

برای هم عقیف بمانید

وقتی کلمه «عفت» را به زبان می‌آوریم، نخستین مفهومی که از آن در ذهن تصویر می‌شود حجاب است.



همشهری دو - فاطمه محمدصالحی: وقتی کلمه «عفت» را به زبان می‌آوریم، نخستین مفهومی که از آن در ذهن تصویر می‌شود حجاب است.

اما عفت نه فقط زنانه است و نه فقط برای ظاهر. عفت جنسی، عفت گفتار، عفت شکم و عفت مالی هم از انواع مهم عفت هستند. شما می‌دانید چطور می‌توانید به عفت همسران کمک کنید؟

مرد عقیف خانه من

مرد اگر بخواهد مدیر خانه باشد نیاز به ابهتی دارد که همه به‌خاطر احترام و محبت به او گوش به فرمانش باشند. این عفت همان نیروی لازم برای قدرتمند شدن و اثرگذاری حرف است. مردی که اثرگذار باشد، کمتر اسیر اثرگرفتن‌های اشتباه می‌شود، زنش را عاشق خود می‌کند و بچه‌هایش در بود و نبودش با قانون او زندگی می‌کنند. تمرین‌های مردانه برای تقویت عفت:

1- فاصله چشم و گوش و زبان با هم خیلی کم است. اگر گوش صدای حرام بشنود کم‌کم چشم هم به سختی می‌تواند در برابر صحنه گناه پایین را نگاه کند. قدم بعد هم نوبت زبان است که به راحتی می‌تواند فحش بدهد، پیشنهاد نامربوط بدهد و...؛ پس هرچه می‌توانید رابطه چشم و گوش و زبانتان را با هم تنظیم کنید و الگوهای عقیف به آن بدهید؛ مثلاً روی میز کار، کنار فرمان ماشین و... پیام معنوی برای خود بگذارید. اگر به گوش دادن موسیقی وابسته شده‌اید برای اینکه بتوانید آنها را ترک کنید، آهنگ‌های جذاب و حلال برای خودتان پیدا کنید تا کم‌کم قدرت جدا شدن از این وابستگی را به‌طور کامل پیدا کنید. گاهی که وقت قرآن خواندن ندارید در خلوت و حین رانندگی و... به نوازی آن گوش کنید.

2 - تمرین ساده‌ای مثل غلبه بر بهانه‌گیری غذایی که این را نمی‌خورم و آن را دوست دارم بخورم نفس‌تان را قوی می‌کند.

3- به قول کاسب‌های قدیم به برکت پول‌تان بیشتر از حجم و کمیت آن اهمیت بدهید.

4- گاهی حتی علنی در خانه خود بگویید که این لباس تنگ است بیرون خانه نمی‌پوشم و از فلان گروه اینترنتی دیگر باید بیرون بیایم. این تمرین‌ها را عملی کنید تا حریم‌تان با آدم‌ها در حریم بنده‌های باعفت باشد و خانواده‌تان هم درس تمرین عقیف بودن بگیرد.

زن با عفت من

« زنی قدرتمند که شوهر رزمنده و سیاستمدارش را حمایت می‌کرد، امورات چند فرزندش را مدیریت می‌کرد، کلاس‌های آموزشی برای زنان برگزار می‌کرد، به قول بعضی‌ها گاهی درآمدزایی هم داشت و...»؛ این توصیف‌ها تنها گوشه‌ای از کنترل بر علاقه‌ها، مدیریت وقت و خودکنترلی حضرت زهرا(س) است. شوهرش به او افتخار می‌کرد و تا بود هیچ زنی نتوانست در دل همسر او جایی را بگیرد. همین حضرت زهرای قدرتمند وقتی شنید که پدرش کار بیرون از خانه را از دوش او برداشت خوشحالی بی‌سابقه‌ای از خود نشان داد. در زمان دیگری اما شرایط جور دیگری اقتضا کرد؛ با حجاب کامل به مسجد رفت و خطبه خواند. عفت رابطه همسری را حفظ و آرامش برای خانه‌تان می‌آورد. تمرین‌هایی برای جذابیت عقیفانه:

1- به خاطر خدا عفت داشتن، آدم را در یک قلعه نامرئی محکمی قرار می‌دهد که هم حال خوش بندگی با خودش می‌آورد و هم آدم‌های نااهل به‌خودشان اجازه نزدیک شدن به حریم‌تان را نمی‌دهند.

2- خلاق باشید و با کمک احساس عزیز بودن که خدا به باعفت‌ها می‌دهد دنبال خوش‌پوشی و خوش‌خلقی باشید. زن خانه اگر بخواهد می‌تواند مثل یک وزیر، زیرکانه کل خانواده را اصلاح و عقیف کند؛ طوری که هیچ‌کس احساس اجبار و تغییر هم نکند.

3- براي عفيف ماندن زبان، از سختيهاي زندگي تان پيش كسي كه كاري از دستش برنمي آيد حرف نزنيد و به چشم و گوشتان خوراك معنوي مثل تماشاهاي فيلمهاي آدمهاي عفيف را بدهيد.