

به نام هستی بخش

آمادگی و شرایط لازم برای ازدواج

معیارهای انتخاب همسر

اشتباهات بزرگ در انتخاب همسر

نویسندگان

دکتر سید اصغر ساداتیان

دکتر ماهیار آذر



انتشارات مایه



فصل ۱: چرا ازدواج و چرا عشق ۲۳-۲۸

فواید و مزایای ازدواج ۲۴

- فواید اجتماعی ۲۴
- فواید مشترک زن و شوهر ۲۴
- فواید برای زن ۲۴
- فواید برای مرد ۲۵
- آیا عشق یک توهم و خیال است ۲۵
- چرا انسان نیازمند عشق است ۲۵
- از خود بیخود شدن ۲۶
- همبستگی یا تعلق به گروه (conformity) ۲۷
- فعالیت‌های خلاقانه (creative activities) ۲۷
- عشق love ۲۷
- شواهد بیولوژیک عشق ۲۸

فصل ۲: عشق چیست و عاشق کیست ۲۹-۶۴

اجزاء و انواع عشق ۲۹

انواع روابط عاشقانه (تئوری الکوی عشق) ۳۰

- عشق رمانتیک (Eros) ۳۰
- عشق دوستانه (Storge) ۳۱
- عشق بازیگرانه (Ludus) ۳۱
- عشق مادرانه- پدرانه (Agape) ۳۱
- عشق منطقی یا محاسبه‌گرانه (Pragma) ۳۲
- عشق شیدایی یا وسواسی (Mania) ۳۲



ما در این کتاب سعی نموده‌ایم تا براساس آخرین تحقیقاتی علمی ثابت شده به زبانی ساده و عملی، روش ارزیابی خود و دیگری و معیارهای انتخاب همسر مناسب و شرایط لازم برای تشکیل یک زندگی اشتراکی خوب را شرح دهیم. در پایان از تمامی همکاران عزیز انتشارات ما و شما که تلاش چشمگیری در به ثمر رسیدن این اثر به عمل آوردند تشکر و قدردانی نموده و سپاسگزار شما خواننده محترم و گرامی خواهیم بود اگر این کتاب را مفید، کارآمد و رهگشا یافتید به دیگران هدیه دهید و یا معرفی کنید. باشد تا به کمک هم (ما و شما) جامعه بهتری را پایه‌گذاری کنیم.

تئوری دلبستگی یا پیوند عاطفی (Attachment theory) ۳۳

- پیوند عاطفی امن Secure Bonding or Attachment ۳۳

- پیوند عاطفی ناامن Insecure Attachment ۳۵

- مشکلات عاطفی شخصیتی ۳۶

- مشکلات جسمی ۳۶

- مشکلات اجتماعی ۳۶

- مشکلات یادگیری و آموزشی ۳۶

- پیوند عاطفی دوری گزین ۳۷

- پیوند عاطفی ناامن دوگانه یا نگران ۳۷

- پیوند عاطفی ناامن درهم ریخته ۳۷

- اختلال پیوند عاطفی انفعالی ۳۸

الگوی روابط عاطفی در بزرگسالی ۳۸

- مطمئن و امن secure ۳۸

- عزلت طلب، یا دوری گزین ۳۹

- مهر طلب، یا دودل یا پریشان ۴۰

- به هم ریخته یا بی پاسخ مانده ۴۱

- نقش و اثرات روابط کودکی در بزرگسالی ۴۱

- همانندسازی یا انتقال ۴۲

- وابستگی، استقلال و همبستگی ۴۲

اصلاح ضمیر ناخودآگاه ۴۳

مثلث عشق (Triangular theory of love) ۴۷

- شور و شوق احساسی ۴۷

- صمیمیت Intimacy ۴۸

- صمیمیت فیزیکی و ظاهری ۴۸

- صمیمیت در زیباشناسی ۴۸

- صمیمیت در فعالیت، سرگرمی و تفریحات ۴۹



- - صمیمیت ادراکی و عقلانی ۴۹

- - صمیمیت عرفانی ۴۹

- - صمیمیت عاطفی ۴۹

- - صمیمیت جنسی ۵۰

- تعهد Commitment ۵۰

- عشق رمانتیک Romantic love ۵۱

- عشق آتشین Infatuation ۵۱

- عشق دوستانه Companionable love ۵۱

- عشق تو خالی Empty love ۵۲

- عشق بی‌روح یا ساده لوحانه Foolish love ۵۲

چه چیزهایی عشق نیستند ۵۲

- قربانی یا مظلوم شدن ۵۲

- بازی درآوردن و کنترل کردن ۵۴

- اعتیاد و وابستگی ۵۵

جایگاه عشق در مغز ۵۶

سیستم‌های کنترل کننده رفتار در مغز ۵۶

- مراکز لذت یا پاداش در مغز The Pleasure centers ۵۶

- سیستم یا مدار مقابله یا تنبیه Punishment circuit ۵۸

- سیستم‌های مهار کننده رفتار ۵۸

تغییرات بیوشیمیایی در مغز و بدن عاشق ۶۰

- کشش و اشتیاق احساسی عاطفی ۶۰

- کشش و اشتیاق جنسی ۶۱

- صمیمیت (دلبستگی و پیوند عاطفی) ۶۱

عاشق واقعی کیست ۶۲

- ابعاد یا سطوح روان، ذهن یا ضمیر ۶۶
- ضمیر یا بُعد ناخودآگاه ۶۶
- ضمیر یا بُعد خودآگاه ۶۷
- ضمیر یا بُعد نیمه خودآگاه ۶۸
- **ابعاد خصایص اصلی شخصیت ۶۸**
- **ابعاد پنج‌گانه شخصیت ۷۰**
- - شادخویی یا برون‌گرایی ۷۰
- - سازگاری، نوع دوستی و مثبت‌گرایی ۷۰
- - پذیرندگی چیزها و تجربیات جدید ۷۰
- - تعهدپذیری و وظیفه‌شناسی ۷۰
- - بی‌ثباتی احساسی عاطفی ۷۱

انواع شخصیت‌ها غیرطبیعی (اختلالات شخصیت) ۷۱

شخصیت هیجانی - نمایشی یا هیستریانیک ۷۲

- ابعاد پنج‌گانه شخصیتی هیستریانیک ۷۲
- بی‌ثباتی احساسی ۷۵
- برون‌گرایی پایین ۷۶
- پذیرندگی بالا ۷۶
- سازگاری و توافق‌پذیری بالا ۷۶
- تعهدپذیری و وظیفه‌شناسی پایین ۷۶
- شیوع و علل شخصیت هیستریانیک ۷۶
- تشخیص و درمان اختلال هیستریانیک ۷۷

شخصیت مرزی یا بینابینی BPO ۷۷

- ابعاد پنج‌گانه شخصیتی BPO ۸۰
- بی‌ثباتی احساسی بالا ۸۰
- برون‌گرایی بالا ۸۰



- پذیرندگی پایین ۸۰
- سازگاری و توافق‌پذیری بالا ۸۱
- تعهدپذیری و وظیفه‌شناسی پایین ۸۱
- الگوی فکری شخصیت مرزی ۸۱
- شیوع و علل شخصیت مرزی ۸۲
- تشخیص و درمان شخصیت مرزی ۸۳

شخصیت شکاک PPD ۸۶

- ابعاد پنج‌گانه شخصیتی PPD ۸۹
- الگوی فکری افراد با شخصیت پارانوئید ۸۹
- شیوع و علل شخصیت شکاک ۹۰
- تشخیص و درمان شخصیت شکاک ۹۱

شخصیت اسکیزوئید ۹۱

- ابعاد پنج‌گانه شخصیتی اسکیزوئید ۹۲
- الگوی فکری شخصیت اسکیزوئید ۹۲
- شیوع و علل ۹۳
- تشخیص و درمان ۹۳

شخصیت اسکیزوتیپال ۹۴

- ابعاد پنج‌گانه شخصیتی اسکیزوتیپال ۹۶
- الگوی فکری شخصیت اسکیزوتیپال ۹۶
- شیوع و علل اختلال اسکیزوتیپال ۹۶
- تشخیص و درمان شخصیت اسکیزوتیپال ۹۷

شخصیت منزوی یا گوشه‌گیر ۹۷

- کمروبی ۹۸
- اضطراب اجتماعی ۹۸
- هراس عمومی Generalized social phobia ۹۸



- ویژگیها و تشخیص شخصیت خودشیفته براساس DAM- IV-TR ۱۱۶

شخصیت ضداجتماعی ۱۱۷

تست‌ها یا خودآزمونهای شخصیتی ۱۱۸

- MMPI ۱۱۹

- NPI ۱۱۹

- IPIP ۱۱۹

راههای شناسایی دروغ و دروغگو ۱۱۹

- لمس صورت ۱۲۰

- چشم‌ها ۱۲۰

- حالت چهره ۱۲۰

- تون صدا ۱۲۰

- کف دستها ۱۲۰

- ور رفتن ۱۲۰

- سایر یافته‌ها و شواهد عدم صداقت ۱۲۰

- ریشخند و تمسخر ۱۲۱

- ذکر بیش از حد جزئیات ۱۲۱

- تکرار و پرت و پلا گفتن ۱۲۱

- طفره رفتن از پاسخگویی صریح ۱۲۱

- حالت تدافعی گرفتن ۱۲۱

- خنده و شوخی ۱۲۱

- عدم همخوانی و تضاد گفتار ۱۲۱

تفاوت‌ها و خصوصیات انحصاری زنان و مردان ۱۲۲

فصل ۴: تصورات و باورهای غلط در مورد عشق و ازدواج ۱۲۲-۱۲۴

باورهای درست در مورد عشق ۱۲۴

تصورات درست از ازدواج ۱۲۴



- ابعاد پنج‌گانه شخصیت منزوی ۹۹

- الگوی فکری شخصیت منزوی ۹۹

- شیوع و علل شخصیت منزوی ۱۰۰

- تشخیص و درمان شخصیت منزوی ۱۰۰

شخصیت وابسته ۱۰۱

- چرایی شخصیت وابسته از دیدگاههای مختلف ۱۰۳

- شناختی - رفتاری ۱۰۳

- ابعاد پنج‌گانه شخصیتی ۱۰۴

- شیوع و علل شخصیت وابسته ۱۰۵

- تشخیص و درمان شخصیت وابسته ۱۰۵

شخصیت وسواسی ۱۰۶

- چرایی شخصیت وسواسی از دیدگاههای مختلف ۱۰۸

- روانکاوانه ۱۰۸

- شناختی - رفتاری ۱۰۸

- تشخیص و درمان شخصیت وسواسی ۱۱۰

- ویژگیها و تشخیص شخصیت وسواسی براساس DSM- IV-TR ۱۱۰

شخصیت خودشیفته ۱۱۱

- خودشیفته مشتاق Craving Narcissist ۱۱۳

- خودشیفته شکاک Paranoid Narcissist ۱۱۴

- خودشیفته بازیگر Manipulative Narcissist ۱۱۴

- چرایی شخصیت خودشیفته از دیدگاههای مختلف ۱۱۴

- روانکاوانه ۱۱۴

- شناختی - رفتاری ۱۱۴

- ابعاد پنج‌گانه شخصیتی ۱۱۵

- تشخیص و درمان شخصیت خودشیفته ۱۱۵

فصل ۵: آمادگی و شرایط مناسب برای ازدواج ۱۴۵-۱۲۸

- قبل از رفتن به خواستگاری ۱۲۸
- آمادگی و بلوغ جسمی جنسی ۱۳۰
- علائم و نشانه‌های هشدار دهنده ۱۳۱
 - مردان ۱۳۱
 - زنان ۱۳۱
- آمادگی و بلوغ عقلی ۱۳۲
 - چگونه به آمادگی و بلوغ عقلی برسیم ۱۳۵
- آمادگی و بلوغ عاطفی ۱۳۸
 - چگونه به بلوغ عاطفی برسیم ۱۳۹
- آمادگی و بلوغ اجتماعی ۱۴۱
 - آمادگی و توانمندی اقتصادی ۱۴۳
 - آیا خانمها نیز بایستی آمادگی و توانمندی اقتصادی داشته باشند ۱۴۴

فصل ۶: باورهای غلط در مورد ازدواج ۱۵۱-۱۴۶

- هر کس نیمه گمشده‌ای دارد ۱۴۶
- فقط با همسر کامل می‌توان زندگی کرد ۱۴۶
- بایستی آمادگی کامل داشت ۱۴۷
- تضاد بین زوجین موجب بهبود و استحکام ازدواج می‌شود ۱۴۸
- عشق به تنهایی برای ازدواج کافی است ۱۴۸
- برای انتخاب همسر بایستی بر اساس دل عمل کرد ۱۴۹
- انتخاب همسر و ازدواج به شانس بستگی دارد ۱۴۹
- به عمل کار برآید به سخن دانی نیست ۱۵۰
- هنوز هیچکس نمی‌داند که چه چیزی بهتر است ۱۵۱

فصل ۷: چه کسی جذب چه کسی می‌شود و چه کسی را انتخاب می‌کند ۱۶۱-۱۵۲

عوامل دخیل در کشش و جذب ۱۵۲

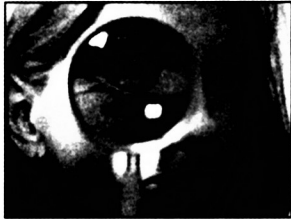
- سن ۱۵۳
- ظاهر ۱۵۳
- بوی بدن ۱۵۴
- شخصیت ۱۵۴
- وضعیت مالی و موقعیت اجتماعی ۱۵۵
- علائم و نشانه‌های علاقمندی و کشش ۱۵۵**
- چه کسی چه کسی را انتخاب می‌کند ۱۵۶**
 - جاذبه و کشش ۱۵۷
 - تشابه و همسانی با یکدیگر (Homogamy) ۱۵۷
 - معامله ۱۵۷
 - دو قطب مخالف یا مکمل ۱۵۸
 - الگوی پیوند عاطفی / یادآور والدین ۱۵۸
 - تکرار الگوی روابط قدیمی ۱۵۹
 - ویژگیهای شخصیتی ۱۶۰
 - خودفریبی ۱۶۰
 - نیازهای برآورده نشده ۱۶۱

فصل ۸: آیا آینده و سرانجام یک ازدواج قابل پیش‌بینی است ۱۸۱-۱۶۲

- عوامل پیش‌بینی کننده ازدواج ۱۶۲**
 - ویژگیهای فردی ۱۶۳
 - پیشینه شخصی و خانوادگی ۱۶۳
 - تعامل و تناسب زوجین ۱۶۳
- خودآزمایی پیش‌بینی احتمال رضایت‌مندی در زندگی اشتراکی ۱۶۵**
 - نقش ویژگیهای فردی در زندگی اشتراکی ۱۶۶
 - ویژگیهای فردی منفی ۱۶۶

- جایگاه و نقش هر یک از زوجین در زندگی ۱۷۷
- کار و تحصیل ۱۷۸
- مسائل مالی ۱۷۸
- ارتباط جنسی ۱۷۸
- فرزنددار شدن ۱۷۸
- حد و مرزها و حریمها ۱۷۸
- طول مدت آشنایی و شناخت قبل از ازدواج ۱۷۸
- ارتباط جنسی قبل از ازدواج ۱۸۰
- الگوی تعامل و ارتباط زوجین ۱۸۱

فصل ۹: در انتخاب همسر به چه نکاتی توجه کنیم ۲۶۰-۱۸۲



- تصور غلط در انتخاب همسر ۱۸۲
- پیش فرض غلط ۱۸۳
- ارزیابی ویژگیها و خصوصیات فردی ۱۸۳
- زیبایی، کشش و تمایل فیزیکی ۱۸۳
- علایم هشدار دهنده و زنگ خطرها ۱۸۴
- سلامت جسمی و روانی ۱۸۵
- عدم صداقت ۱۸۵
- عواقب بعد از ترک اعتیاد ۱۸۶
- باورهای مرتبط با ازدواج ۱۸۷
- ازدواج با تغییرات شگفت‌انگیز همراه خواهد بود ۱۸۸
- عدم تفاهم و همفکری در تمامی زمینه‌ها یعنی نبود عشق و محبت ۱۸۸
- بایستی قدرت ذهن خوانی داشت ۱۸۸
- هیچکس تغییر نمی‌کند ۱۸۹
- ارزیابی افکار، باورها و عقلانی و منطقی بودن ۱۸۹
- آزمون منطقی و عقلانی و واقع‌بین بودن ۱۸۹

- حرمت و عزت نفس ۱۶۷
- مظلوم‌نمایی و نقش قربانی داشتن ۱۶۷
- عدم توانایی در تصمیم‌گیری ۱۶۸
- رفتارهای وسواسی / اعتیادی ۱۶۸
- پرتوقعی و تجمل‌گرایی ۱۶۸
- در گذشته ماندن و نگران آینده ۱۶۸
- حساس و شکننده بودن ۱۶۸
- برون‌گرایی / درون‌گرایی ۱۶۹
- انعطاف و تطابق‌پذیری ۱۶۹
- قاطعیت و جسارت Assertiveness ۱۶۹
- لحظه‌ای و آنی عمل کردن ۱۷۰
- نقش پیشینه شخصی و خانوادگی در زندگی اشتراکی ۱۷۱
- موارد مثبت پیشینه شخصی و خانوادگی ۱۷۱
- موارد منفی پیشینه شخصی و خانوادگی ۱۷۱
- سن ۱۷۱
- زندگی و الگوی پرورشی والدین ۱۷۱
- تایید و حمایت والدین ۱۷۲
- فشارهای داخلی و خارجی ۱۷۳
- وضعیت تحصیلی و شغلی ۱۷۳
- تعامل و تناسب زوج ۱۷۴
- همخوانی و توافق زوجین ۱۷۴
- تناسب سنی ۱۷۴
- سنخیت مذهبی / اعتقادی ۱۷۵
- تناسب تحصیلی ۱۷۶
- اتفاق نظر در موضوعات مهم ۱۷۶
- اهمیت و جایگاه ازدواج ۱۷۷

-- رولبط قبلی و دوران مجردی ۲۲۸

ارزیابی وضعیت تعامل و تناسب با هم ۲۲۹

-- آزمون همخوانی ارزشها و نگرشها ۲۳۰

-- اهمیت ازدواج ۲۳۰

-- نقش و جایگاه جنسیتی ۲۳۰

-- کار و شغل زن ۲۳۱

-- وضعیت اقتصادی و رفاه ۲۳۱

-- خودمختاری ۲۳۲

-- مسائل جنسی ۲۳۲

-- داشتن فرزند ۲۳۳

-- حریم‌های خصوصی ۲۳۳

-- اهمیت و جایگاه مذهب ۲۳۳

ارزیابی تعامل زوجین و رابطه عاطفی ۲۳۳

-- آزمون تعامل زوجین ۲۳۶

-- میزان همدلی ۲۳۶

-- ابراز کامل و شفاف نظر و احساس ۲۳۶

-- برداشت و ارزیابی شما از میزان همدلی طرف مقابلتان ۲۳۷

-- ارزیابی شما از نحوه ابراز طرف مقابلتان ۲۳۷

-- الگوی حل مسائل و برخورد با مشکلات ۲۳۸

-- فرار از رابطه ۲۳۸

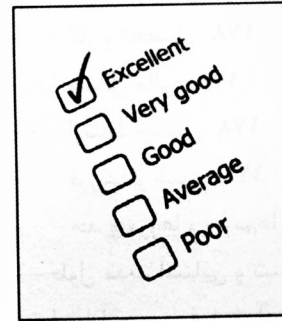
-- پاسخ و واکنش کلامی ۲۳۸

-- پاسخ و واکنش متعهدانه ۲۳۹

-- پاسخ و واکنش اغمازی ۲۳۹

-- آزمون قابلیت برقراری رابطه صمیمانه ۲۴۱

-- آزمون میزان رمانتیک یا عاشق بودن ۲۴۶



ارزیابی ویژگیهای شخصیتی ۱۹۴

-- آزمون ارزیابی حرمت نفس ۱۹۴

-- اختلال اضطراب عمومی ۱۹۸

-- تنش یا وحشت پس از فاجعه ۱۹۹

-- یادآوری مکرر حادثه و کابوس شبانه ۲۰۰

-- اجتناب و کرختی ۲۰۰

-- حالت تدافعی و آماده باشی ۲۰۱

-- فوبیا یا هراس Phobia ۲۰۱

-- اختلال وحشت Panic disorder ۲۰۲

-- آزمون خشم و عصبانیت ۲۰۲

-- ارزیابی هیجانی بودن، بی‌مبالاتی و سهل‌انگاری ۲۰۵

-- آزمون قاطعیت و جرات در ابراز خود ۲۰۷

ارزیابی برون‌گرایی/درون‌گرایی ۲۱۳

-- آزمون میزان اجتماعی بودن ۲۱۳

-- آزمون مسئولیت‌پذیری ۲۱۷

ارزیابی پیشینه شخصی و خانوادگی ۲۲۱

ارزیابی بستر خانواده ۲۲۱

-- آزمون ارزیابی بستر خانوادگی ۲۲۲

-- رابطه کودکی‌تان با پدر ۲۲۳

-- رابطه کودکی‌تان با مادر ۲۲۴

-- اثرات گذشته خانواده بر زمان حال ۲۲۴

-- مستقل شدن از خانواده ۲۲۵

-- استقلال و عدم وابستگی به والدین ۲۲۷

-- صدمات دوران کودکی ۲۲۸

--- آزمون میزان قابلیت اعتماد و اطمینان ۲۴۹

--- آزمون کنترلی بودن ۲۴۹

فصل ۱۰: در چه مواردی و با چه کسانی نباید ازدواج کرد ۲۶۷-۲۶۱

از ازدواج با افراد زیر جداً خودداری کنید ۲۶۱

زنگ خطرها و علائم هشدار دهنده ۲۶۲

فصل ۱۱: مباحث دیگر و سوالات ۲۷۸-۲۶۸

ازدواج سنتی ۲۶۸

مسائل جنسی ۲۶۹

سوالات ۲۶۹

پایانی ۲۷۲

ازدواج یک باید و بد نیست بلکه وسیله‌ای برای رسیدن به آرامش و خوشبختی است.

چرا ازدواج و چرا عشق؟ ۱

انسان موجودی اجتماعی و جمع‌گرا است و خانواده کوچکترین نوع جامعه و مهم‌ترین واحد تشکیل دهنده جامعه است. قدمت خانواده را می‌توان تقریباً معادل تاریخ پیدایش بشر دانست که در طول پیدایش و تکامل خود دستخوش تغییرات و اقت و خیزهای بسیار زیادی شده است و رابطه میان زن و مرد که مهم‌ترین رکن خانواده است تقریباً تمامی اشکال محتمل خود را تجربه کرده است. از روابط آزاد و بدون قید و شرط گرفته تا ازدواج میان خویشاوندان محرم، چند همسری (چه از نوع چند زنی و چه از نوع چند شوهری)، هم اطاقی شدن، ازدواج همجنس و آنچه که امروزه به آن ازدواج رسمی و قانونی زن و مرد غیر محرم گفته می‌شود.



تمامی این تجربیات و نیز مطالعات انجام شده گواه بر این هستند که بهترین شکل رابطه زن و مرد، چه برای جامعه و چه برای افراد، ازدواج مرد و زن و تشکیل خانواده است. در جهان معاصر و جوامع نسبتاً پیشرفته که زن و شوهر هر دو نقش سازنده در خانواده و جامعه خود بازی می‌کنند و نه صرفاً برای بقاء بلکه برای زندگی بهتر و حرکت در مسیر تکامل فردی و جمعی تلاش می‌کنند، بهترین شکل خانواده، **خانواده هسته‌ای (Nuclear family)** است که ارکان آن را زن و شوهر و فرزندان تشکیل داده و بقیه همگی حکم میهمان و درجه دوم را بازی می‌کنند. اما در بسیاری از

جوامع بدلائل شرایط خاص، خانواده گسترده یا بزرگ (extended family) که شامل زن و شوهر، فرزندان و یک یا چند تن از اعضای دیگر فامیل (معمولاً پدر و مادر یکی از زوجین) با هم زندگی می‌کنند، مهمترین شکل خانواده است که در نوع خود حداقل بهتر از زندگی مجردی و یا زندگی تک‌سرپرستی است.

فواید و مزایای ازدواج

ازدواج درست (که معمولاً این چنین نیز است) هم برای جامعه و هم برای افراد فواید و منافع بسیار زیادی دارد که می‌توان به صورت زیر خلاصه نمود:

■ فواید اجتماعی

- ارتقاء سطح سلامت کلی جامعه
- زنده و با نشاط‌تر شدن جامعه
- ارتقاء سطح فرهنگی و اقتصادی جامعه
- روابط اجتماعی بهتر
- افزایش امید به زندگی (طول عمر افراد)
- کاهش جرایم



■ فواید مشترک زن و شوهر

- بهبود و سلامت روحی روانی و جسمی (در کل و نه در تمامی زمینه‌ها)
- افزایش طول عمر
- بهبود وضعیت اقتصادی
- احساس رضایت و خرسندی بیشتر از زندگی
- افزایش رضایت جنسی

■ فواید برای زن

- بهره‌مندی از وضعیت اقتصادی بهتر
- کاهش خطر در معرض قرار گرفتن اذیت و آزار اجتماعی

- کاهش احتمال بروز بیماریهای روانی (خصوصاً افسردگی) و خودکشی

■ فواید برای مرد

- افزایش درآمد (برخلاف تصور عمومی مردان متاهل ۲۰ تا ۴۰٪ بیش از مردان مجرد با شرایط و وضعیت مشابه درآمد دارند).
- کاهش رفتارهای تهاجمی و مخرب (از جمله اعتیاد)
- انگیزه بیشتر برای تلاش و پیشرفت

نکته: یکی از معایب ازدواج، افزایش ریسک بیماریهای قلبی عروقی است و علت اصلی آن بی‌توجهی به تغذیه سالم و عدم رعایت توصیه‌های بهداشتی در این زمینه است.

آیا عشق یک توهم و خیال است؟

اگرچه برخی بر این باور بوده و هستند (نظیر Goodle، ۱۹۵۹ میلادی) که عشق ساخته و بافته فکر و متعلق به جهان غرب است، اما در مطالعات وسیع انجام شده در سراسر دنیا (Jankowiak و Fischer، ۱۹۹۲ میلادی) از قبایل بدوی Zulu در آفریقای جنوبی گرفته تا اسکیموها (بیش از ۱۵۰ جامعه و ملل مختلف) عشق معنی و مفهومی تقریباً همگانی و مشابه داشته و عشق نه یک خیال بلکه یک واقعیت خارجی و عینی است که حتی امروزه می‌توان آن را از طریق مطالعات بیوشیمیایی و تصویربرداری مغز شناسایی و مورد بررسی و ارزیابی قرار داد (به مطالب بعدی مراجعه کنید). البته همچنانکه خواهید دید، درصدی از افراد بدلایلی هیچگاه عشق را تجربه نکرده و یا تجربه نخواهند کرد (همانطور که برخی حس مادری یا پدری و یا پرواز را تجربه نکرده‌اند).

چرا انسان نیازمند عشق است؟

عشق یکی از عوامل یا نیروهایی است که می‌تواند بر قوی‌ترین نیروی فطری انسان یعنی میل به زنده ماندن غلبه کند. حال بینیم چرا چنین نیرو و گرایش