



## نکاتی درباره ازدواج مجدد بعد از طلاق

«با لباس سفید می‌روی و با کفن برمی‌گردی» از آن ضرب‌المثل‌هایی است که این روزها از نظر بعضی‌ها بدجوری منسوخ شده است.

«با لباس سفید می‌روی و با کفن برمی‌گردی» از آن ضرب‌المثل‌هایی است که این روزها از نظر بعضی‌ها بدجوری منسوخ شده است.

به گزارش ایسنا، «همشهری» در ادامه نوشت: هر چند اینگونه نسخه‌های کلی همیشه مشکل داشته‌اند، اما در مورد همین یک قلم می‌شود گفت که توصیه زندگی کردن و تحمل کردن در هر شرایطی تا همین چند وقت پیش از آن توصیه‌هایی بود که کسی بالای حرفش حرف نمی‌زد. خیلی‌ها با تکرار زیرلیبی همین ضرب‌المثل، زندگی‌هایی را که به آن متعلق نبودند تحمل کرده‌اند و خیلی‌ها برای شنیدن نصیحت، اصلاً صدای اعتراضشان بلند نشده. اما حالا روزگاری است که از دوست و آشنا و در و همسایه و غریبه و حتی شاید فامیل خیرهایی می‌شنوی از جدایی، حالا چه یواشکی و در گوشه و چه عیان و آشکار، از جدایی رسمی و قانونی بگیر تا به هم خوردن ده‌ها و شاید هم صدها نامزدی که برخلاف نامزدی‌های گذشته، آنقدر مراسم و مناسک پرترجم دارند که دیگر دست کمی از جدایی یک زوج چندساله ندارند.

حالا چه بخواهیم و چه نخواهیم با تعدادی جوان مواجهیم که در کارنامه‌شان ردی از یک جدایی هست؛ جوان‌هایی که امروز در این جامعه هستند و می‌خواهند دوباره شروع کنند. این شروع دوباره هم به مقتضای سن و تجربه‌های کم‌شان دست کمی از تجربه اول ندارد. اما آیا واقعا ازدواج دوم یا شروع رابطه جدی دوم برای کسی که یک بار داغ جدایی را تحمل کرده هیچ فرقی با کسی که این بار را نکشیده ندارد؟ همشهری راهکارهایی را بررسی کرده است که با توجه به آن می‌توان زندگی مشترک دوباره‌ای را تجربه کرد.

بسیاری از کارشناسان، همان اول، آب پاکی را روی دست کسانی ریخته‌اند که فکر می‌کنند تنها با نادیده گرفتن تجربه تلخ قبلی‌شان می‌توانند شروع زندگی دوباره و محکمی داشته باشند. آنها به شدت معتقدند که برای خلاص شدن از ماجرای قبلی و پرشدن از نیرویی نو برای ماجرای جدید، نیاز به مهارت هست؛ مهارت‌هایی که خوشبختانه کسب کردنشان تنها به کمی زمان نیاز دارد و البته همت. ازدواج دوم ترسناک است. ازدواج دوم که سهل است، وقتی یک نامزدی شش ماهه به هم می‌خورد، هیچ کدام از طرفین تا مدت‌ها نمی‌توانند نگاه خوش بینانه‌ای به دوباره فکرکردن به ازدواج داشته باشند.

همه مراحل به نظر سخت و غم‌انگیز به نظر می‌آید؛ از مرحله به چشم آمدن و حتی جلب توجه کردن که برای یک پسر و دختر مجرد کاملاً طبیعی است، گرفته تا مراحل پیشرفته‌تر آشنایی و بررسی طرف مقابل و قرار خواستگاری و دوباره نامزدی. حالا به این مراحل رفتن زیر یک سقف و تحمل مشقات زندگی و هزار چیز دیگر را که فقط طلاق گرفته‌ها آن را می‌فهمند، اضافه کنید؛ کسانی که یا اصلاً نمی‌خواهند دوباره آن تجربه‌ها را از سر بگذرانند، یا دوباره همانطور خام دستانه سررشته‌اوضاع را به دست می‌گیرند. زن و مرد بودن هم در این یک مورد هیچ فرقی ندارد، چون وقتی وارد دنیاهای هرکدام از این دو جنس می‌شوی و تازه وقتی پای درددل‌های صریح و بی‌رودبایستی‌شان می‌نشینی متوجه می‌شوی که وجود ترس و واهمه و خستگی برای هر دوی‌شان یکسان است، گرچه برای بهبود هر کدامشان روش درمانی خاصی نیاز است؛ روش‌هایی که از شناخت خود شروع می‌شود و در میانه‌اش به کمک گرفتن از دیگران می‌رسد و در انتها منجر به سلامت می‌شود؛ درست مثل استخوانی که شکسته و حالا جوش خورده و مانند سابق شده.

این فصل را با من بخوان

اینطور که اصحاب فن می‌گویند داغ جدایی برای قلب درست مثل داغ قلم شدن برای استخوان است؛ همانقدر ترسناک، همانقدر خطرناک. به خاطر همین هم است که عقلانی‌ترین و نخستین توصیه این است که استخوان را درمان کنیم؛ یعنی پیش از اینکه رؤیای دوباره دیدن و راه رفتن و حتی تاتی تاتی کردن را در سر پیروانیم باید به این فکر کنیم که یک جوری این استخوان جوش بخورد. برای رسیدن به آرزوی راه رفتن دوباره هم لازم است استخوانمان را جوری جوش بدهیم که بعدها از نظر ظاهری و باطنی برایمان در دست درست نکند؛ یعنی به شیوه مناسب و با طی کردن زمان

روند التیام یا همان جوش خوردن استخوان شکسته نخستین روند و برای هر دو جنس ضروری و یکسان است؛ روندی که طی آن می شود اصلا به آینده فکر نکرد (خیلی ها هستند که بعد از جدایی بارها به جان خودشان قسم می خورند که دیگر عاشق نشوند)، فقط باید به خوب شدن فکر کرد و البته قبل از آن باید پذیرفت که در مسیر زندگی خسراتی به وجود آمده که باید آن را جبران کرد. در ابتدای راه جبرانی، مصدوم به چیزی نیاز مبرم و جدی دارد؛ اول حمایت شدن، دوم تخلیه رنج و سوم زمان؛ ۳ عاملی که نمی شود هیچ کدامشان را دور زد. نمی شود بدون حامی این راه را رفت همانطور که نمی شود بدون دکتر استخوان را جا انداخت. نمی شود که با حمل رنج جدایی به سوی خوب شدن رفت، همانطور که نمی شود بدون داذدن درد شکستگی را تحمل کرد و نترکید و درنهایت نمی شود به سرعت میکروویوی خوب شد، همانطور که نمی شود از خیر گچ گرفتن استخوان گذشت. به هر حال روند التیام برای همه زخم خوردگان تقدیر با این شروع دل انگیز همراه است و بعد از آن است که نوبت به کارهای جدی تر می رسد؛ کارهایی که هر کدامشان در نوع خود یک نوع تمرین خودسازی هستند و اگر بخواهیم تیتروار به آنها اشاره کنیم می شود از گذراندن طبیعی حس های التیام بخش نام برد؛ احساس هاپی مانند خشم، غم، ترس و حتی تأسف که همه شان به شدت به تخلیه احساسی کمک می کنند و می شود به جرأت گفت کسی که بعد از جدایی هرکدام از این حس ها را تجربه نکند، بی شک در روند التیامش یک حلقه مفقوده دارد.

غیر از حس ها و روش استفاده بهینه از آنها در ادامه روند التیام، نوبت به رهاشدن از آن پایان بد و حتی بخشش می رسد. تعجب نکنید. می خواهید شروع دوباره موفقی داشته باشید؟ چه خانم باشید و چه آقا، باید بتوانید بعد از طی کردن روند التیام، بگویید گذشته ها گذشته و بدون کینه از آدم هایی که در گذشته تان بوده اند راه آینده را در پیش بگیرید؛ کار سختی که اگر انجام نشود مصداق بارزش می شود ضرب المثل «همه را با یک چوب زدن»، وقتی مرد یا زن نامهربان زندگی گذشته تان نمی گذارند که کسان دیگر را آنطور که واقعا وجود دارند ببینید.

#### بخت فقط بخت اوله؟

لااقل در جامعه ما اینطوری است. اینطوری که به نظر می آید شروع دوباره به هزار و یک دلیل برای زنان سخت تر از مردان است. اما مهارت ها می گویند زنان در هر شرایطی که باشند (مطلقه تنها یا مادرهای مطلقه) می توانند درست مثل مردها روند التیام را با موفقیت طی کنند و به خودسازی برسند و بعد آماده شروع هر نوع رابطه ای باشند. کار که به اینجا می رسد تازه متوجه می شویم شکننده بودن زن ها و حرف مردم و چینی بندزده و اینها همه توهم است و حاصل افکار آدم های ترسویی که نمی خواهند زحمت برگشتن به زندگی سالم را به خودشان بدهند، چون برخلاف این تصورها در جامعه امروزی چیزی که ضامن بقای رابطه ها می شود، با وجود همه شایعه ها و جنجال ها، سلامت روحی است؛ سلامتی که می شود با کسب مهارت ها گواهینامه اش را در اختیار داشت و البته به آن افتخار کرد.

#### درباره آقایان اشتباه نکنید

مردها گاهی بدجوری متهم می شوند؛ متهم به اینکه تمام شدن یک زندگی یا رابطه احساسی برایشان پیشیزی اهمیت نداشته. اما چرا این باور عمومی شده؟ چرا مردها را عموما بی احساس و البته آسیب ناپذیر می دانیم و فکر می کنیم موجودات بدجنسی هستند که تازه بعد از جدایی احساس خوشایندی دارند؟ شاید یکی از دلایل این تهمت! قدیمی استفاده اکثر آقایان از راه حل نامناسبی باشد که متأسفانه به عنوان نخستین راه حل به فکر خیلی هایشان خطور می کند؛ راه حلی به اسم ارتباط جدید. واقعیت این است که مردها هم مثل زنان اما باتوجه به شرایط و خصوصیاتشان جدایی را همراه با درد و رنج تحمل می کنند. اما برخلاف زن ها و البته برای فرار از زیر بار جدایی فکر می کنند باید سریعاً رابطه جدیدی را شروع کنند. در عوض یک عالمه راه هست که مردها هم می توانند از آنها استفاده کنند و بعد از طی کردن روند التیام به کمک آنها خودشان را برای یک زندگی جدید و بی دردسر آماده کنند؛ زندگی ای که شاید خیلی زود دست ندهد و به ثمر ننشیند، اما اگر بیاید، خوش می آید و یک تته می تواند به جای همه مهارت ها طعم شیرینی خوشبختی را به صاحبش بچشاند.