



ازدواج، خوب است یا بد؟

امروز امر ازدواج در کشور ما، دچار دگرذیسی‌ها و تغییراتی شده است. هدف ابتدایی از ازدواج، تحت‌الشعاع اهداف فرعی و حاشیه‌ای آن قرار گرفته و کم‌رنگ‌تر شده است. زمان و انرژی‌ای هم که جوانان و خانواده‌هایشان برای ازدواج می‌گذارند، ظاهراً نسبتی با اهمیت این اتفاق مهم نداشته و ندارد.

پس وقتی که ما می‌پرسیم ازدواج، خوب است یا نه، در واقع به ازدواج‌های امروزی و عواملی که باعث ایجاد چنین سوال و تردیدی در جوانان شده توجه داریم؛ نه به ذات و ماهیت چنین اتفاقی.

بیش از این درنگ جایز نیست. این شما و این، پرونده ویژه موفقیت برای بررسی بیشتر و دقیق‌تر امر ازدواج.

پرسیدن این سوال، بدیهی به نظر می‌رسد. یعنی انگار که بپرسیم اکسیژن برای بدن، خوب است یا نه. از آنجایی که بشر، اجتماعی آفریده شده و نیاز به حس مالکیت و ایجاد خانواده و آرامش هم دارد، پس می‌توان ازدواج را توجیه کرد. از آنجایی هم که نهاد خانواده، مانند نهادهای آموزش و پرورش و نظام سیاسی و... جزو نهادهای ابتدایی و بدیهی هر اجتماعی است، باز این اتفاق را می‌توان توجیه کرد.

اگر ازدواج خوب است، پس چرا این همه طلاق و نارضایتی؟ ظاهراً به نظر می‌رسد که باید سوال اولیه را، جور دیگر یا جورهای دیگری مطرح کنیم تا بتوانیم به جواب‌های درست‌تری برسیم.

زینب شاهی / shahedi.zeynab@gmail.com

چرا ازدواج!

یک ضرب‌المثل چینی می‌گوید: «اگر از دوران مجردی لذت نمی‌بری ازدواج کن تا از فکر کردن به دوران مجردی لذت ببری!» (ظاهراً چینی‌ها بازار ازدواج را هم بی‌بهره نگذاشته‌اند!)

این روزها در مورد ازدواج حرف‌های چندان خوبی نمی‌شنویم. متأسفانه برای بسیاری از ما در مورد لذت‌های زندگی مجردی و مشکلات ازدواج به شدت اغراق شده است. اما آیا این تمام قضیه است؟

می‌گویند اگر ازدواج نکنی و همسر و فرزند نداشته باشی مسوولیت هم نداری و زندگی برایت راحت‌تر است.

قضیه ازدواج مثل این ضرب‌المثل است که می‌گوید: «هر که بامش بیش برفش بیشتر». اگر اصلاً خانه نداشته باشید دیگر بام هم ندارید که لازم باشد پارو کنید. اما در عوض برف مستقیم روی سر خودتان می‌بارد! اگر ازدواج نکنید مسوولیت هم ندارید، اما از مزایای آن هم بی‌بهره خواهید ماند.

در مورد مشکلات و محدودیت‌هایی که ممکن است ازدواج برای فرد ایجاد کند زیاد شنیده‌اید. در این جا می‌خواهیم در مورد مزیت‌های ازدواج برایتان بگوییم. البته جای تأکید دارد که مزایای ازدواج مربوط به ازدواج سالم است. این که چطور درست ازدواج کنیم مقاله‌ای دیگر می‌طلبد. فقط این نکته را به خاطر داشته باشید که ازدواج سالم بهتر از ازدواج نکردن است و ازدواج نکردن بهتر از ازدواج ناسالم.

اگر باز هم بخواهیم به ضرب‌المثل فوق اشاره کنیم، ازدواج ناسالم مثل داشتن یک خانه سست و بی‌بنیاد است؛ اگر برف روی سر آدم بیارد بهتر است تا این که سقف خانه روی سرتان خراب شود!

اما اصلاً چرا باید ازدواج کنیم؟ شاید تا به حال به این موضوع فکر نکرده باشید. اگر تا به حال هزار دلیل برای ازدواج نکردن شنیده باشید، ما می‌خواهیم هزار و یک دلیل برای ازدواج کردن برایتان بیاوریم!

ازدواج طبیعت خلقت است

یک لحظه تصور کنید که هیچ ازدواجی در طبیعت وجود نداشته باشد... البته اتفاق خاصی نمی‌افتد؛ فقط خیلی زود همه ما به دایناسورها می‌پیوندیم!

ازدواج از همان روز نخست آفرینش جهان هستی جزء قوانین آفرینش بود. آدم

و حوا اگر با هم ازدواج نمی‌کردند الان انسانی روی زمین وجود نداشت. نه فقط انسان، بلکه قانون زوجیت برای همه موجودات جهان از گیاهان و جانوران گرفته تا مولکول‌ها و اتم‌ها وجود دارد. و انسان هم برای این که به کامیابی حقیقی برسد باید خود را با قوانین هستی هماهنگ کند.



از دواج خوشبختان می‌کند!

حتما پایان داستان‌های شیرین دوران کودکی یادتان هست: "آن دو با هم ازدواج کردند و تا پایان عمر به خوبی و خوشی زندگی کردند!" شاید تا به حال فکر می‌کردید که این افسانه‌ای بیش نیست، اما امروزه دانشمندان ثابت کرده‌اند که ازدواج واقعا روی خوشبختی ما تاثیر زیادی دارد.

در یک مطالعه اخیر که در ۱۷ کشور پیشرفته دنیا انجام شد مشخص شد که "افراد متاهل بسیار خوشبخت‌تر از مجردها هستند". جالب این که همه این ملت‌ها - مثل خودمان - خوشبختی و ازدواج را به شدت به هم مربوط می‌دانستند. مارتین سلیگمن، روان‌شناس برجسته دانشگاه پنسیلوانیا و پایه‌گذار روان‌شناسی مثبت می‌گوید: "ازدواج بیشتر از هر پیوند دیگری بین انسان‌ها، در خوشبختی آنها نقش دارد." او معتقد است که ازدواج است که به زندگی افراد معنا می‌دهد، و می‌گوید خوشبخت‌ترین افراد دنیا از میان افرادی هستند که ازدواج کرده‌اند.

طبق شواهد موجود و نظر کارشناسان، دو عاملی که بیشترین نقش را در خوشبختی تمام انسان‌های کره زمین ایفا می‌کنند عبارتند از: ۱- ایمان به خدا و ۲- ازدواج.

از دواج به ما آرامش می‌دهد

وقتی ازدواج می‌کنیم رابطه‌مان را با کسی که به او عشق می‌ورزیم دایمی و همیشگی می‌کنیم و همین می‌تواند ما را از استرس‌ها و تنش‌های یک رابطه عاشقانه نجات دهد. با ازدواج رابطه ما از آن چه که هست استوارتر می‌شود و دیگر این نگرانی را نداریم که ممکن است او را از دست بدهیم.

یک علت این آرامش عشق است. نیروی عشق آرامشی بی‌ظنیر به ما می‌دهد که

در کمتر جایی می‌توانیم آن را پیدا کنیم. این نکته را خداوند هم در قرآن مجید نقل به مضمون فرموده است: "برای شما همسرانی از جنس خودتان آفریدیم تا به واسطه آنها به آرامش برسید و بین شما محبت و دوستی برقرار کردیم." دکتر افروز آرامشگری را مزیت اصلی ازدواج می‌داند.

از دواج برای سلامتی‌مان خوب است!

همه می‌دانیم که برای حفظ سلامتی‌مان باید ورزش منظم و مصرف میوه‌ها و سبزیجات تازه را در برنامه روزانه‌مان داشته باشیم. اما من یک عامل دیگر را هم به آن اضافه می‌کنم: ازدواج! یک همسر خوب می‌تواند نقش موثری در سلامتی شما داشته باشد.

دانشمندان قدیم و جدید بارها و بارها ثابت کرده‌اند که ازدواج نقش مثبتی در سلامتی افراد دارد. در یک بررسی نشان داده شد که رابطه خوب با همسر سیستم دفاعی بدن را به میزان قابل توجهی تقویت می‌کند، و این که حتی زخم‌های افرادی که رابطه خوبی با همسرشان دارند زودتر خوب می‌شود! شاید یکی از علت‌های این باشد که وقتی ازدواج می‌کنید کسی هست که مراقب شما باشد و در دوران بیماری و ضعف از شما پرستاری کند، و این که کسی هست که مدام به شما می‌گوید: "مواظب خودت باش!"

نقش ازدواج در سلامتی روان هم به همین میزان ثابت شده است. نتایج یکی از این مطالعات بسیار جالب توجه بود: افراد متاهل کمترین درصد افراد بستری شده در بیمارستان‌های روانی را تشکیل می‌دهند (بیشترین تعداد، مربوط به کسانی بود که در رابطه شکست خورده و از همسر خود جدا شده بودند). ازدواج می‌تواند شما را از گرفتاری به بسیاری از ناراحتی‌های روانی از جمله افسردگی نجات دهد، البته اگر در پی یک ازدواج غلط راهی تیمارستان نشده باشید!

از دواج وضعمان را خوب می‌کند!

متوسط درآمد سالانه متاهل‌ها بیشتر از مجردهاست. بعضی از تحقیقات نشان می‌دهد که مردان متاهل حتی تا سه برابر بیشتر از هم‌تایان مجردشان درآمد دارند. یکی از مطالعات جالب توجه که در سال ۲۰۰۴ در نشریه دیدگاه‌های روان‌شناسی به چاپ رسید حاکی از این بود که احتمال صاحب‌خانه بودن متاهل‌ها ۷ برابر بیشتر از مجردهاست و متاهل‌ها ۸۰ درصد بیشتر از مجردها دارای ثروت و سرمایه و پس‌انداز هستند.

ازدواج کردن یعنی شریک شدن زندگی با شخصی دیگر. و این شراکت نه فقط از نظر روانی و عاطفی بلکه از نظر اقتصادی هم اتفاق می‌افتد؛ وقتی زندگی‌مان را با کسی شریک می‌شویم یعنی هزینه‌هایمان، تلاش‌هایمان و سرمایه‌هایمان را هم با هم شریک می‌شویم.

اما مهم‌تر از مقرون به صرفه بودن، قولی است که خداوند در این باره به ما داده است: "مردان و زنان مجرد خود را همسر دهید... اگر فقیر و تنگدست باشند خداوند آنها را از فضل خود بی‌نیاز می‌کند. خداوند گشایشگر و آگاه است." (۳۲، نور)

البته هیچ کدام از اینها به این معنا نیست که می‌شود با دست خالی ازدواج کرد و چشم به درگاه آسمان دوخت. همیشه گفته‌اند از تو حرکت از خدا برکت.

بعد از ازدواج مسوولیت‌های ما بیشتر می‌شود، انتظارات خودمان از خودمان و دیگران از ما بیشتر می‌شود و تلاش بیشتری می‌کنیم. همین باعث می‌شود رشد کنیم و استعدادهايمان در خیلی از زمینه‌ها شکوفا شود





(این جمله حتما برایتان آشناست: به یک راننده متاهل و متعهد نیاز مندیم!) در اماکن تفریحی و توریستی معمولاً جاهای خوب و امکانات خوب برای خانواده‌هاست.

نه فقط در جامعه ما بلکه تقریباً در همه کشورها همین طور است. شاید برایتان جالب باشد که بدانید در آمریکا افراد متاهل بیشتر از همکاران مجرد خود حقوق می‌گیرند، و هر چه هم از ازدواجشان سال‌های بیشتری می‌گذرد اضافه حقوقشان بیشتر می‌شود. متأسفانه اعتراض مجردها هنگام خواندن این مطلب تغییری در این فرهنگ ایجاد نمی‌کند!

«بازدواج جامعه بهتری خواهیم داشت»

شاید این حرف که خانواده رکن اصلی جامعه است برایتان خیلی تکراری و کلیشه‌ای باشد. ولی به هر حال، از دیدگاه اجتماعی هدف اصلی ازدواج این است که کانون مطمئنی برای پرورش فرزندان و اجتماعی کردن آنها شکل بگیرد؛ کاری که خود اجتماع نمی‌تواند از پس آن بر بیاید. آدم اسمیت می‌گوید: "نخستین نشانه تمدن بشر، ازدواج و تشکیل خانواده است."

در جوامع غربی هم بعد از این که همه آزادی‌ها و... را تجربه کردند باز به همان نقطه اول برگشتند که برای داشتن جامعه سالم ازدواج و تشکیل خانواده نقش حیاتی دارد. این نتیجه‌گیری از آن جا حاصل شد که معلوم شد هیچ رکنی در جامعه متمدن، نه آموزش و پرورش، نه دانشگاه و... هیچ کدام نتوانست مثل خانواده در درونی کردن ارزش‌ها و ارائه آموزش‌ها و همچنین برآورده کردن نیازهای روانی و عاطفی کودکان موثر باشد.

«در ازدواج نیازهای ما برآورده می‌شود»

این که ازدواج سکوی امنی برای برآورده کردن نیازهای غریزی ما است دیگر

«عشق واقعی را در ازدواج تجربه می‌کنیم»

"دوستت دارم" حتی خواندنش هم شیرین است. این طور نیست؟ در یک مطالعه که در سال ۲۰۰۰ توسط کونتر در ایالات متحده منتشر شد بیان شد که مهم‌ترین چیزی که مردم از ازدواج انتظار دارند عشق ورزیدن و مورد عشق واقع شدن است.

در مطالعه‌ای دیگر وقتی از افراد مجرد خواستند که بگویند باز ازدواج نکردن چه چیزی را از دست خواهند داد، ۴۵ درصد مردان و سه چهارم زنان اعلام کردند "عشق و دوستی". زندگی بدون عشق برای اکثر ما معنایی ندارد.

«ازدواج به زندگی ما معنای بیشتری می‌دهد»

مارک تواین می‌گوید: "ازدواج دو خط شکسته را یکی می‌کند، به دو زندگی بی‌هدف، کار می‌بخشد و نیروی هر کدام را برای انجام آن کار دو برابر می‌کند. به دو سرشت جست‌وجوگر دلیلی برای زندگی کردن می‌دهد و چیزی که به خاطر آن زندگی کنند."

ازدواج باعث می‌شود هدفمندتر زندگی کنیم. اگر پیش از ازدواج هنوز بچه مامان و بابا بودیم، حالا دیگر همسر کسی هستیم. و به زودی هم ممکن است پدر یا مادر کسی شویم. و این یعنی زندگی ما بیشتر از آن ارزش دارد که بخواهیم سرسری آن را بگذرانیم. بعد از ازدواج دیگر مال خودمان نیستیم بلکه مال همسر و فرزندانمان هم هستیم. به خاطر همین باید بیشتر به فکر زندگی‌مان باشیم. مسوولیتی که ازدواج برای فرد همراه دارد باعث می‌شود زودتر خودش را جمع و جور کند و آینده‌نگری بیشتری داشته باشد.

«بیمودن مسیر زندگی با ازدواج لذت‌بخش‌تر می‌شود»

اگر بخواهید سینما یا پارک بروید با دوست مورد علاقه‌تان بیشتر به شما خوش می‌گذرد یا تنهایی؟ اگر بخواهید مسافتی طولانی را برای انجام کاری بپیمایید چطور؟ یا وقتی می‌خواهید به مسافرت تفریحی بروید؟ اگر انسان سالمی باشید قطعاً در هر سه مورد همراهی دوست‌تان را به تنهایی ترجیح می‌دهید. در مورد زندگی هم همین طور است. وقتی با کسی که به او علاقه دارید باشید سفر زندگی برایتان لذت‌بخش‌تر می‌شود. در سختی‌ها به هم کمک می‌کنید و در خوشی‌ها هم شادیتان را با هم شریک می‌شوید.

«ازدواج از تنهایی نجاتمان می‌دهد»

شما از یک خانواده پرجمعیت هستید. اقوام و فامیل زیادی دارید که همه دور و بر شما هستند. و دوستان و آشنایان زیادی هم دارید و با دوستان‌تان رابطه بسیار صمیمانه‌ای دارید. بنابراین به نظر نمی‌رسد که هیچ وقت تنها بمانید. ۲۰ سال بعد چطور؟ آیا همه افراد خانواده‌تان مانند الان در کنار شما هستند؟ حتی اگر این طور نشود، باز هم نمی‌توان رابطه با همسر را با روابطی که با دوستان و اقوام داریم مقایسه کرد. وقتی ازدواج می‌کنیم کسی را داریم که تمام مدت شبانه‌روز و در تمامی شرایط خوب و بد در کنار ماست و نمی‌گذارد احساس تنهایی کنیم.

ویلیام گود می‌گوید: "درست است که دوستان ما می‌توانند از ما حمایت عاطفی بکنند، بانک می‌تواند به ما پول قرض بدهد، و تعمیرکار می‌تواند لوله‌های خانه‌مان را تعمیر کند؛ اما فقط خانواده است که همیشه با ماست و حمایت عاطفی، دل بستگی و مساعدت آن دایمی و مادام‌العمر است."

«ازدواج بر ایمان اعتبار می‌آفریند»

قبول کنیم یا نه، متاهل‌ها در جامعه اعتبار بیشتری دارند. در محل کار آنها را بیشتر تحویل می‌گیرند و در میان دوستان و آشنایان نیز افراد متاهل بیشتر از مجردها مورد اطمینان و احترام اطرافیان هستند. علاوه بر این، متاهل‌ها از مزایای بیشتری هم برخوردارند.

وام‌ها و پاداش‌ها و اضافه حقوق‌ها و خیلی چیزهای دیگر فقط برای متاهل‌هاست. حتی مجردها در بعضی از شغل‌ها هم نمی‌توانند مشغول شوند



گناه قرار داریم که شاید تقوا و ترس از گناه نتواند جوابگوی این همه نیاز باشد. این جاست که برآورده کردن نیازها از طریق ازدواج در واقع ما را در برابر این دست گناهان بیمه می کند.

از دواج باعث رشد ما می شود

بعد از ازدواج مسوولیت های ما بیشتر می شود، انتظارات خودمان از خودمان و دیگران از ما بیشتر می شود و تلاش بیشتری می کنیم. همین باعث می شود رشد کنیم و استعدادهایمان در خیلی از زمینه ها شکوفا شود. باز دواج از همه مستقل می شویم و نقش های جدید همسر بودن، عروس یا داماد بودن، پدر شدن یا مادر شدن و... باعث می شود ما در موقعیت های گوناگون و بی شماری قرار بگیریم و تجربه های زیادی به دست بیاوریم. نقش هایی که بدون ازدواج هرگز تجربه نخواهیم کرد. تجربه پدر یا مادر شدن یکی از تجربه های عمیق زندگی است که از دواج آن را به ما هدیه می کند و از طریق آن وارد دنیایی جدید و پر از تازگی می شویم. به این صورت به تدریج شخصیت ما وسیع تر و کامل تر می شود.

از دواج از ما محافظت می کند

شاید در فیلم ها دیده باشید که گاهی زنان در یک ازدواج ناسالم می مانند تا "فقط سایه کسی بالای سرشان باشد". به نظر ناعادلانه می آید اما واقعا ازدواج می تواند برای ما چنین نقشی داشته باشد. ازدواج به ما حمایت می دهد. این حمایت می تواند عاطفی باشد، یا اقتصادی، اجتماعی، جسمانی، معنوی، مذهبی و خیلی موارد دیگر.

از دواج حالمان را خوب می کند!

از دواج علاوه بر اینها مزایای دیگری هم دارد که در این جا ذکر نشد. اگر خواهیم همه اینها را در یک کلام جمع کنیم می شود این که در کل "از دواج حالمان را خوب می کند".

هنوز از دواج نکرده اید؟ همین حالا آستین ها را بالا بزنید!

منابع اصلی:

Marriage, family and interpersonal relationships

مجله موفقیت

سایت های معتبر

جوانان و ازدواج، دکتر اصغر کیهان نیا

راهنمای ازدواج، امیر ملک محمودی

گفته های دکتر فرهنگ، دکتر شیری، دکتر دهنوی، استاد حلت و...

قبول کنیم یا نه، متاهل ها در جامعه اعتبار بیشتری دارند. در محل کار آنها را بیشتر تحویل می گیرند و در میان دوستان و آشنایان نیز افراد متاهل بیشتر از مجردها مورد اطمینان و احترام اطرافیان هستند

جای تاکید ندارد. اما این که برآورده ساختن نیازهای غریزی چقدر می تواند در رفاه حال ما تاثیر گذار باشد کمتر مورد بحث قرار گرفته است. برخی نظریه پردازان معتقدند همه اختلالات شخصیتی به غریزه جنسی برمی گردد. تحقیقات و آمار نشان داده است که ارضای نیازها و داشتن رابطه جنسی در جوامع مختلف همواره در قالب ازدواج بهترین شکل را داشته است.

از دواج باعث می شود خودمان را بهتر بشناسیم

شنیده اید که می گویند مومن آینه مومن است؟ این را در مورد همسر هم می توانیم بگوییم: همسر، آینه همسر است. افراد متاهل در سایه یک رابطه نزدیک و صمیمانه و همچنین در شرایط جدید و مسوولیت های تازه می توانند خودشان را بهتر بشناسند و به نقاط قوت و ضعف خودشان پی ببرند. البته فقط نقاط ضعف نیست که طی ازدواج برای ما آشکار می شود بلکه بسیاری از توانمندی ها و قدرت هایی که در وجود ما نهفته بوده و تا به حال شرایطی برای بروز پیدا نکرده بود نیز برپیمان روشن می شود. شاید تا پیش از ازدواج با غرور فکر می کردید که از پس خیلی چیزها برمی آید یا خیلی از کارها را به خوبی بلدید، اما بعد از ازدواج وقتی در موقعیتش قرار گرفتید پی ببرید که به این سادگی ها هم نیست. یا برعکس، شاید اصلا فکر نمی کردید که بتوانید از پس بسیاری از کارهایی بر بیاید که از دواج شما را در موقعیت انجام قرار داد.

با ازدواج نصف دینمان را خریده ایم!

از دواج علاوه بر این که اطاعت از امر خداوند است، به واسطه همین که مامنی برای برآورده کردن نیازهای ماست ما را از ارتکاب به گناه باز می دارد. چه خواهیم و چه نخواهیم ما در جامعه در معرض شرایط مختلف آلودگی به

