



چرا ازدواج بهتر است؟

یک تجربه جهانی

متاهل‌ها خوشبخت‌ترند!



تجربه به ثابت کرده چون شرایط روحی و جسمی بعد از ازدواج بسیار ایده آل است پس توان کاری و انگیزه برای کار هم بیشتر می‌شود، در نتیجه بازدهی مفید کاری و درآمد هم افزایش پیدا می‌کند مخصوصاً در سال‌های اول بعد از ازدواج. بررسی‌ها نشان می‌دهد متوسط درآمد سالانه متاهل‌ها بیشتر از مجردهاست. بعضی از تحقیقات نشان می‌دهد که مردان متاهل حتی تا سه برابر بیشتر از مجردها درآمد دارند

آنها هم مشغول می‌شود و اولین سؤالی که در ذهنشان نقش می‌بندد این است که «کنند دیر شد؟» از طرف دیگر انسان عاقل موجودی است که کاری را نمی‌کند مگر اینکه بداند نفعی برای او در پی دارد. انسان مجرد ازدواج نمی‌کند مگر اینکه به این نتیجه برسد که ازدواج کردن او منافعی دارد که در دوران مجرد قطعاً به آن دست پیدا نمی‌کند. جالب اینجاست که محاسن و نکات مثبت ازدواج در همان اهدافی است که هر کسی می‌تواند با ازدواج کردن به آنها دست پیدا کند. ما طبیعی است که اگر تصمیم به ازدواج می‌گیریم به این فکر کنیم که بعد از ازدواج شرایطمان چه تغییر مثبتی خواهد کرد یا چه منفعتی کسب می‌کنیم تا بپذیریم که رفتار عاقلانه‌ای انجام می‌دهیم. به عنوان شخص سوم وقتی بهانه‌های جوان‌ها را برای ازدواج نکردن یا دیر ازدواج کردن می‌شنویم اولین سؤالی که باید به آن پاسخ بدهیم این است که «چرا باید ازدواج کنیم؟»

عکس‌العمل‌ها دیدنی است! یکی بعد از دیگری به هول ولای این می‌افتند که می‌باید دیر شد، نکنند حواسمان نبود دیگر خواستگاری نیاید. دقیقاً در همین اوضاع و احوال است که تازه عقل سر جایش می‌آید. به اصطلاح همین دختر و پسر که دیر پرواز ایده‌های آتچناتی در مورد شریک زندگی داشتند حالا به این فکر می‌کنند که می‌باید به اشتباه و از سر بی عقلی یک خواستگار را رد کرده‌اند. می‌نشینند دانه دانه خواستگارها پیشان را مرور می‌کنند و تازه می‌فهمند چند درصد از موارد را بدون آینده‌نگری و کاملاً سراسری رد کرده‌اند. به اصطلاح خود ما جوان‌ها وقتی کله‌مان داغ است، جوگیر هستیم، اصلاً متوجه نمی‌شویم و صرفاً به خاطر تبعیت از شرایط دوستان نه می‌گوییم. در مقابل پسر ها هم به تبعیت از خوشگذرانی‌های جمع مردانه مجردی قید گزینش‌های مناسب ازدواج را می‌زنند. حالا کافی است یک نفر از همین جمع مجردی مردانه از ازدواج کنندا اینجاست که ذهن

بیشتری از زندگی‌شان دارند اما چرا؟ ما مرتین سلیگمن، روانشناس برجسته دانشگاه پنسیلوانیا در این باره می‌گوید: ازدواج بیشتر از هر پیوند دیگری بین انسان‌ها، در خوشبختی آنها نقش دارد. ازدواج است که به زندگی افراد معنا می‌دهد به همین دلیل خوشبخت‌ترین افراد دنیا از میان افرادی هستند که ازدواج کرده‌اند. از طرف دیگر تحقیقاتی وجود دارد که در کشورهای مختلف دنیا با ادیان مختلف انجام شده است و نشان می‌دهد که مذهبی‌ها، معتقدین به وجود خدا و باایمان‌ها احساس رضایت و خوشبختی بیشتری دارند. پس براساس تحقیقات کاملاً علمی و عینی اکثر متاهل‌ها خوشبخت هستند.

■ نسخه آزمایش دو نفره
بر اساس بلوغ‌های مختلف عقلی، جسمی، اقتصادی و... تصمیم می‌گیریم با کسی که دوستش داریم و معتقدیم پایه عشق زندگی‌مان است ازدواج کنیم تا در سهمی شویم. ما در حقیقت با ازدواج کردن تصمیم می‌گیریم رابطه‌مان را با کسی که به او عشق می‌ورزیم، دائمی و همیشگی کنیم. همین الان برگردید و چند جمله اول این بخش‌ها را با دقت و احساس بیشتری دوباره بخوانید: «ما تصمیم می‌گیریم عشق زندگی‌مان را برای همیشه در کنار خودمان نگه داریم، از انرژی خوبی که به ما می‌دهد، از انگیزه‌های که برای کار و امید به آینده می‌بخشد تا آخر عمر استفاده کنیم و در مقابل خوشبختی را با او بسازیم.» این حقیقت ازدواج است شیرین است مگر نه؟ حتی خواندن توصیف این هدف ازدواج واقعاً شیرین و لذتبخش است چه برسد به انجام دانش. همین تصور شیرین می‌تواند بخش مهمی از نگرانی‌های زندگی‌های صنعتی این سال‌ها را از ما دور کند حالا تصور کنید اگر به عینیت برسد چقدر می‌تواند تأثیر گذار باشد؟

ازدواج می‌تواند ما را از استرس‌ها و تنش‌های یک رابطه عاشقانه بی‌هدف، با هویت‌بخشی و آینده‌نگری نجات دهد. با ازدواج رابطه ما از آن چه هست استوارتر می‌شود و دیگری این نگرانی را نداریم که ممکن است او را از دست بدهیم. یک علت این آرامش عشق است. نیروی عشق آزمایشی بی‌نظیر به ما می‌دهد که در کمتر جایی می‌توانیم آن را پیدا کنیم. خداوند در چند مورد از آیات قرآن هدف از آفرینش بعضی چیزها را صرفاً آرامش انسان عنوان کرده است. خداوند فرموده اول آیه ۳۲ سوره نور در قرآن فرموده: «مردان و زنان مجرد خود را همسر دهید... اگر فقیر و تنگدست باشند خداوند آنها را از فضل خود بی‌نیاز می‌کند، خداوند گمشاگرد و آگاه است.» وعده از این بهتر؟ خود خدا قول می‌دهد که حتی اگر فقیر و تنگدست باشیم با ازدواج از فضل و رحمت او بهره‌مند می‌شویم. دومین دلیل نمونه‌های عینی است. همه ما در اطرافمان جوان‌هایی را داریم که دیدشان نسبت به وضعیت مالی قبل از ازدواج کاملاً متفاوت با دید بعد از ازدواج شده است.

تجربه به ثابت کرده چون شرایط روحی و جسمی بعد از ازدواج بسیار ایده آل است پس توان کاری و انگیزه برای کار هم بیشتر می‌شود، در نتیجه بازدهی مفید کاری و درآمد هم افزایش پیدا می‌کند مخصوصاً در سال‌های اول بعد از ازدواج. بررسی‌ها نشان می‌دهد متوسط درآمد سالانه متاهل‌ها بیشتر از مجردهاست. بعضی از تحقیقات نشان می‌دهد که مردان متاهل حتی تا سه برابر بیشتر از مجردها درآمد دارند. علاوه بر این چون نگاه به آینده‌نگری در میان جوانان متاهل بیشتر است پس تلاش برای کسب ملک و ماشین و اندوخته مالی نیز در بین آنها بیشتر است به همین دلیل مطالعاتی که در سال ۲۰۰۴ تا ۲۰۰۷ از سوی یک مرکز روانشناسی انجام شد نشان داد که احتمال صاحب خانه بودن متاهل‌ها ۷ برابر بیشتر از مجردهاست و متاهل‌ها ۸۰ درصد بیشتر از مجردها دارای ثروت هستند. پس اندازه‌ها هستند. طبیعی است که شما وقتی در بهترین شرایط زندگی از نظر روحی و روانی هستید، وقتی عاشق زندگی‌تان را در کنار خود دارید و زمانی که آرامش بیشتری را نسبت به همسن و سال‌هایتان به واسطه ازدواج‌تان کسب می‌کنید پس می‌توانید در آمد بیشتری داشته باشید. مرد زمانی که متاهل می‌شود مسئولیت پذیری بیشتر از مجردهاست و تمایل به کارهای سخت‌تر و پرخطرتر دارد. این موضوع را در مان می‌کنند حتی زخم‌های متاهل‌ها بهتر و سریع‌تر از مجردها بهبود می‌یابد. رابطه خوب با همسر سیستم دفاعی بدن را به میزان

بیشتری از زندگی‌شان دارند اما چرا؟ ما مرتین سلیگمن، روانشناس برجسته دانشگاه پنسیلوانیا در این باره می‌گوید: ازدواج بیشتر از هر پیوند دیگری بین انسان‌ها، در خوشبختی آنها نقش دارد. ازدواج است که به زندگی افراد معنا می‌دهد به همین دلیل خوشبخت‌ترین افراد دنیا از میان افرادی هستند که ازدواج کرده‌اند. از طرف دیگر تحقیقاتی وجود دارد که در کشورهای مختلف دنیا با ادیان مختلف انجام شده است و نشان می‌دهد که مذهبی‌ها، معتقدین به وجود خدا و باایمان‌ها احساس رضایت و خوشبختی بیشتری دارند. پس براساس تحقیقات کاملاً علمی و عینی اکثر متاهل‌ها خوشبخت هستند.

■ نسخه آزمایش دو نفره
بر اساس بلوغ‌های مختلف عقلی، جسمی، اقتصادی و... تصمیم می‌گیریم با کسی که دوستش داریم و معتقدیم پایه عشق زندگی‌مان است ازدواج کنیم تا در سهمی شویم. ما در حقیقت با ازدواج کردن تصمیم می‌گیریم رابطه‌مان را با کسی که به او عشق می‌ورزیم، دائمی و همیشگی کنیم. همین الان برگردید و چند جمله اول این بخش‌ها را با دقت و احساس بیشتری دوباره بخوانید: «ما تصمیم می‌گیریم عشق زندگی‌مان را برای همیشه در کنار خودمان نگه داریم، از انرژی خوبی که به ما می‌دهد، از انگیزه‌های که برای کار و امید به آینده می‌بخشد تا آخر عمر استفاده کنیم و در مقابل خوشبختی را با او بسازیم.» این حقیقت ازدواج است شیرین است مگر نه؟ حتی خواندن توصیف این هدف ازدواج واقعاً شیرین و لذتبخش است چه برسد به انجام دانش. همین تصور شیرین می‌تواند بخش مهمی از نگرانی‌های زندگی‌های صنعتی این سال‌ها را از ما دور کند حالا تصور کنید اگر به عینیت برسد چقدر می‌تواند تأثیر گذار باشد؟

ازدواج می‌تواند ما را از استرس‌ها و تنش‌های یک رابطه عاشقانه بی‌هدف، با هویت‌بخشی و آینده‌نگری نجات دهد. با ازدواج رابطه ما از آن چه هست استوارتر می‌شود و دیگری این نگرانی را نداریم که ممکن است او را از دست بدهیم. یک علت این آرامش عشق است. نیروی عشق آزمایشی بی‌نظیر به ما می‌دهد که در کمتر جایی می‌توانیم آن را پیدا کنیم. خداوند در چند مورد از آیات قرآن هدف از آفرینش بعضی چیزها را صرفاً آرامش انسان عنوان کرده است. خداوند فرموده اول آیه ۳۲ سوره نور در قرآن فرموده: «مردان و زنان مجرد خود را همسر دهید... اگر فقیر و تنگدست باشند خداوند آنها را از فضل خود بی‌نیاز می‌کند، خداوند گمشاگرد و آگاه است.» وعده از این بهتر؟ خود خدا قول می‌دهد که حتی اگر فقیر و تنگدست باشیم با ازدواج از فضل و رحمت او بهره‌مند می‌شویم. دومین دلیل نمونه‌های عینی است. همه ما در اطرافمان جوان‌هایی را داریم که دیدشان نسبت به وضعیت مالی قبل از ازدواج کاملاً متفاوت با دید بعد از ازدواج شده است.

تجربه به ثابت کرده چون شرایط روحی و جسمی بعد از ازدواج بسیار ایده آل است پس توان کاری و انگیزه برای کار هم بیشتر می‌شود، در نتیجه بازدهی مفید کاری و درآمد هم افزایش پیدا می‌کند مخصوصاً در سال‌های اول بعد از ازدواج. بررسی‌ها نشان می‌دهد متوسط درآمد سالانه متاهل‌ها بیشتر از مجردهاست. بعضی از تحقیقات نشان می‌دهد که مردان متاهل حتی تا سه برابر بیشتر از مجردها درآمد دارند. علاوه بر این چون نگاه به آینده‌نگری در میان جوانان متاهل بیشتر است پس تلاش برای کسب ملک و ماشین و اندوخته مالی نیز در بین آنها بیشتر است به همین دلیل مطالعاتی که در سال ۲۰۰۴ تا ۲۰۰۷ از سوی یک مرکز روانشناسی انجام شد نشان داد که احتمال صاحب خانه بودن متاهل‌ها ۷ برابر بیشتر از مجردهاست و متاهل‌ها ۸۰ درصد بیشتر از مجردها دارای ثروت هستند. پس اندازه‌ها هستند. طبیعی است که شما وقتی در بهترین شرایط زندگی از نظر روحی و روانی هستید، وقتی عاشق زندگی‌تان را در کنار خود دارید و زمانی که آرامش بیشتری را نسبت به همسن و سال‌هایتان به واسطه ازدواج‌تان کسب می‌کنید پس می‌توانید در آمد بیشتری داشته باشید. مرد زمانی که متاهل می‌شود مسئولیت پذیری بیشتر از مجردهاست و تمایل به کارهای سخت‌تر و پرخطرتر دارد. این موضوع را در مان می‌کنند حتی زخم‌های متاهل‌ها بهتر و سریع‌تر از مجردها بهبود می‌یابد. رابطه خوب با همسر سیستم دفاعی بدن را به میزان

■ ساز مخالف با طبیعت مان نزنیم
برای پاسخ دادن به این سؤال که «چرا باید ازدواج کنیم؟» باید از چند منظر بدانیم اصلاً چرا ازدواج ضروری است؛ مثلاً اولین مورد این است که من و شما به عنوان یک جوان مجرد با چه هدفی باید ازدواج کنیم؟ متأسفانه با توجه به تغییر شرایط کشور اعم از اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی نه تنها اهداف ریز و فرعی ازدواج تغییر کرده بلکه امروز حتی هدف اصلی ازدواج هم تغییر کرده است به طوری که اهداف فرعی و ریز هدف اصلی ازدواج را تحت‌الشعاع قرار داده‌است. در حقیقت وقتی هم امروز جوان ایرانی نظری خوب یا بد در مورد ازدواج می‌دهد به اقتضای برداشتی است که او بر اساس تغییرات به هدف ازدواج کردن رسیده است. مثلاً تغییرات باعث شده است که هدف اصلی ازدواج کردن در نظر او رفع نیازهای جنسی شود پس او تصمیم می‌گیرد نیازش را به شکل دیگری رفع کند و قید ازدواج را بزند. حالا ما باید برای یک جوان در مرز ازدواج و حتی یک جوان مجرد از سن ازدواج گذشته توضیح بدهیم که اصلاً چرا باید ازدواج کنیم؟

ما که هیچ، خلاف جریان طبیعت هیچ کس نمی‌تواند حرکت کند. اگر طبیعت جسم شما نقش کشیدن، غذا خوردن و تحرک است به عنوان یک انسان چند روز می‌توانید در مقابل این وجودی مقاومت کنید؟ قطعاً در هر مورد چند ساعت تا چند روز و نه بیشتر! طبیعت آن چیزی است که ذات هر فردی را بر اساس آن شکل گرفته است. ازدواج و تشکیل خانواده جزو طبیعت ما انسان‌هاست. اگر غیر از این بود در ابتدای خلقت خداوند می‌توانست به راحتی سرشش زن و مرد را طوری پایه‌گذاری کند که بدون ازدواج تکثیر نسل کنند اما چطور طبیعت ما را رقم زد؟ با ازدواج اولین انسان‌ها، ازدواج باعث ماندگاری و بقای آدم و حوا شد. علاوه بر انسان، ما در بین سایر موجودات هم می‌بینیم که بقای آنها بر اساس طبیعتی به اسم ازدواج است. قطعاً بقا و تکثیر نسل از اهداف آورده‌های ازدواج است، اما در این میثت رویکرد ما صرفاً ازدواج بر اساس طبیعت و ذات آفرینش آدمی است تا بماند. این طبیعت در میان سایر موجودات اعم از حیوانات، گیاهان و سایر جانداران هم دیده می‌شود پس ازدواج طبیعت جهان هستی است که انسان نمی‌تواند و نباید در جهان به این بزرگی ساز مخالف بزند و طبیعت را حذف کند.

■ متاهل‌ها خوشبخت‌ترند
تعریف ما از خوشبختی با دیگری متفاوت است. اگر من خوشبختی را رفاه نسبی اقتصادی و کاری می‌بینم ممکن است دیگری خوشبختی را صرفاً در بچه‌دار شدن بداند و یک نفر سوم خوشبختی‌اش را محدود به مسافرت یا تملک کند. خلاصه اینکه خوشبختی نسبی است و معیارها و ملاک‌های خاص خودش را در ذهن هر فردی دارد، اما مهم این است که اگر ما از فردی پرسیدیم خوشبختی‌اش او بر اساس همان معیارهای ذهنی و شخصی‌اش است یا نه جواب دده که خوشبخت است یا نه. نتایج یک مطالعه در سال ۲۰۱۳ که در ۱۷ کشور پیشرفته دنیا انجام شد نشان می‌دهد که «افراد متاهل بسیار خوشبخت‌تر از مجردها هستند». این یعنی اینکه در کشوری که ملاک دارایی، رفاه، شغل و سلامت در ایده‌آل‌ترین شرایط است و تقریباً همه از نظر اجتماعی و اقتصادی و سلامت در سطح عالی قرار دارند متاهل‌ها رضایت



نگاه

یک انتخاب برای یک عشق پایدار

آرامشی که همیشه در کنار شماست

حتماً شما هم تجربه شنیدن بهانه‌هایی را از زبان جوان‌ترها دارید که مضمون آن این است که وقتی ما با دختر یا پسر دوستی داریم، وقتی نیازهایمان رفع می‌شود پس چه دلیلی دارد از دواج کنیم. در جواب این عزیزان باید بگوییم اول اینکه شما در دوستی‌ها اگر چه عشق دارید اما چون دوست هستید این عشق نتیجه ندارد پس در نهایت بعد از مدتی به دلیل بی‌هدف بودن دچار فرسودگی می‌شوید، دعوا و مشاجره بینتان شکل می‌گیرد و در نهایت با بدترین دلخوری‌ها جدا می‌شوید. صد البته که این جدایی‌ها چون در یک رابطه بی‌هدف و غیرعقلی شکل گرفته است اصلاً مهم به شمار نمی‌آید و به همین خاطر است که در چنین دوستی‌هایی وقتی جدایی رخ می‌دهد هر یک از طرفین بعد از مدتی سراغ دیگری می‌روند. چنین رابطه‌ای پایدار نیست و هیچ‌گاه نتایج متعالی و کامل از دواج را ندارد و هیچ وقت شما را به یک آرامش همیشگی نمی‌رساند.

ازدواج و تجربه عشق پایدار

یکی از مهم‌ترین اهداف ازدواج کردن تجربه کردن عشق واقعی و پایدار و در حقیقت هدفمند کردن انرژی و رابطه در زندگی است. اگر از مردم سؤال کنید که تصورشان از میزان عاطفه و رفتار همسران چیست قطعاً به شما می‌گویند که همسر انسان باید عاشق باشد و عشق بورزد.

در مقابل همه مجردها اعتراف می‌کنند که اگر رابطه‌ای با عشق داشته باشند ازدواج نکنند هم شخص، هم رابطه و هم عشقشان را به مرور زمان از دست می‌دهند در حقیقت مجردها می‌گویند که با ازدواج نکردن «عشق و دوستی» را از دست می‌دهند در حالی که زندگی بدون عشق برای اکثر ما معنایی ندارد.

تصور کنید شما یک فرد موفق، تحصیلکرده، سرشناس و بسیار خوش اخلاق هستید. قطعاً در چنین شرایطی از درآمد خوبی هم برخوردار هستید زمانی که ازدواج می‌کنید چه می‌شود؟

عشق‌تان دو برابر می‌شود، زندگی‌تان اعم از دخل، خرج، رفت و آمد و تصمیم‌گیری‌ها همه هدفمند و براساس آینده‌نگری می‌شود.

زندگی‌تان را با هدفی والا تعریف کنید

مسارک تواین متفکر، نویسنده و طنزپرداز امریکایی است. او با اولیوه لنگدن دختر یکی از صاحبان صنایع ثروتمند نیویورک ازدواج کرد و گفته خودش در ۲۰ سال بعد از ازدواجش و تا زمانی که همسر و دخترش در قید حیات بودند بین ۱۸۷۵ و ۱۸۹۴ شادترین و ثروتمندترین نویسنده بود و بهترین کتاب‌هایش را در این



مدت نوشت، او دربار ازدواج می‌گوید: «ازدواج دو خط شکسته را یکی می‌کند، به دو زندگی بی‌هدف، کار می‌بخشد و نیروی هر کدام را برای انجام آن کار دوبرابر می‌کند. به دوسرشت جست‌وجوگر دلیلی برای زندگی کردن می‌دهد و چیزی که به خاطر آن زندگی کنند.» در حقیقت مارک تواین با نوسخ زندگی‌اش، فراز و فرودهایش و به قول خودش موفقیت‌هایش در ۲۰ سال بعد از ازدواج عملاً ثابت کرده که ازدواج باعث هدفمند شدن زندگی است.

تصور کنید پسر جوانی که تا دیروز بچه مادر و پدرش بوده، دختری که تا دیروز درانه بوده و لوس و حالا وارد مرحله جدیدی از زندگی شده‌اند که امروز مسئول رفتار و آینده خودشان هستند.

البته قطعاً چند مدت دیگری با پدر و مادر و لوس و حالا وارد مرحله جدیدی از زندگی می‌فهمند که زندگی بیشتر از آن ارزش دارد که بخوانند سراسری آن را بگذرانند. بعد از ازدواج دیدگار مال خودمان نیستیم، بلکه مال همسر دیگران در ذهن ما اعتبار پیدا کند.

اعتبار پیدا کردن انسان نیست اما اگر کسی بتواند در میان مردم اعتبار پیدا کند در حقیقت جایگاهی دارد که به راحتی خراب نمی‌شود و حرفش، زندگی‌اش، رفتارش و حتی کلامش برای بقیه الگو و حجت می‌شود. در حقیقت گزینش‌هایی وجود دارند که باعث اعتباربخشی بیشتر به انسان می‌شود. اگر انسانی هستید که دوست دارید وجهه اعتبار بخشی‌تان افزایش پیدا کند بهتر است ازدواج کنید. 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 مزایای بیشتری هم برخوردارند.

■ مارک تواین متفکر، نویسنده و طنزپرداز امریکایی می‌گوید: «ازدواج دو خط شکسته را یکی می‌کند، به دو زندگی بی‌هدف، کار می‌بخشد و نیروی هر کدام را برای انجام آن کار دوبرابر می‌کند. به دو سرشت جست‌وجوگر دلیلی برای زندگی کردن می‌دهد و چیزی که به خاطر آن زندگی کنند.» مارک تواین با نوسخ زندگی‌اش، در ۲۰ سال بعد از ازدواج عملاً ثابت کرده که ازدواج باعث هدفمند شدن زندگی است