵..... کاربرد صفات منفی و سلبی
- ۱۶۶..... جادوی واژه‌ها
- ۱۶۶..... آسیب بیست و هفتم؛ بی‌احترامی به همسر
- ۱۶۷..... افتخارآمیزترین مسابقه
- ۱۶۷..... مثلث طلایی صمیمیت
- ۱۶۸..... بهترین هدیه
- ۱۶۹..... آسیب بیست و هشتم؛ شوخی‌های توهین‌آمیز
- ۱۶۹..... خطرات درین‌ها شوخی
- ۱۷۰..... بهترین راه کار
- ۱۷۱..... هنر شوخی و نش‌ط‌آوری
- ۱۷۱..... آسیب بیست و نهم؛ بوهب به خانواده همسر
- ۱۷۲..... تهدید آرامش
- ۱۷۲..... خطر سوءاستفاده
- ۱۷۳..... نتیجه معکوس
- ۱۷۳..... آسیب سی‌ام؛ اهانت به احساسات و دل‌بستگی
- ۱۷۴..... خودخواهی عجیب
- ۱۷۴..... معجزه تشویق
- ۱۷۵..... پیشنهاد جایگزین‌های خوب
- ۱۷۵..... آسیب سی و یکم؛ عادات مزاحم
- ۱۷۶..... یک اقدام آموزنده
- ۱۷۶..... راه‌کار تحمل عادات
- ۱۷۷..... آسیب سی و دوم؛ راحت‌طلبی افراطی
- ۱۷۸..... ترجیح ناخوش‌آیند
- ۱۷۸..... واکنش منفی

۱۷۹	آسیب سی و سوم؛ بی توجهی و بی مهری
۱۷۹	عدم ترجیح فرزندان
۱۸۰	نقش فرزندان در تحکیم خانواده
۱۸۰	روابط عشق آمیز
۱۸۱	توجه و صمیمیت
۱۸۲	آسیب سی و چهارم؛ ترک تنوع در پوشش و آرایش
۱۸۲	زینت و آرایش
۱۸۳	مبارزه با فساد جامعه
۱۸۴	ترجیح سینه به سر
۱۸۴	نیاز زن به راستگ، شوهر
۱۸۵	راز اصرار به آسیمی مرد
۱۸۶	آسیب سی و پنجم، جای سالمی از همسران
۱۸۶	تفریح بدون همسر
۱۸۷	استقبال و بدرقه
۱۸۸	مدیریت زمان و برنامه ریزی دقیقه
۱۸۹	فضیلت وقت گذاشتن برای خانواده
۱۹۱	آسیب سی و ششم؛ کم کاری یکی از همسران
۱۹۱	کارهای دشوار و غیر ضروری
۱۹۲	پاداش های شگفت انگیز برای زنان
۱۹۳	مشارکت داوطلبانه
۱۹۳	پذیرش همکاری
۱۹۴	رویکرد طلبکارانه، هرگز!
۱۹۵	راز عجیب کمک کردن به همسر
۱۹۶	پاداش های شگفت انگیز برای مردان
۱۹۹	آسیب سی و هفتم؛ اظهار بیماری و افسردگی

کسالت و افسردگی	۱۹۹
بهترین درمان	۲۰۰
آسیب سی و هشتم؛ سبقت در تجملات	۲۰۰
خودداری از کارهای اختلاف برانگیز	۲۰۱
آسیب سی و نهم؛ اسراف	۲۰۲
قناعت، فضیلت بزرگان	۲۰۳
اسراف و تزلزل بنیان خانواده	۲۰۴
آب چهلیم؛ کفران نعمت	۲۰۶
کفران حمیم و جلب آرامش	۲۰۶
بهترین نمای درمان	۲۰۷
ناسپاسی و برابر اندازها	۲۰۷
معجزه قدردانی در تکیه خانواده	۲۰۸
کتاب نامه	۲۱۱

درآمد

این کتاب، روشی است درباره راه‌های دست‌یابی به زندگی عاشقانه، تفاهم کامل و بیان ریاضیاتی همسان با بهره‌گیری از سبک زندگی اسلامی.

روش تحقیق کاملاً مبتنی بر آیات شریفه قرآن کریم، روایات نورانی و سیره مبارکه ه. ص. (علیهم السلام) و استفاده از منابع مرتبط با موضوع بحث.

رویکرد نگارنده ارائه خدمتی کوچک به زوج‌های جوان در جهت حل مشکلات و شیرین و دلپذیرتر شدن زندگی و ارتقاء رشد معنوی آن‌ها است. از خوانندگان عزیز انتظار می‌رود که از هرگز نه پیش داوری قبل از مطالعه کامل این کتاب بهره‌مند و مطمئن باشند که به کاربدهای انسانی ساز و نجات‌بخش اسلام عزیز، آرامش و خوشبختی اهل عالم رهنه‌مین می‌کند. امیدوارم شما فرهیختگان، پس از آزمودن این راه‌کارها و چشیدن نتیجه شیرین آن‌ها، در نشر این حقایق ارزشمند بکوشید و جوانان عزیز را در دست‌یابی به زندگی شیرین و معنوی یاری کنید.

مطالب این کتاب در سه فصل تقدیم حضور می‌شود: فصل اول، ویژه آقایان محترم، فصل دوم، ویژه خانم‌های عزیز و فصل سوم، وظایف خانم‌ها و آقایان را به‌طور مشترک، در ساختن یک زندگی شیرین، بیان می‌کند.

شایان ذکر است که توصیه‌های خانوادگی رهبر عزیزمان حضرت امام خامنه‌ای (مدّ ظلّه العالی) تحت عنوان «پدرانه‌ها»، زینت بخش و کامل‌کننده مطالب این کتاب است.

خوانندگان عزیز توجه فرمایند که اصولاً، مهارت‌های زندگی و آموزه‌های دینی برای عمل کردن و اصلاح خود ماست نه برای مؤاخذه و آزار همسرمان!

بدیهی است که استفاده منفی از روایات و توصیه‌های اخلاقی و شلاق ساختن از آن‌ها، نه تنها کسی را مشتاق عمل به آن‌ها نمی‌کند، بلکه نتیجه عکس می‌دهد و چه بسا با این کار، کسانی برای همیشه از این فضایل محروم شوند و خود فرد نیز دچار عذاب اخروی شود؛ چون وظیفه ما نشر حقایق دینی و امر به معروف است نه فراری دادن مردم از آن.

از پروردگار می‌خواهیم، آشنایی و انس کامل با آموزه‌های انسان‌ساز اسلام عزیز و توفیق عمل به آن را برای ما بندگان می‌طلبیم.

و من الله التوفیق

مشهد مقدس

بهار ۱۳۹۶