

سرشناسه : علیزاده، حسین، ۱۳۴۰ -
عنوان و نام پدیدآور : از خانواده تا بهشت شامل آموزه‌های دینی....
/حسین علیزاده(کوزه‌کنان).

مشخصات نشر : قم: شمیم کوثر، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری : ۳۲۸ ص.

شابک : ۵۰۰۰۰ ریال: 978-600-5039-25-2

موضوع : خانواده

موضوع : تربیت خانوادگی

موضوع : زناشویی

موضوع : روابط بین اشخاص

رده بندی کنگره : ۱۳۹۰ الف۳۶/۴۸۱۳۲۳ /HQ۷۳۳

رده بندی دیویی : ۳۰۶/۸۵

شماره کتابشناسی ملی : ۲۳۸۸۷۷۹



از خانواده تا بهشت

تألیف : حسین علیزاده کوزه‌کنان

ناشر : شمیم کوثر

تاریخ و نوبت چاپ : اول / پاییز ۱۳۹۰

شمارگان : ۲۰۰۰ نسخه

چاپ : گله‌ها

صحافی : زرین (برادران عربستانی)

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۵۰۳۹-۲۵-۲

بهاء : ۵۰۰۰ تومان

کلیه حقوق چاپ محفوظ و مخصوص «مؤلف» می‌باشد

از خانواده تابشت

شامل: آموزه‌های دینی، روانشناختی، خانوادگی، زناشویی، تربیتی

www.ketab.l

حسین علیزاده (کوزه‌کنان)

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

پیشگفتار یک

* بخش اول : خانواده و شناخت همسر

- ۱۵ - تفاوت‌های فردی در زندگی زناشویی
- ۱۶ - تفاوت‌ها و شباهتهایی که بین مردان و زنان وجود دارد
- ۱۷ - زن چگونه گل است از او باید مراقبت شود
- ۱۹ - گریه‌های مردان درونی است اما گریه‌های زنان بیرونی است
- ۲۱ - مردان کلی نگریستند زنان جزئی نگریستند
- ۲۵ - مردان از نظر ذهنی دور بین هستند و زنان نزدیک بین
- ۲۵ - زن و مرد هر دو تشنه تحسین هستند
- ۳۱ - آقایان هوش عملی و خانم‌ها هوش کلامی دارند
- - آقایان در آن واحد یک کار و خانم‌ها در آن واحد چهار کار انجام می‌دهند
- ۳۶ ۳۸ - خانم‌ها زبان بدن را بلدند، آقایان باید یاد بگیرند
- ۳۹ - مثل آینه باشید
- ۴۲ - آقایان و خانم‌ها هر دو در برابر احساس حقارت حساسند
- ۴۷ - آثار تحقیر در زندگی زناشویی

۴۹	- تفاوت مردان و زنان از نظر شنوایی و ذهنی
۵۱	- تفاوت مردان و زنان از نظر پاسخ به سئوالات
	* بخش دوم: خانواده و خوب زیستن
۵۹	- آسب شناسی خانواده
۶۴	- واژه‌های مخرب
۶۶	- آثار روانی و جسمانی کلمات مخرب
۶۷	- واژه‌های سازنده
۶۸	- آثار روانی و جسمانی کلمات سازنده
۷۶	- نقش کلام در آموزه‌های دینی
۸۲	- ارتباط بین زن و شوهر چگونه باید باشد
۸۴	- در ارتباط با همسر، دو چیز باید رعایت شود
۹۲	- پنج سفارش برای خوب زیستن
۹۳	- در نظر گرفتن رضایت خداوند (سفارش اول)
۹۶	- برای همدیگر شنونده خوب بودن (سفارش دوم)
۹۸	- یک رابطه خوب چگونه باید باشد
۱۰۰	- عناصر یک ارتباط
۱۰۱	- گفتگوی کلامی زن و شوهر چگونه باید باشد

- ۱۰۴..... چرا برای همدیگر شنونده خوبی نیستیم
- ۱۰۹..... فواید روانی شنونده خوب بودن
- ۱۱۱..... ابعاد مختلف ارتباط
- ۱۲۱..... انواع حساسیت در زن و شوهر و شناسایی آنها
- ۱۲۵..... از تحقیر همدیگر در خانه پرهیز کنید (سفارش سوم)
- ۱۲۸..... خوبی های همدیگر را بیان کنید (سفارش چهارم)
- ۱۳۰..... انتظار مطلق داشتن از همسر و فرزندان (سفارش پنجم)
- ۱۳۲..... زندگی زناشویی و کنترل خشم
- ۱۳۶..... چند نکته درباره خشم و شناسایی آن
- ۱۴۰..... منابع خشم کجاست
- ۱۵۷..... مراحل حسادت
- ۱۶۱..... در افراد افسرده این علامت ها دیده می شود
- * بخش سوم: خانواده و مراقبت از افکار و رفتار**
- ۱۶۴..... برداشت غلط از زندگی زناشویی و دوری از رحمت خداوند
- ۱۶۵..... آیا بعد از من می خواهی ازدواج کنی
- ۱۶۹..... همه عشق تو باید مال من باشد
- ۱۷۳..... هرگز دنبال فالگیر و رمال نگردید

۱۷۷	- نسبت به مادر شوهر و مادر زن چه نگاهی دارید
۱۸۰	- توهین به جهیزیه همسر و محاکمه شوهر
۱۸۴	- نقش رابطه زناشویی در آرامش زندگی
۱۸۷	- رابطه زناشویی در آینه روایات
۱۹۰	- توافقی در عمل زناشویی و ضررهای آن
۱۹۴	- عمل زناشویی و شناخت زن و شوهر
۲۰۷	- ارتباط زناشویی و هواید روانی و ایمانی آن
	* بخش چهارم: خانه آید و تربیت فرزندان موفق
۲۱۳	- آرزوهای والدین درباره فرزندان
۲۱۸	- مراحل رشد روانی فرزندان
۲۲۴	- ویژگی های روانی و رفتاری نوجوانان
۲۳۱	- آسیب شناسی نوجوانان
۲۳۵	- نقش دعای والدین در موفقیت فرزندان
۲۳۷	- نقش لقمه حرام، مانع موفقیت فرزندان
۲۴۰	- خانواده های موفق بر سه پایه اصلی استوارند
۲۴۸	- خانواده های موفق و نشانه های آنها
۲۵۵	- پنجاه سفارش برای تربیت فرزندان موفق

- ۲۶۳ -حجاب از برکات خداوند بر خانم‌هاست
- ۲۶۵ -جنگ نرم دشمن را فراموش نکنید
- ۲۶۷ -نماز یک عامل اصلی برای موفقیت
- ۲۶۸ -فواید روانی و رفتاری نماز
- ۲۷۰ -از چشمان خود مراقبت کنید
- ۲۷۱ -فواید کنترل چشم
- ۲۷۳ -آثار روانی و رفتاری منفی چشم‌چرانی
- ۲۷۶ -فرزندان بداد و خودباور
- ۲۷۹ -نشانه‌های افراد خودباور

* بخش پنجم: خانواده و نواخته‌های زندگی

- ۲۸۳ -در مجازات خطاکار، شتاب مکن
- ۲۸۴ -زن و مرد، از نشانه‌های خداوند هستند
- ۲۸۵ -بارکج، هرگز به مقصد نمی‌رسند
- ۲۸۶ -شکست، فرصتی است تا شماکار را دوباره شروع کنید
- ۲۹۳ -راه زندگی را ندانستن، ناگوارتر از مرگ است
- -خود را شایسته انجام کارهایی بدانید که می‌خواهید

- ۲۹۷ انجام دهید
- ۳۰۳ -بدبینی، ریشه همه بیماری‌های روانی است

- ۳۰۷ منابع

پیشگفتار

خانواده کوچکترین نهاد اجتماعی است که بزرگترین انسانها را در خود جای داده است. خانواده یک مثلث مقدس است که از سه ضلع پدر، مادر و فرزندان تشکیل شده است. این سه ضلع در هم تاثیر می‌گذارند و از هم تاثیر می‌پذیرند. هیچ‌گاه مثلث خانه نیست. ما از همین خانه به بهشت می‌رویم، ما از همین خانه به جهنم می‌رویم، ما در همین خانه رشد می‌کنیم، شکوفا می‌شویم و به خوبی‌ها می‌رسیم. خانه محل رسیدن به خوبی‌هاست و به قول برناردشاو "خانه و خانواده شاد یک بهشت زودرس است" و خانواده مهمترین نهاد تربیتی است.

در همین خانه، پدر را گرمی می‌داریم و تلاش او برای فرزندان، جهاد در راه خداست. در همین خانه مادر را گرمی می‌داریم تا بتواند همه خوبی‌های خود را برای همسر و فرزندان خود عرضه کند. خانواده ظرف ارزشمندی است که همه توانایی‌ها و استعدادهایی که خداوند به

بشر عطا فرموده است در آن شکوفا می شود. خدا را در همین جا تجربه می کنیم، عشق را در همین جا تجربه می کنیم، پس خانه، محل صعود و بالا رفتن است.

ما باید کاری کنیم که فرزندانمان بگویند کنار مامان بودن از همه جا بهتر است، کنار بابا بودن از همه جا بهتر است، خانه ما از همه جا بهتر است. ما باید کاری کنیم که مرد خانه بهترین آرامش روانی خود را در خانه تجربه کند، ما باید کاری کنیم که مادر خانه، بتواند همه خوبی های خود را نشان دهد. "یادتان باشد پدر باغدار خانه است و مادر باغبان آن و فرزندان گلها و میوه ها". ما باید بین باغدار و باغبان باید هماهنگی، دلسوزی و همکاری باشد تا به گلهای باغ آسیبی وارد نشود.

یک دختر سوم دبیرستان به من گفت: "آقایان، آن آقا پسر در پارک با صدای زیبا به من گفت دوست دارم و به من رسید، تاکنون هیچ کس همچون کلمه دلربایی به من نگفته بود، نه پدرم، نه مادرم، نه برادرم و...." آری عزیز، بهترین کلمات، در خانه باید بیان شود. گاهی یک واژه و یک کلمه محبت آمیز ایمن روانی فرزندان ما را تا آخر عمر بیمه می کند. رسو می گوید "ما پرورش یافته کسانی هستیم که ما را دوست می داشته اند" یادتان باشد "انسان بنده احسان است" هر کس به ما خوبی کند و دل ما را بدست آورد ما بنده او می شویم، مطیع او می شویم، چون احساس ارزشمندی می کنیم.

اگر کسی از من بپرسد ریشه، بهداشت روانی چیست و چگونه می‌توان سالم و شاد زندگی کرد؟ در جواب می‌گویم "ریشه بهداشت روانی، احساس خودارزشمندی است" خانواده باید در وهله اول شرایطی را فراهم کند که همه اعضای خانواده، احساس خودارزشمندی بکنند، احساس کرامت و دوست داشته شدن بکنند. باید کاری کنیم که پدر بتواند خوبی‌های خود را نشان دهد، باید کاری کنیم مادر بتواند مادر بودن خود را نشان دهد، باید کاری کنیم که فرزند بتواند فرزند بودن خود را نشان دهد.

همیشه بین خانواده، تربیت ارتباط تنگاتنگ و مستقیم وجود دارد. خانه و خانواده، ظرف تربیت است و تربیت، شکل یابی و نتیجه رفتارهایی است که در خانه اتفاق می‌افتد. در آموزه‌های دینی، خانه محل فرود فرشتگان خداوند است. محل ملائکه الله است. محل رکوع و سجود انسان بر پروردگار است. خانه مثل مسجد، پیش خداوند محترم است. در این خانه تلاش پدر و مادر عبادت است، نگاه فرزندان و رفتار آنها عبادت است پس خانه، مستقیم‌ترین راه رسیدن به بهشت خداوند است.

حالا اگر می‌خواهید وارد بهشت خداوند شوید از همین خانه شروع کنید. اگر می‌خواهید پیش خداوند و بندگان او روسفید باشید از همین خانه شروع کنید. اگر می‌خواهید فرزندان موفق و با ایمان داشته باشید از همین خانه و خانواده شروع کنید. یادتان باشد "فقط یکبار فرصت

زیستن به ما داده‌اند" پس آن را از دست ندهید. ما هم نام کتاب را بر همین اساس "از خانواده تا بهشت" نامگذاری کرده‌ایم تا کاملاً معلوم شود که چه باید بکنیم و به کجا باید برسیم؟ باید معلوم شود که چه خانواده‌ای پیش خداوند محبوب است؟ چه خانواده‌ای پیش خداوند مغضوب است؟ کدام خانواده‌ها، خود و فرزندان خود را به خوبی می‌رسانند و کدام خانواده‌ها جلو رشد و شکوفایی را می‌گیرند؟ همسر خود را چقدر می‌شناسیم، فرزندان خود را چقدر می‌شناسیم، خودمان را چقدر می‌شناسیم. ارتباط بین زن و شوهر چگونه باید باشد؟ ارتباط ما با فرزندان چگونه باید باشد؟ یک خانواده خوب، چگونه شکل می‌گیرد، ادامه پیدا می‌کند و به بهشت خداوند متصل می‌شود؟

جواب همه این سؤالات را در متن کتاب خواهیم داد اما بهتر است قبل از آن به این موضوع دقت کنید: اگر من از شما بپرسم مهمترین کمکی که زن و شوهر می‌توانند برای همدیگر انجام دهند، کدام است؟ شما چه جوابی می‌دهید؟ "آفرین...ها، مهربانی، احترام، دوست داشتن، کمک در سختی‌ها، همدردی، پشتوانه همسر بودن، عشق ورزی و...." درست گفتید همه این‌ها صحیح است.

اما ببینیم علی (ع) که خود منبع همه خوبی‌هاست و ارزشمندترین خانواده را با "زهرای اطهر" تشکیل داده است به این سؤال چگونه

جواب می‌دهد؟ (از خانواده تا بهشت، حضرت فاطمه (س) از علی (ع)

پرسیدند: علی جان، فاطمه را چگونه دیدی؟ یعنی فاطمه (س) برای تو چگونه زنی بود؟ علی (ع) فرمود: نعم العون علی طاعه الله، یعنی "بهترین یاور در اطاعت خداوند بود" پس در هر خانه‌ای که زن و شوهر همدیگر را در اطاعت خداوند یاری کنند، بهترین همسر برای همدیگر خواهند بود، از طرف دیگر همه موفقیت‌ها، پیروزیها، شادیها، سربلندیها، برکات خداوند و تربیت فرزندان سالم در همین "طاعت الله" نهفته است. این است که پیامبر اسلام فرمود: "بهترین جهاد زن، خوب شوهر داری است" چون اطاعت از خداوند است. در جای دیگر پیامبر اسلام فرمود: نشستن مرد نزد همسرش و فرزندانش، در پیشگاه خداوند از اعتکاف در خانه خدا محبوب‌تر است". از این دو جمله می‌توان فهمید که هم تلاش زن و هم حضور مرد در خانه چون رنگ خدایی دارد پس آثار تربیتی خوبی در خانواده خواهد گذاشت.

پیامبر اسلام فرمود: "علی جان، خدمت به خانواده، کفاره گناهان بزرگ و خاموش کننده خشم خداوند است" علی (ع) در یک بیت شعر در باره فاطمه (س) چنین می‌گوید: "من و تو همانند دو کبوتر در یک آشیانه بودیم و از نشاط، سلامتی و جوانی بهره می‌بردیم".

امام رضا (ع) فرمود: "بعضی از زنهای برای شوهرشان بهترین غنیمت هستند زنانی که به شوهرشان اظهار عشق و علاقه می‌کنند".

اقبال لاهوری می‌گوید: "زن در خانواده نماینده عشق و سرچشمه بخشش است" از طرف دیگر، مرد، سرور و آقای خانواده است. آقا نه

به معنی زورگو و دیکتاتور بلکه به معنی پدری که تلاش می‌کند، زحمت می‌کشد، عرق می‌ریزد تا چرخ زندگی بچرخد. این است که گفته‌اند "بزرگ هر خانه و هر قومی کسی است که بیشترین خدمت را انجام می‌دهد". پدر ستون خانواده است اگر به این ستون آسیب وارد شود به کل خانه آسیب وارد خواهد شد. گرمی داشتن پدر، گرمی داشتن کل خانواده است و توهین به او متزلزل کردن پایه‌های زندگی سعادتمندانه خواهد بود. از طرف دیگر گرمی داشتن مادر خانه، گرمی داشتن همه خوبی‌ها و محبت‌هاست. سؤال این است که چگونه می‌توان این حرمت‌ها را حفظ کرد؟ چگونه می‌توان این دل‌ها را به هم وصل کرد؟ چگونه می‌توانیم خانه امن و آرام داشته باشیم؟ آیا واقعا می‌توان از خانواده به بهشت رسید؟ در پاسخ می‌گوئیم، بله، خانه و خانواده محل رسیدن به همه خوبی‌هاست. خانه پلی است برای رسیدن به بهشت. به شرطی که:

- ۱- بین زن و مرد احترام متقابل حاکم باشد.
- ۲- زن و شوهر با ویژگی‌های روانی و حساسیت‌های همدیگر آشنایی داشته باشند و آن را ارضاء کنند.
- ۳- زن و شوهر خدا ترس باشند و حلال و حرام خداوند را رعایت نمایند.
- ۴- زن و شوهر برای همدیگر بال باشند نه وبال.

سرزن و شوهر، کار و تلاش خود در خانه را عبادت بدانند نه کلفتی یا نوکری. چون عبادت یعنی هموار کردن راه خدا. سرزن و مرد باید هم سواد دینی داشته باشند و هم سواد ذهنی و عاطفی.

۷- زن و مرد باید با ویژگی‌های روانی، حساسیت‌ها، دوره رشد و رفتارهای فرزندان خود آشنایی داشته باشند تا بتوانند تصمیمات درست بگیرند.

۸- والدین بدانند فرزندان ما، آنگونه که ما می‌خواهیم نمی‌شوند بلکه آنگونه که عمل می‌کنیم می‌شوند پس نمی‌توان بد زندگی کرد و خوب تربیت نمود، والدین الگوهای عملی و رفتاری برای فرزندان خود هستند.

۹- زن و مرد باید کاری کنند که هم در خود و هم در فرزندان، اعتماد بنفس، خودپنداره مثبت، عزت نفس و احساس خودارزشمندی تقویت شود زیرا ریشه بهداشت روانی و سلامت رفتار، "احساس خودارزشمندی" است.

۱۰- می‌دانید عشق در زندگی زن‌شویی یعنی چه؟ یعنی آنچه را که برای خود می‌پسندی برای همسرت هم بپسند، و آنچه را که برای خود نمی‌پسندی برای همسرت هم نپسند، این یعنی عشق واقعی.

آنچه را که اشاره کردیم فقط بخشی از سفارشات است که در متن کتاب برای خوب زیستن و خوب تربیت کردن اشاره شده است. مطالب

کتاب نتیجه چهارده سال زحمات و تجربیات نویسنده است که در کلاسهای آموزش خانواده، مطالعه کتابهای مفید، استفاده از نظریه‌های مشاوران با تجربه و دادگاهها و پاسگاهها بدست آمده است. در مطالب کتاب آموزه‌های دینی همراه با علوم روانشناسی رفتاری مد نظر قرار گرفته است. تا انشاء... بتواند بصورت کاربردی در خدمت مردم عزیز کشورمان قرار بگیرد.

در طول کتاب، بعضی از عبارات و سفارشها تکرار شده است و ما این کار را عمداً انجام داده‌ایم زیرا تکرار بعضی از راهکارها که از ارزشمندی بالایی برخوردار هستند برای فعال شدن ذهن ضروری است.

کتاب، اطلاعات بسیار مفیدی را در اختیار معلمان، والدین، مدیران، مشاوران و هرکسی که بخواهد درباره خانواده اطلاعاتی مفید بدست آورد و یا آن را تشکیل دهد و یا تحولی در آن ایجاد کند، قرار داده است و من مطالعه این کتاب را برای همه این بزرگواران سفارش می‌کنم.

کتاب از پنج بخش اصلی تشکیل شده است که عبارتند از:

- بخش اول - خانواده و شناخت همسر.
- بخش دوم - خانواده و خوب زیستن.
- بخش سوم - خانواده و مراقبت از افکار و رفتار.
- بخش چهارم - خانواده و تربیت فرزندان موفق.

بخش پنجم - خانواده و آمیخته‌های زندگی.

یادآوری می‌کنم تاکنون از اینجانب شش جلد کتاب در باره
روانشناسی خانواده و فرزندان چاپ شده است که با یاری خداوند مورد
استقبال خانواده‌ها و دانش‌آموزان قرار گرفته است و این کتاب هفتمین
اثر از حقیر است، چاپ می‌شود که انشاء... مورد استفاده خانواده‌ها
قرار خواهد گرفت.

در پایان از برادر بزرگوار آقای علی‌اصغر ستاری رستمی که مرا در
انجام این کار فرهنگی یاری فرمودند تشکر می‌کنم.

حسین علیزاده (کوزه‌کنان) - تابستان ۱۳۹۰

www.ketab.ir