

**زندگی زمانی زیباست
که زیبا زندگی کردن را
آموخته باشیم**

**خانم‌ها چگونه تشخیص می‌دهند که
همسرشان به آنان دروغ می‌گوید؟**



عکس از: حسن جهانپخش

- در شماره‌ی ۵۳: ویژگی‌های زنان مدیر، کاردان، کامل و موفق ... و ناموفق کدام‌اند؟
- در شماره‌ی ۵۴، ادامه‌ی مطالب شماره‌ی قبلی پی‌گیری شد و جهت توجه هرچه بیشتر خانم‌ها به توانمندی‌های بی‌کران خویش، جمع‌بندی و خلاصه‌ی ویژگی‌های زنان مدیر و کاردان... و خلاصه‌ی ویژگی‌های زنان ناآگاه و نامدیر و ناتوان در شماره‌ی ۵۵ ادامه می‌یابد.
- در این شماره اشاره‌ای داریم به یکی از تفاوت‌های بسیار جالب و شگفت‌انگیز بین خانم‌ها و آقایان. لطفاً موضوع را پی‌گیری فرمایید:

خلاصه‌ی ویژگی‌های خانم‌های ناآگاه به شرح زیر است:

- توان و قدرت زنانگی خود را در راه منفی و در رقابت و شکست دادن همسر خود به کار می‌گیرند.
- با عیب‌جویی، غر زدن، بهانه‌گیری، تحقیر، انتقاد و قضاوت‌های منفی، هویت و عملکرد شوهر را زیر سؤال می‌برند و احساس‌ها و عواطف او را در جهت منفی سوق می‌دهند.
- قدرت زنانگی خویش را در تزلزل هویت، خودباوری و کاهش اعتمادبه‌نفس همسر خود به کار می‌گیرند.
- زن ناآگاه، به جای تلاش در جهت تفاهم، اعتماد متقابل و هم‌دلی بیشتر، معتقد است که چون همسر هم‌کاری نمی‌کند، کاری از من ساخته نیست و نمی‌توانم در بهبود زندگی مشترک تغییری به‌وجود آورم. همسرم در گذشته مرا به شدت ناراحت کرده است، حالا به جبران گذشته‌ها باید تلافی کرده و ناراحتی زیادی را متحمل شود.
- زنان ناآگاه در همه‌ی موردها قضاوت و پیش‌داوری می‌کنند و تصور می‌کنند که هر آنچه خود انجام می‌دهند، درست و کامل است و هر آنچه مربوط به شوهر و دیگران است، خطا و اشتباه می‌باشد. معتقد هستند اگر همسرشان و دیگران، خود را اصلاح کنند، همه چیز درست می‌شود!
- گروهی از زنان ناآگاه در حق شوهران خود، مادری کرده و با همسر خود مانند کودک رفتار کرده و تصور می‌کنند که در حق شوهران خود بزرگ‌ترین فداکاری‌ها را انجام می‌دهند. مردان از چنین زن‌هایی فراری بوده و متنفر می‌شوند.
- زنان ناآگاه، نسبت به سهم خود نمی‌توانند تعادل و توازن لازم در زندگی مشترک به‌وجود بیاورند و چون گمان می‌کنند که رابطه‌ی آنان با همسران‌شان بهبودپذیر نیست، بنابراین راه کمک به بهبود زندگی زناشویی را بر خود می‌بندند.
- زن ناآگاه ویژگی‌های خود را ملاک و معیار دانسته و خصوصیات شوهر را با آن‌ها مقایسه می‌کند و نتیجه می‌گیرد که خودش کامل و بی‌عیب است ولی همسرش موجودی ناکامل و دارای هزاران عیب می‌باشد!
- زن ناآگاه، با سرکوب کردن احساس‌های خود و بیان نکردن آن‌ها، مسائل و مشکل‌هایی را که باعث رنجش و آزار اوست، ناآگاهانه در خود جمع کرده و عشق اولیه‌ی خود را به کینه تبدیل می‌کند.
- زن ناآگاه، پیوسته به سرزنش خود و همسرش می‌پردازد. در چنین

در هر سنی که باشیم، برای این که زندگی شاد و موفق داشته باشیم، نیاز داریم دانش و مهارت‌های زندگی خود را افزایش دهیم. به عبارت دیگر، هر زن و مردی، وقتی آگاهی‌های خود را بالا برند، می‌توانند بر ذهن خود مدیریت کنند، خود را تغییر داده و انرژی، احساس و عواطف خود را در جهت مثبت به کار گیرند و زندگی خود و زندگی مشترک را در هر سنی که باشند، بهبود بخشند و حتی آن را در جهنم به بهشت تبدیل سازند. در این راستا، سلسله نوشتاری را تحت عنوان کلی «زندگی زمانی زیباست که زیبا زندگی کردن را آموخته باشیم.» شروع کرده‌ام:

- در شماره‌ی ۵۱: چگونه با همسر خود، گفت‌وگوشود موثری داشته باشیم؟
- در شماره‌ی ۵۲: منشأ قدرت و توانمندی زنان از کجا ناشی می‌شود؟ زنان چگونه می‌توانند در بروز توانمندی‌های مردان مؤثر باشند؟

کم‌تر بیان می‌کنند و با توجه به حرکات سر، صورت، دست و دیگر قسمت‌های بدن، می‌توان به احساس و نیت درونی آنان پی برد.

زنان احساسات، اندیشه‌ها، ترس‌ها، ناراحتی‌ها، نگرانی‌ها، رنجیدگی‌ها، حسادت‌ها، خوش‌بینی‌ها و بدجنسی‌ها و به‌طور کلی، علایق کودکان، همسر، فامیل و دوستان را برحسب مورد، آسان‌تر و بهتر از مردان درک کرده و تشخیص می‌دهند و به‌طور معمول، خطر را زودتر تشخیص داده و نسبت به آن واکنش نشان می‌دهند در حالی که رفتار خاص و مشخصی می‌بایست بروز کند یا بیان شود تا مردان متوجه شوند که دیگران چه احساسی دارند.

به این علت است که خانم‌ها:

در خواندن فکرهای دیگران، درک تفاوت‌ها و تغییرهای جزئی چهره‌ها، اشاره‌ها، لحن و صوت‌ها و حتی پیش‌بینی نیازهای دیگران، بسیار توانا هستند و به راحتی و به سرعت، آن‌ها را مورد دقت و تفسیر قرار می‌دهند و به راحتی راجع به آن‌ها اظهار نظر می‌کنند. در حالی که مردان، کلی‌نگر بوده و مغز آنان برای ضبط جزئیات، برنامه‌ریزی نشده و تجزیه و تحلیل امور جزئی، برای آنان خیلی ساده و آسان نیست. به‌علاوه آقایان:

مسائل را یکی یکی حل می‌کنند و انرژی خود را روی مسائل مهم قرار می‌دهند و به مسائل کوچک و کم‌اهمیت، چندان توجهی نمی‌کنند و بدون استدلال و تجزیه و تحلیل، به راحتی و به سرعت در بسیاری از موارد، اظهار نظر نمی‌کنند و در حیرت هستند که خانم‌ها بدون کسب اطلاعات کافی و تجزیه و تحلیل لازم، چگونه به سرعت راجع به مسائل و رویدادها، اظهار نظر می‌کنند؟!

آقایان توجه کنند که:

زنان، علائم شنیداری، دیداری، کلامی و غیر کلامی را به سرعت می‌گیرند و هماهنگی یا عدم هماهنگی بین آن‌ها را به راحتی در افراد تشخیص می‌دهند. در نتیجه در گفت‌وگوهای رودررو:

با توجه به این که مغز زن، صداها را به سرعت، تفکیک و طبقه‌بندی می‌کند و حرکات‌های بدن و ایما و اشاره‌ی طرف مقابل را زیر نظر می‌گیرد، هماهنگی بین گفتار و علائم دیداری و غیر کلامی نهفته در کلام را به راحتی تشخیص می‌دهد و می‌فهمد که همسر یا طرف مقابل، به او راست می‌گوید یا دروغ!

به‌طور کلی، زنان، پیام‌های نامحسوس را قوی‌تر از آقایان می‌گیرند و به نکات ناگفته، بهتر پی‌می‌برند. ادامه دارد...

شار، موفق و پرانرژی باشید

دکتر میرعمادالدین فریبور

جهت تهیه کتاب به همراه ۴ سی‌دی، با دفتر مجله تماس حاصل نمایید



شرایطی، وقتی کینه‌ها جمع شده و به حالت انفجار درآمدند، زندگی مشترک پر آشوب، طوفانی و غیرقابل تحمل گردیده و به پاشیدگی کشیده می‌شود.

● زنان ناآگاه عاشق صفحه‌ی حوادث روزنامه‌ها، فیلم‌های ترسناک، ترازوی و غم‌انگیز و دوستان منفی‌اندیش، پریشان‌خاطر و شکست‌خورده هستند.

● زنان ناآگاه و کم‌دانش، در کشف و شناخت استعدادها و توانمندی‌های مثبت خود و همسران‌شان سخت بی‌توجه و ناتوان هستند ولی در کشف نکته‌های منفی خود و شوهران‌شان استاد می‌باشند، به‌علاوه مخالفت و مبارزه‌ی منفی با همسر را قدرت خود تصور می‌کنند.

● زنان ناآگاه، با فشار، زور، تهدید، تحقیر نه با عشق و مهر و محبت، می‌خواهند کارها را پیش ببرند و هرکاری را با توقع و منت فراوان انجام می‌دهند و به‌طور کلی از همسر و دیگران طلب‌کار و متوقع می‌شوند.

● زن ناآگاه و کم‌دانش، ندانسته انرژی و احساس و عواطف خود را در جهت منفی به کار می‌گیرد و زندگی خود و زندگی زناشویی خویش را تبدیل به جهنم می‌کند.

● «آلبرت اینشتین» فیزیکدان بزرگ و برنده‌ی جایزه‌ی نوبل، نکته‌ی ظریفی را بیان می‌کند:

زنان به این امید ازدواج می‌کنند که مردان را بعد از ازدواج تغییر دهند.

مردان به این امید ازدواج می‌کنند که زنان بعد از ازدواج هم مانند قبل رفتار کنند.

نتیجه این می‌شود که بعد از ازدواج، هر دو سرخورده و ناکام می‌شوند.

«تغییر، اصل لاینفک زندگی است.» از اصل تغییر، می‌توان

آگاهانه در جهت رسیدن به هدف‌ها، بهره جست. می‌بایست به تقویت عامل‌هایی پرداخت که به تفاهم متقابل، همدلی دوطرفه، اعتماد و صداقت متقابل و قدرشناسی و احترام دوسویه منجر شود. می‌بایست آگاهانه تغییرهای مورد نیاز را در مسیر خواسته‌های درست، سامان و جهت داد و عادت‌های مثبت را آگاهانه جایگزین عادت‌های منفی نمود.

چرا خانم‌ها به چگونگی روابط، احساس‌ها، علائم کلامی، غیر کلامی، دیداری و... حساسیت بیشتری از خود نشان می‌دهند؟

در طبیعت، خانم‌ها پرورش‌دهنده‌ی نوزادان و کودکان هستند و می‌بایست به جزئیات، تغییرها و علائم ظاهری آنان توجه داشته باشند تا به سرعت متوجه گرسنگی، درد، ناراحتی و... کودکان گردیده و نسبت به رفع مشکل آنان اقدام نمایند تا از بروز ناراحتی‌ها جلوگیری گردد.

خانم‌ها از ارتباط غیر کلامی (زبان بدن) به علت جزئی‌نگری، بهتر از مردان بهره می‌جویند. «زبان بدن» یک رابطه‌ی غیر کلامی است که در همه‌ی دیدارهای چهره‌به‌چهره‌ی افراد، قابل مشاهده است. هر فرد با توجه به نحوه‌ی ایستادن، نشستن، راه رفتن، حالت‌های چهره، حرکت دست‌ها و دیگر جنبش‌های بدن خویش، با دیگران ارتباط برقرار می‌کند. مردانی که خویش‌ن‌دار هستند، احساس‌های خود را