

يك تجربه جهاني متأهل‌ها خوشبخت‌ترند!

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 متأهل‌ها خوشبخت هستند.



به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه جوان، «کي توي این اوضاع و احوال میره زن میگیره؟ مگه دیوونه شدم. توي خرج خودم موندم حالا برم یکی دیگه رو هم... همه چیز خوبه. کار و درآمد. حالا وقتشه لذت ببرم. نه اینکه خودم رو اسیر دست یه نفر دیگه کنم!... الان آقای خودمم و سرور خودم هر جا بخوام برم هرطور بخوام زندگی کنم... مگه عقلم کمه بیام زندگی رو با یه دختر سهیم بشم...» این جمله‌ها آشنا نیست؟ تقریباً برای همه ما شنیدن این جمله‌ها از زبان جوان‌های این روزها آشنا و عادی است. آنقدر شنیده‌ایم که با شنیدن حرف‌ها، دلایل و به اعتقاد من بهانه‌های اینچنینی دیگر تعجب نمی‌کنیم.

جالب اینجاست دختر و پسروانی که در جمع دوست‌های مجرد خود هستند در مورد ازدواج نظراتی مشابه این حرف‌ها را می‌زنند اما کافی است يك یا چند نفر از همین جمع مجردها ازدواج کند، آن وقت است که حالت‌ها و عکس‌العمل‌ها دیدنی است! یکی بعد از دیگری به هول و ولای این می‌افتند که مبادا دیر شد، نکند حواسمان نبود دیگر خواستگاری نیاید. دقیقاً در همین اوضاع و احوال است که تازه عقل سرچایش می‌آید. به اصطلاح همین دختر و پسری که دیروز ایده‌های آنچنانی در مورد شریک زندگی داشتند حالا به این فکر می‌کنند که مبادا به اشتباه و از سر بی‌عقلی يك خواستگار را رد کرده‌اند. می‌نشینند دانه دانه خواستگارهایشان را مرور می‌کنند و تازه می‌فهمند چند درصد از موارد را بدون آینده‌نگری و کاملاً سرسری 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 پسرها هم به تبعیت از خوشگذرانی‌های جمع مردانه مجردی قید گزینه‌های مناسب ازدواج را می‌زنند، حالا کافی است يك نفر از همین جمع مجردی مردانه ازدواج کند اینجاست که ذهن آنها هم مشغول می‌شود و اولین سؤالی که در ذهنشان نقش می‌بندد این است که «نکند 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 درست همان اهدافی است که هرکسی 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؟»

ساز مخالف با طبیعت‌مان زنیم

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 يك 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 و مهم 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 يك جوان در مرز ازدواج و حتی يك 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 نفس کشیدن، غذا خوردن و تحرک است به عنوان یک انسان چند روز می‌توانید در مقابل این طبیعت وجودی مقاومت کنید؟ قطعاً در هر مورد چند ساعت تا چند روز و نه بیشتر! طبیعت آن چیزی است که ذات هر آفریده‌ای 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 سرشت 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 و آورده‌های ازدواج است، اما در این مبحث 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.

متأهل‌ها 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 خوشبختی؟ او بر اساس همان معیارهای ذهنی و شخصی‌اش به ما جواب دهد که خوشبخت است یا نه. نتایج یک مطالعه در سال 2013 که در 17 کشور پیشرفته دنیا انجام شد نشان می‌دهد که «افراد متأهل 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 متأهل‌ها رضایت بیشتری از زندگی‌شان دارند اما چرا؟ مارتین 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 متأهل‌ها خوشبخت هستند.

نسخه آرامبخش دو نفره

بر اساس بلوغ‌های مختلف عقلی، جسمی، اقتصادی و... تصمیم می‌گیریم با کسی که دوستش داریم و معتقدیم پایه عشق زندگی‌مان است زندگی کردن را سهیم 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 انگیزه‌ای 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 دادنش. 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 تأثیرگذار 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 دیگر این نگرانی را نداریم که ممکن است او را از دست بدهیم. یک علت این آرامش عشق است. نیروی عشق آرامشی 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 است شب را برای آرامش شما آفریدیم و در جای دیگری می‌گوید: «برای شما همسرانی از جنس خودتان آفریدیم تا به واسطه آنها به آرامش

برسید و بین شما محبت و دوستی برقرار کردیم.» وقتی خداوند نوید آرامش می‌دهد پس قطعاً برایمان آرامش را بعد از انتخاب درست و ازدواج رقم می‌زند.

زوج درمانی کنیم

وقتی حرف از سنت به میان می‌آید بسیاری از نسل جدید به تصور خودشان با تفکر مدرنی که دارند سریع احم‌هایشان را درهم می‌کنند و اعتراض که چرا حرف از هر چیز می‌شود پای سنت را وسط می‌کشید! قبول! اصلاً حرف در مورد محاسن و اهداف ازدواج بهتر است با سند و مدرک علمی باشد که خیلی هم سنتی به نظر نرسد. مثلاً تحقیقات نشان می‌دهد که زوجین، زن و مرد متأهل در مقایسه با سایر افراد بهتر بیماری‌هایشان را درمان می‌کنند حتی زخم‌های متأهل‌ها بهتر و سریع‌تر از مجردها بهبود می‌یابد. رابطه خوب با همسر سیستم دفاعی بدن را به میزان قابل توجهی تقویت می‌کند. علاوه بر این بررسی‌های روانشناسان نشان می‌دهد که ازدواج تأثیر بسیار عمیقی روی سلامت روان دارد و حتی تأثیرگذاری آرامش و سلامت روانی یک نفر از زوجین بر دیگری بسیار زیاد است تا جایی که نتیجه یک مطالعه وسیع نشان می‌دهد متأهل‌ها کمتر در بیمارستان بستری می‌شوند و میزان مبتلایان به بیماری‌های روانی در میان متأهل‌ها بسیار اندک است. ازدواج سالم می‌تواند شما را از گرفتاری به بسیاری از ناراحتی‌های روانی از جمله افسردگی نجات دهد. البته جامعه‌شناسان هم معتقدند که اگر یک نفر دچار مشکلات رفتاری و آسیب‌های اجتماعی باشد و با فرد دیگری که ایده‌آل است ازدواج کند میزان خطاهای رفتار اجتماعی‌اش بسیار کاهش پیدا می‌کند.

ترس از نداری را با ازدواج جبران کنید

تقریباً یک بهانه عادی در میان نسل جوان برای دوری از ازدواج، شرایط مالی و عدم درآمد بالاست. از طرف دیگر در بین اهداف ازدواج یعنی هدف‌هایی که قرار است با ازدواج به آن برسیم «مدیریت مالی و افزایش درآمد» وجود دارد. یعنی ما قرار است با ازدواج کردن به هدف افزایش درآمد برسیم اما چطور؟ اولین قدم اینکه خداوند که رقم‌زننده طبیعت آدم است (هدف اول ازدواج) حرفی که عملی نشود را نمی‌زند؛ خداوند در آیه 32 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 گشایشگر 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 ثابت کرده چون شرایط روحی و جسمی بعد از ازدواج بسیار ایده‌آل 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 متأهل‌ها بیشتر از مجردهاست. بعضی از تحقیقات نشان می‌دهد که مردان متأهل حتی تا سه برابر بیشتر از مجردها درآمد دارند. علاوه بر این چون نگاه به آینده‌نگری در میان جوانان متأهل 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 2004 از سوی یک مرکز روانشناسی انجام شد نشان داد که احتمال صاحب خانه بودن متأهل‌ها 7 برابر بیشتر از مجردهاست و متأهل‌ها 80 درصد بیشتر از مجردها دارای ثروت و سرمایه و پس‌انداز هستند. طبیعی است که شما وقتی در بهترین شرایط زندگی از نظر روحی و روانی هستید، وقتی عشق زندگی‌تان را در کنار خود دارید و زمانی که آرامش بیشتری را نسبت به همسن و سال‌هایتان به واسطه ازدواجتان کسب می‌کنید پس می‌توانید درآمد بیشتری داشته باشید. مرد زمانی که متأهل می‌شود مسئولیت‌پذیری بیشتری پیدا می‌کند تا جایی که دوست ندارد همسرش هر سال به عنوان یک مستأجر اسباب‌کشی کند یا بدون وسیله در سطح شهر تردد کنند پس در نتیجه تمام همتش را به کار می‌بندد تا ماشین و خانه‌ای بخرد.