

سرشناسه: پارسا، مهتر، ۱۳۶۰-  
عنوان و نام پدیدآور: بهشت اجباری، مهارت‌های مدیریت اختلافات مذهبی همسران/میثم پارسا و ایراستار دقاغیان  
مشخصات نشر: اصفهان، مهرستان، ۱۴۰۰  
مشخصات ظاهری: ۱۶۸ص

شابک: ۳-۱۳-۷۷۶۴-۶۲۲-۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: کتابنامه: ص: ۱۶۵-۱۶۷؛ همچنین به صورت زیرنویس.

عنوان دیگر: مهارت‌های مدیریت اختلافات مذهبی همسران

موضوع: زناشویی -- اختلاف -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام

Islam -- Religious aspects -- Marital conflict

زناشویی -- ارتباط -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام

Islam -- Religious aspects -- Communication in marriage

خانواده‌ها -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام

Islam -- Religious aspects -- Families

رده‌بندی کنگره: ۲/۲۲۵۳ BPT

رده‌بندی دیویی: ۷۲۵/۲۹۷

شماره کتابشناسی ملی: ۸۷۲۲۴۶۰

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیا

بهشت اجباری (مهارت‌های مدیریت اختلاف‌های مذهبی همسران)

www.ketab.ir

نویسنده: میثم پارسا  
ویراستار: سمیه دقاغیان  
طراح جلد: آرزو آقاباباییان  
صفحه آرا: حسین قاسمیان

ناشر: مهرستان  
چاپ: اول، ۱۴۰۰  
شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

تارنما: [www.mehrestan.com](http://www.mehrestan.com)  
رایانامه: [mehr@mehrestan.ir](mailto:mehr@mehrestan.ir)  
سامانه: ۰۰۰۰۷۹۶۲۱۰۱۰۰۰۳

نشانی: اصفهان، خیابان مسجد سید، خیابان آیت‌الله زاهد، کوچه ۱۵، پلاک ۳۳.  
کد پستی: ۸۱۳۶۹۵۵۱۳۷  
شماره تماس: ۰۳۱-۳۲۳۶۸۷۵۵ .. ۰۳۱-۰۱۲۹۰۰۰۹۳۷.

تمامی حقوق چاپ و نشر این اثر برای نشر مهرستان محفوظ است.

# بهشت اجباری

www.ketab.ir

همسرم  
که در مسیر پرپیچ و خم زندگی  
همسفرم شد.

تقدیم به

سخن آغازین	۹
مقدمه	۱۱
فصل اول: فقط برای شروع	۱۵
زندگی با طعم خدا؛ شیرین، بی مزه یا...	۱۷
آثار دین در زندگی مشترک	۱۹
۱. افزایش تحمل و تاب آوری در مشکلات و ناملایمات زندگی	۱۹
۲. داشتن هدفی متعالی و نامحدود	۲۰
۳. در حال دین در زندگی	۲۱
این فقط حرف ما نیست!	۲۲
زن و شوهر دعا کنند، ابلهان باور کنند!	۲۳
اختلاف، نه دعوا	۲۴
ما تفاهم کامل داریم!	۲۵
اختلاف هایمان به دعوا تبدیل نشود!	۲۶
این پیشنهادها را باید جدی گرفت!	۲۶
اگر نشنیده اید، بشنوید!	۲۷
جمع بندی	۲۸
فصل دوم: زن و شوهر در ترازوی باورها	۲۹
ای کاش ازدواج نمی کردم!	۳۱
لطفاً اشتباه نکنید!	۳۲
هم سفر بهشتی ام رفیق نیمه راه شده است	۳۴
دیوار کوتاه خدا	۳۵

دو روی یک سکه	۳۶
فقط خانم بخوانند!	۳۸
آقا بدانند!	۳۸
افزایش معنویت در خانواده	۳۹
یک هشدار	۳۹
لطفاً به این سؤال پاسخ دهید	۴۲
قانونی قرآنی	۴۵
برکت در برکت زندگی	۴۷
درددلی همسرانه	۴۷
حقیقت برکت	۴۸
معنای برکت	۴۸
راه دستیابی به زندگی با برکت	۵۰
بخش پایانی	۵۲
پایان به صرف داستان	۵۴
جمع‌بندی	۵۵
<b>فصل سوم: تنفس با اکسیژن اخلاق</b>	<b>۵۷</b>
فقط برای روز مبادا	۵۹
خسی در میان اخلاق	۶۰
آدم هم این قدر خسیس؟!	۶۴
هم سفر تلخ	۶۵
برج مراقبت؛ کلمه‌ای مظلوم به نام «غیرت»	۷۳
غیرت تا کجا؟	۷۵
مردهایی که روی اعصاب‌اند	۷۵
آقای غیرتی! با شما هستم	۷۹
مرد نگو، بگو سبب زمینی!	۸۱
چگونه او را به برج دیده‌بانی برگردانیم؟	۸۳
آش نخورده و دهن سوخته	۸۵
پینوکیو	۸۵

چرا باید دروغ بگوید؟	۸۶
چند تکنیک	۸۸
۱. صفر و صد نداریم	۸۸
۲. از خودتان شروع کنید	۹۰
۳. نادیده بگیرید	۹۱
۴. دو گونه می‌توانید ببینید	۹۲
۵. با هم گفت‌وگو کنید	۹۳
مسافر تهران یا مسافر هوس؟	۹۴
۶. نزد مشاور بروید	۹۶
هر راست نشاید گفت	۹۶
حبیب خدا	۹۸
مهمان‌گریزها	۹۹
حالتی نیست	۹۹
۲. ولخرجی و شرف‌ها	۱۰۲
۳. زن و یک دنیا کار	۱۰۳
خانم‌ها نخوانند!	۱۰۳
متشکر خانم	۱۰۵
۴. تلافی بر سر مهمان‌ها	۱۰۵
۵. شخصیت‌های درون‌گرا	۱۰۷
۶. محیط منزل	۱۰۷
برادران شیطان	۱۰۹
چه کار کنیم؟	۱۱۱
۱. اصلاح شیوه‌های مصرف	۱۱۱
۲. افزایش آگاهی‌های فقهی	۱۱۳
۳. تذکر به یکدیگر	۱۱۳
۴. گفت‌وگو با هم	۱۱۳
۵. نگاهی به زندگی دیگران	۱۱۴
جمع‌بندی	۱۱۵

## فصل چهارم: رفتاردرمانی به سبک دین

## حجاب

مرد باغیرت چه باید بکند؟	۱۱۹
۱. در چه مرحله‌ای از زندگی قرار دارید؟	۱۲۰
۲. قلیق خانمان را بشناسید	۱۲۱
۳. به همسرتان محبت کنید	۱۲۲
۴. ارتباطات را مدیریت کنید	۱۲۳
۵. لوج‌ولج‌بازی چاره‌کار نیست	۱۲۴
۶. لایه‌های پنهان‌تر را هم ببینید	۱۲۴
خوب است بدانید	۱۲۵
نپرداختن خصل بزدی از جیب امام‌زمان <small>علیه‌السلام</small>	۱۲۷
چگونه به‌هو کمک کنم؟	۱۲۸
۱. بلیط هواپیما	۱۲۸
۲. باز هم ناآگاهی	۱۳۰
۳. جانم را بگیر، مالم را نه	۱۳۱
۴. خساست، طمع، مال‌دوستی	۱۳۲
چند سؤال کاربردی فقهی	۱۳۲
نماز: طنابی متصل به آسمان	۱۳۴
این راهکارها را جدی بگیرید	۱۳۶
۱. علت‌یابی کنید	۱۳۶
۲. از نفوذی‌ها کمک بگیرید	۱۳۹
۲. دو صد گفته چون نیم‌کردار نیست	۱۳۹
۳. نیازهایش را برطرف کنید	۱۴۰
۴. رگ خوابش را بیابید	۱۴۰
۵. لیوان، نیمه پر هم دارد	۱۴۱
۶. دو «نباید» مهم	۱۴۱
۷. صبور باشید	۱۴۲

دعوت به صرف گناه	۱۴۲
وقتی مرغش یک پا دارد، چه کارش کنیم؟	۱۴۳
۱. اشتباه نکنید	۱۴۴
۲. زود رد نکنید!	۱۴۵
۳. مهارت نه گفتن	۱۴۵
۴. خودتحریمی ممنوع	۱۴۶
۵. اگر ناچار شدیم	۱۴۶

### ملودی ممنوع

آیا راهی هست؟	۱۴۸
۱. از مرجع تقلید جلو نیفتید	۱۴۸
۲. برای اصلاح ابرو، چشم را کور نکنید	۱۴۹
۳. به خاطر من نشنوا!	۱۵۱
۴. رصد کنید	۱۵۱
۵. فریاد سلامت سالم به او پیشنهاد کنید	۱۵۲
۶. دعا کنید	۱۵۳

### صله حم؛ واجبی مثل نماز

۱. جوانب کار را بسنجید	۱۵۴
۲. گاهی حق با شوهر است	۱۵۵
۳. صله رحم فقط دید و بازدید نیست	۱۵۶
۴. مرد است و اقتدارش	۱۵۶
۵. از واسطه کمک بگیرید	۱۵۷
۶. با مشاور مشورت کنید	۱۵۷

### پایانی با طعم حکایت

فرشته‌ای به نام مادر	۱۵۸
همه چهار زن دارند!	۱۶۰

جمع‌بندی ۱۶۲

کتابنامه ۱۶۵

## مقدمه

چند سالی است در سبک زندگی مردم کشورمان تغییرات جدی و پرشتابی شاهد هستیم. این تغییرات بر کسی پوشیده نیست، اعم از مثبت و منفی و در باورها یا ظاهرها و از مدل پوشش و نوع غذا و دکوراسیون منزل گرفته تا سبک نگرش به اهداف زندگی و روش‌های دستیابی به آن اهداف.

در اجتماع پیچیده کنونی، تغییر و تحولات در سبک زندگی به قشر و گروهی خاص منحصر نیست. مثلاً در گذشته، فلان رفتار یا فلان تغییر به غیرمذهبی‌ها یا بالاشهری‌ها یا پایین‌شهری‌ها منحصر بود یا حتی در نگاهی کلان‌تر، به شهری و روستایی تقسیم می‌شد. این در حالی است که امروزه، این تحولات در حوزه‌های جغرافیایی و... به سختی تفکیک‌پذیر است و به نحوی، آن مرزبندی‌ها برداشته شده است. طبیعتاً در این وضعیت، کار تربیتی برای والدین دغدغه‌مند و نیز حفظ زندگی مشترک برای زوجینی که اهداف و آرمان‌های بلندی در زندگی دارند، دشوار است.

بنده تقریباً هر روز در مشاوره‌ها، چه تلفنی و چه حضوری، با خانواده‌های متدین و مذهبی بسیاری مواجهم که همگی به نوعی، به دنبال پاسخ این



سؤال‌اند: چگونه ہم از باورهای دینی خود مراقبت کنیم و ہم خود را با سرعت تحولات امروزی ہمراہ کنیم؟ چون دستیابی بہ پاسخ این سؤال، راحت نیست، متأسفانہ بین والدین و فرزندان و نیز زوجین اختلاف نظرات متعددی را شاهد هستیم. یکی بر حفظ دین و اعتقادات تأکید می‌کند و دیگری نگاہش بہ قطار سریع‌السیر تغییرات زندگی و جامعہ دوخته شدہ و از دین و باورهای دینی فاصلہ گرفته است.

بنا بہ دغدغہ‌ای کہ در این موقعیت پیدا کردم، بہ نظر رسید با زبانی سادہ و با چاشنی مشاورہ، بہ سراغ موضوعات بسیار مهمی بروم کہ زوجین مذہبی در خانوادہ‌های خود با آن مواجه‌اند. از این رو، تمام تلاش خود را بہ کار می‌گیرم از نظریہ پردازی و اطلالہ کلام و بیان حرف‌های آرمانی و بعضاً دست‌نایافتنی پیرہیزم؛ بلکہ خود را در جایگاہ مخاطب قرار دہم و بیشتر بر دادن راہکار متمرکز شوم. همچنین، برای اینکہ کتاب از نظم علمی برخوردار باشد، بنا بر روایاتی کہ آموزہ‌های دین را در سہ دستہ اعتقادات و اخلاقیات و رفتارها قرار می‌دهند، فصل‌ها را بر این مبنا تنظیم می‌کنم:

- فصل اول: بیان اهمیت توجہ بہ جایگاہ دین در زندگی و خانوادہ؛
  - فصل دوم: بررسی دغدغہ‌هایی با منشأ مسائل اعتقادی؛
  - فصل سوم: بررسی اختلافات اخلاقی زوجین؛
  - فصل چہارم: بررسی اختلافات رفتاری زوجین.
- تا آنجایی کہ بندہ خبر دارم، کتابی با رویکرد بیان راہکار در خصوص اختلافات دینی و مذہبی زوجین نوشته نشده است؛ از این رو وجود اشکال در

این کتاب منتفی نیست. بنابراین، از شما خواننده محترم تقاضا مندم اشکال‌ها و اصلاحات پیشنهادی‌تان را به بنده منعکس کنید تا نظراتتان در چاپ‌های بعدی اعمال شود. به امید روزی که در دستان پرتوان هر ایرانی، کتاب بیش از موبایل دیده شود و خستگی چشمانشان بابت مطالعه کتاب باشد. نه مشاهده تلویزیون؛ زیرا ملت‌های پیشرفته و متمدن، بیش از آنکه تلویزیون ببینند، کتاب می‌خوانند.

تقدیم با ادب و احترام

میثم یاسا

۲۸ بهمن ۱۳۹۸

[www.ketab.ir](http://www.ketab.ir)