

تفاهم را بسازید

اگر با همسر یا دیگری به نقطه جدایی رسیده‌اید

www.ketab.ir

فرشید دباغ

سرشناسه: دباغ، فرشید

عنوان و نام پدیدآور: تفاهم را بسازید: اگر با همسر یا دیگری به نقطه

جدایی رسیدهاید/فرشید دباغ.

مشخصات نشر: ستهدج: زانست، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری: ۳۲ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۲۲-۴۷-۱

وضعیت فهرست نویسی: فیفا

موضوع: ارتباط بین اشخاص

موضوع: Interpersonal communication

موضوع: خودسازی

موضوع: (Self-actualization (Psychology

موضوع: راه و رسم زندگی -- جنبه‌های روانشناسی

موضوع: Conduct of life -- Psychological aspects

رده بندی کنگره: ۱۳۹۷ ۴۵۲ الف / BF۶۳۷

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۲

شماره کتابشناسی ملی: ۵۲۳۷۰۲۹



انتشارات زانست

تفاهم را بسازید

مؤلف: فرشید دباغ

صفحه آرایی: امیر نحوی

طراح جلد: پریسا حجازی مقدم

ناشر: زانست

نوبت چاپ: اول، زمستان ۱۳۹۷

تیراژ: ۱۰۰۰

قیمت: ۳۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۲۲-۴۷-۱

آدرس: سنندج عزتی انتشارات زانست

تلفن: ۰۸۷-۳۳۱۵۴۰۷۰

فهرست مطالب

۷.....	مقدمه
۹.....	به کار بردن معنویات و ساختن تفاهم
۱۱.....	جاذبه و استدلال معرفی کردن اصول
۱۵.....	قبول این واقعیت که شاید من هم این مشکل را دارم
۱۷.....	قبول این که مشکلات را خود توسط خودم خوری‌هایم ساخته‌ام
۲۳.....	نکته:
۲۵.....	اصول روحانی
۳۱.....	استمرار و مداومت در ساختن شخصیت

مقدمه

به نام خالق یکتا و به نام آن که زمین و آسمان ها را برای استفاده ی انسان آفرید و تمام آفریده های خالق به نوعی کاربردی در زندگی انسان ها، تنها با تمایل شخص به اجرا درمی آید و در تمام ادوار زندگی در مقاطع زمانی مختلف مثمر ثمر خواهد بود.

اگر ما انسان ها خواهان و طالب یک زندگی ایده آل و بی نقص هستیم، باید به این چند جمله عمل کنیم که به روایتی از فرمایشات حضرت امیرالمؤمنین علی (ع) است.

مواظب افکارت باش که گفتارت می شود.

مواظب گفتارت باش که رفتارت می شود.

مواظب رفتارت باش که عادت های ت می شود.

مواظب عادت های ت باش که شخصیت ت می شود.

و مواظب شخصیت ت باش که به وجود آورنده ی سرنوشت

توست.

چیزی که باعث شد این جملات را کنار هم قرار دهم معنویات و کارایی آن در زندگی ما انسان هاست. معنویات و اصول روحانی به وجود آورنده ی اخلاقیات در طول زندگی هر انسانی ست. آدمی

به هر میزان درگیر معنویات باشد به همان اندازه اخلاق او تأثیر می‌پذیرد. در کل عقل انسان که جهت حراست از جسم به او عطا شده تحت تأثیر شرایط محیط قرار گرفته، و به هر اندازه شرایط محیط را با معنویات تزین کنیم، اخلاقیات نیز کیفیت برازنده‌تری پیدا خواهد کرد.

اخلاق اولین ابزار جهت بنا نهادن خانواده در همه‌ی جوامع می‌باشد. بنا نهادن خانواده‌ای که استحکام آن از زیربناهای معنویت و اصول روحانی تشکیل شده باشد خانواده‌ای است که نامالکومات زندگی کم‌تر یارای از هم پاشیدن آن را دارد. اما چیزی که دارای اهمیت زیادی می‌باشد این است که چیزهائی را در این کتاب می‌شنویم و راجع به آن‌ها آگاهی پیدا می‌کنیم که چیز جدیدی نیستند و در گذشته هم شاید در مقاطع زمانی مختلف آن‌ها را می‌شنیدیم، اما نکته‌ی مهم این است که ما باید نسبت به آن‌ها عملکرد داشته باشیم و آن‌ها را در زندگی روزمره‌ی خود به کار بندیم.

چیزی که ذهن این حقیر را به خود مشغول کرده تضادی است که بین زن و شوهر در بعضی از خانواده‌ها به وجود آمده و به مرور زمان عرصه را در زندگی زناشویی بر آنان تنگ‌تر کرده و طرفین را به این نتیجه می‌رساند که تفاهم وجود ندارد. همین نبود تفاهم بعد از گذشت مدت زمانی به نسبت در بعضی از خانواده‌ها در اوایل زندگی زناشویی و یا حتی بعد از چند سال و زندگی همراه با عذاب روحی نبود تفاهم پررنگ‌تر شده و منجر به طلاق می‌شود.