

معجزه صمیمیت...

مسائل مهم در دوران نامزدی

چند نکته‌ی مهم برای دخترخانم‌ها
(قبل از برقراری ارتباط عاطفی عمیق در دوران نامزدی)

در زیر، نکته‌هایی برای دخترخانم‌هایی که قصد ازدواج دارند، ارائه شده که لازم است در دوران اولیه‌ی آشنایی با همسر آینده‌شان به آن‌ها توجه و دقت کافی داشته باشند. باعجله و بدون آگاهی عمل کردن، موجب یک عمر پشیمانی خواهد شد. به توصیه‌های زیر که به شما در شناخت مرد مناسب زندگی‌تان کمک می‌کند، توجه کافی داشته باشید:

باشد. وقتی که شما در روابطتان با دیگران، در ابراز احساسات خود صادق نباشید، آن روابط به‌هم ریخته، نامطموع و پیچیده خواهد شد.

در زیر به چند ویژگی صداقت احساسی اشاره می‌شود:

وقتی با کسی که او را دوست دارید، صادقانه صحبت می‌کنید، هر دوی‌تان احساس می‌کنید که به یکدیگر نزدیک شده‌اید. صداقت، هم‌چون پلی میان قلب شما و قلب فرد مقابل‌تان می‌باشد. گویی صداقت، دری را به روی قلب شما باز می‌کند بنابراین او می‌تواند خود واقعی شما را احساس کند. اگر از نظر عاطفی با مردی که شما را دوست دارد صادق نباشید، روابطتان سطحی خواهد بود و هرگز این روابط به‌طور جدی عمیق نمی‌شود. هرچه از لحاظ عاطفی صادقانه‌تر برخورد کنید، به همان اندازه، صمیمیت بیش‌تری را تجربه خواهید کرد و احتمال بیش‌تری دارد که شما با یکدیگر، آینده‌ی بهتری را بسازید. صداقت احساسی، به‌وجودآورنده‌ی صمیمیت می‌باشد.

صداقت احساسی شما، سبب می‌شود نامزدتان به خود اجازه دهد، احساساتش را بیان کند. وقتی با مردی از نظر عاطفی صادق هستید، موجب می‌شود او هم از نظر عاطفی با شما صادق باشد، احساس امنیت بیش‌تری کند و بتواند احساسات قلبی‌اش را بیان کند. اگر نامزدتان احساس کند که شما احساسات خود را بیان نمی‌کنید، او نیز در برابر خودش، سپر محافظتی قرار می‌دهد. زمانی که احساسات خود را ابراز می‌کنید، همسران به شما اعتماد می‌کنند و دیوارهای محافظ احساساتش فرومی‌ریزند. مرد صادقی

قبل از درگیری عاطفی، سؤال‌های خود را مطرح کنید

قبل از این که درگیر مسائل عاطفی با مردی شوید، اطمینان حاصل کنید که با فرد مناسبی طرف هستید! یعنی از اولین ملاقات‌هاست که شما باید سؤال‌هایی را از همسر آینده‌ی خود پرسید تا بتوانید تصمیم بگیرید که می‌توانید درگیر مسائل عاطفی بیش‌تری بشوید یا خیر؟! قبل از این که با او ازدواج کنید و به قلب شما راه یابد، باید او را مورد ارزیابی و سنجش قرار دهید. هرچه اطلاعات بیش‌تری در مورد نامزدتان داشته باشید، بهتر می‌توانید قضاوت کنید که آیا او شریک زندگی مناسبی است یا خیر!

به منظور مطمئن شدن از این که نامزدتان، مناسب شماست یا نه، می‌توانید در زمینه‌های زیر از او سؤال کنید:

- وضعیت خانواده و کیفیت روابط خانوادگی
- روابط عاطفی گذشته و دلیل‌های به‌هم خوردن آن‌ها
- درس‌های آموخته‌شده از تجربه‌های زندگی
- اخلاقیات، ارزش‌ها و دیدگاه‌های اخلاقی
- دیدگاه‌های عاطفی، تعهد و روابط
- فلسفه‌ی مذهبی یا روحی
- هدف‌های حرفه‌ای، شخصی و...

با احساسات خود صادق باشید

به‌طور کلی، ارتباطی موفق است که همیشه دارای صداقت و اساس و پایه

به پاس روز معلم و به یاد مادر م که معلم زندگی ام بود

وقتی کودکم می خواند:

بابا، آب

من هفت ساله می شوم

موج می خورم در آب

می دوم به سوی بابا

وقتی کودکم می خواند:

نان، بادام

من کوچک می شوم

نان را گاز می زنم

بادام را می شکنم

وقتی کودکم می خواند:

ایران، آباد

من سرباز می شوم

آماده می شوم

وقتی کودکم می خواند:

ستاره، مهتاب

به آسمان می روم

آفتاب می شوم

وقتی کودکم می خواند:

«تعلیم، معلم»

وقتی کودکم می خواند:

«تعلیم، معلم»

من بزرگ می شوم

مسلمان می شوم

به خدا می رسم

انسان می شوم.

شیرین بهادر (سپهری)

که مناسب شماست، همیشه به شما به خاطر صداقت در ابراز احساساتتان، احترام می گذارد.

هویت و شخصیت نامزدتان

هویت، یکی از ضروری ترین مشخصه های همسر دائمی شماست. بنابراین در جست و جوی مردی با هویت مناسب باشید. هویت، خمیرمایه ای درونی شخص است. هر چیزی که درون فرد را بیان کند و ارزش های زندگی او، اخلاق و رفتار او را نشان دهد، جزو هویت او می باشد. رفتار نامزدتان نسبت به خود، شما و بعد از ازدواج، رفتار او با فرزندان، نشان دهنده ی هویت اوست در حالی که شخصیت، روشی است که شخص، خود بیرونی اش را به جهان اطراف نشان می دهد؛ روشی که او، ظاهرش را بیان می کند. امکان دارد هویت در ظاهر، به اندازه ی شخصیت، قابل رؤیت نباشد اما در واقع انعکاسی حقیقی تر از باطن شخص می باشد. اگر هویت و شخصیت را یک کیک در نظر بگیریم، «شخصیت» قسمت رویه ی کیک و «هویت» مواد تشکیل دهنده ی کیک می باشد.

در انتخاب مرد مناسبتان، به دو نکته ی زیر توجه کنید:

- به جای این که روی ویژگی های شخصیتی او تکیه کنید، هویت او را بشناسید.
- به جای این که هدفتان، پیمان زناشویی باشد، مطمئن شوید که او هویت مناسبی دارد. (به دنبال پیمان زناشویی بودن، چشم شما را به روی هویت او می بندد)

چند مشخصه ی هویتی که باید در مرد ایده آل خود جست و جو کنید، عبارتند از:

- **تعهد نسبت به رشد و پیشرفت در انسانیت:** شما نباید او را تهدید به رشد و پیشرفت کنید، بگذارید خودش این عمل را انجام دهد.
 - **صداقت عاطفی:** یک ارتباط صمیمی، شریک بودن در همه چیز، به خصوص در احساسات است. او باید مردی باشد که احساساتش را نسبت به شما بیان کند.
 - **صداقت:** درستی، صداقت و وفاداری، از عوامل ضروری یک رابطه ی سالم هستند. بدانید تا زمانی که شما به او احساس امنیت می دهید، با شما خودش و دیگران صادق است.
 - **رشد فکری و مسؤولیت پذیری:** از نظر فکری، رشد کرده و مسؤولیت پذیر باشد و آن چه را که می گوید و می خواهد در زندگی انجام دهد، جامعه ی عمل پیوشاند.
 - **اعتماد به نفس بالا:** نسبت به خودش، احساس خوبی داشته باشد. از خودش و محیط زندگی اش به خوبی مراقبت کند و خودش را به اندازه ی شما دوست داشته باشد.
 - **نگرش مثبت نسبت به زندگی:** مردی با هویت مناسب، خوبی های دنیا را در شما و خودش می بیند و هنگامی که شما با او هستید، احساس خوبی در مورد زندگی خواهید داشت.
- شخصیت مرد مناسبتان، به اندازه ی هویت او اهمیت ندارد. علاقه به ظاهر یک مرد، مهم است اما نه این که تنها ظاهر را در نظر بگیرید. شما باید او را بیش تر به خاطر باطنش دوست داشته باشید.

حمیدرضا غلامر ضایی

زهره اسماعیل بیگی