

دکتر فرهنگ هلاکویی - ازدواج و خانواده آمادگی برای ازدواج

همانطور که میدانید در طول تاریخ آن چیزی که اسمش آمادگی برای ازدواج بوده برای دختر سن بوده و برای پسر داریی.

اما در دنیای امروز آمادگی برای ازدواج نکاتی را دارد که به آن اشاره می‌کنم:

1. بدون تردید سن هست. امروز می‌دانیم که قبل از بیست و دو سالگی شما

بهتر است که فکر ازدواج نکنید و احتمالاً بیست و شش سالگی هست که به نظر

می‌رسد سن مناسب ازدواج است و در مورد پسر و دختر هم انقدر اختلافی ندارد.

آمار ایران نشان می‌دهد که از مقارن انقلاب تا بیست سال بعدش سن متوسط در

محیط‌های شهری از نوزده و خرده ای دختر به بیست و دو رسیده و پسر از بیست و

چهار به بیست و پنج یا بیست و شش و دقیقاً نشان می‌دهد که اتفاقاً در جامعه

ایران دارند در مسیری حرکت می‌کنند که اگر متوسط را ملاک بگیریم اگر البته متوجه

باشند که آمار را چگونه جمع‌آوری می‌کنند به مطلبی که بنده عرض کردم نزدیک

است. به همین دلیل است که بنده غالب اوقات سختم این است که قبل از بیست و

دو سال اصلاً فکر ازدواج نکنید هر فکر دیگری دارید داشته باشید. بین بیست و دو تا

بیست و پنج و شش می‌شود این فکر را کرد ولی بعدش ماجرا متفاوت خواهد بود.

۲. رسیدن به حداقل هاست. و یا درست‌تر به مرحله بلوغ یا Maturation. یعنی ما

باید به یک مقدار از جنبه‌های ارتباطی رسیده باشیم. یعنی بلوغ احساسی و

عاطفی بلوغ جسمی و جنسی بلوغ اقتصادی بلوغ عقلی و جنبه‌های مختلف و

متفاوت و متاسفانه می‌دانیم که نه تنها در طول تاریخ بلکه در دوران ما هم بسیاری از

مردم ناقص الخلقه هستند و مقصود از ناقص الخلقه این هست که برخی از

قسمتهای وجودشان رشد کامل خودش را داشته و حال آنکه در بسیاری از موارد دیگر

رشد نداشته‌اند. بنده بارها بارها در کار روان‌درمانی و تراپی با دوستانی حتی با

درجه عالی دکتری از بهترین دانشگاه‌های امریکا روبرو شده‌ام که وقتی به آنها نگاه

میکردید از نظر روانی واقعا ناقص الخلقه بودند. در حالی که دست و پاهایشان به

اندازه بود ای بسا سرشان یک پنجم اندازه لازم بود. به بیان دیگر مساله نه تنها بلوغ که مساله توازن و تعادلی در این زمینه حتما ضرورت دارد. یعنی کسی برای ازدواج آمادگی دارد که به مراحل از بلوغ رسیده باشد. در گذشته فقط بلوغ جسمی و جنسی بوده تا آنجایی که شما می دانید به مجرد اینکه پسری تغییراتی در او دیده می شد و مخصوصا در دختر دگرگونی هایی که خیلی از اوقات حتی عادت ماهانه علامت نه توانایی و میل جنسی بوده و نه حتی قابلیت بارداری به مجردی که اولین علامت عادت ماهانه نشان می داد فکر این را می کردند که باید ازدواج کرد و به همین جهت است که بسیاری از ما همچنان در یک چهارچوب فکری و ذهنی هستیم. و حال آنکه مساله بلوغ جسمی و جنسی فقط حداقل حداقلی است که خوشبختانه با توجه به سن و سالی که بنده اشاره کردم دیگر من و شما برایش مشکل و مطلبی نخواهیم داشت. اما واقعا مساله رشد در زمینه های مختلف اهمیت فوق العاده دارد.

۳. ثبات و قرار *Stability*. و قصد من از اینکه آدم ها باید *Stable* باشند این هست که من و شما در مسیر رشد به گونه ای حرکت میکنیم که مانند گذشته نیستیم. حتی مفهوم رشد تغییر در مسیر تکامل هست. این را با مثالی عرض میکنم که اگر شما به اروپا بروید و بخواهید برای خودتان کفش از ایتالیا بخرید اگر امکانات مالی داشته باشید و کفش دوست داشته باشید می توانید پنج یا ده جفت کفش بخرید اما اگر پسر و دختر شما در امریکا باشند و سنشان ده یا دوازده ساله باشد چنین نمی کنید چون می دانید که کفشی را که برایش خریده اید شش ماه دیگر پایش نخواهد کرد. علتش این است که او در مسیر تغییر است. بنابراین هیچ کس در زندگی نمی تواند درگیر یک تعهد بلند مدت شود آن زمانی که هنوز در حال تغییر است. بنابراین مساله ثبات و قرار این هست که من و شما بعد از دو - سه سالی که دیدیم در اصول و جنبه های کلی تغییرات و دگرگونی هایی در ما پیدا نمی شود و به صورت فرد بزرگسال در آمده ایم حال می توانیم یک تصمیمی بگیریم برای تمام عمر. دلیل اصلی و اساسی که ازدواج یک پسر و دختر هجده یا نوزده ساله تقریبا با شکست همراه

است این است که هر دو تغییر می کنند و بنابراین آنچه را که دوست داشتند دوست نخواهند داشت و آنچه را که می پذیرفتند و می پسندیدند نخواهند پذیرفت به همین جهت است که اهمیت دارد من و شما به مرحله ثبات و قرار رسیده باشیم. افرادی که خودشان را مخصوصا در وقت ورود به یک فرهنگ دیگر دستخوش تغییر و دگرگونی می بینند باید مدتی صبر کنند تا مطمئن شوند به قرار رسیده اند زیرا آنهایی که به قرار نرسند این نقطه قرار یکیش میگریزد و به فرار تبدیل می شود و این همان چیزیست که در برخی زندگی ها می بینید افراد به جای اینکه به قرارشان بروند به دنبال فرارشان هستند.

۴. استقلال و همبستگی که در جامعه ایرانی بسیار بسیار مهم است. اگر برسید پنج موضوع مهم در جامعه ایرانی که مشکل اصلی و اساسی ما چه هست و چگونه من و شما را گرفتار کرده خدمتتان عرض می کنم که یکی مساله Relationship یا رابطه است.

از نظر من و برای یک توضیح و توجیه گفت و گوی آموزشی انسان به نظر من از هشت مرحله میگذرد:

مرحله اول در وقت تولد است. همزیستی یا یکی بودن است. مرحله ای که کودک با مادرش و بقیه جهان یکی است. کودک دو-سه ماهه وقتی دست به اسباب بازی اش می زند تفاوتی بین دستش و اسباب بازی اش قایل نیست اما از چهار ماهگی به بعد تشخیص ها آغاز خواهد شد.

مرحله دوم را من مرحله چسبندگی می گیرم که حدود یک سالگی است که اوج یا Separation Anxiety یا اضطراب جدایی است. به این معنا که کودک در حالی که پی

به وجود خودش برده که معمولا تولد روانی حدود هشت ماهگی اتفاق میافتد اما در دوازده ماهگی امکان جدایی را از مادر یا کسی که از او مراقبت می کند را ندارد و ندیدن مادر برای او مساوی است با نابودی مادر و مرگ حتی احساسی و عاطفی خودش. بنابراین در مرحله دوم یعنی یک سالگی من و شما وارد مرحله چسبندگی می شویم.

در مرحله سه سالگی وارد مرحله Addiction یا اعتیاد می شویم. یعنی کودک به مادر

یا Primary Care Taker معتاد می شود و حالت آدم معتاد را دارد یعنی حاضر است همه چیز را زیرپا بگذارد تا او را به دست بیاورد ولی آن زمانی که محتاج است. یعنی یک کودک سه ساله می تواند سه ساعت با دوستانش بازی کند و اصلا فراموش کند مادر دارد اما لحظه ای که احتیاج به مادر داشت همان زمان باید او را دور و بر خود داشته باشد و اگر نه کاملا می تواند اذیت بشود. و این درست مثل حالت یک فرد معتاد هست که اگر نیازی به ماده مخدر داشته باشد و نباشد گرفتار می شود.

مرحله چهارم که در پنج سالگی است مرحله Habit یا عادت هست. یعنی از اعتیاد به عادت می رسد. ترجیح می دهد و دوست دارد که باشد.

و در هشت سالگی کودک انسانی به مرحله وابستگی یا Dependency می رسد. می دانیم که اساس وابستگی مرتبط است به مساله احتیاج و درک این واقعیت برای کودکی که عقل در او ظاهر شده این هست که من موجود نیاز مندی هستم که باید این نیازها را ارضا کنم تا رنج نبرم و لذت ببرم و زنده باشم و نمیرم. بنابراین مساله احتیاج برای کودک مهمترین مساله است و به همین جهت است که بچه های هشت تا یازده ساله بزرگترین اضطراب و وحشتشون مرگ پدر و مادر هست و این کاملا می تواند آنها را از پای در بیاورد. بنابراین کودک در حدود هشت سالگی به مرحله وابستگی می رسد و این مفهوم وابستگی به این معناست که من برای رفع احتیاجات خودم به تو نیازمندم و بدون تو درد می کشم و رنج می برم و می میرم. تمنا می کنم به این دقت کنید تا بدانید چرا در طول تاریخ وقتی که دیروز عرض کردم مطلقا از نظر من عشق وجود نداشته یا نوع بسیار نادرش بوده به خاطر اینکه آنچه را شما می بینید و می شنوید مساله وابستگی بوده و معلوم است آنجا که مساله درد و لذت من به تو مربوط است و مساله مرگ و زندگی من به تو مربوط است احتمالا از نظر بسیاری در یک نگاه سطحی چیزی جز یک عشق عمیق کامل نخواهد بود و حال آنکه مساله وابستگی ماجرای دیگری است. حدود هشت سالگی کودک به وابستگی می رسد.

بین هشت تا دوازده سالگی کودک انسانی که وارد مرحله Concrete Operational Stage می شود. از نظر ذهنی آمادگی پیدا میکند باید به مرحله جدایی و رهایی

برسد. یعنی باید بند ناف روانی بریده بشود. مادری که با بی رحمی در وقت تولد فرزندش را از خودش جدا کرد با بریدن بند نافش در حالی که کودک امکان زندگی نداشت تا به او و خودش امکان زندگی بدهد باید جرات و امکان این را داشته باشد که بین هشت تا دوازده سالگی بند ناف روانی فرزندش را ببرد و به او اجازه دهد که او زندگی بکند و پدر و مادر هم بروند زندگی خود را بکنند و اینجاست که توصیه هایی که در امریکا می شود و عملاً هم آن را انجام می دهند این است که بچه ها را برای سه-چهار روزی به کمپ می فرستند و از آنها می خواهند که نه با پدر و مادر تماسی داشته باشند و نه پدر و مادر هم با آنها کاری. زیرا اگر این بند ناف روانی بریده شود همه خلاص و آسوده خواهند شد. این مرحله جدایی و رهایی بین هشت تا دوازده سالگی باید اتفاق بیافتد و اگر اتفاق افتاد وارد مرحله هفتم خواهد شد بین دوازده تا هجده سالگی که مرحله استقلال و آزادی است. یعنی Independent یعنی کودک در این مرحله به مرحله استقلال و آزادی می رسد و این استقلال و آزادی یک معنایش این هست که من می توانم روی پای خودم بایستم و به مرحله Self Sufficiency رسیدم و این مرحله ایست که سبب خواهد شد من در زندگی توان و امکان این را داشته باشم که بتوانم زندگی خودم را اداره کنم. بنابراین شما در حدود هجده سالگی به مرحله استقلال و آزادی می رسید.

از نظر من یک مرحله بالاتر و برتر از این هست بین هجده تا بیست و دو سالگی که من نامش را همبستگی Interdependency میگذارم. مقصود از همبستگی این هست که در حالی که من می توانم مستقل و آزاد روی پای خودم بایستم در حالی که من نهار و شام خودم را دارم اما ترجیح میدهم که نهار و شامم را با تو بخورم. اعم از اینکه نهار و شام تو باشد یا من. چون فرقی نمی کند. علت اینکه من می خواهم با تو باشم هیچ ارتباطی به نهار و شام ندارد. من و تو به عنوان یک موجود زنده که م ی توانیم گرسنه شویم نهار و شام خواهیم خورد و حال آنکه در مرحله وابستگی به این دلیل سراغ دیگران می روید که با آنها نهار و شام بخورید چون اگر نروید نهار و شام نخواهید

داشت و خواهید مرد. به همین جهت است که شما می بینید مساله وابستگی با جنبه های مادی آنچنان گره می خورد که اصلا مفهوم عشق چیزی جز خوردن و خوراندن نخواهد بود.

و حال آنکه در مرحله بیست و دو سالگی که مرحله همبستگی یا Interdependency هست شما به مرحله ای رسیده اید که ارتباطتان با دیگران بر اساس انتخابتان است. شما انتخاب میکنید، اختیار میکنید که با دیگری باشید بدون اینکه به او محتاج باشید بلکه به او مشتاقید. مایلید که با او باشید بدون اینکه به او نیاز داشته باشید مخصوصا نیازهای واقعی یعنی آن دو نیاز فیزیکی و نیاز امنیت. در نتیجه مرحله همبستگی مرحله ایست که به شما اجازه می دهد آزادانه انتخاب کنید. او را می خواهید به خاطر او. به همین جهت است که دیروز هم عرض کردم عشق سالم میگوید تو را دوست دارم پس به تو مشتاقم. عشقی که مبتنی بر مفهوم وابستگی است می گوید من به تو محتاجم پس عاشق تو هستم و به میزانی که محتاج ترم و بدبخت ترم و خالی ترم و تنها ترم و گرفتار ترم و نگران ترم ظرفیت عشق بیشتری دارم و حال آنکه واقعیت این است که من به دنبال کسی هستم که نیاز مرا برآورده کند. علت اهمیت این مساله در جامعه ایران این است که اگر من و شما به مرحله استقلال و آزادی و یا مرحله همبستگی نرسیم و متاسفانه بیش از نیمی از ما همچنان در مرحله وابستگی و هشت سالگی هستیم اصولا شما ازدواج نمیکنید. شما در حقیقت زن می گیرید، مرد می گیرید، شوهر می کنید، عروس می آورید، داماد دارید و اینها معنا و مفهومی ندارند حتی همانگونه که خانم دکتر ناصحی اشاره فرمودند وقتی که شما ازدواج می کنید زن در خانه هیچ کاره است تا زمانی که مادر بشود. آن هم به خاطر اینکه پسر خانواده محترم را آورده ولی همچنان خودش نامحترم است و به همین جهت است که احتمالا اگر مساله جدایی یا هر چیزی مطرح بشود مادر باید برود دنبال کارش و بچه از آن خانواده است، از آن پدر است. پدري که احتمالا نقش کمتری اگر اصلا نقشی در وجود این بچه داشته باشد. علت اینکه این را عرض میکنم برای این است که ببینید اصلا کل ماجرا چه بوده. یعنی مفهومی که ما در طول تاریخ داریم چه هست.

نتیجتاً عشق فقط و فقط و فقط میان دو انسان آزاد مستقل همبسته ممکن است.

آن چیزی که شما اسمش را عشق می گذارید مساله وابستگی بوده و این وابستگی از ما برده و بنده و حتی بره ساخته و به همین جهت برده دار و ارباب و گرگ پیدا شده.

به دلیل همین مساله است که شما نمیتونید وارد یک زندگی سالم در دنیا شوید اگر به مرحله آزادی و استقلال و همبستگی نرسیده باشید. اگر به مرحله ای نرسیده باشید که انتخاب او به خاطر خود او و شما باشد نه به خاطر توانایی او برای رفع احتیاجات و نیازهای شما و البته بعداً به این خواهیم رسید که اساس نگه داشتن خانواده رفع نیاز و احتیاج است اما در آغاز من و شما آن زمانی میتونیم درگیر یک رابطه سالم شویم که برای ادامه زندگی به او محتاج نیستیم. ما خود توان اداره کردن زندگی خود را داریم. با او زندگی ما بهتر می شود اما همچنان زندگی ما بدون او و هر کس دیگری خوب هست. اما روزی که زندگی من بد و جهنمی است علت علاقه من به دیگری فقط به دلیل توانایی او برای بیرون بردن من و همینطور که خانم دکتر ناصحی اشاره فرمودند علاوه بر مزایایی که یک مرد یا یک زن میتواند داشته باشد این است که شهروند کجاست تا بتواند من را از زندانی به جایی که من فکر می کنم رهایی و آزادی هست ببرد. در حالی این مساله احتمالاً نمی توانست چنین اهمیتی را داشته باشد اگر من و شما به مرحله استقلال و آزادی و همبستگی رسیده باشیم.

5. مورد بعد مساله جهت و هدف و معنی در زندگیست. شما روزی میتوانید ازدواج

کنید که جهت و هدف و معنی را تا حدودی یافته باشید و با آن آدم بتوانید آن را تعقیب کنید. کسانی که هدفی ندارند و معمولاً راه و هدفی ندارند و زندگی برایشان معنی ندارد ازدواج هم برایشان معنی ندارد.

نکته ای که مهم است و مایلیم به آن توجه کنید این هست که شما یا کسی که میخواهید با او ازدواج کنید جهت هدف و معنی را در زندگی پیدا کرده باشید. شما در راهی باشید. و در این مسیر و راه باید همراهی را پیدا کنید نه اینکه سرگردان و حیران مانده اید و منتظرید کسی بیاید و شما را نجات دهد.

مساله سلامت فیزیکی و روانی بینهایت مهم است. اول سالم باشید بعد ازدواج کنید. شما میدونید یکی از بیماریهای رایج فرهنگ ما این است که بیماران روانی مخصوصا اسکیزوفرنی را میگویند اگر زنش بدهند خوب میشود. اما یک مورد بسیار مهم است و اینکه مطمئن باشید از نظر جنسی مشکلی ندارید یعنی سلامت فیزیکی و روانی مخصوصا سلامت جنسی مهم است. خوشبختانه مسایل و مشکلات جنسی که حدود یازده یا سیزده تا است بیشترشون با چند جلسه تراپی و کمی کمک قابل درمان است. و مسایل جنسی که معمولا خانواده ها را بر باد میدهد میتواند به راحتی حل شود. که مال بعد از ازدواج نیست و باید قبل از ازدواج حل شود.

۶. باید مطمئن شوید که شما کالای ازدواج هستید. برخی از شما Marriage Material

نیستید قربونتون برم. شما اصلا به درد ازدواج نمیخورید. به دلایل روانی اگر درست نشوید میتونید کار را خراب کنید. بنده باورم این هست که یک عده زن خراب کن مرد خراب کن هستند هر وقت یک زنی یا مرد دستش بدید شش ماه بعد گندیده و فاسد تحویلتون میده. بنابراین اگر کالای ازدواج نیستید برید دنبال کارتون. شما کالای ازدواج نیستید. برخی از شما کالای پدر و مادری نیستید یعنی اصلا شما به عنوان یک مرد بذارید شب بچه تون تلویزین تماشا کنه؟ غلط کرده من خسته ام من باید تماشا کنم. خواهش من از شما این است که توجه کنید ببینید اصلا این کاره اید و اگر نیستید اعلام کنید که من زنی شوهری نیستم. من پدری مادری نیستم. اگر پدری مادری نیستید با کسی ازدواج کنید که بچه نمیخواه یا دارد یا میره براتون میاره و اشکالی هم ندارد!

۷. مساله مسئولیت و تعهد است. هیچ کس نمیتوان در دنیای امروز وارد زندگی زناشویی شود اگر آدم Responsible and Committed نباشد. Responsibility یعنی پاسخ به نیازهای واقعی و حقیقی خود و هموار کردن راه برای دیگران. نگاه کنید که این آدم مسئولی هست یا نه. مثال: قرار بردن برادرزاده 6 ساله به سینما.

هیچ وقت فکر نکنید شدت عشق یک آدم این است که روی اصول اخلاقی و انسانی اش پا بگذارد. بنابراین اگر آدم مسئولی نیست فراموشش کنید.

و اما مساله تعهد این است که من با تو قراری را میگذارم که خوب است و پای آن می مانم وقتی که بد است. بنابراین در بحث ازدواج اگر آدمی نیستید که اهل تعهدباشید به درد این کار نمیخورید. بنابراین اگر شما متعهد و مسئول هستید کارتون درست است. مثال: قرار برداشتن بچه چهار ساله از مدرسه.

8. مساله امنیت اعتماد و اطمینان است. شما نمیتوانید وارد ازدواج شوید اگر به مرحله Security و امنیت نرسیده باشید. اگر شما به مرحله امنیت نرسیده باشید به مجرد اینکه همسرتون به طرفی نگاه کرد تمام قلب و وجود شما می ریزد. مثال: خورشت بادمجان

اگر شما آدم امنی نیستید بذارید راحتتون کنم هرگز هرگز هیچ کس نمیتواند به شما امنیت دهد. حتی اگر یک آدمی در را ببندد توی خانه بنشیند و تماما قدرت را در اختیار شما بگذارد که شما لحظه به لحظه او را بدانید که در بیست سال گذشته تکان نخورده و از خانه هم بیرون نیامده. شما روزی که با این آدم صحبت میکنید میتوانید این فکر را بکنید که الان توی ذهنش داره راجع به کی فکر میکنه؟ و کارتون تمام است. اگر آدم امنی نیستید مشكلتون را حل کنید و شرط اصلی و اساسی آن این است که قبول کنید در جهان امنیت و قطعیتی در کار نیست و بنابراین همه چیز

جنبه نسبی و درصد دارد و با آن راحت باشید.

همراه با این مساله اطمینان Trust است که اگر اطمینان ندارید کارتان تمام است و همچنان همان آدم شکاک گرفتارید که تمام عمرتان راجع به همه چیز مساله خواهید داشت. بنابراین مساله امنیت و اطمینان و بدون تردید اعتماد و به ویژه اعتماد به نفس مساله اصلی و اساسی است. اگر برایش آمادگی ندارید زندگی زناشویی میتواند برای شما یک جهنم باشد. هر جمله ای هر حرفی هر مهمانی ای هر نگاهی هر خنده ای شما را از پا در بیاورد و هیچ دلیلی ندارد که انسان برای گرفتن چیزی اینچنین کم برای اینگونه آدمها که اسمش ازدواج است یک چنین هزینه سنگینی را بپردازند.

9. مساله مهربانی دوستی و صمیمیت است. کسی میتواند در دنیای امروز ازدواج

کند که مهربان است. دوره مهر طلبی و دشمنی گذشته است. در گذشته زندگی

زناشویی یک جنگ تمام عیار بوده. ما در دنیایی زندگی میکنیم که طی چند قرن یا

شاید هزاره آمدم ظاهر دشمنی را به نوعی مهر طلبی تبدیل کردیم و بسیاری از ما

آنچنان درگیر این حالت شدیم که فکر کردیم اسمش مهربانیست و حال آنکه مفهوم Kindness و مهربانی کاملاً ماجرای دیگریست. اگر آدم مهربانی نیستید در دنیای امروز

کسی شما را نمیخواهد. انسان نه حوصله جنگ با کسی را دارد و نه آدمی که مهر

طلب است برای اینکه مهر طلب در ارتباط با دیگران مهر طلب می ماند اما در ارتباط با

همسر خودش در حال جنگ است. در حالی که شما بسیاری از اوقات زن و مردهایی

می بینید که حاضر است سه ساعت حرف مزخرف دیگری را تحمل کند برای اینکه

میخواهد نشان بدهد مهربان است و حوصله دارد اما سه دقیقه و سه ثانیه فرصت

شنیدن حرف بچه خودش را ندارد و به همین جهت است که مهر طلبی اشکال کارش

این است که شما جزء او می شوید یعنی جزء Ego Boundry او می شوید بنابراین

همانگونه که در ارتباط با دیگران خودش را حقیر و صغیر و بد بخت و بیچاره در می آورد

تا بتواند محبت دیگران را بگیرد شما را هم هزینه میکند برای داشتن آن محبت به

همین جهت است که از شما انتظار دارد به نوعی رفتار کنید که بتوند آن جواب را

بگیرد. نتیجتاً اگر آدم مهربانی نیستید گرفتاریست.

همراه مهربانی دوستی است. چیزی که ما قالب اوقات بلد نیستیم یعنی Friendship و این یک مفهومی است متفاوت ولی مرتبط. ولی مهمتر از آن مساله

صمیمیت Intimacy هست. و مقصود از آن این است که من می توانم با تو خودم باشم. خود خودم. همینه که هست. و بنابراین راحتم. حتی اول حرف می زنم و بعد راجع به حرفم فکر می کنم و هیچ ناراحت هم نمی شوم و تازه خوشحال هم می شوم که حرف خودم را خودم تصحیح کنم برای اینکه با تو این چنین راحت نه اینکه فکر میکنم مواظبم مراقبم و حرفها را اینچنین می زنم. چون در آن صورت چیزی به اسم صمیمیت وجود ندارد. صمیمیت عبارت است از اینکه من نه می خواهم چیزی را ثابت کنم نه رد کنم. نه میخواهم ثابت کنم مهربانم باهوشم خوبم ... نمیخواهم چیزی را رد کنم حالت حمایتی ندارم حالت دفاعی ندارم و شما این را در بچه ها می بینید. خودشون هستند تا بالاخره ما یادشون می دهیم که خودت نباش و تنها چیزی که هستی تو دنیا یک چیزی باش غیر از آنکه خودت هستی و عمق فاجعه تاریخ متاسفانه از آغاز تاریخ تا به امروز متاسفانه چنین بوده.

10. حل مسایل خانوادگی و کودکی است. مسایل کودکیتان را حل کنید. برخی از

شما چاه های روانی دارید که در آن میافتید. فقط کافی است یک اتفاق کوچکی بیافتد و شما در آن سرازیری هستید. برخی از شما مسایل جدی خانوادگی دارید. خشمی که با پدر دارید. مشکلی که با مادر دارید. گرفتاری ای که با خواهر و برادر داشتید. شما به عنوان یک پسر و دختر از دست خواهر و برادرتون بسیار آسیب دیده اید و بنابراین شما با جنس مخالف در حال جنگید. برای اینکه من تمام عمرم اگر با خواهر یا برادرم جنگیده ام فکر میکنم که جنس مخالف یا مقابل یا جنس مطلوب را باید باهاش جنگید و بنابراین بسیاری از اوقات شما می دانید که این انگاره در من به صورتی حرکت می کند نتیجتاً مسایل کودکی و خانوادگی را باید حل کرد.

۱۱. تمام کردن روابط گذشته. دستم به دامن‌تون روزی که می‌خواهید با کسی نزدیک و جدی شوید بعد از جلسه چهارم و پنجم بقیه را خاک کنید. آنها مرده‌اند. بیخودی نگهشان ندارید. عکسهایشون خاطراتشون فیلم هاشون. قربونتون برم بریزید دور. بسه دیگه همون که توی مغز مبارکتون دارید کافیت. بیرون نباشد. برای اینکه بسیاری از شما حرفتان این است که این جزیی از گذشته است. جز گذشته تو هست اما همچین گذشته خوبی نبوده به علاوه به دیگری ارتباط ندارد دیگری با گذشته تو کاری ندارد. پرونده‌های گذشته را ببندید یعنی آنها را نیمه تمام نگذارید. به همین جهت است که بنده یک باوری دارم:

No Friendship after Relationship. شما وقتی با یک کسی رابطه دارید و تمام

می‌شود دیگه بعدش دوستی راه نیاندازید برای اینکه مطالعات نشان می‌دهد و عمیقاً هم میشود آن را فهمید که شما روزی که با یک کسی رابطه داشتید اعم از احساسی و عاطفی یا جنسی و یا هر دو و از آن بریدید آن را باید بگذارید کنار بروید دنبال کارش شما هم بروید دنبال کارتان. برای اینکه حضور و وجود آن آدم توی زندگیتان به عنوان دوست کار دستتان می‌دهد. به من نگویید که بله ما رابطه را به هم زدیم ولی حالا من چنین و چنان کردم. در اینگونه موارد گذشته در گذشته و قبرستانش را باید فراهم کرد و خاکش کرد و رفت. معنایش این نیست که رفتار غیر انسانی دارید ولی معنایش عبارت از این نیست که شما همچنان با کسی که Relationship داشته‌اید همچنان رابطه داشته باشید. بازی بی‌بازی. علتش این نیست که مساله امنیت آن آدم مطرح است علتش این است که شما در مخاطره‌اید. وارد بحث نمی‌خواهم بشوم. وجود و حضور این آدم‌ها در زندگیتون همیشه آماده است برای وقتی که شما با همسرتون کوچکترین مساله‌ای دارید بروید سراغ آن آدم و آن آدم که منتظر فرصت است نزدیک شما شود.

از نظر علمی تقریباً کمتر زن و شوهری است که هر سه ماه یکبار اقلای یک دفعه وقتی که همسرش خوابیده و به او نگاه می‌کند بگوید I could do better. این را می‌گوید و

بنابراین با توجه به این مساله حضور آن آدم همیشه علامت این است که من اینجا بیایم.

مخصوصا اینکه این روابط با خودش داستانهای عجیب و غریبی دارد. از نوعی خشم پنهان/از نوعی احساس حسادت از دست دادن /از یک نوع حالت انتقام ماجراهای فوق العاده است که برخی از مواقع این آدمها می مانند تا زندگی شما را برهم بزنند و بروند. نه آگاه حتی ناآگاه. بنابراین اگر یک داستانی تمام شده است پرونده را ببندید بیاندازید دور و خودتان را خلاص کنید و راحت و آسوده باشید.

12. وقتی آمادگی برای ازدواج دارید که بتوانید یک نفر برای شما نفر اول بشود و شما هم برای او نفر اول باشید. او برای شما تنها و شما هم برای او تنها/او مهمترین و شما هم مهمترین و تمام.

این مهمترین و تنها معنایش بهترین برای شماست نه اینکه بهتر از دیگران است. اگر این آمادگی را ندارید گرفتاریست. متاسفانه بسیاری از شما در حالیکه ازدواج هنوز هم میخواهید بکنید حواستان جای دیگر است. بنده شب عروسی بسیاری از آدمها را میتوانم بفهمم و ببینم که در حالی که با عروس یا داماد میگویند دارند نگاه می کنند که اونم بد نبود!

قربونتون برم تمام شد *It is over*. مثال: تعویض بچه دو یا سه ساله در مهمانی.

اگر یک چنین آمادگی را ندارید فعلا بی زن بی شوهر بمانید. کسی را هم اذیت نکنید. شما آمادگی برای ازدواج ندارید.

13. شناخت خود و جنس مخالف. بسیاری از ما خودمان را نمی شناسیم که کی هستیم. بسیاری از ما اصلا جنس مخالف نمی شناسیم. مخصوصا آنهایی که در خانه چهارتا پسر بودند نه می دانید مرد چیست و نه مخصوصا می دانید دختر چیست.

آنهایی هم که پنج تا دختر در یک خانه بوده اید که خدا به داد مادرتون برسد. شما از یک طرف نمی دانید دختر چیست برای اینکه نگاهتون یک نگاه محدود است و اصلا هم نمی دانید پسر چیست. بنابراین مساله شناخت و آگاهی ضرورت دارد و این را باید از طریق علمی سیستماتیک انجام داد. شما امروز بسیاری از اوقات با زن و مردهایی روبرو می شوید که تصویر و تجسمشان از مرد از ظاهر گرفته تا باطن اصلا حیرت انگیز است

۱۴. و بالاخره بنده معتقد هستم که شما اصلا در دنیای امروز قرار نیست ازدواج کنید اگر عاشق نمی شوید. عشق اگر نیست ازدواج معنی ندارد. اصلا گوش به این حرف ندهید و گول نخورید که بروید با هم زندگی کنید بعدا عشق پیدا می شود. اصلا چنین چیزی ما نداریم. اسم آن عشق نیست یک اعتیادی می تواند باشد یا گرفتاری دیگر که تازه اگر باشد. به علاوه بگویید ما که بعدا قرار است عاشق شویم اول عاشق می شویم بعد ازدواج میکنیم. بدون عشق هرگز. بنده باورم این هست که آن نیروی اولیه عشق است که اجازه ارتباط را می دهد که دیروز به آن اشاره کردم.