



ناشر مصطفی

*

www.ketab.ir



(مهارت‌هایی که هر خانمی در
تعامل با شوهرش باید بداند)

*

محسن پورا احمد خمینی



فهرست

سخن نویسی	۷
چرا برخی خانم‌ها جایگاه خودشان را در زندگی نمی‌شناسند؟	۹
هنر زن بودن در تعامل با شوهر شامل چه مهارت‌هایی است؟	۱۱
۱. هنر عشق‌ورزی به شوهر چیست؟	۱۱
۲. شوهر ما مثل فرزندان تشنهٔ محبت‌های ماست	۱۳
۳. چگونه می‌توانیم دلسوز شوهرمان باشیم؟	۱۶
۴. جذاب بودن خانم برای شوهرش یعنی چه؟	۱۹
۵. خانوادهٔ شوهر، سکوی پرتاب خانم در قلب همسر	۲۴
۶. خانمی که هنر زن بودن را می‌داند، اهل انتقام جویی نیست	۳۴
۷. ارتباط کلامی محبت‌آمیز روزانه، درمان دردهای بی‌درمان خانواده	۳۷
۸. خانمی که مهارت زن بودن را می‌داند، اهل قهرکردن نیست	۴۹
۹. داشتن برنامه‌ریزی خیلی مهم است	۵۰
۱۰. شغل شوهرم را می‌پذیرم و به آن احترام می‌گذارم	۵۳
۱۱. شناخت نیازهای شوهر و توجه ویژه به آن‌ها	۵۵
۱۲. نقطه ضعف مردها اقتدار و احترام است	۵۹
۱۳. مهارتی که برای خانم‌ها گنجی بزرگ است	۶۴
۱۴. بهشت و جهنم هر زنی شوهر اوست	۷۳
۱۵. نشاط، همان برگ برندهٔ تصاحب شوهر است	۷۷
۱۶. سعی کنیم برای همسر و فرزندانمان الگو باشیم	۸۶
۱۷. نقش مهم اصل خودجایگزینی در زندگی	۹۵

۱۸. اولویت بندی نیازهای همسر	۹۶
۱۹. خانم باید رازدار شوهرش باشد	۹۷
۲۰. جلب اعتماد شوهر در مسائل مالی	۱۰۰
۲۱. مقایسه کردن شوهر با مردان دیگر یعنی تیر خلاص به آرامش زندگی	۱۰۶
۲۲. شک به همسر ریشه آرامش شما و شوهرتان را می خشکاند	۱۰۷
۲۳. زیبا صدا کردن شوهر، شما را در نگاه او زیباتر می کند	۱۰۹
۲۴. اثبات صداقت در محبت ورزی به شوهر	۱۱۰
۲۵. زن باید اعتماد به نفس و عزت نفس زیادی داشته باشد	۱۲۲
۲۶. به زبان نیاوردن کلمات ممنوعه	۱۲۴
۲۷. حفظ و افزایش معنویت و اخلاق در زندگی	۱۲۷
۲۸. اگر وسواس دارید سریع آن را درمان کنید	۱۳۸
۲۹. در برابر خانواده خود و شوهرتان اصل دوری و دوستی را رعایت کنید	۱۳۹
۳۰. خانم نباید به تنهایی به مسافرت های طولانی برود	۱۴۲
۳۱. خانم نباید به نشانه قهر ممنوع است	۱۴۳
۳۲. همسر نباید داشته باشد	۱۴۴
۳۳. اگر شوهرتان دچار انحراف شد وظیفه ما چیست؟	۱۴۶
۳۴. اعتماد و وفاداری زوجه	۱۷۵
پرسش و پاسخ	۱۹۷
منابع و مأخذ	۲۳۱

سخن نویسنده

عرض سلام و تحیت به شما فرهیختگان گرامی که جوای علم هستید. خوشحالم که می‌خواهیم زمانی را با هم درباره علم مهم مهارت‌های زندگی مشترک صحبت کنیم. خداوند را هزاران مرتبه شکر می‌گوییم که توفیق داد تا بتوانم گامی در جهت ترویج اسلام و زندگی با رویکرد روان‌شناسی اسلامی بردارم. آرزو مندم همه انسان‌ها طعم شیرین آرامش را با تمام وجود بچشند و قدردان نعمت‌های بی‌کران خداوند باشند. کتاب «هنر زن بودن در تعامل با شوهر» به کارگاه آموزشی و مهارتی هنر زن بودن در تعامل با شوهر مربوط می‌شود. صوت جلسات این کارگاه در کانال «همسران خوب» (@hamsaranekhoob) در پیام‌رسان‌های ایتا، سروش، بله، تلگرام و همچنین سایت اینترنتی همسران خوب (www.hamsaranekhoob.com) موجود و قابل دانلود است. این کلاس با همت دفتر نشر معارف به صورت متن پیاده و سعی شده است مطالب با ادبیاتی ساده و خودمانی مطرح گردد تا ان شاء الله بهتر مورد استفاده خوانندگان گرامی قرار بگیرد. امیدوارم خداوند به هر آنچه در این مجموعه مطرح خواهد شد، برکت عنایت فرماید و ان شاء الله نکاتی که مطرح می‌شود، اثر مثبتی

در روند زندگی همه ما داشته باشد. به برکت صلوات بر محمد و آل محمد. اللهم صل علی محمد و آل محمد و عجل فرجهم.

از همسر عزیز و مهربانم سپاسگزارم که پرواز کردن را به من آموخته و هدیه‌ای بی‌مثال از سوی خداوند سبحان برآیم بوده و هست. از خدا می‌خواهم توفیق جبران همه خوبی‌ها، محبت‌ها و از خودگذشتگی‌های او را به من عنایت فرماید. بر دستان مقدس پدر و مادر عزیزم بابت همه محبت‌ها و فداکاری‌هایشان و اینکه عشق و محبت به اهل بیت علیهم‌السلام، را در وجودم نهادینه کردند، با افتخار بوسه می‌زنم؛ همچنین از فرزندان بامحبت و مهربانم که هرکدام به نحوی بنده را یاری نمودند تا موفق به تهیه این مجموعه شوم؛ ممنونم و برای همه آن‌ها طلب عاقبت‌به‌خیری دارم. از دوست گرامی مدرسه حساب آقای سعید شریف، هم بابت همراهی و پیگیری‌های مجدانه‌شان صمیمانه سپاسگزارم و توفیقات روزافزون ایشان را از خداوند منان می‌بگم دارم.

در آخر ثواب تهیه این مجموعه را اهدا می‌کنم به رهبر عزیزتر از جانم، حضرت آیت‌الله خامنه‌ای (مد ظله العالی) و با تمام وجود افتخار می‌کنم که زندگی مشترکم با قرائت صیغه عقد از دلب مبارک ایشان محقق گشت. امیدوارم پرچم این انقلاب با دستان باکفایت این سید عالی‌قدر به دستان مبارک صاحب اصلی انقلاب، حضرت مهدی فاطمه (سلام الله علیهما)، تقدیم گردد. آمین یا رب العالمین.

محسن پورا احمد خمینی

۲۴ شعبان ۱۴۴۲

۱۸ فروردین ۱۴۰۰