

این نگاه را تمرین کنیم

اشتراک در شبکه‌های اجتماعی:

آدرس صفحه: <https://mav>



[1]

* گاه نگاه ما به همسر دیگران به گونه‌ای است که باعث تعریف ما از او نزد دیگران می‌شود. علت این نگاه این است که فقط نقاط مورد پسند خودمان را در او دیده‌ایم. مثلاً لباس مرتب می‌پوشد، منظم است، خیلی پرتلاش است، مهربان است و یا مودب حرف می‌زند و نقاط مثبت دیگر.

* حتی ممکن است اگر همسر و اطرافیان همین فرد مورد تایید شما از او گلایه داشته باشند باز شما با پیرنگ‌گردن نقاط مثبتی که در او دیده‌اید به اطرافیان بگویید نه فلانی این خصوصیات خوب را هم دارد و به نحوی از شخصیت او در ذهن خود یا نزد دیگران دفاع کنید.

* نکته‌ی مهم رفتار شما این است که شما نقاط منفی موجود در زندگی این فرد را به چشم ندیده‌اید و تنها چیزی که از او مشاهده کرده‌اید موارد زیبا و مورد پسند شماست.

* توصیه می‌شود گاه همین نگاه را یعنی ندیدن نقاط منفی همسران را تمرین کنید. لذا دین اسلام توصیه به تغافل و منفی‌نگر نبودن و سوءظن نداشتن در زندگی می‌کند.

* یعنی باید کارمان این باشد که نقاط تاریک و منفی همسر و اطرافیانمان را از ذهن پاک کنیم تا نقاط مثبت او به چشم آید و

روابط، اصلاح شود. اگر این اتفاق بیفتد عکس‌العمل‌های ما و قضاوت‌های ما نسبت به همسر و اطرافیانمان تعدیل شده و با انصاف و عدالت، او را ارزیابی کرده و کینه‌ها زدوده می‌شود.

* با تمرین این نگاه، محبت و عشق را در زندگی خود جاری کنید.

برچسب‌ها:

[2] نگاہ، همسر، مأوا

نشانی منبع: <https://mava.iki.ac.ir/node/1006>

پیوندها

https://mava.iki.ac.ir/files/images/articles/01_0.jpg [2] [1]

<https://mava.iki.ac.ir/tag/%D9%86%DA%AF%D8%A7%D9%87%D8%8C-%D9%87%D9%85%D8%B3%D8%B1%D8%8C-%D9%85%D8%A3%D9%88%D8%A7>