

# مناجات یک همسر برای زندگی بهتر

عباس بابا صفری

کارشناس ارشد مشاوره - اصفهان

رضوان ترابی

مشاور دبیرستان‌های خمینی‌شهر

- همسر و خانواده‌اش را در مقابل سایرین تحقیر نکنم.
- بدون اطلاع همسر به والدین خود پول ندهم یا از آن‌ها پول نگیرم.
- در هنگام دعوا با همسر رابطه من و او با دوستان مشترکمان قطع نشود.
- هنگام مرافعه با همسر، رابطه من با خانواده پدر و مادری او قطع نشود.
- کارهایی را که همسر از من می‌خواهد فراموش نکنم.
- هنگام دلخوری، رابطه ما با خانواده پدر و مادر او قطع نشود.
- برای جلب نظر فرزندانم حاضر نباشم که در حضور آنان را برآورده کنم.
- وقتی همسر از من تقاضایی می‌کند که من در آن وقت دیگر مشغول نکتم.
- وقتی با همسر بگویم که دارم، اتفاقاً او را فراموش نکنم. کوتاهی ترک کنم.
- به تنهایی با خانواده پدر و مادری خود و خواهرها و برادرها رابطه نداشته باشم.
- درآمد همسر را به بهانه‌های مختلف به دستیاران یا بست‌های شخصی خود نکتم.
- وقتی با همسر دعوا می‌کنم، در آن وقت به فرزندانی که در خانه هستند توجه نکنم.
- فرزندانم عامل حفظ و تداوم رابطه من و همسر و دوستانم یا دوستانم در جریان اختلاف نگیرند.
- حوصله‌ام از همسر و خواسته‌هایش سر نرود.

## پروردگارا به من کمک کن تا:

- همسر را با ناقص انجام دادن کارهایی که از من می‌خواهد، تنبیه نکنم.
- از اعضای خانواده پدر و مادری‌ام، برای مداخله در اختلاف خود با همسر کمک نگیرم.
- از فرزندانم نخواهم که اسرار همسر را به من بگویند.
- همسر را با بی‌نظمی و نامرتب بودن، آزار ندهم.
- هنگام نزاع از همسر درخواست طلاق نکنم.
- کاری نکنم که خانواده پدر و مادری‌ام تمام گناه‌ها را به گردن همسر بیندازند.
- همسر را به رفتارهای غیراخلاقی متهم نکنم.
- هنگام دعوا بین من و همسر، فرزندانم را وادار به حمایت از خود نکنم.
- با وجود داشتن همسر، از تنهایی رنج نبرم.
- همسر را در حضور خانواده پدر و مادری خود تحقیر نکنم.
- با آن دسته از برنامه‌های میهمانی که با همسر خانواده همسر باشد، مخالفت نکنم.
- همسر و همسر با مشارکت و توافق یکدیگر پول و درآمد خانواده را خرج نکنیم.

آمین یا رب العالمین