



نشر مصارف

*

رازهای زنانه‌های زنانه

WWW.KETAB.IR

رازهای زندگی زنِ موفق
با رویکرد دینی و تربیتی

*

سیدعلیرضا تراشپون



سرشناسه: تراشیون، سعیدعلیرضا، ۱۳۵۰ - **عنوان و نام پدیدآور:** محرمانه‌های زنانه: (رازهای زندگی زن موفق با رویکرد دینی و تربیتی)/ سعید علیرضا تراشیون. **مشخصات نشر:** قم: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاهها، دفتر نشر معارف. **مشخصات ظاهری:** ۱۲۰ص. **شابک:** 978-600-441-368-8 **وضعیت فهرست نویسی:** فیبا یادداشت: کتابنامه: ص. ۱۱۹. **عنوان دیگر:** رازهای زندگی زن موفق با رویکرد دینی و تربیتی. **موضوع:** روابط زن و مرد -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام **موضوع:** Man-woman relationships -- Religious aspects -- Islam -- **موضوع:** راه و رسم زندگی (اسلام) -- آینده‌نگری **موضوع:** *Religious aspects -- Islam -- Forecasting: Conduct of life -- **شناسه افزوده:** نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاهها، دفتر نشر معارف **رده بندی کنگره:** BP۲۳۰/۱۷ **رده بندی دیویی:** ۲۹۷/۴۸۳ **شماره کتابشناسی ملی:** ۷۶۶۳۵۸



نشر معارف

محرمانه‌های زنانه

نویسنده: سعیدعلیرضا تراشیون **ویراستار:** رامین بابازاده
صفحه‌آرا: حبیب‌الله ایمان **طراح جلد:** سعید صفارنژاد
ناشر: دفتر نشر معارف **تولید:** پانزدهم، ۱۴۰۲ **شمارگان:** ۲۰۰۰ جلد
شابک: ۸-۳۶۸-۴۴۱-۶۰۰-۹۷۸-۹۷۸۰۰۰۰ **قیمت:** ۱۰۰۰۰۰ تومان

دفتر نشر معارف قم، خیابان شهدا، کوچه ۲۲، شماره ۲، تهران، تلفن: ۰۲۵-۳۷۷۴۰۰۰۴

مدیریت پخش قم، شرکت پاتوق کتاب، تلفکس: ۰۲۵-۳۱۰۷۷

مراکز پخش

- ارواک: ۰۸۶-۳۲۲۲۹۰۲۸ **ارومیه:** ۰۹۱۰۷۷۵۵۱۶۶ **اصفهان:** ۰۲۱-۳۳۳۷۱۶۹۲ **اهواز:** ۰۶۱-۳۲۳۲۸۰۰۰
- ایلام: ۰۸۶-۳۳۳۶۴۳۸۲ **بجنورد:** ۰۵۸-۳۲۲۴۳۲۷۸ **بردسکن:** ۰۵۱-۵۵۴۳۰۱۲۱ **بندرعباس:** ۰۷۶-۳۳۶۱۷۵۵۷
- بیرجند: ۰۵۶-۳۳۴۳۵۱۲ **تربت حیدریه:** ۰۵۱-۵۲۲۸۶۵۰ **تهران:** ۰۲۱-۸۹۱۱۲۱۳ **رشت:** ۰۱۳-۳۳۳۴۵۶۹
- زاهدان: ۰۵۴-۳۳۳۳۸۷۹ **زنجان:** ۰۲۴-۳۳۳۶۶۲۵ **ساری:** ۰۱۱-۳۳۳۵۳۰۲۰ **سیزوار:** ۰۵۱-۴۴۲۲۴۰۰۴
- سمنان: ۰۲۳-۳۳۴۵۳۲۱۱ **سیرجان:** ۰۲۴-۴۲۲۶۸۰۵۸ **شهرکرد:** ۰۲۸-۳۳۳۵۰۰۰۴ **شیراز:** ۰۷۱-۳۳۳۴۴۶۱۴
- قزوین: ۰۲۸-۳۳۳۴۰۰۷۶ **قم:** ۰۲۵-۳۷۷۴۱۷۵۷ **کازرون:** ۰۷۱-۴۲۲۴۴۳۳۰ **کرمان:** ۰۳۴-۳۳۳۳۱۴۶۶
- کرمانشاه: ۰۸۴-۳۷۷۲۸۶۱۱ **گرگان:** ۰۱۷-۳۳۳۳۷۸۰ **مشهد:** ۰۵۱-۳۳۳۲۰۱۱۹ **ملایر:** ۰۸۱-۳۳۳۵۱۳۷۶
- نیریز: ۰۷۱-۵۲۳۸۱۶۹۰ **یاسوج:** ۰۷۶-۳۳۳۲۸۶۲۲ **یزد:** ۰۳۵-۳۷۳۳۳۳۹۰

www.NashreMaaref.ir | E-mail: info@nashremaaref.ir

NashreMaaref

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.



*

فهرست |

۱۱	۱۱
۱۳	۱. زدی ضربتی «شربتتی» نوش کن!
۱۴	۲. بنویسید «عیب» بخوانید «تیر غیب»
۱۶	۳. دل سردی؛ پس لرزه اظہار بشیمانی
۱۹	۴. دستور زبان «تعامل»
۲۰	۵. گفت و گوی محترمانه، مبادله هوشمندانه
۲۱	۶. سم پاشی رابطه با آفت «تعصب»
۲۴	۷. راه حلی که به خانه رواست، به بیرون حرام است
۲۷	۸. رفیق «تمام» راه باشید
۲۸	۹. صداقت؛ صدقه سلامتی زندگی
۳۱	۱۰. رضایت همسر؛ بهترین راه بهشت
۳۳	۱۱. ابزار عاطفه در جعبه دل جویی
۳۵	۱۲. روابط زناشویی شوخی نیست
۳۵	دلایل اصلی انحراف در مردان
۳۵	الف. در محیط های آلوده رفت و آمد دارند
۳۶	ب. مرد های ساده لوح، زود گول می خورند
۳۷	ج. برخی زنان بی عرضه اند

۱۳. حواستان به این طرف و آن طرف بام باشد	۳۸
۱۴. لطفاً روی صندلی خودتان بنشینید!	۳۸
۱۵. گاهی «من او» باشید	۴۰
علت تفاوت‌ها در هوش، استعداد، توان و... چیست؟	۴۱
۱۶. عطر فروش زندگی‌تان باشید	۴۳
برخی از رفتارهای الگویی عبارتند از	۴۵
الف. در حوزه مسائل دینی الگو باشیم	۴۵
ب. رفتارهای الگویی در مسائل اخلاقی داشته باشیم	۴۵
ج. در مسائل فرهنگی الگو باشیم	۴۵
۱۷. سرباز وظیفه‌های خودتان باشید	۴۶
وظایفی که درون منزل بر عهده‌ی زن خانواده است عبارتند از	۴۷
الف. تربیت فرزندان	۴۷
ب. وظیفه‌ی همسر داری	۴۷
۱۸. «حس مسئولیت» مهم است، نه ژست آن	۴۸
۱۹. قهر رکناس باشید؛ زندگی به کام خوش بین‌هاست	۵۰
الف. فرد خودی‌ها را می‌بیند	۵۱
ب. نتیجه‌ی دیدن خودی‌ها، خوش بینی است	۵۱
۲۰. قوت هر تصمیمی به مشورت است	۵۲
۲۱. بهداشت روانی همسران را تأمین کنید	۵۴
مشکلاتی که در اثر رعایت نکردن بهداشت روانی به وجود می‌آید	۵۵
الف. افزایش افسردگی و گوشه‌گیری	۵۵
ب. افزایش پرخاشگری	۵۶
ج. قهر زیاد	۵۶
برای تحقق و ایجاد بهداشت روانی در خانواده چه باید کرد	۵۶
الف. تعامل بیشتر بین افراد خانواده	۵۶
ب. تفکر مثبت داشتن در خانواده	۵۷
ج. توجه به نیازهای همدیگر	۵۸
۲۲. باید بود و نبودتان در خانه فرق کند	۵۸
۲۳. پای بندی به مثلث دین، اخلاق و خانواده	۵۹
۲۴. قهر نکنید، بی‌عرضه می‌شوید!	۶۳
معمولاً در قهرها دو اتفاق رخ می‌دهد	۶۴

۲۵. «مهربانی» از جنس آهن ربا	۶۵
۲۶. «او» همین است و «تو» همانی	۶۹
۲۷. تأثیر صحبت در صحت روابط	۷۴
۲۸. پیشرفت تو؛ افتخار من	۷۶
۲۹. فرصت‌ها را از دست ندهید	۷۷
۳۰. هر گوشی شنوا نیست	۷۹
مهارت‌های لازم برای خوب شنیدن	۸۰
۳۱. سبب مشکلات را کوچک کنید	۸۶
۳۲. هرچی آقامون بگه	۸۷
۳۳. تزیین تقسیم کار با رنگ عدالت	۹۰
۳۴. رفتار شما، نگهبان مرز محرم و نامحرم است	۹۱
۳۵. هر چه می‌خواهد دل تنگت بنویس!	۹۳
بگذرید و بگذرانید	۹۹
۳۷. لایحه و لفظ خوب، دهانتان را شیرین کنید	۱۰۰
۳۸. نه کم، نه زیاد، توقع باید متعادل باشد	۱۰۲
۳۹. داد و بیداد ممنوع!	۱۰۳
راه‌های ایجاد آرامش:	۱۰۴
۴۰. حکایت‌های زن و خانواده شوهر	۱۰۹
خلاصه رازهای زندگی زن موفق	۱۱۱
کتاب‌نامه	۱۱۹

یکی از دغدغه‌های همیشگی و مهم در زندگی خانوادگی این است که گاهی زن و مرد جایگاه خود را فراموش می‌کنند؛ بدین معنا که برخی زنان در جایگاه زن و اگر می‌خواهند از مردان در جایگاه مرد، در خانه به ایفای نقش نمی‌پردازند. مسکن زندگی امیرالمؤمنین علیه السلام و فاطمه زهرا علیها السلام نشان می‌دهد که زهرای مرضیه علیها السلام در زندگی‌شان در جایگاه یک بانوی خانه و امیرالمؤمنین علیه السلام در جایگاه یک مرد و شوهر قرار داشتند؛ در حالی که امروزه بسیاری از زنان، به جای این‌که زن باشند و نقش زنانگی و همسری خود را به خوبی ایفا کنند، دچار تناقض رفتاری شده و مثلاً برای شوهر خود نقش مادر را ایفا می‌کنند؛ در واقع نسبت به شأن و جایگاه خود آگاهی کافی ندارند. مهم‌ترین علت بروز این مشکل آن است که سبک و روش زن بودن را در جایی نیاموخته‌اند و بنابراین، در زندگی خانوادگی و در ارتباط با شوهر و فرزندان با مشکلات فراوانی مواجه می‌شوند. امروزه رشد علمی جامعه روز به روز در حال افزایش است و دختران تمایل بسیاری به گذراندن مدارج بالای علمی دارند، ولی در هیچ‌یک از این آموزشگاه‌ها - چه در دبیرستان و چه در دانشگاه -

جایگاه زن برای آنان به خوبی و درستی تبیین و تشریح نمی‌شود. بر این اساس، با توجه به خلأ موجود و آگاهی بخشی به دختران و زنان در جامعه بر آن شدیم تا در این کتاب به بیان نکات و راه‌کارهای لازم برای ارائه یک زن نمونه و موفق پردازیم. بنابراین اگر زن بخواهد در جایگاه اصلی‌اش قرار گیرد و نقشش را در جامعه و به خصوص خانواده به خوبی ایفا کند، باید نکات و مؤلفه‌هایی را در زندگی رعایت کرده، آن‌ها را به کار ببندد. در این کتاب تلاش کردیم تا محرمانه‌های زنان را در قالب چهل نکته از رازهای زندگی زن موفق، با بهره‌گیری از آیات و روایات معصومین علیهم‌السلام تبیین کنیم و در اختیار مخاطبان عزیزمان قرار دهیم.

www.ketab.ir