



## جایگاه مدارا و بردباری در زندگی مشترک کجاست؟

مدیر کل آموزش سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور با بیان اینکه مدارا و بردباری از شاخه‌های صبر محسوب می‌شوند...

مدیر کل آموزش سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور با بیان اینکه مدارا و بردباری از شاخه‌های صبر محسوب می‌شوند و تاثیر به سزایی بر زندگی مشترک زوجین دارد، گفت: صبر و مدارا در معنای کلی یعنی ترک برخی از کارها. در صبر قرار نیست کاری انجام بدهیم، بلکه قرار است کارهایی را انجام ندهیم بنابراین همسران به علت داشتن تفاوت‌هایی، باید با یکدیگر مدارا کنند و آن را به عنوان یک اصل فراگیر در زندگی به شمار آورند.

**دکتر فرشته سادات شجاعی در گفت و گو با ایسنا، همزمان با روز جهانی مدارا و بردباری اظهار کرد: یکی از بهترین راه‌های استحکام خانواده‌ها، صبر زن و مرد هنگام بروز سختی‌ها و مشکلات زندگی است چراکه زن و شوهری که در مواجهه با کوچک‌ترین سختی و مشکل دچار یأس و ناامیدی می‌شوند و عنان صبر از کفشان می‌رود نمی‌توانند کانون خانوادگی مستحکمی داشته باشند.**

نائب رئیس انجمن خانواده ایران به جایگاه و تاثیر مدارا در اختلاف نظرهای زوجین پرداخت و گفت: این اختلاف نظر زوجین در انجام امور گاهی منجر به از بین رفتن عشق و علاقه و جایگزین شدن تنفر و ناراحتی می‌شود. از این رو به جای دعوا و قضاوت‌های عجولانه باید با برخوردی پخته مسائل را حل کرد.

به گفته این روانشناس بالینی، مدارا به لحاظ معنوی و مادی در معاشرت اجتماعی، جایگاه بالایی دارد به گونه‌ای که می‌توان مدارا با همسر را کلید «زندگی با صفا» دانست. به معنای دیگر اگر کسی خواهان زندگی خوب، زیبا و با صفا است، باید با همسر خود همواره مدارا کند تا از زندگی شیرین و عاشقانه بهره‌مند شود.

### فرار از مسئولیت به معنای مدارا نیست

این خانواده‌درمانگر با تاکید بر اینکه سستی، بی‌اراده بودن و تزلزل افراد را باید از مجموعه مدارا خارج دانست، تصریح کرد: معنای مدارا این نیست که وقتی از کسی تخلفی می‌بینیم او را به خیر نخوانیم، موعظه نکنیم و نام آن را مدارا بگذاریم چراکه این رفتار نوعی بی‌تفاوتی و بی‌مبالاتی است. نمی‌توان فرار از مسئولیت را مدارا نامید.

مدیر کل آموزش سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور افزود: ارتکاب کار خلاف، مصداق و نمونه مدارا نیست. مرد یا زن هیچ‌کدام حق ندارند تحت عنوان مدارا با همسر به کار خلاف رو آورند. مردی که برای به اصطلاح حفظ زندگی از وظیفه خود دوری می‌کند یا زنی که برای حفظ جایگاه خود نزد همسر به کار خلافی که دلخواه اوست با عنوان مدارا با شوهر روی می‌آورد، در حقیقت جایگاه مدارا را درست تشخیص نداده است.

وی ادامه داد: هرگز نمی‌توان با بهانه قرار دادن مدارا به نافرمانی حق داد. هم‌رنگی با جماعت، پایبندی به بعضی از سنت‌ها و حفظ موقعیت به هر قیمت نمی‌تواند نمونه‌ای از مدارا باشد. کاری که شارع مقدس مجوزی برای انجام دادن آن صادر نکرده است، به بهانه مدارا مجوز پیدا نمی‌کند. بی‌شک زندگی باید با تدبیر همراه باشد. چنانچه خانواده تدبیر نداشته باشد، مشکلات فراوانی در زندگی ایجاد می‌شود. مدبر کسی است که به همه راه‌ها بیندیشد و راهی که بیشترین خیر و کمترین ضرر را دارد، برگزیند.

به گفته شجاعی، هنگامی که یکی از زوجین در زندگی مشترک دچار یک مسیر انحرافی و غلط می‌شود، اولین کسانی که برای بهبود شرایط و حفظ یکدیگر تلاش کنند، زن و شوهر هستند که البته حفظ کردن زندگی با محبت و زبان خوش و منطقی و برخورد مدبرانه و حکیمانه حاصل می‌شود و نه با بداخلاقی و قهر.

### در برخی موارد مدارا و بردباری جوابگو نیست

وی تاکید کرد: افراد باید ابتدا مصادیقی که صبر بر آن‌ها جایز است را بشناسند سپس نسبت به آن‌ها صبور باشند چراکه در مواردی مانند فحشا، اعتیاد و... صبر و گذر زمان به حل مسائل کمکی نمی‌کند و افراد باید از مشورت با روانشناسان بهره‌برند. درواقع مدارا در حیطه عدم توافق‌های اخلاقی و نقطه ضعف‌های عرفی مانند کم‌حرفی، تبلی، غر زدن، رازدار نبودن و... پای بر عرصه می‌گذارد چراکه این مشکلات در سطحی نیستند که عرف و اجتماع به حاد بودن آن‌ها نظر دهند و یا جامعه آن‌ها را به عنوان فسادهای آشکار و محکمه‌پسند تلقی کند.

### نتیجه صبر و بردباری زود هنگام حاصل نمی‌شود

شجاعی گفت: صبر در روابط خانوادگی یعنی به فکر انتقام نبودن، تلافی نکردن و به روی خود نیاوردن. نگویید که با این کارها همسر جری می‌شود، اصلاً در ازدواج بحث از جری شدن نیست بلکه باید گذشت و مدارا کرد، به روی خود نیاورد و چشم پوشی کرد البته باید به خاطر داشت که نتیجه مثبت چنین رفتاری، الزاماً زود هنگام نیست بنابراین همسران نباید بگویند که این کارها امتحان کردم و همسر جری‌تر شد چراکه در دراز مدت، ثمره شیرین آن را خواهند دید. نهالی که می‌نشانی دیر به بار می‌نشیند اما پر و شیرین به بار خواهد نشست.

به گفته این روانشناس بالینی، مدارا کردن شامل رفتارهایی نظیر عفو و بخشش، تحمل کردن رفتار بد دیگران، امنیت،

هم صحبتی زیبا، محبت، مسالمت و کینه زدایی، خوش اخلاقی، کامیابی و پایدار و... است همچنین مدارا کردن زندگی زناشویی را با صفا و شیرین و از بروز درگیری های بی فایده نیز جلوگیری می کند. از سوی دیگر صبر، ذخیره نشاط روحی را حفظ می کند و اراده انسانی را نیرومند می سازد.

**نباید به معانه مدارا کردن از انجام وظایف خود غافا شد.** نایب رئیس انجمن خانواده ایران در انتها تصریح کرد: انسان در زندگی فردی و اجتماعی وظایف و تکالیفی دارد که باید آن ها را انجام دهد و چنانچه در ادای آن ها کوتاهی کند، مقصر و مسئول است بنابراین در اصل ادای وظایف چیزی به نام مدارا وجود ندارد ولی در راهکارها و کیفیت ادای وظیفه، مدارا یک اصل انکارناپذیر است که برای رسیدن به هدف، رعایت آن ضروری است. به تعبیر دیگر جایی نوبت به مدارا می رسد که وظیفه ابتدایی خود را انجام داده و درصدد دعوت به خیر، موعظه، امر به معروف، نهی از منکر و ... برآمده باشیم و در صورتی که سطح دلخواه از کار خیر عملی نشد، دست کم برای تحقق سطوح پایین تر به مدارا رو آوریم.