

را توشه

فصلنامه علمی- تخصصی ویژه مبلغان
شماره ۱۳۰۰- رمضان ۱۴۲۲- شماره پنجم
ویژه نامه خانواده

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم
معاونت فرهنگی و تبلیغی

| | |
|--------------|---|
| صاحب امتیاز: | معاونت فرهنگی و تبلیغی دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم |
| مدیر مسئول: | سعید روستاآزاد |
| سر دبیر: | علی اکبر مؤمنی |

نشریه «ره توشه» بر اساس پروانه انتشار به شماره ثبت ۸۶۲۴۴ تاریخ ۱۳۹۸/۱۲/۵ معاونت امور مطبوعاتی و اطلاع رسانی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، به عنوان فصلنامه تخصصی منتشر می شود.

اعضای هیئت تحریریه (به ترتیب حروف الفبا)

| | |
|--------------------------|--|
| سعید روستاآزاد | عضو هیئت علمی پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی |
| سید محمد اکبریان | عضو هیئت علمی پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی |
| عبدالکریم پاک نیا تبریزی | استاد سطح عالی حوزه علمیه قم |
| علی نظری منفرد | استاد سطح عالی حوزه علمیه قم |
| علی اکبر مؤمنی | پژوهشگر پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی |
| میر تقی قادری | استاد سطح عالی حوزه علمیه قم |
| ناصر رفیعی محمدی | عضو هیئت علمی جامعه المصطفی العالمیه |

| | |
|------------------|------------------|
| ویراستار: | زهرا رضائیان |
| صفحه آرا: | اکبر اسماعیل پور |
| مسئول چاپ و نشر: | سید محمود کریمی |

| | |
|------------------|--|
| آدرس: | قم، چهارراه شهدا، معاونت فرهنگی و تبلیغی، طبقه اول، کدپستی: ۳۷۱۵۷۹۱۸۱۱ |
| تلفن: | ۰۲۵ - ۳۱۱۵۱۲۴۷ |
| پایگاه اینترنتی: | http://rahtoosheh.dte.ir |
| پست الکترونیک: | tabligh@dte.ir |
| شمارگان: | ۴۰۰ نسخه |
| قیمت: | ۱۵۰۰۰ تومان |



امام خمینی (قدس سره):

نقش زن در جامعه بالاتر از نقش مرد است؛ برای این که بانوان علاوه بر این که خودشان یک قشر فعال در همه ابعاد هستند، قشرهای فعال را در دامن خودشان تربیت می کنند. خدمت مادر به جامعه از خدمت معلم بالاتر است، و از خدمت همه کس بالاتر است، و این امری است که انبیا می خواستند. می خواستند که بانوان قشری باشند که آنها تربیت کنند جامعه را، و شیرزنان و شیرمردانی به جامعه تقدیم کنند.

صحیفه امام، ج ۱۴، ص ۹۷.

رهبر معظم انقلاب اسلامی (مد ظله العالی):

زن مسلمان ایرانی، تاریخ جدیدی را پیش چشم زنان جهان گشود و ثابت کرد که می توان زن بود، عقیف بود، محجبه و شریف بود، و در عین حال، در متن و مرکز بود؛ می توان سنگر خانواده را پاکیزه نگاه داشت و در عرصه سیاسی و اجتماعی نیز، سنگرسازی های جدید کرد و فتوحات بزرگ به ارمغان آورد.

در انقلاب اسلامی و در دفاع مقدس، زنانی ظهور کردند که می توانند تعریف زن و حضور او در ساحت رشد و تهذیب خویش، و در ساحت حفظ خانه سالم و خانواده متعادل، و در ساحت ولایت اجتماعی و جهاد و امر به معروف و نهی از منکر و جهاد اجتماعی را جهانی کنند و بن بست های بزرگ را درهم بشکنند.

<https://www.leader.ir/fa/speech/10428/>

پیام به کنگره هفت هزار زن شهید کشور ۱۳۹۱/۱۲/۱۶

فهرست مطالب

۵ ضرورت شناخت روحیات زن و مرد قبل از ازدواج

طیبه نوحی

۱۵ روش‌های حل اختلاف فرزندان با والدین

اعظم نوری

۲۵ راهکارهای ایجاد صمیمیت در خانواده در ایام کرونا

فاطمه حیدری

۳۵ پوشش، شرایط و حدود آن برای زنان

حجت‌الاسلام والمسلمین عیسی عیسی‌زاده

۴۵ روش‌های تبلیغی غربیان در تضعیف نظام خانواده اسلامی

زهرا رضائیان

۵۵ روش‌های درمان وسواس بانوان

حجت‌الاسلام والمسلمین عبدالکریم پاک‌نیا تبریزی

۶۵ راهکارهای پیشگیری از طلاق

نرگس زرین‌جویی

ضرورت شناخت روحیات زن و مرد قبل از ازدواج

طیبه نوحی*

مقدمه

ازدواج، یکی از چالش‌برانگیزترین انتخاب‌ها در سراسر زندگی یک فرد است. از همین روست که افراد در ازدواج بیش از دیگر انتخاب‌های خود دقت، و گاهی از آن فرار می‌کنند. دقت بیش از حد از یک سو و سهل‌انگاری از سوی دیگر، می‌تواند سبب بروز دشواری‌هایی در انتخاب شود. این امر یکی از علل تأخیر در ازدواج و بالا رفتن سن ازدواج شده است. در جامعه ما که نه در خانواده، نه در محیط آموزش و نه در رسانه، به مسأله شناخت روانی دختر و پسر از یکدیگر در حد مطلوب پرداخته نمی‌شود، خلأ بزرگی در این زمینه احساس می‌شود. شناخت روحیات طرفین، می‌تواند گام مؤثری در پیشبرد و رشد آنان در زندگی مشترک باشد. در این مقاله لزوم شناخت روحیات طرفین پیش از ازدواج به عنوان یکی از عوامل ازدواج موفق، مورد بررسی قرار می‌گیرد.

بایستگی شناخت تفاوت‌ها

شناخت روحیات زن و مرد، از آن جهت مهم است که می‌توان آن را عمیق‌ترین و قوی‌ترین تأثیر و تأثر متقابل دانست؛ چنان‌که اسلام به این واقعیت روانشناختی اشاره کرده و در روایات به مرد سفارش شده است که هنگام ازدواج مراقب باشد که چه کسی را در کنار خود قرار می‌دهد، شریک مالش می‌کند و بر دین و اسرارش مطلع می‌کند: «انظُرْ أَيْنَ تَضَعُ نَفْسَكَ وَ مَنْ تُشْرِكُهُ فِي مَالِكَ وَ تَطْلَعُهُ عَلَى دِينِكَ وَ سِرِّكَ»^۱. به زنان نیز

* کارشناس ارشد ادیان.

۱. محمد بن یعقوب کلینی؛ الکافی؛ ج ۵، ص ۳۲۳.

سفارش شده است که به ازدواج مردان گنهکار در نیابند: «مَنْ زَوَّجَ كَرِيمَتَهُ مِنْ فَاسِقٍ فَقَدْ قَطَعَ رَحْمَهُ». ^۱ این گونه روایات نشان از وابستگی عمیق و متقابل بین زن و مرد دارد؛ زیرا زن و مرد در رفتار، افکار و نگرش‌ها به شدت تحت تأثیر طرف مقابل قرار می‌گیرند. ^۲ امیرالمؤمنین علی علیه السلام درباره تأثیرپذیری نامحسوس و پنهانی از همنشین فرموده است: «طَبْعَكَ يَسْرُقُ مِنْ طَبْعِهِ... وَأَنْتَ لَا تَعْلَمُ؛ ^۳ طبیعت و روان تو اوصاف و احوالی را از طبیعت و روان همنشین می‌رباید؛ به گونه‌ای که متوجه آن نمی‌شوی».

نقل است در یونان باستان روزی مرد حکیمی را به زندان افکندند و در سلول انفرادی حبس کردند. مرد حکیم روزگاری را در آن زندان گذراند و شکایتی نکرد تا آنکه روزی برای کاستن رنج و دلجویی‌اش، مردی را نزدش آوردند تا هم‌صحبت او باشد و حکیم با وی انس گیرد و از ناگواری زندانی بودنش کاسته شود. پس از چند روز، زندانبانان حکیم را دیدند که به شدت گریه می‌کرد. وقتی علت گریه‌اش را پرسیدند، گفت: «این فرد را از پیش من ببرد. من تنهایی را بر هم‌صحبتی با او ترجیح می‌دهم. حضور او روحم را می‌آزارد». ^۴ حال اگر این همنشین، همسر باشد که قرار است عمری را در کنار او سپری شود، اهمیت آن بیشتر خواهد شد. یارا بهشت صحبت یاران همدمست دیدار یار نامتناسب، جهنم است ^۵

شناخت حساسیت‌ها و روحیات طرفین به تنهایی برای داشتن زندگی مطلوب کفایت نمی‌کند. طرفین افزون بر روحیات، باید یکدیگر را نیز درک کنند. این شناخت در مراحل مختلف برای شخص لازم است؛ قبل از ازدواج، دوران نامزدی و بعد از ازدواج. در مرحله قبل از ازدواج، این شناخت از اهمیت به‌سزایی برخوردار است؛ چرا که اصلی‌ترین مرحله به‌شمار می‌آید. اگر در این مرحله، شناخت روحیات به درستی انجام گیرد؛ ممکن است دو نفر کنار هم قرار نگیرند. این شناخت از طریق مطالعه، گفت‌وگو و هم‌نشینی امکان‌پذیر است.

۱. حسن بن فضل طبرسی؛ مکارم الاخلاق؛ ص ۲۰۴.

۲. محمدرضا سالاری‌فر؛ درآمدی بر نظام خانواده در اسلام؛ ص ۳۳.

۳. عبدالحمید بن هبة‌الله ابن ابی‌الحدید؛ شرح نهج‌البلاغه؛ ج ۲۰، ص ۲۷۲.

۴. علی اکبر مظاهری؛ فرهنگ خانواده؛ ص ۱۰۲.

۵. سایت گنجور؛ دیوان اشعار سعدی شیرازی؛ غزل ۷۶.

حکمت خداوند بزرگ بر این امر قرار گرفته است که در آفرینش این دو جنس، تفاوت‌های ضروری و البته حکیمانه قرار دهد تا قادر به انجام مسئولیت‌های خود و مکمل و مایه آرامش هم باشند. زن و مرد صفات و حالاتی مختص به خود دارند که شناخت آنها کمک شایانی در مدیریت زندگی و رسیدن به هدف مطلوب خواهد داشت. در یک تقسیم‌بندی می‌توان روحیات و خصوصیات را به خصوصیات شخصیتی و خصوصیات نوع انسان تقسیم کرد.

تفاوت روحیات شخصیتی زنان و مردان

انسان‌ها از نظر ساختار آفرینش، گوناگون آفریده شده‌اند. این گوناگونی، بیانگر خلقت حکیمانه خداوند است. برای رسیدن به زندگی متعالی، باید این تفاوت‌ها از سوی انسان‌ها پذیرفته شود. برخی از این تفاوت‌ها عبارتند از: اعتقادی، اندیشه، تربیتی، حساسیت بر خط‌مشی سیاسی، تندخویی به دلیل سوءظن، اخلاقی، فاصله فکری و عملی، وابستگی، سلطه‌جویی، ساده‌لوحی، مهربانی، بخشندگی، عصبانیت، خشم، زیبایی، رازداری و ... که در افراد مختلف متفاوت است. برخی روحیات و خصوصیات نیز به نوع جنس مرد یا زن اختصاص دارد که در این مقاله به برترین‌های آنها اشاره خواهد شد.

خودشناسی

خودشناسی، یکی از مسائل مهم انسان و شاید از مهم‌ترین شناخت‌هاست. انسان قبل از آنکه به شناخت جهان پیرامون خود و نیک و بد آن بپردازد، باید خود را بشناسد و گنجینه‌های فطرت و نهاد خود را کشف نماید، آنها را به کمال برساند و امیال نفسانی و شهوانی خود را تعدیل کند. در این صورت است که می‌تواند به بزرگ‌ترین سعادت نائل آید. از آنجا که انسان دارای ابعاد جسمی و روحی است، شناخت بُعد روحی او اهمیت زیادی در پیشبرد اهداف وی خواهد داشت.

برای داشتن یک ازدواج موفق، شناخت مقدم بر عشق است. یک انتخاب صحیح، بر مبنای شناخت شکل می‌گیرد و بعد از شناخت طرف مقابل، عشق به وجود می‌آید. یکی از پیش‌شرط‌های لازم برای رسیدن به شناخت درست، رسیدن به خودآگاهی و

پیمودن مراحل خودشناسی است. آدمی قبل از آنکه بخواهد انتخابی داشته باشد، باید نقاط ضعف و قوت شخصیت خود را کاملاً بشناسد. انتخاب صحیح زمانی اتفاق می‌افتد که فرد در کنار بلوغ جنسی، به بلوغ عاطفی، روانی، جسمی، عقلانی، اخلاقی و اجتماعی رسیده باشد. شناخت روحیات کمک می‌کند تا آدمی در انتخاب، سراغ افرادی برود که تا حدودی شبیه او هستند. پژوهش‌ها نیز نشان می‌دهد که با ثبات‌ترین ازدواج‌ها، آنهایی هستند که زن و شوهر بیشترین شباهت را به هم داشته باشند. استفن وایت، روانشناس بالینی معتقد است: «با توجه به بررسی‌ها، شباهت‌های اخلاقی و شخصیتی زن و شوهر، بر موفقیت ازدواج آنها نقش تعیین‌کننده‌ای دارد».^۱ البته این بدان معنا نیست که اگر دو نفر در برخی حوزه‌ها با هم اختلاف داشتند و متفاوت بودند، ازدواج ناپایدار و ناموفق خواهند داشت؛ چرا که شاهد این امر هستیم که برخی تمایل دارند با افرادی ازدواج کنند که از نظر خلیات و روحیات با آنها کاملاً متفاوت باشند.

تفاوت روحی و شخصیتی زنان و مردان

در عرصه تفاوت‌های زن و مرد، تقسیم‌بندی‌های متفاوتی وجود دارد؛ مانند تفاوت روحی و جسمی و یا روحیات شخصی و ... که به چند مورد از این تفاوت‌ها اشاره می‌شود.

۱. عاطفه‌نگری و زیانگری

دیدگاه زنان نسبت به ازدواج و فرد مقابل‌شان به طور کلی، بیشتر مربوط به مسائل رفتاری و اخلاقی اوست. زن بیشتر از آنچه به فیزیولوژیک شخص اهمیت دهد، به ارتباط و نحوه برخورد فرد با مسائل مختلف اهمیت می‌دهد. عواطف برای زنان از اهمیت بالایی برخوردار است؛ چرا که ساختار وجودی آنها این‌گونه آفریده شده است. اگر چه نباید منکر توجه آنها به ظواهر و جسم شخص مقابل شد، اما در اغلب زنان این مسئله اهمیت بیشتری دارد. از همین روست که بنا بر آمارها، یک سوم زنان به دلایل مختلف، ممکن است در طول زندگی به افسردگی بالینی مبتلا شوند؛ در حالی که این میزان در مردان، یک نهم است.^۲

۱. فاطمه شعبی؛ *ازدواج موفق*؛ ص ۱۲.

۲. زهره خسروی و فاطمه شاهی صدرآبادی؛ «فرهنگ و آسیب‌شناسی روانی: متغیرهای فرهنگی و پدیدارشناسی اسکیزوفرنیا»؛ کنفرانس بین‌المللی فرهنگ آسیب‌شناسی روانی و تربیت؛ ص ۶.

زنان هنگام گفت‌وگو، جر و بحث و بگومگوهای مختلف، به علت استفاده همزمان از دو نیمکره مغز، مسائل منطقی را با عواطف و احساسات خود در هم می‌آمیزند و از رفتارهای کلامی و احساسی خود بیشتر و قوی‌تر استفاده می‌کنند. آنان از زمان کودکی، نوجوانی و جوانی تحت تأثیر برنامه‌ریزی مغزشان، شخصیت درونی خود را پرورش می‌دهند و این توانمندی را کسب می‌کنند که احساس‌ها و عواطف خود را بیان کرده و نشان داده و آنها را مدیریت کنند. زنان، از هر بهانه‌ای برای حرف زدن و ایجاد صمیمیت، رفاقت و ارتباط بیشتر استفاده می‌کنند.^۱

نگاه مردها به ازدواج، فیزیولوژیکی است. هر چند امروزه بسیاری از مردان به دنبال همسری هستند که به لحاظ روحی آنها را درک کرده و همدم و همدلشان باشد؛ اما بنابر شرایط رفتاری و شخصیتی‌شان، کفه ترازوی انتخاب جسمی‌شان بیشتر بر عواطف می‌چربد. البته بیان هر یک از این ویژگی‌ها به معنای این نیست که شخص فاقد بُعد مقابل باشد، اما در اغلب موارد این‌گونه مشاهده شده است. به طور کلی جذابیت ظاهری در فرایند آشنایی، برای مردان از اهمیت بیشتری برخوردار است. بنا بر یک تحقیق صورت گرفته در این زمینه، اگر چه اولویت‌های مردان برای آشنایی، بیشتر جنبه‌های جذابیت ظاهری را در بر می‌گیرد و اولویت‌های زنان، مخلوطی از ویژگی‌های ظاهری و شخصیتی است؛ اما هنگامی که ویژگی‌های مهم مطرح شده توسط مردان و زنان را دسته‌بندی کردند، فهرست آنها به طور معناداری شبیه هم بود. این فهرست به ترتیب اولویت عبارت بود از: «صداقت، وفاداری و تعهد، حساسیت، خونگرمی، مهربانی، خلق‌وخو، ملایمت، صبر و شکیبایی، متانت و وقار».^۲

۲. وابسته‌نگری و استقلال‌نگری

زن همواره مایل است به مرد زندگی خود تکیه کند و او را حامی خود ببیند. این حمایت می‌تواند به طرق مختلف صورت گیرد که شامل حمایت عاطفی، مالی، اجتماعی و... خواهد بود. این کار تأثیر معناداری در زندگی و رشد زنان خواهد داشت؛ هر چند حمایت عاطفی، اهمیت بیشتری دارد و بر رضایتمندی زن از زندگی و در همگامی او، نقش وافر خواهد داشت.

۱. میرعمادالدین فریور؛ «آقایان هدفمند، و خانم‌ها رابطه‌گرا هستند»؛ نشریه روانشناسی شادکامی و موفقیت؛ شماره ۸۱، ص ۵.

۲. مهدی میرمحمدصادقی؛ آموزش پیش از ازدواج؛ ص ۱۲.

همان‌گونه که زنان دوست دارند متکی باشند و حامی داشته باشند، مردان نیز مستقل بودن را دوست دارند. پذیرش مسئولیت خانواده و نقش همسری و پدری که هر کدام مسئولیت‌هایی را برای آنان به ارمغان می‌آورد، ناشی از همین حس مستقل بودن است؛ چنان‌که اسلام نیز یکی از وظایف ویژه مرد نسبت به زن را تأمین مخارج اقتصادی همسر و فرزندان دانسته و طبق آیات قرآن و کلمات معصومین علیهم‌السلام و نیز قانون مدنی، ریاست خانواده از خصایص شوهر است.^۱ منظور از ریاست، تصمیم‌گیری در امور خانواده است که بر اساس مراعات مصالح آن می‌باشد. این امر با تقویت اقتدار مرد، سبب می‌شود در زندگی مشترک، نقش مهمی را ایفا کند. البته مرد نسبت به مسائل عاطفی نیز باید حامی خانواده خود باشد.

۳. رابطه‌گرا و هدف‌گرا بودن

زنان در روابط اجتماعی با دیگران، نوع‌دوستی، صمیمیت، توجه به دیگران و حمایت از سایرین پیشگام، و به طور طبیعی به احساسات لطیف و عواطف ملایم و ظریف مجهزند. البته این بدان معنا نیست که مردان فاقد چنین صفاتی هستند؛ بلکه لطافت، گرمی و جاذبه زنان بیشتر است؛ چنان‌که پیامبر اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم درباره لطافت زنان فرموده است: «نِعْمَ الْوَالِدُ الْبَنَاتُ مُطْفَأَاتُ مَجَهَّرَاتٍ مُنْسَأَتُ مَبَارَكَاتٍ مُفَلِّئَاتٍ»^۲ دختران چه فرزندان خوبی هستند، با لطافت، آماده به خدمت، مونس، با برکت و اهل نظافت و پاکیزگی هستند».

البته این لطافت سبب نمی‌شود که زنان نتوانند رنج‌ها را تحمل کنند... زنان بر خلاف تصور عامه نسبت به رنج‌های بدنی، از تحمل بالایی برخوردار هستند؛ اما نسبت به رنج‌های روحی تحمل کمتری دارند. در بسیاری از روایات نیز خداوند پاداش عظیمی برای مادران در زمان زایمان و نگهداری فرزند در شکم و بیرون از آن را وعده داده است.^۳

برخی روانشناسان، ویژگی هدف‌گرا بودن مردان را در مقابل رابطه‌گرا بودن زنان ذکر

۱. ر.ک: بقره: ۲۳۳؛ طلاق: ۷؛ محمد بن یعقوب کلینی؛ الکافی؛ ج ۵، ص ۵۱۱؛ محمدباقر مجلسی؛

بحارالانوار؛ ج ۱۰۰، ص ۲۵۴؛ محمدرضا سالاری‌فر؛ درآمدی بر نظام خانواده در اسلام؛ ص ۶۱.

۲. محمد بن حسن حر عاملی؛ وسائل‌الشیعه؛ ج ۵، ص ۱۰۰.

۳. ابوالقاسم پاینده؛ نهج‌الفصاحه؛ ص ۲۵۹.

می‌کنند. اگر چه با توجه به خصوصیات ذکر شده، مرد می‌تواند افزون بر رابطه‌گرا بودن، هدف‌گرا نیز باشد. اگر مردها را هدف‌گرا بدانیم، در واقع هرگونه ارتباط کلامی آنها با همسر و دیگران تحت‌تأثیر اهداف‌شان قرار دارد؛ چرا که وقتی مردها به هدف‌های خود می‌رسند، احساس توانمندی و شایستگی می‌کنند، بسیار خوشحال می‌شوند و اعتماد به نفس‌شان بالا می‌رود. در واقع گفت و شنود برای آنها، بیشتر وسیله ارتباط و تبادل اطلاعات به حساب می‌آید. مردها در مسائل مربوط به کار، حرفه، هدف و موضوع‌های مورد علاقه‌شان می‌توانند ده‌ها ساعت وقت بگذارند و حرف بزنند؛ زیرا کار، مهم‌ترین بخش زندگی آنان است. به طور کلی مردان در برقراری ارتباط کلامی و بروز احساسات نسبت به همسر، خویشتندار بوده و ضعیف عمل می‌کنند و کمتر وقت می‌گذارند و ترجیح می‌دهند که به جای حرف، عمل کنند.^۱

۴. جزئی‌نگری و کلی‌نگری

جزئی‌نگری در مسائل، از ویژگی‌های مربوط به تفکر انتزاعی زنان است.^۲ زنان به سبب این ویژگی، بیشتر به شغل‌هایی با ظرافت رو می‌آورند، در بحث‌ها به مسائل جزئی‌تر نگاه می‌کنند و اولین تغییرات به وجود آمده در محیط یا شخص را مشاهده می‌کنند. این در حالی است که اغلب مردها، کلی‌نگر هستند. برای مثال مرد در سفر به کلیت جنگل دقت دارد، اما زن به نوع چینش و کاشت درختان و حتی مدل برگ‌ها نیز دقت دارد یا در مهمانی‌ها، زن به تمام ریزه‌کاری پذیرایی دقت می‌کند؛ در حالی که اگر از مرد در این باره پرسش شود، در حد گفتن «خوب بود» کفایت می‌کند.

۵. درون‌گرایی و برون‌گرایی

یکی از موارد شرط همتایی، «هماهنگی روحی و روانی» است. از نظر علمی در روانشناسی شخصیت، طبقه‌بندی‌های متعددی نسبت به شخصیت افراد صورت گرفته است که یکی از معروف‌ترین آنها، تقسیم‌بندی درون‌گرا و برون‌گراست.

۱. میرعمادالدین فریور؛ «آقایان هدفمندند و خانم‌ها رابطه‌گرا»؛ ماهنامه روانشناسی شادکامی و موفقیت؛ ص ۵.

۲. مسلم داودی‌نژاد؛ رازهای تسخیر قلب همسر؛ ص ۴۴-۵۱.

هرچند برونگرایی و درونگرایی دو ویژگی نسبی است، اما به طور کل زنان بیشتر درونگرا هستند؛ زیرا بیشتر علایق آنها برای امورخانه‌داری و همسرداری و بچه‌داری در محیط خانه صرف می‌شود. این ویژگی از کودکی در جنس زن وجود دارد. اگر چه برخی معتقدند بعضی از مردها نیز درونگرا هستند؛ از این رو بیشتر دوست دارند با خود خلوت کنند، تمایلی به زیاد صحبت کردن ندارند و ترجیح می‌دهند بیشتر مستمع باشند. صرف وقت زیاد در جمع، برای آنان دشوار است و هنگام برقراری ارتباط با فرد مقابل، زمان بیشتری را برای شناخت و جزئیات اخلاقی شریک اجتماعی خود صرف می‌کنند؛ از این رو از عهده رهبری یک مجموعه از جمله خانواده به خوبی بر می‌آیند.

برونگرا بودن مردها، سبب می‌شود که آنها از بچگی به پرورش شخصیت بیرونی خود بیشتر توجه داشته باشند. آنان به منظور کسب قدرت بیشتر و نشان دادن اقتدار خود، در بازی‌های ورزشی و مسابقات درسی و غیر درسی شرکت و یا با دیگران رقابت می‌کنند. در بسیاری مواقع برای کسب موفقیت بیشتر، احساسات خود را سرکوب می‌کنند تا پیروزی‌های به دست بیاورند.^۱ فردی که رشد عاطفی خوبی دارد، در قبال همسر و فرزند و اطرافیان دیدگاه‌های واقع‌بینانه‌ای دارد، با توجه به مفهوم زندگی، می‌تواند مفهوم و فلسفه زندگی را متوجه شود.

نتیجه‌گیری

شناخت روحیات و خصوصیات هر یک از جنس زن و مرد، به افراد کمک می‌کند تا انتخاب درستی داشته باشند. در حقیقت شناخت درست از روحیات و صفات و نیز تفاوت‌ها و شباهت‌های میان زن و مرد کمک می‌کند تا قبل از ازدواج با دید بازتر و آگاهانه‌تر تصمیم‌گیری شود. در تصمیم‌گیری قبل از ازدواج، باید به تفاوت‌ها و بعد از ازدواج بیشتر به شباهت‌ها اهمیت داده شود؛ زیرا توجه به تفاوت‌ها و شناخت روحیات طرفین، به انتخاب عاقلانه کمک می‌کند و اهمیت دادن به شباهت‌ها بعد از ازدواج، موجب محکم شدن ارتباط و صمیمیت زن و مرد خواهد شد.

۱. میرعمادالدین فریور؛ «آقایان هدفمندند و خانمها رابطه‌گرا»؛ ماهنامه روانشناسی شادکامی و موفقیت؛

فهرست منابع

کتاب

۱. ابن ابی الحدید، عبدالحمید بن هبة الله؛ شرح نهج البلاغه؛ قم: مکتبه آیه الله المرعشی، ۱۴۰۴ ق.
۲. پاینده، ابوالقاسم؛ نهج الفصاحه؛ تهران: دنیای دانش، ۱۳۸۲ ش.
۳. حر عاملی، محمد بن حسن؛ وسائل الشیعه؛ تحقیق عبدالرحیم ربانی شیرازی؛ بیروت: دارالاحیاء التراث العربی، ۱۹۹۱ م.
۴. خسروی، زهره و فاطمه شاهی صدرآبادی؛ «زنان و آسیب‌های روانی»؛ مجموعه مقالات همایش
۵. داودی‌نژاد، مسلم؛ رازهای تسخیر قلب همسر؛ قم: انتشارات مهر دلدار، ۱۳۹۲ ش.
۶. سالاری‌فر، محمدرضا؛ درآمدی بر نظام خانواده در اسلام؛ قم: نشر هاجر، ۱۳۸۴ ش.
۷. سبحانی، جعفر و محمد محمدرضایی؛ اندیشه اسلامی؛ قم: انتشارات معارف، ۱۳۹۲ ش.
۸. شعبی، فاطمه؛ ازدواج موفق؛ تهران: کتاب ارشد، ۱۳۹۴ ش.
۹. طبرسی، حسن بن فضل؛ مکارم الاخلاق؛ قم: الشریف الرضی، ۱۴۱۲ ق.
۱۰. کلینی، محمد بن یعقوب؛ الکافی؛ تصحیح علی‌اکبر غفاری و محمد آخوندی؛ تهران: دار الکتب الاسلامیه؛ ۱۴۰۷ ق.
۱۱. مجلسی، محمدباقر؛ بحارالانوار؛ بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ ق.
۱۲. مظاہری، علی‌اکبر؛ فرهنگ خانواده؛ قم: انتشارات نورالزهرات، ۱۳۹۳ ش.
۱۳. میرمحمدصادقی، مهدی؛ آموزش پیش از ازدواج؛ تهران: انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۳۸۴ ش.

مقالات و سایت‌ها

۱. خسروی، زهره و فاطمه شاهی صدرآبادی؛ «فرهنگ و آسیب‌شناسی روانی: متغیرهای بین فرهنگی و پدیدارشناسی اسکیزوفرنیا»؛ تهران: کنفرانس بین‌المللی فرهنگ آسیب‌شناسی روانی و تربیت، ۱۳۹۶ ش.

۲. سایت گنجور، دیوان اشعار سعدی شیرازی.
۳. فریور، میرعمادالدین؛ «آقایان هدفمندند و خانم‌ها رابطه‌گرا هستند»؛ نشریه روانشناسی شادکامی و موفقیت؛ سال هفتم، شماره ۸۱، آبان ۱۳۸۹، ص ۴ و ۵.

روش‌های حل اختلاف فرزندان با والدین

اعظم نوری*

مقدمه

یکی از مشکلات خانواده‌های امروزی، وجود تضاد و اختلاف میان والدین با فرزندان است که ممکن است منجر به ایجاد فاصله میان آنها و ایجاد مشکلات بزرگ‌تر و کمرنگ شدن رابطه عاطفی آنها شود. اصل ایجاد فاصله نیز ممکن است باعث پریشانی و آزار روحی والدین و دوری فرزندان از فضای خانواده و گرایش به گروه دوستان یا همسالان به صورت نامطلوب، به‌ویژه در دوران نوجوانی گردد. در بسیاری از موارد نیز ممکن است نوجوانان به سمت آسیب‌های اجتماعی سوق پیدا کنند که عوارض جبران‌ناپذیری به دنبال خواهد داشت. به نظر می‌رسد اصل وجود اختلاف، امری طبیعی میان نسل‌هاست که می‌توان با مدیریت صحیح و استفاده از راهکارهای مناسب این اختلافات را به حداقل رساند و برای بسیاری از تفاوت‌نظرها، راه‌حل‌های متناسب با فضای خانواده و شرایط سنی و روحی افراد ارائه نمود. در واقع آنچه در درون خانواده اتفاق می‌افتد و چگونگی تعامل دو طرفه والدین و فرزندان، می‌تواند یک عامل کلیدی در ایجاد انعطاف‌پذیری و کاهش خطرات گسست نسلی و آسیب‌های اجتماعی باشد. بنابراین باید قبل از هر چیز، عواملی که موجب تضاد در روابط والدین و فرزندان است، مورد بررسی قرار گیرند. شاید بتوان گفت به تعداد تمام خانواده‌ها و فرزندان‌شان، مسائلی وجود دارد که روابط میان آنها را به چالش می‌کشند، اما با ریشه‌یابی آنها برخی امور مطرح می‌شوند که با

* کارشناس ارشد رشته تفسیر، پژوهشگر مطالعات زنان و خانواده جامعه‌الزهرائیه.

شناخت و بررسی آنها می‌توان فضای خانواده را به سوی کاهش تنش‌ها سوق داد. در این مقاله روش‌های حل اختلاف فرزندان با والدین، تبیین می‌شود.

الف. راهکارهای والدین در کاهش تنش‌ها و حل اختلافات

۱. تلاش برای تربیت صحیح فرزندان

تربیت و جامعه‌پذیری کودکان در خانواده، آگاهانه یا ناخودآگاه توسط والدین صورت می‌گیرد طی این فرایند کودک ناتوان به تدریج، به شخصی آگاه، دانا و ورزیده در شیوه‌های فرهنگی که در آن متولد شده است، تبدیل می‌شود.^۱ اگر هر فرد از ابتدای تولد به شکل مطلوب و صحیح جامعه‌پذیر شود، نقاط مشترک زیادی با والدین خود خواهد داشت و کمتر دچار تعارض و کشمکش خواهد شد. در این میان شناخت ویژگی‌های هر دوره سنی توسط والدین، می‌تواند در رفتار مناسب آنها و آموزش مسائل مربوط به آن رده سنی در کاهش اختلافات مثمر ثمر باشد. برای مثال در سنین کودکی، معمولاً استفاده از تشویق یا تنبیه‌های کوچک برای فرزندان ممکن است در پیشگیری از اشتباهات راهگشا باشد؛ اما در سنین نوجوانی با توجه به روحیه خاص آنها باید از راه‌های ارتباطی مناسب با شخصیت نوجوان استفاده کرد. به همین دلیل در روایات معصومین علیهم‌السلام دوران کودکی تا بزرگسالی به سه قسمت تقسیم شده و نوع تعامل با فرزند در این سنین بیان شده است: «يُرْحَى الصَّبِيُّ سَبْعًا وَيُؤَدَّبُ سَبْعًا وَيُسْتَحْدَمُ سَبْعًا»^۲ کودک تا هفت سال آزاد گذارده، و در هفت سال دوم ادب آموخته، و در هفت سال سوم به خدمت گرفته می‌شود.

۲. احترام و محبت به فرزندان

یکی از نکات مهمی که در سیره اهل بیت علیهم‌السلام در رابطه با فرزندپروری مورد توجه ویژه قرار گرفته است، محبت و مهربانی به کودکان است. رسول اکرم صلی‌الله‌عنه‌وآله‌وسلم فرموده است: «وَقَرُّوا كِبَارَكُمْ وَارْحَمُوا صِغَارَكُمْ»^۳ به بزرگسالان خود احترام کنید و نسبت به کودکان خود ترحم و عطوفت داشته باشید. این روایت، این رابطه را به صورت دو

۱. آنتونی گیدنز؛ جامعه‌شناسی؛ ترجمه منوچهر صبوری؛ ص ۶۷.

۲. عباسی قمی؛ سفینه البحار؛ ج ۲، ص ۲۲۳.

۳. محمد بن حسن حر عاملی؛ وسائل الشیعه؛ ج ۱۰، ص ۳۱۳.

طرفه بیان کرده است، اما روایاتی بدین مضمون فراوان است که مردم را به مهربانی و محبت به فرزندان سفارش کرده و گاه ابزار تشویقی نیز برای این رفتار در نظر گرفته شده است. امام صادق علیه السلام فرموده است: «إِنَّ اللَّهَ لَيَرْحَمُ الْعَبْدَ لِيَشَدَّ حُبَّهُ لَوْلِيهِ؛^۱ خداوند بنده اش را به خاطر شدت محبت و دوستی نسبت به فرزندش مورد رحمت خود قرار می دهد». مرحوم کلینی در کتاب *اصول کافی*، روایاتی از این دست که به محبت نسبت به فرزندان سفارش می کند، در بابی به نام باب «بِرِّ الْأَوْلَادِ» جمع آوری نموده است.

والدین می توانند نقش پر رنگی در ایجاد فضای عاطفی در خانواده داشته باشند و در زمینه محبت کلامی و رفتاری، الگوی خوبی برای فرزندان شان باشند.

۳. پذیرش تفاوت های نسلی

ریشه بسیاری از مشکلات، تفاوت نسلی میان والدین و فرزندان است؛ نسل هایی که بسیار بیشتر از گذشته، به دلیل تغییرات اجتماعی و رشد تکنولوژی های شگرف از یکدیگر فاصله گرفته اند. این تفاوت ارزش ها میان فرزندان و والدین، موجب شده خانواده ها در معرض چالش های جدی قرار گیرند. برخی والدین همواره زندگی گذشته خود را با امروز فرزندان خویش مقایسه می نمایند و انتظار دارند فرزندان آنها هم مانند خودشان زندگی کنند. در روایات معصومین علیهم السلام، تفاوت نسل ها و تغییر شرایط اجتماعی در خانواده، میان والدین و فرزندان امری پذیرفته شده است؛ چنان که امام علی علیه السلام فرموده است: «لَا تَقْسِرُوا أَوْلَادَكُمْ عَلَى آدَابِكُمْ فَإِنَّهُمْ مَخْلُوقُونَ لِزَمَانٍ غَيْرِ زَمَانِكُمْ؛^۲ فرزندان تان را به انجام آداب و رسوم خودتان وادار نکنید؛ زیرا آنان برای زمانی، غیر از زمان شما آفریده شده اند».

البته این سخن امام علیه السلام به معنای عدم پابندی به اصول و تخطی از حلال و حرام نیست؛ بلکه پذیرش تغییرات اجتماعی تنها در چارچوب رعایت اصول و ارزش های دینی است. امام خمینی رحمته الله علیه نیز در این باره می فرماید:

در روایات هست که بچه های تان را به غیر آن طوری که خودتان هستید و برای زمان آینده تربیت کنید؛ چرا که اینها در زمان آینده، باید دست به کار مملکت و کشور

۱. محمد بن یعقوب کلینی؛ *الکافی*؛ ج ۶، ص ۵.

۲. عبدالحمید به هبة الله ابن ابی الحدید؛ *شرح نهج البلاغه*؛ ج ۲۰، ص ۲۶۷.

شوند... دور نگه داشتن بچه‌ها از سیاست، موجب این می‌شود که وقتی در آینده، فرزند وارد اجتماع می‌شود، مثل یک آدم کوری وارد اجتماع شود... کسانی کشور باید در دست آنها باشد، باید از قبل آگاه باشند، باید از قبل به دست شما و به تعلیم شما به آنها گفته بشود و برای آینده آنها را تربیت کنید.^۱

در این زمینه والدین می‌توانند با آشنایی با مسائل روز و مورد علاقه فرزندان، به‌ویژه در سنین نوجوانی با آنها همراه باشند؛ برای مثال محروم کردن فرزندان از فضای مجازی به دلیل وجود برخی آسیب‌های احتمالی با توجه به نیازمندی‌های فرزندان امکان‌پذیر نیست، اما می‌توان با دادن مهارت‌ها و اطلاعات لازم همچنین نظارت بر آنها، فرزندان را در مسیر درستی در این زمینه قرار داد.

۴. پرهیز از استبداد و تحمیل خواسته‌ها

با ورود فرزندان به دوران نوجوانی، آزادی‌خواهی و استقلال‌طلبی نیز در آنها قوت می‌گیرد. در این سن آنها دوست دارند به سوی علایق خود بروند و گاه به دلیل تجربه کم و اطلاعات ناکافی، ممکن است مسیر درستی نیز نداشته باشند. در این میان تلاش والدین برای تحمیل خواسته‌های خود به آنها، موجب برخورد میان آنان می‌شود.^۲ در حالی که بعد از دوران کودکی، آنها دنیای جدیدی برای خود ترسیم می‌کنند که خود نقش اصلی را در آن بازی می‌کنند و خود را صاحب عقیده و نظر و قدرت می‌دانند.^۳

در این تفاوت نگرش، میان دیدگاه درست و نادرست نیز باید فرق قائل شویم. گاه والدین خواسته منطقی و متناسب با استعدادها و فرزندشان دارند که باید از راه‌های صحیح با فرزندان خود به تعامل برسند، اما گاه اتفاق می‌افتد که خواسته آنها با علایق و حتی استعدادها و فرزندانشان مغایر است. در این صورت دامنه اختلاف و تضاد نیز بیشتر خواهد بود. بهترین راهکار در این زمینه، توجه به توانایی‌ها و استعدادها و فرزندان است. امام صادق علیه السلام به یکی از اصحاب خود فرمود: «شیعیان ما را وادار (به

۱. مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی علیه السلام، تعلیم و تربیت از دیدگاه امام خمینی علیه السلام؛ دفتر هجدهم، ص ۲۷۵ و ۲۷۶.

۲. محمدرضا ضمیری و دیگران؛ خانواده در اسلام؛ ص ۲۹۲.

۳. علی‌نقی فقیهی؛ «ویژگی‌های زیربنایی روانشناختی فطری انسانی برای تربیت مطلوب در دوره نوجوانی با تأکید بر دیدگاه اسلامی»؛ پژوهش‌نامه زنان و خانواده؛ ص ۹۵.

اموری که خود انجام می دهید) نسازید و با ایشان مدارا کنید؛ زیرا همه مردم تحمل و ظرفیت شما را ندارند»^۱.

متأسفانه برخی والدین، فرزندان خود را در انجام مستحبات دینی یا برخی رفتارهای اجتماعی تحت فشار قرار می دهند که جرقه های مخالفت و اختلاف را روشن می کند. یکی از درگیری های والدین با نوجوانان هم تفاوت دیدگاه آنها به نوع پوشش و برخی رفتارهای اجتماعی است و تا زمانی که مرتکب حرام نشده اند، نمی توان با آنها تندی کرد یا انتظار داشت که مانند نسل های پیشین رفتار کنند. اگر اجبار در انجام مستحبات پسندیده بود، خداوند متعال به این روش سزاوارتر بود؛ در حالی که فرموده است: «قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَ الطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ»^۲ بگو چه کسی زینت های خدا را که برای بندگان خود آفریده، حرام کرده و از رزق حلال و پاکیزه منع کرده است؟».

۵. همراهی در فعالیت های پرشور و نشاط

گاهی والدین با گذر از دوران جوانی و ورود به میانسالی، رفتارهای شادی آفرین را از فرزندان خود نمی پسندند و به زعم خود آنها را به وقار و آرامش فرا می خوانند. البته همراهی والدین با آنها به معنای رفتن به سوی رفتارهای پرخطر نیست؛ بلکه انجام یک فعالیت ورزشی با فرزندان، حضور در فضاهای تفریحی مانند پارک یا سینما، شرکت در مهمانی های خانوادگی و همراهی فرزندان، باعث نزدیک شدن دیدگاه ها و ارزش هاست؛ همانطور که پیشوایان دینی نیز به مردم توصیه می کنند فرصتی از شبانه روز را به تفریح اختصاص دهند. پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرموده است: «تفریح و بازی کنید؛ زیرا دوست ندارم که در دین شما خشکی (افسرده دلی) دیده شود»^۳. در این مسأله، همراهی با فرزندان موجب تقویت رابطه هاست. پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ با فرزندان فاطمه عَلَيْهَا السَّلَام بازی می کرد و آنها بر پشت حضرت سوار می شدند و حضرت خطاب به آنها می فرمود: «شتر شما، چه شتر خوبی است»^۴.

۱. محمد بن یعقوب کلینی؛ *الکافی*؛ ج ۸، ص ۳۳۴.

۲. اعراف: ۳۲.

۳. ابوالقاسم پاینده؛ *نهج البلاغه*؛ ص ۸۷.

۴. علی بن عیسی اربلی؛ *کشف الغمه*؛ ج ۲، ص ۱۵۰.

عوامل دیگری نیز در بروز اختلاف میان والدین و فرزندان تأثیرگذارند؛ از جمله مقایسه کردن فرزندان با یکدیگر یا با دیگران، «تبعیض بین فرزندان»، «تنبیه‌های فیزیکی و کلامی که موجب تحقیر شخصیت می‌شود» و «عدم توجه به استقلال فرزندان» که والدین می‌توانند با پرهیز از آنها، موارد اختلافی را کمتر کنند.

ب. راهکارهای فرزندان در کاهش تنش‌ها و حل اختلافات

در کنار اقدامات والدین در ایجاد ارتباط مناسب با فرزندان و حل اختلافات، فرزندان نیز از زمانی که به سن تشخیص و تکلیف می‌رسند وظایفی در این زمینه دارند که با به‌کارگیری روش‌های زیر می‌توانند تنش‌ها را کاهش داده و روابط حسنه‌ای با والدین خود داشته باشند:

۱. احترام و محبت

در متون دینی مهم‌ترین وظیفه انسان بعد از اطاعت از خداوند، نیکی به والدین است.^۱ رعایت این امر علاوه بر اثرات دنیوی و اخروی فراوان در زندگی، گام مهمی در ایجاد روابط حسنه و پرهیز از اختلاف و حل مسائل طرفینی است. با رعایت توصیه‌های دینی در برخورد با والدین از سوی فرزندان مانند احترام و رعایت ادب و بلند نکردن صدا، در مسائل اختلافی هم مجالی برای تنش و رفتارهای پرخاشگرانه باقی نمی‌ماند. از سوی دیگر اطاعت از والدین نیز از حقوق آنها شمرده شده است، مگر اینکه امر به معصیت و خلاف شرع کنند.^۲ با در نظر گرفتن این موضوع که والدین همواره به صلاح و موفقیت فرزندان می‌اندیشند، این رفتار امری منطقی است؛ اما اگر فرزندان در برخی امور به دلایل شرعی نمی‌توانند مطیع والدین خود باشند، باید در نهایت احترام و محبت با آنها رفتار کنند و نباید با رفتار و گفتار خود آنها را بیزارند.

متأسفانه امروزه فرزندان ما مهارت لازم برای تعامل با والدین خود را ندارند و گنجانیدن مطالب آموزشی ویژه فرزندان در مقاطع تحصیلی، به‌ویژه در سن نوجوانی برای داشتن درک صحیح از اختلافات در خانواده و ایجاد مهارت لازم در تعامل و رفتارهای آنها، مانند کنترل خشم و رفتار مناسب با والدین، یکی از راهکارهای مهم

۱. عنکبوت: ۸.

۲. حسن بن علی ابن‌شعبه حرانی؛ تحف العقول؛ ص ۳۲۲.

در رفع اختلافات است. به عنوان یک حقیقت تلخ باید پذیرفت که جای بسیاری از مهارت‌ها و آموزش‌ها در کلاس‌های درس خالی است. مهارت‌هایی همچون احترام به والدین و رعایت ادب، کنترل خشم، آموزش اخلاق، قدرت و هنر تعامل با دیگران و ... که بسیار کاربردی‌تر از فرمول‌های پیچیده ریاضیات در زندگی فرزندان مان است.

۲. پرهیز از بحث و جدل

این نکته نیز امری طرفینی میان والدین و فرزندان است و هر کدام باید از مشاجره و جرو بحث پرهیزند، اما با توجه به تکلیف فرزندان در رعایت ادب و احترام ویژه برای والدین، تأکید بیشتر برای فرزندان است. وقتی مشاجره در یک خانواده به صورت یک رفتار عادی تلقی شود، به زودی به آزار و اذیت طرفینی کشیده می‌شود. در حالی که رفتار مقابل آن، گوش سپردن و درک متقابل و همدلی میان اعضای خانواده است. فرزندان بر اساس تعالیم دینی موظفند حرمت پدر و مادر را رعایت کنند، این امر تنها به معنای سکوت کردن و عدم ابراز مخالفت نیست؛ بلکه به معنای رعایت احترام و عفت کلام و پرهیز از تندى و خشونت در بیان نظرات است. این رفتار، مهارت ویژه‌ای است که فرزندان می‌توانند با آرامش و بدون ناراحتی در مورد نظرات و خواسته‌های خود به والدینشان به گفتگو و همفکری بپردازند.

گذشت و محبت به والدین در زندگی، به‌ویژه در مواقع اختلاف آثار وضعی خود را خواهد داشت؛ چنان‌که ائمه علیهم‌السلام همواره با ذکر پاداش‌های دنیوی و اخروی، همگان را به این امر سفارش کرده‌اند. امام سجاده علیه‌السلام فرموده است:

مردی خدمت رسول‌خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم رسید و گفت: «من هیچ کار زشتی نمانده که انجام نداده باشم. آیا می‌توانم توبه کنم؟». حضرت فرمود: «آیا والدینت در قید حیات هستند؟». گفت: «بله، پدرم در قید حیات است». پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم فرمود: «برو و به پدرت نیکی کن تا آمرزیده شوی». وقتی آن مرد رفت، پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم فرمود: «ای کاش مادرش زنده بود». یعنی اگر مادرش زنده بود و به او نیکی می‌کرد، زودتر آمرزیده می‌شد.^۱

۳. خدمت به والدین و درک شرایط کهنسالی

همانطور که والدین باید در برخورد با فرزندان شرایط سنی آنها را در نظر بگیرند،

۱. محمدباقر مجلسی؛ بحارالانوار؛ ج ۷۱، ص ۸۲.

یکی از وظایف فرزندان نیز رعایت شرایط سنی و جسمی والدین است. نوزاد انسان، ناتوان‌ترین موجود برای ادامه زندگی به طور مستقل است. پدر و مادر برای نگهداری فرزندان از بدو تولد تا بزرگسالی متحمل زحمات فراوانی می‌شوند. بنابراین خداوند در مقابل زحمات آنها، حقوق ویژه‌ای قرار داده است؛ هر چند ممکن است در برخورد با فرزندان دچار اشتباه شوند. اگر چه همه انسان‌ها از جمله والدین در نوع تعامل با فرزندان در برابر خداوند پاسخگو هستند، اما فرزندان همواره موظفند به آنها نیکی کنند؛ هر چند از جانب آنها دچار آزار و اذیت شوند. امام باقر علیه السلام فرموده است: «خداوند در چند چیز رخصت و ترک را روا ندانسته است، از جمله نیکی به پدر و مادر، چه آنها خوب باشند چه بد».^۱

قرآن کریم در آیه ۲۳ سوره اسراء، هنگامی که آدمی را به نیکی به والدین سفارش می‌کند، از شرایط کهنسالی آنها نام می‌برد: «إِذَا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهِمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا آفٌ؛ هر گاه یکی از آنها یا دو نفرشان به پیری رسند، بر آنان آف مگوی». والدین سالخورده، گاه غرغرو، بدگمان، حساس یا تندخو می‌شوند که گاه ناشی از کهنسالی یا بیماری است. فرزندان در این هنگام نیز باید با سعه صدر و درک شرایط، با آنها مدارا کنند. هر چند گاه ممکن است از جانب آنها ناراحت یا ناراضی باشند، اما تکلیف آنها محبت و احترام است و رعایت نکات ذیل این مسیر را بر فرزندان آسان می‌کند:

- نگاه محبت‌آمیز و در نظر گرفتن پاداش‌های معنوی؛^۲
- در نظر گرفتن نیکی‌ها و زحمات آنها از طفولیت تا کنون؛
- توجه به شرایط سنی و جسمی آنها؛
- پرهیز از مطرح کردن مسائل اختلافی؛
- یادآوری و ذکر فضایل اخلاقی و جنبه‌های مثبت در والدین.
- مدارا با آنها؛ چنان‌که رسول‌خدا صلی الله علیه و آله فرموده است: «مدارا کن که مدارا در چیزی نباشد، مگر آن را زینت دهد و در هر چه نباشد، آن را خوار کند».^۳

۱. محمد بن یعقوب کلینی؛ الکافی؛ ج ۲، ص ۱۲۹.

۲. حسین بن محمدتقی نوری؛ مستدرک الوسائل؛ ج ۱۵، ص ۲۰۴.

۳. ابوالقاسم پاینده؛ نهج‌الغصاحه؛ ج ۲۹۰۲.

نتیجه گیری

عظوفت و رحمت ویژه والدین نسبت به فرزندان، در تمام روابط بشری امری بی نظیر است. برای فرزندان نیز محیطی امن تر و آرامش بخش تر از خانواده نمی توان یافت، چه بسا رابطه میان آنها که می تواند منجر به آرامش والدین و رشد و نیکبختی فرزندان شود، اما به دلیل ناآگاهی و نبود تلاش لازم به تیرگی و اختلاف کشانده می شود. دادن آگاهی های لازم و تلاش مثمرتر در این زمینه، روشی از بندگی است که هر دو طرف می توانند با نیت سعادت خود در دنیا و آخرت، به آن ملتزم شوند. نقش والدین در این زمینه، بسیار پررنگ تر و مهم تر است؛ زیرا آنان از بدو تولد می توانند این رابطه را به زیبایی شکل دهند یا اینکه با اشتباهات خود، میان خود و فرزندان فاصله اندازند. البته در سالهای رشد و جوانی فرزندان، نقش آنها را نیز نمی توان نادیده انگاشت. دین اسلام با رهنمودها و قرار دادن پاداش های اخروی برای هر دو نسل، کوشیده است تا میان آنها اتحاد و یگانگی بر مبنای محبت و عقلانیت ایجاد کند.

فهرست منابع

کتاب

۱. ابن ابی‌الحدید، عبدالحمید بن هبة‌الله؛ شرح نهج‌البلاغه؛ تصحیح محمد ابوالفضل ابراهیم؛ قم: مکتبه آیه‌الله المرعشی النجفی، ۱۴۰۴ق.
۲. ابن‌شعبه حرانی، حسن بن علی؛ تحف‌العقول؛ قم: نشر آل‌علی، ۱۳۸۲ش.
۳. اربلی، علی بن عیسی؛ کشف‌الغمه؛ تهران: کتابفروشی اسلامیة، [بی‌تا].
۴. پاینده، ابوالقاسم؛ نهج‌الفصاحه؛ تهران: دنیای دانش، ۱۳۸۲ش.
۵. حر عاملی، محمد بن حسن؛ وسائل‌الشیعه؛ قم: دار احیاء التراث، ۱۳۴۷ش.
۶. شریف‌الرضی، محمد بن حسین؛ نهج‌البلاغه؛ تصحیح صبحی صالح؛ قم: هجرت، ۱۴۱۴ق.
۷. ضمیری، محمدرضا و همکاران؛ خانواده در اسلام؛ قم: جامعه‌الزهراء علیها‌السلام، ۱۳۹۲ش.
۸. قمی، عباس؛ سفینه‌البحار؛ قم: اسوه، ۱۴۱۴ق.
۹. کلینی، محمد بن یعقوب؛ الکافی؛ قم: دارالحدیث، ۱۴۲۹ق.
۱۰. گیدنز، آنتونی؛ جامعه‌شناسی؛ ترجمه منوچهر صبوری؛ تهران: نشر نی، ۱۳۷۶ش.
۱۱. مجلسی، محمدباقر؛ بحارالانوار؛ بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ق.
۱۲. مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی علیه‌السلام؛ تعلیم و تربیت از دیدگاه امام خمینی علیه‌السلام؛ تهران: نشر عروج، ۱۳۶۸ش.
۱۳. نوری، حسین بن محمدتقی؛ مستدرک‌الوسائل؛ قم: مؤسسه آل‌البیت علیهم‌السلام، ۱۴۰۸ق.

مقالات

۱. فقیهی، علی‌نقی؛ «ویژگی‌های زیربنایی روانشناختی فطری انسانی برای تربیت مطلوب در دوره نوجوانی با تأکید بر دیدگاه اسلامی»؛ پژوهش‌نامه زنان و خانواده؛ شماره ۱۷، زمستان ۱۳۸۹، ص ۱۰۰ - ۷۵.

راهکارهای ایجاد صمیمیت در خانواده در ایام کرونا

فاطمه حیدری*

مقدمه

از ابتدای شیوع بیماری کرونا تا کنون، افزایش اختلافات خانوادگی و چگونگی وقت‌گذرانی خانواده‌ها در این ایام، به عنوان یکی از مباحث اصلی در کنار اخبار دیگر بود. تشدید اختلالات روانی مانند بدبینی، ایراد گرفتن، نبود اوقات فراغت، مدیریت نکردن سلايق مختلف اعضای خانواده و شیوه‌های سستی در اداره خانواده و مشکلات بهداشتی ناشی از کرونا، از عمده موضوعاتی بود که خانواده‌ها را از درون درگیر کرد. این موضوع در برخی خانواده‌ها که البته آمار کمتری نسبت به دسته اول دارد، بر عکس بود و کرونا و ایام قرنطینه خانگی باعث ارتباط بهتر، درک بیشتر و در نهایت نزدیکی بیشتر زوجین به همدیگر در این خانواده‌ها شد. افزایش ۳۰ درصدی تماس‌ها با خط ۱۲۳ اورژانس اجتماعی^۱ درباره تعارضات زناشویی، همسرآزاری یا مشاجرات لفظی میان همسران، حاکی از آن بود که زوج‌های آسیب‌پذیر که از نظر مهارت‌های ارتباطی ضعیف بودند یا در خانواده آنها، زمینه‌های ناسازگاری وجود داشت؛ شیوع بیماری کرونا باعث تشدید این عامل در بین آنها شد و در این ایام، میزان اختلافات نسبت به قبل به مراتب افزایش پیدا کرد. ضعف گفت‌وگو میان اعضای خانواده، بی‌توجهی به غنی‌سازی اوقات فراغت و بی‌برنامگی زمان‌های بیکاری روزانه، کمبود صمیمیت‌های خانوادگی و فقدان خلاقیت و نوآوری برای

* مدرس و مشاور حوزه، دانش‌آموخته حوزه و دانشگاه.

۱. خبرگزاری ایسنا؛ «افزایش ۳۰ درصدی تماس‌ها با ۱۲۳ در خراسان شمالی در زمان شیوع کرونا»؛

۱۳۹۹/۰۱/۲۶، کد خبر: ۹۹۰۱۲۶۱۵۰۳۶.

تفریح و شادابی، از جمله چالش‌های روانشناختی و اجتماعی خانواده‌ها در شرایط کرونایی است. در این نوشتار راهکارهای ایجاد صمیمیت در خانواده در ایام کرونا را بررسی می‌کنیم.

مفهوم‌شناسی صمیمیت و چالش‌های برهم‌زننده

روانشناسان در تعریف صمیمیت می‌گویند: «صمیمیت، تبادل احساس‌ها و خواسته‌های اصیل فرد است؛ بدون اینکه قصد پنهان‌کاری یا سوءاستفاده از طرف مقابل را داشته باشد».^۱ صمیمیت، یک نیاز واقعی است که ریشه‌های تحولی خاصی دارد و از نیازی بنیادین به نام دلبستگی نشأت می‌گیرد.^۲ آشنا نبودن با مهارت‌های گفت‌وگو و حل مسأله، تغییر سبک زندگی، شکاف نسل‌ها، قضاوت‌های عجولانه و تصمیم‌گیری‌های بدون تأمل و فکر، در نظر نگرفتن همه جوانب مشکلات، خودخواهی و قرار ندادن خود در جایگاه طرف مقابل و نگاه به زندگی فقط از زاویه خود، می‌توانند در محو شدن صمیمیت‌ها در خانواده موثر باشند.

عوامل ایجاد و افزایش صمیمیت در خانواده

۱. ارتباط مؤثر و گفت‌وگوی محبت‌آمیز

ارتباط مؤثر، رابطه‌ای است که در آن طرف مقابل، پیام شما را با حداکثر دقت ممکن درک و دریافت کند. برای برقراری ارتباط مؤثر با خانواده، باید خود را به طور کامل شناخت و بتوان احساسات و عواطف خود را به درستی موقعیت‌های مختلف مهار کرد. ارتباط کلامی با کلمات مهرآمیز، روابط میان زن و شوهر را تقویت می‌کند و در برآورده شدن خواسته‌های طرفین، افزایش صمیمیت نقش به‌سزایی دارد. خداوند متعال در سوره قصص با نقل قصه یک بانوی وارسته به گفت‌وگوی دلنشین و مؤثر او با همسرش پرداخته است:

وَقَالَتِ امْرَأَتُ فِرْعَوْنَ قُرْتُ عَيْنٍ لِي وَ لَكَ لَا تَقْتُلُوهُ عَسَىٰ أَنْ يَنْفَعَنَا أَوْ نَتَّخِذَهُ وَادًّا وَ هُمْ لَا يَشْعُرُونَ؛^۳ همسر فرعون (چون دید آنها قصد کشتن کودک را دارند) گفت: «نور

۱. دنیس باگاروزی؛ تکنیک‌های افزایش صمیمیت در زوج‌درمانی؛ ترجمه حسن حمیدپور و زهرا

اندوز؛ ص ۱۴

۲. همان؛ ص ۱۶.

۳. قصص: ۳۹.

چشم من و توست! او را نکشید، شاید برای ما مفید باشد یا او را به عنوان پسر خود برگزینیم» و آنها نمی فهمیدند (که دشمن اصلی خود را در آغوش خویش می پروراند).

قرآن کریم تأثیر گفت و گو و نحوه استفاده از کلمات را در این آیه به خوبی نشان داده است. آسیه با گفت و گوی دلنشین و استدلال متین خود، خانواده اش را از یک بحران نجات داد و همسرش را از قتل یک کودک بی گناه باز داشت.

۲. گوش دادن فعال

گوش دادن فعال پیدا کردن معنای گفتار دیگران در ذهن خویش است و این موضوع تأثیر بسیار زیادی در همدلی، جلب احترام و ایجاد ارتباط دارد. این مهارت نیازمند صبوری، درخواست برای شفاف سازی، دادن بازخورد درباره آنچه گفته شده و خلاصه کردن سخنان گوینده است. گوش دادن فعال موجب ایجاد حس مثبت و عزت نفس و پذیرش در اعضای خانواده می شود. این موضوع به خصوص در ارتباط مؤثر والدین و فرزندان، نقش مهمی ایفا می کند. در سیره پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ است: «مَنْ تَكَلَّمَ أَنْصَتُوا لَهُ حَتَّى يُفْرَغَ»^۱ کسی که سخن می گفت، به او گوش می داد تا سخنش به پایان برسد».

خواجه نصیرالدین طوسی نیز در اهمیت شنیدن چنین می گوید:

کم گوی و به جز مصلحت خویش مگوی چیزی که نپرسند تو از پیش مگوی دادند دو گوش و یک زبان از آغاز

یعنی که دو بشنو و یکی بیش مگو^۲

۳. درک متقابل از عقاید یکدیگر

درک به معنای باور قلبی و یقین است. درک، زمانی اتفاق می افتد که پشت آن، اما و اگر وجود نداشته باشد. فردی که می داند سیگار برای سلامتی مضر است، اما باز هم سیگار می کشد؛ یعنی اهمیت این مسأله را درک نکرده است و به آن باور ندارد. در برخورداری از درک متقابل، «تلافی» یا «مقابله به مثل» بزرگ ترین مانع به شمار

۱. فضل بن حسن طبرسی؛ مکارم الأخلاق؛ ص ۱۵.

۲. محمد بن محمد نصیرالدین طوسی؛ اخلاق ناصری؛ ص ۴۵.

می‌آید. وقتی فکر می‌کنیم اگر طرف مقابل ما به وظایف خود عمل نکرد، ما هم مثل او رفتار خواهیم کرد، هیچ‌گاه نمی‌توانیم یکدیگر را درک کنیم و به این ترتیب شاهد خانواده‌هایی ساکن در جزایر تک نفره هستیم. برای درک متقابل، تلاش بیشتر برای شناخت نیازهای خود و طرف مقابل در درجه نخست قرار دارد. ما گاهی حتی نمی‌دانیم از وارد شدن در یک رابطه چه می‌خواهیم، برای برآورده شدن آنها باید چگونه عمل کنیم و چه انتظاراتی از طرف مقابل داریم. نمی‌دانیم برای آشنایی با روحيات و خواسته‌های فرد مقابل، چه کارهایی می‌توانیم انجام دهیم. توجه به سن، الگوهای مختلف اجتماعی، شرایطی که افراد در آن رشد کرده‌اند و دوران و برهه‌ای که بر آنها می‌گذرد، شرایط سیاسی - اجتماعی و شغلی طرف مقابل، می‌تواند به ما کمک کند تا متوجه شویم چگونه می‌توانیم نسبت به طرف مقابل خود شناخت پیدا کنیم، چگونه نیازهایش را برطرف کنیم و نیز چطور نیازهای خودمان بر طرف شود. شناخت دیگران، به ما یادآور می‌شود که لزوماً نظر و خواسته ما با آنها یکسان و هماهنگ نیست و اگر ما به دنبال به دست آوردن چیزهایی که دوست داریم، هستیم؛ باید به فکر برآوردن خواسته‌های دیگران نیز باشیم.

توجه به خواسته‌ها و روحيات و نیازهای طرف مقابل، نخستین گام برای داشتن ارتباط مؤثر است. این موضوع در سیره علما به وضوح قابل مشاهده است. همسر شهید مطهری علیه‌السلام می‌گوید:

ایشان آنقدر با من صمیمی و نزدیک بودند که نمی‌توانستند رنج و ناراحتی مرا تحمل کنند. یک بار برای دیدن دخترم به اصفهان رفته بودم. بعد از چند روز که به تهران آمدم، نزدیک‌های سحر به خانه رسیدم. وقتی وارد خانه شدم، بچه‌ها همه خواب بودند، ولی آقا بیدار بود. چای و میوه و شیرینی آماده بود و منتظر بودند. بعد از احوال‌پرسی، با تأثر به من گفتند: می‌ترسم یک وقت نباشم، شما از سفر بیایید و کسی نباشد که به استقبال‌تان بیاید. بیشتر صبح‌ها چای درست می‌کردند. در تمام طول زندگی به یاد ندارم که به من گفته باشند یک لیوان آب به ایشان بدهم.^۱

۴. نقد به شیوه حکمت، موعظه حسنه و جدال احسن

خداوند در قرآن خطاب به پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم می‌فرماید:

۱. مؤسسه نشر و تحقیقات ذکر؛ سرگذشت‌های ویژه از زندگی استاد شهید مطهری؛ ج ۲، ص ۱۰۸.

ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَ جَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ
 أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَ هُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ^۱؛ با حکمت و اندرز نیکو، به راه
 پروردگارت دعوت نما و با آنها به روشی که نیکوتر است، استدلال و مناظره کن.
 پروردگارت از هر کسی بهتر می داند چه کسی از راه او گمراه شده است؛ و او به
 هدایت یافتگان داناتر است.

خلیل بن احمد می گوید: «وعظ، تذکر و یادآوری سخنی است که با خیر و خوبی
 همراه باشد که قلب و دل را لطیف و روشن سازد».^۲ بنابراین توجه به شیوه نقد و
 دانستن اصول نقد کردن و نقدپذیر بودن، می تواند نویدبخش صمیمیت در خانواده
 باشد. خداوند به حضرت موسی و هارون علیهم السلام دستور داد: «فَقُولَا لَهُ قَوْلًا لَيِّنًا لَعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ
 أَوْ يَخْشَى»^۳؛ به نرمی با او (فرعون) سخن بگویند؛ شاید متذکر شود یا (از خدا) بترسد».

راهکارهای ساده، کم هزینه و کاربردی

۱. لذت بخش کردن لحظات

نشستن کنار یکدیگر بر سر سفره غذا، کمک کردن به امور درسی کودکان، بازی های
 خلاقانه، برقراری ارتباط های چشمی و عاطفی در ساعات با هم بودن، از جمله
 فعالیت هایی است فاصله بین نسل ها را کم می کند. همسر امام خمینی علیه السلام درباره
 صمیمیت امام علیه السلام می گوید: «همیشه جای خوب را به من تعارف می کردند و همیشه
 تا من سر سفره نمی آمدم، شروع به خوردن غذا نمی کردند. به بچه ها هم می گفتند:
 صبر کنید تا خانم بیاید».^۴ در سیره شهید بهشتی علیه السلام نیز آمده است:

یک روز جمعه به خدمت آقای بهشتی رسیدیم. یکی از دوستان گفت: یکی از
 مقامات خارجی به تهران آمده و از شما تقاضای ملاقات دارد. آقای بهشتی گفت:
 من برای روزهای جمعه برنامه دارم. باید به امورات خانواده پردازم. به بچه ها دیکته
 بگویم و به آنها در درس هایشان کمک کنم. در کارهای منزل هم، کنار همسر باشم.
 البته اگر امام دستور بدهند، قضیه فرق می کند.^۵

۱. نحل: ۱۲۵.

۲. خلیل بن احمد فراهیدی؛ کتاب العین؛ ج ۲، ص ۲۲۸.

۳. طه: ۴۴.

۴. امیر رضا ستوده؛ پا به پای آفتاب؛ ج ۱، ص ۹۲ و ۹۷.

۵. غلامعلی رجایی؛ سیره شهید بهشتی؛ ص ۷۰.

۲. استفاده از کلمات جادویی

استفاده از کلماتی مانند «لطفاً»، «متشکرم»، «خواهش می‌کنم»، «دوستت دارم»، «برایم مهم هستی» و ... کلماتی هستند که روح را نوازش می‌دهند. در واقع مؤدبانه حرف زدن، صمیمیت را میان اعضای خانواده افزایش می‌دهد و عزت نفس و کرامت انسانی آنان را تقویت می‌کند. فرزند علامه محمدتقی جعفری علیه السلام می‌گوید: «به یاد دارم روزی در منزل سوءتفاهم جزئی بین استاد و والدهام پیش آمد و عباراتی بین آنان ردوبدل شد. پس از گذشت مدت زمانی، وقتی استاد عازم رفتن به بیرون منزل بود؛ با نهایت فروتنی جلو آمد و دست مادرم را بوسید و عذرخواهی کرد»^۱.

۳. تمرکز بر نقاط مثبت

تحقیقات نشان می‌دهد که تمرکز و توجه به رفتارهای مطلوب افراد و تأیید و تشویق این موارد، بهترین روش برای افزایش و تقویت رفتارهای مطلوب و کاهش و تضعیف رفتارهای نامطلوب است. در مورد کودکان، استفاده از توجه و تشویق رفتارهای مطلوب و بی‌توجهی به رفتارهای نامطلوب، تأثیر تربیتی بسیار بالایی دارد. با تمرکز بر رفتار و خصلت‌های مطلوب افراد خانواده، به مرور ذهنیت مثبت‌تری نسبت به آنها پیدا می‌کنیم که در رابطه ما با آنها به شکل صمیمیت و دوستی بیشتر نمود پیدا می‌کند. امام علی علیه السلام فرموده است: «أزجر المسیء بثواب المحسن»^۲ با پاداش دادن و تشویق نیکوکار، شخص بدکار و فاسد را از بدی و فساد باز دارید». فرزند بزرگ علامه طباطبایی علیه السلام می‌گوید: «وقتی همسر ایشان و یا یکی از فرزندان‌شان وارد اطاق می‌شدند، ایشان در جلوی پای آنها تمام قامت بر می‌خاست. بارها اظهار می‌داشتند که بیشترین عامل موفقیت‌شان، همسرشان بوده است»^۳.

۱. پرتال فرهنگی راسخون؛ «سیره رفتاری علامه محمدتقی جعفری علیه السلام در برابر همسر»؛ ۱۳۸۷/۰۵/۰۱، کد خبر: ۱۱۴۷۷۳.

<https://rasekhoon.net/article/show/114773>

۲. محمد بن حسین شریف الرضی؛ نهج البلاغه؛ حکمت ۱۷۷.

۳. خبرگزاری قدس؛ «زن خوب عالم را گلستان می‌کند و اگر بد باشد، عالم را جهنم می‌کند»؛ ۱۳۹۴/۰۳/۰۲، کد خبر: ۲۸۳۵۸۴.

<http://www.qudsonline.ir/news/283584>

۴. تحسین

هر اندازه که سطح توقع والدین از فرزندان متعادل باشد، بی‌شک نتایج بهتری حاصل خواهد شد. به جای انتقاد و کشف اشکال، پذیرش فرزندان همان‌گونه که هستند و استفاده از هر فرصتی برای تحسین و تمجید با استفاده از جملات مناسب و دقیق، می‌تواند صمیمیت میان والدین و فرزندان را افزایش دهد. عباراتی که باید هم صمیمت را افزایش دهد و هم شیوه درست تحسین را اجرا نماید. برای مثال عبارت «آفرین که اسباب‌بازی‌هایت را با برادرت سهیم شدی» می‌تواند این‌گونه بیان شود: «ببین چقدر برادرت خوشحال است که می‌تواند با اسباب‌بازی تو بازی کند». این جمله به جای دسته‌بندی کردن کارها به خوب و بد، به فرزند کمک می‌کند تا میزان قدرتش در جهان را ببیند. این کار به او این فرصت را می‌دهد که درک کند کارها و اقداماتش مهم هستند و بر دنیای اطرافش اثر می‌گذارند.

وقتی سخن از ارزش‌هایی است که برای والدین مهم است، به جای گفتن جمله‌ای مانند «آفرین تو خوبی»، به نتیجه‌ای که کار مثبت او دارد، اشاره کنید. با این کار او تصمیم می‌گیرد که دفعه بعد نیز این رفتار خوب را تکرار کند تا به یک حس خوب از درون برسد، نه اینکه فقط از بیرون تحسین شود. بنابراین به جای گفتن جمله‌ای مانند «چه نقاشی فوق‌العاده‌ای»، بگویید: «من دیدم که چقدر سخت روی آن نقاشی کار می‌کردی. می‌توانی درباره آن کمی برایم توضیح دهی؟»؛ زیرا انتظار ما، خود نقاشی و تجربه‌هایی است که از این کار به دست می‌آورد. همچنین هنگام تحسین کردن به جای عبارت «تو امروز خیلی بهتر بازی کردی؛ تقریباً یک گل را به ثمر رساندی»، بگویید: «من دوست دارم بازی‌هایت را تماشا کنم». جمله اول این حس را به او منتقل می‌کند که بازی او هیچ ارزشی ندارد، مگر اینکه او گل بزند. ما نمی‌توانیم از یک سو مداوم به فرزندانمان بگوییم که ورزش، یک سرگرمی و کار گروهی است و از دیگر سو از آنها توقع داشته باشیم که گل بزنند. نقش پدر و یا مادر این است که از بازی فرزند خود لذت ببرند تا او نیز بتواند لذت ببرد.

فرزندانی همواره به آنها گفته می‌شود که باهوش هستند، فکر می‌کنند اگر برای انجام کاری وقت بگذارند، به این معنی است که به اندازه کافی باهوش نیستند. شما باید به او کمک کنید تا درک کند که مغز ما مانند ماهیچه‌ای است که می‌تواند رشد کند. هنگامی که متوجه شود که اگر برای انجام کاری وقت بگذارد، می‌تواند به نتیجه

بهتری برسد؛ این اعتماد به نفس را پیدا می‌کند که هر چیزی را یاد بگیرد و در آن تبحر پیدا کند. بنابراین باید به او بگویید: «تو بارها تلاش، و بالاخره جوابش را پیدا کردی. تو باید به خودت افتخار کنی»؛ چرا که اگر قرار باشد که او به خاطر دستاوردهایش به خودش افتخار کند، خودش نیز باید قاضی و منیع به وجود آمدن آن افتخار باشد تا عزت نفس‌اش به دیگران وابسته نباشد. او باید بداند که شما متوجه شدید که کار خوبی را انجام داده است و اگر شگفت‌زده شده‌اید، حتماً به او بگویید. شما در اصل هیجان‌ات او را منعکس می‌کنید، ولی به او نمی‌گویید که چه حسی داشته باشد. قضاوت خوب بودنش را به عهده خودش بگذارید. شادمانی شما باید برای داشتن فرزندتان باشد؛ توجه بی‌قید و شرط به او، اذعان و تأییدش فقط به خاطر کسی که هست. این امر هیچ ارتباطی به کارهایی که انجام می‌دهند، ندارد؛ بلکه به احساسی برمی‌گردد که شما به آنها دارید و آنها برای به وجود آوردنش، به انجام هیچ کاری نیاز ندارند.^۱

۱. پایگاه خبری بهداشت و سلامت کشور؛ «رفتار خوب فرزندان را با چه جملاتی تحسین کنیم؟»؛

۱۳۹۷/۱۱/۲۸، کد خبر: ۱۰۴۹۱۲.

فهرست منابع

کتاب

۱. باگاروزی، دنیس؛ تکنیک‌های افزایش صمیمیت در زوج‌درمانی؛ ترجمه حسن حمیدپور و زهرا اندوز؛ تهران: کتاب ارجمند، ۱۳۹۵ش.
۲. رجایی، غلامعلی؛ سیره شهید بهشتی؛ تهران: نشر شاهد، ۱۳۸۶ش.
۳. ستوده، امیر رضا؛ یا به پای آفتاب؛ تهران: پنجره، ۱۳۹۱ش.
۴. شریف الرضی، محمد بن حسین؛ نهج‌البلاغه؛ تصحیح صبحی صالح؛ قم: هجرت، ۱۴۱۴ق.
۵. طبرسی؛ حسن بن فضل؛ مکارم‌الأخلاق؛ چاپ چهارم، قم: الشریف الرضی، ۱۴۱۲ق.
۶. طوسی، نصیرالدین محمد بن محمد؛ اخلاق ناصری؛ تصحیح مجتبی مینوی طهرانی و علیرضا حیدری؛ تهران: خوارزمی، ۱۳۷۴ش.
۷. فراهیدی، خلیل بن احمد؛ کتاب‌العین؛ قم: هجرت، ۱۴۰۹ق.
۸. مؤسسه نشر و تحقیقات ذکر؛ سرگذشت‌های ویژه از زندگی استاد شهید مطهری؛ تهران: مؤسسه نشر و تحقیقات ذکر، ۱۳۷۵ش.

سایت‌ها

۱. پایگاه خبری بهداشت و سلامت کشور؛ «رفتار خوب فرزندان را با چه جملاتی تحسین کنیم؟»؛ ۱۳۹۷/۱۱/۲۸، کد خبر: ۱۰۴۹۱۲.
۲. پرتال فرهنگی راسخون؛ «سیره رفتاری علامه محمدتقی جعفری علیه السلام در برابر همسر»؛ ۱۳۸۷/۰۵/۰۱، کد خبر: ۱۱۴۷۷۳.
۳. خبرگزاری ایسنا؛ «افزایش ۳۰ درصدی تماس‌ها با ۱۲۳ در خراسان شمالی در زمان شیوع کرونا»؛ ۱۳۹۹/۰۱/۲۶، کد خبر: ۹۹۰۱۲۶۱۵۰۳۶.
۴. خبرگزاری قدس؛ «زن خوب عالم را گلستان می‌کند و اگر بد باشد، عالم را جهنم می‌کند»؛ ۱۳۹۴/۰۳/۰۲، کد خبر: ۲۸۳۵۸۴.

پوشش، شرایط و حدود آن برای زنان

حجت الاسلام والمسلمین عیسی عیسی زاده*

مقدمه

پوشش، از مسائل مهم در زندگی انسان‌هاست. این موضوع را می‌توان از زوایا و رویکردهای گوناگون تاریخی، جامعه‌شناختی، روان‌شناختی، هنری و دینی مورد مطالعه قرار داد؛ اما مقصود از پوشش در این مقاله بررسی حدود و شرایط آن برای زن بر اساس مبانی اسلام است. همواره در طول تاریخ اسلام، با این واقعیت مواجه بوده‌ایم که برخی، واجبات را سبک شمرده و آنها را ضایع کرده‌اند. برخی نیز پا از حدود و احکام الهی فراتر نهاده‌اند، رخصت‌ها و مباح‌ها را ممنوع کرده‌اند و به اصطلاح «کاتولیک‌تر از پاپ» شده‌اند. این در حالی است که قرآن به صراحت می‌گوید: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، از خدا و پیامبرش جلو نیفتید»^۱.

اهمیت پوشش

تاریخ نیاز انسان به پوشش، به قدمت آفرینش وی بر کره زمین باز می‌گردد. انسان‌ها از آغاز زندگی تا کنون، همیشه از هر نوع برهنگی گریزان بوده‌اند؛ نه تنها آدمیان که بسیاری از حیوانات نیز به طور طبیعی و غریزی، نوعی پوشش و استتار دارند. وجود سرما و گرما، سوزش آفتاب و باد و بوران در تنوع و تفاوت انواع لباس در زندگی انسان تأثیر فراوان داشته است، اما احساس نیاز انسان به پوشیدگی، تنها معلول گرما و سرما نیست؛ بلکه فطرت انسان به گونه‌ای است که از برهنگی پرهیز دارد و پوشش را حصار امن و زیبایی برای خویش می‌داند. انسان خود را بدون پوشش،

* عضو هیئت علمی پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.

۱. حجرات: ۱.

آسیب پذیرتر و در تیررس دشمن احساس می کند. قرآن پوشیدگی را یکی از نعمت های بهشتی می شمارد و بدبختی و شقاوت انسان ها را نتیجه پذیرش وسوسه های شیطان و محصول ساده اندیشی و طمع ورزی و تبلیغات دروغین او می داند و تصریح می کند که نخستین گام در هبوط آدم، خوردن میوه ممنوعه و پیدایش برهنگی است: «فَأَكَلَا مِنْهَا فَبَدَتَ لَهُمَا سَوْآتُهُمَا»^۱ سرانجام هر دو از آن خوردند و عورتشان آشکار شد.

قرآن پوشش را در جای دیگر نعمتی آسمانی می شمارد و می فرماید: «يَا بَنِي آدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُؤَارِي سَوْآتِكُمْ وَرِيشًا وَلِبَاسُ التَّقْوَى ذَٰلِكَ خَيْرٌ ذَٰلِكَ مِنْ آيَاتِ اللَّهِ لَعَلَّهُمْ يَذَّكَّرُونَ»^۲ هان ای آدمیان! پوششی که زشتی هایتان را بپوشاند، بر شما فرود آوردیم و اسباب آراستگی برای شما قرار دادیم و جامه پارسایی بهتر است؛ این از نشانه های خداست؛ باشد که متذکر شوند.

امام صادق علیه السلام نیز در ارزش گذاری این نعمت الهی فرموده است:

و اما لباس ظاهری، پس آن نعمتی است که عورت های بنی آدم به آن پوشیده می شود و آن، کرامتی است که خداوند فرزندان آدم را به آن گرمی داشته و به جز آنان، موجودات دیگر مشمول این کرامت نیستند و آن برای مؤمنان، وسیله ای برای ادای فرایض و انجام تکالیف الهی است و بهترین لباس تو، آن لباسی است که تو را از یاد خدا و از انجام وظایف لازم مانع نشود؛ بلکه تو را به یاد و سپاسگزاری و اطاعت پروردگار متعال نزدیک کند و تو را به خودبینی، خودنمایی، زینت دادن خود، افتخار کردن و خودستایی و ندارد؛ زیرا اینها همه از آفات دین و سبب قساوت و تیره بودن قلب است.^۳

پوشش زنان

رعایت پوشش به سبک اسلامی و بر اساس توصیه های قرآن و اهل بیت علیهم السلام از سوی زنان، محافظ و نگهدارنده است که سبب امنیت و آرامش آنان خواهد بود؛^۴ زیرا پوشش با معیارهای اسلامی، مانع تحریک شهوات و نگاه های آلوده و فسادانگیز به

۱. طه: ۱۲۱.

۲. اعراف: ۲۶.

۳. منسوب به امام صادق علیه السلام؛ مصباح الشریعة؛ ترجمه حسن مصطفوی؛ ص ۳۰.

۴. احزاب: ۵۹.

حریم پاک زنان می‌شود و جامعه را از هر گونه بی‌بندوباری بیمه می‌کند. بر همین اساس در آموزه‌های دینی برای پوشش زنان هنگام رویارویی با نامحرمان و ورود در عرصه‌های اجتماعی، شرایط و حدودی تعیین شده که در ادامه به آن اشاره می‌شود.

شرایط پوشش زنان

۱. خوشبو نبودن لباس

پوشش با لباس‌های خوشبو از سوی زنان در خارج از منزل، یکی از عوامل تحریک شهوت مردان است که این امر می‌تواند زمینه به گناه افتادن افراد را فراهم کند. امام صادق علیه السلام در پرهیز زنان از چنین پوششی می‌فرماید: «لَا يُتَّبَعِي لِلْمَرْأَةِ أَنْ تُجَمَّرَ ثَوْبَهَا إِذَا خَرَجَتْ مِنْ بَيْتِهَا»^۱ سزاوار نیست که زن با لباس خوشبو از خانه خارج شود.

۲. نازک و بدن نما نبودن

پوشش زنان با لباس‌های نازک و بدن‌نما، یکی از نمادهای فرهنگ برهنگی بیگانگان است که دشمنان اسلام تلاش فراوانی می‌کنند تا با ترویج آن در جوامع اسلامی، باورهای دینی را تضعیف و زمینه به انحراف کشیدن مردان به‌ویژه جوانان را فراهم کنند. رسول‌خدا صلی الله علیه و آله چنین پوششی را به شدت نهی کرده و فرموده است: «هَلَاكُ نِسَاءِ أُمَّتِي فِي الْأَحْمَرَيْنِ الذَّهَبِ وَالثِّيَابِ الرَّقَاقِ»^۲ نابود شدن زنان امت من در دو چیز است: یکی طلا و دیگری لباس‌ها». آن حضرت در سرزنش مردانی که به زنان خود اجازه پوشیدن لباس نازک در برابر نامحرمان را دهند، فرمود: «هرکسی از زنش اطاعت کند، خداوند او را با صورت وارد آتش خواهد کرد». عرض شد یا رسول‌الله منظور از اطاعت چیست؟ فرمود: «تَطْلُبُ مِنْهُ... الثِّيَابِ الرَّقَاقِ»^۳ اینکه زنش از او بخواهد تا در حضور نامحرم لباس نازک بپوشد و او نیز اجازه دهد.

۳. شبیه نبودن به پوشش مردان

یکی دیگر از ویژگی‌های پوشش زنان که در آموزه‌های اسلام به آن توجه شده است، شبیه نبودن آن با پوشش مردان است. امام صادق علیه السلام فرموده است: «كَانَ رَسُولُ

۱. محمد بن یعقوب کلینی؛ *الکافی*؛ ج ۵، ص ۵۱۹.

۲. ابن ابی‌فراس، مسعود بن عیسی؛ *مجموعه ورام*؛ ج ۱، ص ۴.

۳. محمد بن یعقوب کلینی؛ *الکافی*؛ ج ۵، ص ۵۱۷.

اللَّهِ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ... وَيَنْهَى الْمَرْأَةَ أَنْ تَتَشَبَّهَ بِالرِّجَالِ فِي لِبَاسِهَا؛^۱ رسول خدا ﷺ زنان را نهی می کرد از اینکه همانند مردان لباس بپوشند». امام علی عليه السلام نیز فرموده است: «لَعَنَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ... وَالْمُتَشَبِّهَاتِ مِنَ النِّسَاءِ بِالرِّجَالِ؛^۲ رسول خدا ﷺ لعن کرده است زنانی که خود را به شکل مردان در می آورند».

۴. لباس شهرت و انگشت‌نما نبودن

یکی دیگر از خصوصیات پوشش زنان، مشهور و انگشت‌نما نبودن آن است؛ زیرا این لباس سبب جذب نگاه نامحرمان به زنان می شود و دیده‌ها را به سوی او می کشاند؛ در نتیجه زمینه انحراف بینندگان را فراهم می کند. امیرمؤمنان علی عليه السلام فرموده است: «إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ نَهَى أَنْ تَلْبَسَ الْمَرْأَةُ إِذَا خَرَجَتْ مِنْ بَيْتِهَا تَوْبًا مَشْهُورًا أَوْ تَتَحَلَّى بِمَا لَهُ صَوْتُ يُسْمَعُ؛^۳ رسول خدا ﷺ زن را از پوشیدن لباسی که او را مشهور و انگشت‌نما کند و از زینت کردن به زیورهایی که صدا ایجاد می کند و سبب جلب توجه نامحرم می شود، نهی کرده است».

۵. زینتی نبودن

یکی از مسائل مورد توجه در پوشش زنان که می تواند زمینه ساز چشم چرانی مردان باشد، پوشش های زینت داده شده است. بر همین اساس در روایتی از امام صادق عليه السلام درباره شرایط پوشش زن در خارج از خانه نقل شده که فرمود: «لَا يَتَّبِعِي لِلْمَرْأَةِ أَنْ تُجَمَّرَ تَوْبَهَا إِذَا خَرَجَتْ مِنْ بَيْتِهَا؛^۴ برای زن شایسته نیست هنگامی که از خانه اش خارج می شود لباس های خود را زینت دهد».

حد پوشش زنان

حد پوشش زنان در برابر افراد محرم و نامحرم متفاوت است که در این بخش به آن اشاره می شود.

۱. فضل بن حسن طبرسی؛ مکارم الاخلاق؛ ص ۱۱۸.

۲. محمد بن علی صدوق؛ علل الشرائع؛ ج ۲، ص ۶۰۲.

۳. علاءالدین علی بن حسام متقی هندی؛ کنز العمال؛ ج ۱۶، ص ۳۸۱.

۴. محمد بن یعقوب کلینی؛ الکافی؛ ج ۵، ص ۵۱۹.

۱. در برابر نامحرم

لزوم پوشاندن تمام بدن زن به غیر از گردی صورت و دستان تا میچ در برابر نامحرم، در دین اسلام امری مسلم و قطعی است. بر همین اساس حرمت آشکار کردن بدن زن در برابر نامحرم به جز گردی صورت و دستان تا میچ، مورد اجماع همه فقهای اسلام است.^۱ دلیل این حکم، آیه ۳۱ سوره نور است که خداوند در آن خطاب به پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرموده است:

و قُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُنَّ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا
و لِيَضْرِبْنَ بِجُمُرِهِنَّ عَلَى جُيُوبِهِنَّ؛^۲ به زنان مؤمن بگو چشم‌های خود را فرو گیرند و دامان خویش را حفظ کنند و زینت خود را جز آن مقدار که نمایان است؛ آشکار نکنند و اطراف روسری‌های خود را بر سینه خود افکنند [تا گردن و سینه با آن پوشانده شود].

«خُمُر» در این آیه، جمع «خِمَار» جامه‌ای است که زن سر خود را با آن می‌پيچد^۳ و اضافی آن را به سینه‌اش آویزان می‌کند و «جُيُوب» جمع «جیب» به معنای سینه‌هاست و معنای آیه، این است که به زنان دستور بده تا اطراف مقنعه‌ها را به سینه‌های خود بیندازند و آن را بپوشانند.^۴

یکی دیگر از آیات قرآن بر پوشش کامل زنان در برابر نامحرم تأکید دارد، آیه ۵۹ سوره احزاب است. خداوند در این آیه به پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمود:

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لِأَزْوَاجِكَ وَ بَنَاتِكَ وَ نِسَاءِ الْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ جَلَابِيبِهِنَّ ذَلِكَ أَدْنَىٰ أَنْ يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ وَ كَانَتْ غِفْرًا رَحِيمًا؛^۵ به همسران و دختران و زنان مؤمنان بگو جلباب‌های [روسری‌های بلند] خود را بر خویش فرو افکنند. این کار برای اینکه شناخته شوند و مورد آزار قرار نگیرند، بهتر است و خداوند همواره آمرزنده و رحیم است.

۱. محمد بن حسن طوسی؛ *المبسوط*؛ ج ۱، ص ۸۷؛ یحیی بن شرف النووی؛ *المجموع شرح المهدب*؛ ج ۳، ص ۱۶۷.

۲. نور: ۳۱.

۳. محمد بن حسن طوسی؛ *التبیین فی تفسیر القرآن*؛ ج ۷، ص ۴۳۰.

۴. سید محمد حسین طباطبایی؛ *المیزان فی تفسیر القرآن*؛ ج ۱۵، ص ۱۱۲.

۵. احزاب: ۵۹.

«جَلَابِيب»، جمع «جَلَبَاب» است و آن، جامه‌ای سرتاسری است که تمامی بدن را می‌پوشاند^۱ یا روسری مخصوصی است که صورت و سر را پوشش می‌دهد و منظور از جمله «مقداری از جلباب خود را پیش بکشند»، این است که آن را به گونه‌ای بپوشند که زیر گلو و سینه‌هایشان در دید حاضران پیدا نباشد و مراد از جمله «ذَلِكَ أَدْنَىٰ أَنْ يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ»، این است که پوشاندن همه بدن به شناخته شدن به اینکه اهل عفت و حجاب و صلاح و سوادند، نزدیک‌تر است؛ در نتیجه وقتی به این عنوان شناخته شدند، دیگر اذیت نمی‌شوند؛ یعنی اهل فسق و فجور متعرض آنان نمی‌شوند.^۲

۲. در برابر محرم

در قرآن آشکار کردن زینت زنان در برابر محارم از جمله شوهر، پدر، پدر شوهر، پسر، پسر شوهر، برادر، پسر برادر، پسر خواهر و زنان جایز شمرده شده است: «وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ أَوْ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي أَخْوَاتِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ».^۳ البته حد آشکار کردن زینت‌ها برای شوهر و محارم دیگر فرق می‌کند. پیامبر اسلام ﷺ در متفاوت بودن حد پوشش زن در برابر شوهر و محارم دیگر فرموده است: «لِلزَّوْجِ مَا تَحْتَ الدَّرْعِ وَلِلْأَخِ وَالْأَخِ مَا فَوْقَ الدَّرْعِ»؛^۴ قسمت‌هایی از بدن زن که در پشت پیراهن است، تنها شوهرش می‌تواند نگاه کند و غیر از محدوده یک پیراهن (که گفته‌اند درازای آن باید تا زانوهای پا را بپوشاند)، پسران و برادران او می‌توانند ببینند.

پوشاندن زینت از نامحرم

یکی از مسائل زمینه‌ساز انحرافات جنسی در جامعه، به نمایش گذاشتن زینت‌های زنان در برابر نامحرم است. بر همین اساس در آموزه‌های قرآن به زنان سفارش

۱. محمد بن محمد زبیدی؛ تاج العروس؛ ج ۱، ص ۳۷۳ و ۳۷۴.

۲. سید محمدحسین طباطبایی؛ المیزان فی تفسیر القرآن؛ ج ۱۶، ص ۳۳۹ و ۳۴۰.

۳. نور: ۳۱.

۴. احمد بن محمد اردبیلی؛ زبده البیان؛ ص ۵۵۴؛ فضل بن حسن طبرسی؛ مجمع البیان فی تفسیر القرآن؛ ج ۷، ص ۲۷۱.

شده است که زینتی‌های خود را در رویارویی با نامحرمان آشکار نکنند و آن را از دید آنان پوشیده دارند.^۱ رسول خدا ﷺ خطاب به حولاء فرمود:

يَا حَوَّلَاءَ مَنْ كَانَتْ مِنْكُمْ تُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ لَا تَجْمَلُ زِينَتَهَا لِغَيْرِ زَوْجِهَا وَلَا تُبَدِي خِمَارَهَا وَمَعْصَمَهَا وَإِيْمَا امْرَأَةٍ جَعَلَتْ شَيْئاً مِنْ ذَلِكَ لِغَيْرِ زَوْجِهَا فَقَدْ أَفْسَدَتْ دِينَهَا وَاسْخَطَتْ رَبَّهَا عَلَيْهَا؛^۲ ای حولاء! هر زنی که به خدا و قیامت ایمان داشته باشد، نباید زینت خویش را برای غیر شوهرش قرار دهد و نباید در برابر نامحرمان مقنعه یا روسری خود را از سرش بردارد و هر زنی چنین کند؛ همانا دینش را فاسد کرده و خشم و غضب خداوند را برای خود فراهم نموده است.

در سخنی دیگر از آن حضرت آمده است: «اما الله ليس منكن امرأة تحلى ذهباً تظهره إلا عذبت به؛^۳ همانا هر زنی که خود را به وسیله طلا زینت کند و آنها را برای نامحرمان آشکار سازد، به سبب آن عذاب خواهد شد».

پوشاندن مو

درباره پیامد اخروی بی‌توجهی زنان به پوشاندن مو از نامحرم، نقل است امام علی عليه السلام فرموده است:

دَخَلْتُ أَنَا وَفَاطِمَةُ عليها السلام عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صلى الله عليه وآله فَوَجَدْتُهُ يَبْكِي بُكَاءً شَدِيداً فَقُلْتُ لَهُ فِدَاكَ أَبِي وَأُمِّي يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا الَّذِي أَبْكَاكَ؟ فَقَالَ يَا عَلِيُّ لَيْلَةٌ أُسْرِيَ بِي إِلَى السَّمَاءِ رَأَيْتُ نِسَاءً مِنْ أُمَّتِي فِي عَذَابٍ شَدِيدٍ فَأَنْكَرْتُ شَأْنَهُنَّ فَبَكَيْتُ لِمَا رَأَيْتُ مِنْ شِدَّةِ عَذَابِهِنَّ ثُمَّ ذَكَرَ حَالَهُنَّ إِلَيَّ أَنْ قَالَ فَقَالَتْ فَاطِمَةُ عليها السلام حَبِيبِي وَفُرَّةَ عَيْنِي أَخْبِرْنِي مَا كَانَ عَمَلَهُنَّ؟ فَقَالَ أَمَّا الْمُعَلَّقَةُ بِشَعْرِهَا فَإِنَّهَا كَانَتْ لَا تَعْطِي شَعْرَهَا مِنَ الرِّجَالِ؛ روزی من و فاطمه عليها السلام به خانه پیامبر صلى الله عليه وآله وارد شدیم و مشاهده کردیم که آن حضرت به شدت اشک می‌ریزد. عرض کردم: «پدر و مادرم به فدایت ای رسول خدا! سبب گریه شما چیست؟». فرمود: «یا علی! شب معراج که مرا به سوی آسمان بالا بردند، زنانی از امتم را دیدم که دچار عذاب شدیدی هستند. از دیدن احوال آنان گریه می‌کنم» و سپس عذاب

۱. نور: ۳۱ و ۶۰؛ احزاب: ۳۳.

۲. حسین بن محمد تقی نوری؛ مستدرک الوسائل؛ ج ۱۴، ص ۲۴۳.

۳. زنی عطر فروش که نام اصلی او زینب العطاره بود.

۴. علاء‌الدین علی بن حسام متقی هندی؛ کنز العمال؛ ج ۱۶، ص ۳۸۸.

هر کدام از آنان را توصیف کرد تا اینکه فاطمه علیها السلام پرسید: «ای حبيب من و ای نور چشم من! آنان در دنیا چه کاری کرده بودند که به آن عذاب‌ها گرفتار شده‌اند؟». فرمود: «آن زنانی که به موهای سر خود آویزان شده بودند، کسانی بودند که در دنیا موهای سرشان را از مردم نامحرم نمی‌پوشاندند».^۱

۱. محمد بن علی صدوق؛ عیون اخبار الرضا علیه السلام؛ ج ۲، ص ۱۱.

فهرست منابع

۱. ابن ابی فراس؛ مسعود بن عیسی؛ مجموعه ورام؛ قم: انتشارات مکتبه الفقیه، [بی تا].
۲. ابن منظور، محمد بن مکرم؛ لسان العرب؛ قم: ادب الحوزه، ۱۴۰۵ق.
۳. اردبیلی، احمد بن محمد؛ زیادة البیان فی براهین القرآن؛ به کوشش رضا استادی و علی اکبر زبانی نژاد؛ چ ۲، قم: انتشارات مؤمنین، ۱۳۷۸.
۴. دهخدا، علی اکبر و دیگران؛ لغت نامه؛ تهران: مؤسسه لغت نامه و دانشگاه تهران، ۱۳۷۳ش.
۵. زبیدی الحنفی، محمد بن محمد؛ تاج العروس؛ به کوشش علی شیری؛ چاپ اول بیروت: دار الفکر، ۱۴۱۴ق.
۶. صدوق، محمد بن علی؛ علل الشرایع؛ چاپ اول قم: کتاب فروشی داوری، ۱۳۸۵ق.
۷. _____؛ عیون اخبار الرضا علیه السلام؛ به کوشش و ترجمه حمیدرضا مستفید و علی اکبر غفاری؛ چاپ اول تهران: نشر صدوق، ۱۳۷۲ق.
۸. طباطبایی، سید محمدحسین؛ المیزان فی تفسیر القرآن؛ چاپ سوم، قم: انتشارات اسلامی، ۱۳۹۳ق.
۹. طبرسی، حسن بن فضل؛ مکارم الاخلاق؛ ترجمه سید ابراهیم میرباقری؛ چاپ دوم، تهران: فراهانی، ۱۳۶۵ش.
۱۰. طوسی، محمد بن حسن؛ التبیان فی تفسیر القرآن؛ به کوشش احمد حبیب العاملی؛ بیروت: احیاء التراث العربی، [بی تا].
۱۱. _____؛ المبسوط فی فقه الامامیه؛ تصحیح سید محمد تقی کشفی؛ چاپ سوم، تهران: المکتبه المرتضویه لاحیاء الآثار الجعفریه، ۱۳۸۷ق.
۱۲. عمید، حسن؛ فرهنگ عمید؛ تهران: انتشارات امیرکبیر، ۱۳۶۳ش.
۱۳. قلعه جی، محمد؛ معجم لغة الفقهاء؛ بیروت: دار النفائس، ۱۴۰۸ق.
۱۴. کلینی، محمد بن یعقوب؛ الکافی؛ تصحیح علی اکبر غفاری و محمد آخوندی؛ تهران: دار الکتب الاسلامیه، ۱۴۰۷ق.
۱۵. متقی هندی، علاءالدین علی بن حسام؛ کنز العمال فی سنن الاقوال والافعال؛ به کوشش صفوة النسا؛ بیروت: مؤسسه الرسالة، ۱۴۱۳ق.

۱۶. منسوب به امام صادق علیه السلام؛ مصباح الشریعه؛ ترجمه حسن مصطفوی؛ چاپ اول، تهران: انجمن اسلامی حکمت و فلسفه ایران، ۱۳۶۰ ش.
۱۷. نوری، حسین بن محمدتقی؛ *المستدرک الوسائل ومستنبط المسائل*؛ تصحیح گروه پژوهشی آل‌البت علیهم السلام؛ چاپ اول، بیروت: مؤسسه آل‌البت علیهم السلام، ۱۴۰۸ ق.
۱۸. النووی، یحیی بن شرف؛ *المجموع شرح المهذب*؛ بیروت: دار الفکر، [بی تا].

روش‌های تبلیغی غریبان در تضعیف نظام خانواده اسلامی

زهرا رضائیان*

مقدمه

فرهنگ یک جامعه، تمامیت باورها و ارزش‌های آن جامعه و نیز آداب و رسوم برآمده از آن باورها و ارزش‌هاست. آنچه سبب تثبیت و انسجام این باورها و ارزش‌ها در جامعه می‌شود، خانواده است که در واقع سرمایه استراتژیک فرهنگی و هویتی هر جامعه به شمار می‌آید. هر کشوری که بتواند فرهنگ، هویت، ایمان و باور آحاد خانواده را حفظ کند، آینده و آرمان خود را حفظ کرده است. استعمارگران با درک و شناخت دقیق این موضوع، به خوبی دریافته‌اند که یکی از عوامل مهم رشد و پیشرفت جمهوری اسلامی ایران، انسجام خانواده به عنوان مرکز ثقل فرهنگ اسلامی است. از این رو با در اختیار گرفتن غول‌های رسانه‌ای، به دنبال نابودی ارزش‌ها و باورهای فرهنگی جامعه اسلامی است و برای رسیدن به این امر، با استفاده از شبکه‌های ماهواره‌ای و اینترنتی در ابعاد مختلف، کانون خانواده را آماج حملات خود قرار داده است و با شناسایی دقیق کارکردها و نقش خانواده در پیشبرد فرهنگ اسلامی، در تخریب این کارکردها به شیوه‌های مختلف می‌کوشد. در این مقاله ضمن بیان اهمیت خانواده، دو روش مهم و کاربردی دشمن بررسی می‌شود.

اهمیت خانواده

خانواده در تمامی جوامع محور تمام روابط عاطفی، فکری، روانی، الگودهی، حمایتی و تربیتی است و یکی از بزرگ‌ترین دلایل آرامش فردی و اجتماعی و نیز تنظیم‌کننده زوایای حضور فرد در جامعه و تعیین جایگاه، اعتبار، نقش‌آفرینی و تبیین‌کننده

* کارشناس ارشد علوم قرآن و حدیث.

فاصله‌ها و پیوندها در روابط اجتماعی به شمار می‌آید. قرآن نیز خانواده را چونان دژ مستحکمی معرفی کرده است که هر گونه روابط نامشروع در آن ممنوع شده و فحشا، نوعی تجاوز به حقوق افراد جامعه به شمار می‌رود.^۱ در واقع نهاد خانواده، نخستین مرکز آموزشی است که دیدگاه‌ها درباره خدا، هستی و انسان و نیز طرز فکرها، عادات، آداب و رسوم، آرمان‌ها، عقاید، فلسفه حیات، برداشت‌های ذهنی از نیک و بد و ... از آن سرچشمه می‌گیرد.^۲ از همین روست که دشمن خنثی کردن نقش دفاعی و آگاهی‌بخشی آن را از جمله راهبردهای اصلی خود قرار داده است.^۳ بررسی سیاست‌های دشمنان گویای آن است که آنها در جنگ نرم علیه خانواده به دنبال این اهداف هستند:

- متزلزل کردن کانون خانواده (خانواده‌زدایی)؛
- مخدوش کردن عفت و پاکدامنی زنان و مردان جامعه (اخلاق‌زدایی)؛
- بدبین کردن نسبت به نظام سیاسی موجود (اعتمادزدایی)؛
- مخدوش کردن عقاید دینی خانواده‌ها (باورزدایی)؛
- تغییر مفهوم خانواده مطلوب اسلامی و مخدوش ساختن هویت اعضای خانواده (هویت‌زدایی).^۴

سازوکارهای غرب در تضعیف نهاد خانواده

دشمنان برای ایجاد تغییر و تحول در نظام خانواده، از شیوه‌ها و سازوکارهای مختلفی بهره می‌گیرند که به برخی از آنها اشاره می‌شود.

۱. تضعیف ارزش و باورهای دینی

برای تخریب لایه‌های روین فرهنگ یک جامعه، باید لایه‌های زیرین آن، یعنی جهان‌بینی و نظام ارزشی‌اش تخریب یا تضعیف شود. دگرگونی و تغییر جهان‌بینی و نظام ارزشی یک جامعه، موجب دگرگون شدن آداب و رسوم اجتماعی و شیوه

۱. نور: ۲ و ۳.

۲. اسماعیل چراغی کوتیانی؛ خانواده، اسلام و فمینیسم: تبیین رویکرد اسلام و فمینیسم به کارکردهای خانواده؛ ص ۱۹.

۳. ر.ک: سید محمد رضا خوشرو؛ جنگ نرم و رسانه: راهکارهای ارتقای سطح سواد رسانه‌ای مخاطب؛ ص ۱۳۵.

۴. محمد عبداللهی؛ خانواده در قرن ۲۱: واکاوی تأثیرات جنگ نرم بر خانواده‌ها؛ ص ۱۴.

زندگی آن جامعه می‌شود. از همین رو یکی از شگردهای جنگ نرم، از میان برداشتن هویت و فرهنگ و معرفی آن به عنوان عامل عقب‌ماندگی است.^۱ هدف اصلی و چشم‌انداز دشمن در جنگ نرم علیه خانواده، فروپاشی و انحراف روابط خانوادگی است. دشمنان فرهنگی می‌کوشند از راه‌های گوناگون، بنیان خانواده را متزلزل کنند؛ زیرا پرورش و تربیت دینی افراد در خانواده شکل می‌گیرد. اساس تربیت دینی، خانواده است؛ از همین روست که دشمن می‌کوشد مفهوم خانواده را ویران کند؛ زیرا تضعیف عنصر خانواده در افراد و جامعه، سبب تضعیف هویت و شخصیت افراد و سرگرم شدن آنان به امور کم‌اهمیت و مبتذل شده و این امر، نفوذ و رخنه فرهنگی و در نهایت عملیات تغییر را ممکن می‌سازد و این مسأله، دقیقاً نقطه مقابل جایگاه مطلوب خانواده در جامعه اسلامی است.

«ترویج اباحه‌گری و بی‌معنی ساختن مسائل حلال و حرام مرتبط با خانواده مانند ازدواج و دوستی‌های نامشروع»، «گسترش فساد در جامعه، آزادی جنسی زن و مرد و برطرف کردن این نیاز غریزی در غیر خانواده»، «شبهه‌افکنی درباره احکام و عقاید اسلام مانند خانواده، ازدواج، ازدواج موقت، طلاق و ...»، «معرفی اسلام به عنوان عامل عقب‌ماندگی، اولویت دادن به مسائل ظاهری و گسترش رفاه‌طلبی»، «چشم و هم‌چشمی و مصرف‌گرایی بی‌رویه که نتیجه آن بر هم خوردن آرامش روانی و عدم درک متقابل میان اعضای خانواده است» و ... بخشی از راهبردهای دشمن در رسیدن به فروپاشی و انحراف روابط خانوادگی است.^۲

«رقص و موسیقی‌درمانی»، «یوگا»، «ترویج عرفان سرخ‌پوستی و آمریکایی، هندی»^۳ و ... ابزارهایی هستند که دشمن جهت اجرایی کردن راهبردهای خود از آنان بهره می‌برد. این ابزارها، بیشترین آسیب روحی و روانی را به افراد وارد می‌کند. اغلب افرادی که به این گروه‌ها جذب می‌شوند یا با برخورد سلبی خانواده دچار

۱. احمد حسین شریفی؛ جنگ نرم؛ ص ۱۴۶.

۲. ر.ک: سید محمدعلی شریعت‌زاده؛ «اهداف و راهبردهای دشمن فرهنگی در جنگ نرم علیه خانواده»؛ سایت اندیشکده راهبردی تبیین؛ ۱۳۹۵/۰۷/۲۴.

<http://www.tabyincenter.ir/qadim/index.php/menu-examples/child-items-۱۳۹۵۰۷۲۴۰۶/۵>

۳. ر.ک: مریم بسنده؛ «بررسی راه‌کارهای مقابله با گرایش به عرفان‌های نوظهور و گسترش آنها در ایران»؛ فصلنامه علمی پژوهشی پژوهش‌های حفاظتی - امنیتی دانشگاه جامع امام حسین (ع)؛ ص ۱۰۶ -

کمبودهای روحی و روانی شده‌اند، یا به سبب کوتاهی خانواده ذهنی پر از سؤال دارند و به دنبال یافتن حقیقت دین به اشتباه وارد این گروه‌ها شده و یا بالعکس به سبب سخت‌گیری افراطی والدین، از فضای خانه فراری‌اند و به دنبال مأمونی برای آرامش روحی خود می‌گردند. زنی که با انگیزه خداشناسی وارد یکی از این گروه‌های عرفانی کاذب شده بود، می‌گوید:

حدود ۵-۶ سال قبل بود که از طریق یکی از افراد فامیل که خودش در حلقه شرکت می‌کرد، با این کلاس‌ها آشنا شدم. آنها برای ارتباط‌گیری می‌گفتند که چشم‌ها را ببندید؛ این ارتباط از سمت خداست. می‌گفتند با این بستن چشم و ارتباط گرفتن حالتان بهتر می‌شود. پس از مدتی من به طوری از این ارتباطات آسیب دیدم که بعد از آن شب‌ها اصلاً نمی‌توانستم بخوابم. چهار سال دچار افسردگی شدید شدم. هر بار که در ارتباط می‌نشستم، احساس می‌کردم حال من از دفعه‌های قبلی بدتر می‌شود. بعضی مواقع در این ارتباطات تکان‌های شدید شبیه حالت تشنج و صرع به من دست می‌داد. درسم را هم رها کرده بودم؛ چون حال روحی من بد بود و نمی‌توانستم در کلاس حاضر شوم. از صبح تا شب فقط گریه می‌کردم و کنترل گریه دست خودم نبود. دچار حالت تهوع بودم. می‌گفتند جن و ارواح سرگردان در حال خروج از بدن تو هستند. بیشتر اوقات قرص آرام‌بخش مصرف می‌کردم، نه غذا می‌خوردم و نه می‌خوابیدم. فقط گریه می‌کردم و دلم می‌خواست خودم را بکشم.^۱

«ترویج و اشاعه فساد، فحشا، بی‌بندوباری، اعتیاد به مواد مخدر، داروهای روان‌گردان و الکل»؛ «جلوگیری از سازندگی فردی و اجتماعی»؛ «حساسیت‌زدایی از فساد، فحشا و هتک حرمت به اسلام»؛ «ترویج پوچ‌گرایی»؛ «افزایش جرایم سازمان‌یافته و به خطر انداختن امنیت اجتماعی» و «رواج بیماری‌های روحی، روانی و جسمی مانند ایدز و افسردگی و کاهش نیروهای جوان و آینده‌ساز جامعه»، برخی از اهدافی است که دشمن از طریق این فرقه‌ها دنبال می‌کند تا بتواند به هدف اصلی خود، یعنی

۱. خبرگزاری تسنیم؛ «زنی که با انگیزه خداشناسی وارد حلقه عرفان شد، اما به شیطان رسید»؛ ۱۳۹۴/۰۴/۱۴، کد خبر: ۷۹۰۴۴۹.

فروپاشی نظام خانواده دست یابد.^۱

دشمنان فرهنگی برای تضعیف و سپس تغییر باورها و ارزش‌های دینی، به کودکان و نوجوانان توجه ویژه‌ای داشته‌اند؛ زیرا نوجوان و جوانان، بیشترین اثرپذیری را از الگوهای ارائه شده دارند. از این روست که دشمن می‌کوشد با ایجاد مسأله «تعارض نظام ارزش‌ها» با عرضه معیارها و هنجارهایی متفاوت از جامعه اسلامی و سردرگمی ناشی از این مسأله، آنها را به سوی اهداف مد نظر خود سوق دهد. برای رسیدن به این اهداف نیز می‌کوشد خانواده‌گزیزی را در میان آنان ترویج دهد و فضای بیرون از خانه را محلی برای رسیدن به آرزوهایی معرفی کند که خانواده مانع رسیدن به آنهاست. «عادی نشان دادن روابط نزدیک دختر و پسر، بدون دخالت افکار و مسائل جنسی در ظاهر و برچسب‌زنی به افراد مقید به حفظ حریم محرم و نامحرم به عنوان افرادی که توان کنترل خود را ندارند»، «بی‌اهمیت جلوه دادن احترام به والدین و ترویج بی‌احترامی و عدم اطاعت از آنها»، «تحریک حس کنجکاوی و ایجاد تمایلات غریزی برای ورود زود هنگام به مسائل جنسی»، «عادی‌سازی هوس‌بازی، شراب‌خواری، رقص و پارتی»، «توجیه و ترویج همجنس‌گرایی»، «قبیح‌زدایی از بارداری نامشروع و سقط جنین، عادی جلوه دادن سقط جنین برای دختران قبل از ازدواج به عنوان راه‌حلی طبیعی برای رفع دلهره‌های احتمالی در روابط جنسی دختر و پسر»^۲ و ... از دیگر راهبردهای دشمن در تضعیف و تغییر ارزش‌ها و باورهای دینی در میان نوجوانان و جوانان به عنوان سرمایه‌های جامعه اسلامی و والدین آینده است.

۲. تغییر سبک زندگی

غرب سال‌هاست که ناقوس جنگ نرم را در کشورهای مسلمان به صدا درآورده است. تغییر سبک زندگی، ایجاد انحرافات شدید اخلاقی و گسستگی خانواده‌ها، میل

۱. ر.ک: امیرهوشنگ طهماسبی؛ ابزارهای جنگ نرم علیه جمهوری اسلامی ایران؛ ص ۵۳ و ۵۴؛ محمد عبداللهی؛ خانواده در قرن ۲۱: واکاوی تأثیرات جنگ نرم بر خانواده‌ها؛ ص ۲۷ و ۲۸.

۲. ر.ک: سید محمدعلی شریعت‌زاده؛ «اهداف و راهبردهای دشمن فرهنگی در جنگ نرم علیه خانواده»؛ سایت اندیشکده راهبردی تبیین؛ ۱۳۹۵/۰۷/۲۴.

نوجوانان و جوانان به لذت‌جویی و گرایش به مواد مخدر و الکل و ... نشانه‌هایی از این جنگ است.

رواج بی‌بند و باری جنسی در قالب داستان، تصویر، مجسمه‌سازی، بازی و ... در دو دهه اخیر بر اساس طرز تفکر آزادی‌های جنسی، انتقال فرهنگ خشونت از طریق فیلم‌ها و سریال‌های مختلف تلویزیونی، شبکه‌های ماهواره‌ای و شبکه‌های اجتماعی مختلف، فضایی را به وجود آورده که امنیت فکری و روانی افراد و به‌ویژه زنان و دختران را به مخاطره انداخته است. در این فضا، زن ابزاری زیبا، ظریف و اثرگذار در راستای ارضای غرایز مرد است.^۱ در حقیقت غرب با پرده‌داری حرمت حریم و حرم‌ها و آشکار ساختن جزئیات زندگی زن و مرد و مسائل پیدا و نهان جهان بزرگ‌سالان، ضربه‌ای هولناک بر پیکره فرهنگ اجتماع وارد کرده و مرز بین اخلاق و غیراخلاق را تا حدود زیادی از بین برده است. برای مثال در فیلم‌ها و سریال‌ها، حدود و چگونگی رابطه بازیگران زن و مرد، نوع گفتار، شیوه لباس پوشیدن، نوع رفتار و تعاملات و نیز نوع نگاه کردن آنها به یکدیگر به مدد شگردهای پیشرفته رسانه‌ای و با تکیه بر فنونی همچون صداگذاری، تصویرپردازی، نور و رنگ، فضایی را پیش چشمان مخاطب خلق می‌کند تا با ایجاد جذابیت برای او، اندک اندک دیدگاه‌ها و فرهنگ بومی او را تغییر داده و با ارزش‌ها، هنجارها و فرهنگ خود همسو کند.^۲

در جنگ نرم، سبک‌های زندگی زناشویی مورد نظر غرب با استفاده از سریال‌های تلویزیونی و اینترنت و با تمرکز بر برقراری ارتباط آزاد دختر و پسر و قبح‌شکنی از دواج‌های ممنوعه در جوامع مسلمان ترویج می‌شوند؛ چنان‌که زندگی فردی و مجردی با الهام از فیلم‌ها و سریال‌ها و به دلایلی همچون تحصیل، کار، لذت‌طلبی، فرار از خانه و ... در کشور ما رو به افزایش است.^۳ بی‌توجهی برخی مسئولان نسبت به ازدواج جوانان، هزینه‌های سرسام‌آور و سنگین ازدواج، عدم توانایی جوانان در

۱. سید علیرضا افشانی و احمد زارعان؛ «نقش رسانه‌ها در گسترش و تعمیق فرهنگ عفاف و حجاب و

تأثیر آن بر امنیت فردی و اجتماعی»؛ فصلنامه دانش انتظامی خراسان شمالی؛ ص ۶۲ - ۴۱.

۲. محمدرضا بنیانی؛ «راهبردهای و شیوه‌های رسانه‌ای غرب برای فروپاشی خانواده»؛ فصلنامه علمی تخصصی پاسخ به شبهات؛ ص ۱۵۹ - ۱۳۱.

۳. ر.ک: محمد عبداللهی؛ خانواده در قرن ۲۱: واکاوی تأثیرات جنگ نرم بر خانواده‌ها؛ ص ۱۹ و ۲۰؛ شبکه اطلاع‌رسانی راه‌دانا؛ «لشکرکشی خاموش غرب برای نابودی فرهنگ و خانواده ایرانی»؛

https://www.dana.ir/news/945856.html/ ۹۴۵۸۵۶، کد خبر: ۱۳۹۵/۰۸/۲۱

یافتن شغل مناسب و بیکاری فراگیر، انتظارات طولانی جوانان برای دریافت وام ازدواج و نیز شرایط سخت دریافت این نوع از وام و ... از جمله دلایلی است که سبب پرهیز یا به عبارتی فرار جوانان از ازدواج و تمایل بیشتر آنان به زندگی مجردی شده است.

اگر چه اینترنت و گسترش آن، موجب پیشرفت‌های بسیار خوب و سهولت انجام کار در زندگی بشر شده، اما الگوی ارتباطی خانواده را نیز دستخوش تغییر کرده است. با نفوذ بیشتر اینترنت، خانواده که پیشتر اعضای آن تعاملات بیشتری با یکدیگر در همه زمینه‌ها داشتند، اکنون از یکدیگر فاصله گرفته و هر کس در حیطه روابط شخصی خود به تعامل می‌پردازد و گفت‌وگو با غریبه‌ها، جایگزین گفت‌وگوهای خانوادگی می‌شود. در چنین شرایطی اعضای خانواده گاه ساعت‌ها بدون هیچ اعتنایی به یکدیگر، زمان خود را صرف ارتباطات مجازی می‌کنند. بنابراین تعامل‌های سنتی، عینی و محسوس تحت تأثیر اینترنت به تعامل‌های مجازی و ذهنی تغییر شکل می‌دهد. از هم گسیختگی روابط زناشویی و روابط والدین با فرزندان، تغییر شیوه‌های همسرگزینی، انزوای اعضای خانواده و افزایش ارتباطات مجازی، کاهش اهمیت نقش مادری - همسری، کاهش موالید و فرزندپروری، بالا رفتن سن ازدواج، بی‌هویت کردن انسان‌ها و حذف ملیت و انتساب دینی و به عبارتی تمرکز زدایی از خانواده، از ابتدایی‌ترین تهدیدات پنهان در فضای مجازی است. رواج آموزه‌های فمینیستی نیز در فضای مجازی با جایگزینی نام خانه به جای خانواده و تأکید بر مردسالاری به عنوان عامل انقیاد زنان در طول تاریخ و به تبع آن کاهش اهمیت نقش پدر و همسر، مهلک‌ترین ضربه‌ها را به کیان خانواده وارد می‌کنند.^۱

در گزارش کمیسیون عمومی آمریکا در سال ۲۰۱۵، بودجه یک میلیارد و ۸۳۳ میلیون دلاری برای «دیپلماسی عمومی» یا همان «جنگ نرم» علیه ایران و دیگر کشورهای جهان در نظر گرفته شده و بخشی از آن برای تغییر ارزش‌ها و سبک زندگی در ایران اختصاص یافته است که این امر با اتکا بر پخش رادیویی، تلویزیونی، ماهواره‌ای،

۱. ر.ک: محمدرضا بنیانی؛ «راهبردها و شیوه‌های رسانه‌ای غرب برای فروپاشی خانواده»؛ فصلنامه علمی تخصصی پاسخ به شبهات؛ ص ۱۵۹ - ۱۳۱؛ محمد عبداللهی؛ خانواده در قرن ۲۱: واکاوی تأثیرات جنگ نرم بر خانواده‌ها؛ ۹۶ و ۶۷.

وب‌سایت‌ها، وبلاگ‌ها و رسانه‌های اجتماعی انجام می‌شود. در بخش ایران، آمریکایی‌ها برای تغییر ارزش‌ها و سبک زندگی مردم کشورمان، از سه شبکه رادیویی - تلویزیونی بهره می‌برند که عبارتند از: «بخش فارسی صدای آمریکا» با بودجه مالی ۱۵ میلیون و ۱۳۳ هزار دلار، «رادیو فردا» با بودجه مالی ۶ میلیون و ۹۶۷ هزار دلار و «بخش آذری زبان صدای آمریکا» با بودجه سالانه ۶۴۶ هزار دلار. رسانه‌های جمعی، مهم‌ترین ابزار دشمن در این جنگ نرم علیه خانواده هستند که در این میان شبکه‌های ماهواره‌ای، فیلم‌ها و سریال‌ها نقش برجسته‌ای دارند. متأسفانه مخاطبین به دلیل ضعف فرهنگی، دینی، اعتقادی، اخلاقی و سواد اندک رسانه‌ای با قرار گرفتن دائمی در معرض سریال‌هایی که مضمون اصلی آنها خیانت و روابط غیراخلاقی و نامشروع است، به تدریج در این خصوص موضوعات و مضامین دچار تغییر نگرش شده و نوعی حساسیت‌زدایی در این زمینه صورت می‌گیرد و در درازمدت به کم‌رنگ شدن اخلاق و ارزش‌های مذهبی، گسترش فساد، تغییر سبک زندگی و در نهایت از هم‌پاشیدگی خانواده‌ها می‌انجامد.^۱

نتیجه‌گیری

خانواده به عنوان بنیادی‌ترین و مهم‌ترین نهاد اجتماعی و انسانی، در شکل‌گیری و تکمیل هویت افراد و جامعه نقش به‌سزایی دارد؛ از این رو غرب و به‌ویژه آمریکا و صهیونیسم همه تلاش خود را پیرامون استحاله خانواده ایرانی متمرکز کرده است. دشمن با تضعیف نهاد خانواده و به تبع آن، تضعیف هویت و شخصیت اعضای خانواده، به دنبال سست کردن این سد فرهنگی عظیم و نفوذپذیری فرهنگی آن است؛ زیرا تضعیف خانواده در سطح اجتماعی موجب کاهش سرمایه اجتماعی و پشتوانه مردمی نظام می‌شود و این، همان چیزی است که دشمن همواره به دنبال آن بوده است.

۱. ر.ک: سید محمدعلی شریعت‌زاده؛ «اهداف و راهبردهای دشمن فرهنگی در جنگ نرم علیه خانواده»؛ سایت اندیشکده راهبردی تبیین؛ ۱۳۹۵/۰۷/۲۴.

فهرست منابع

کتاب

۱. چراغی کوتیانی، اسماعیل؛ خانواده، اسلام و فمینیسم: تبیین رویکرد اسلام و فمینیسم به کارکردهای خانواده؛ قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۹ ش.
۲. خوشرو، سید محمدرضا؛ جنگ نرم و رسانه: راهکارهای ارتقای سطح سواد رسانه‌ای مخاطب؛ چاپ اول، قم: اداره کل پژوهش‌های اسلامی رسانه، ۱۳۹۵ ش.
۳. حاج حسینی، معصومه؛ «زن و خانواده، برآورد استراتژیک جایگاه زن و خانواده در جنگ نرم»؛ کتاب اندیشه‌های راهبردی؛ تهران: پیام عدالت، ۱۳۹۱ ش.
۴. شریفی، احمد حسین؛ جنگ نرم؛ چاپ چهارم، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۹ ش.
۵. طهماسبی، امیر هوشنگ؛ ابزارهای جنگ نرم علیه جمهوری اسلامی ایران؛ چاپ سوم: تهران: نشر ساقی، ۱۳۹۱ ش.
۶. عبداللهی، محمد؛ خانواده در قرن ۲۱: واکاوی تأثیرات جنگ نرم بر خانواده‌ها؛ چاپ اول، تهران: نشر ستوس، ۱۳۹۱ ش.

مقالات و سایت‌ها

۱. افشانی، سید علیرضا و احمد زارعان؛ «نقش رسانه‌ها در گسترش و تعمیق فرهنگ عفاف و حجاب و تأثیر آن بر امنیت فردی و اجتماعی»؛ فصلنامه دانش انتظامی خراسان شمالی؛ سال اول، شماره سوم، پاییز ۱۳۹۳، ص ۶۲ - ۴۱.
۲. بسنده، مریم؛ «بررسی راه‌کارهای مقابله با گرایش به عرفان‌های نوظهور و گسترش آن‌ها در ایران»؛ فصلنامه علمی پژوهشی پژوهش‌های حفاظتی - امنیتی دانشگاه جامع امام حسین (علیه السلام)؛ سال سوم، شماره ۱۴، تابستان ۱۳۹۴، ص ۱۰۶ - ۸۵.
۳. بنیانی، محمدرضا؛ «راهبردها و شیوه‌های رسانه‌ای غرب برای فروپاشی خانواده»؛ فصلنامه علمی تخصصی پاسخ به شبهات؛ سال اول، شماره اول، بهار ۱۳۹۵، ص ۱۵۹ - ۱۳۱.
۴. خبرگزاری تسنیم؛ «زنی که با انگیزه خداشناسی وارد حلقه عرفان شد، اما به شیطان رسید»؛ ۱۳۹۴/۰۴/۱۴، کد خبر: ۷۹۰۴۴۹.

۵. شبکه اطلاع‌رسانی راه‌دانا؛ «لشکرکشی خاموش غرب برای نابودی فرهنگ و خانواده ایرانی»؛ ۱۳۹۵/۰۸/۲۱، کد خبر: ۹۴۵۸۵۶.
۶. شریعت‌زاده، سید محمدعلی؛ «اهداف و راهبردهای دشمن فرهنگی در جنگ نرم علیه خانواده»؛ سایت اندیشکده راهبردی تبیین؛ ۱۳۹۵/۰۷/۲۴.

روش‌های درمان وسواس بانوان

حجت‌الاسلام والمسلمین عبدالکریم پاک‌نیا تبریزی *

مقدمه

وسواس نشانه‌ای از بیماری روحی و روانی و سرچشمه آن وسوسه شیطان و تردید است و باید هرچه سریعتر درمان شود. حضرت علی علیه السلام فرموده است: «الْمُرِيبُ أَبَدًا عَلِيلٌ»^۱ کسی که همه چیز و همه کس را به چشم تردید و شک نگاه می‌کند، همواره بیمار است». روان‌پزشکان وسواس را یک نوع بیماری می‌دانند که نیاز به درمان دارد. بسیاری فکر می‌کنند وسواس تنها یک بیماری فکری است که روی روح اثر دارد، در حالی که این بیماری جسم را هم از بین می‌برد. این بیماری چنان عذاب‌آور است که حضرت موسی علیه السلام وقتی سامری را نفرین کرد به مرض وسواس دچار شد. علامه طباطبائی در ذیل آیه شریفه ۹۷ در سوره مبارکه طه «فَإِنَّ لَكَ فِي الْحَيَاةِ أَنْ تَقُولَ لَا مِسَاسَ وَإِنَّ لَكَ مَوْعِدًا لَنْ تُخْلَفَهُ» می‌نویسد: سامری بر اثر نفرین حضرت موسی علیه السلام به مرض وسواس گرفتار شد و با نزدیک شدن افراد به خود احساس وحشت می‌کرد و می‌گفت: «لا مساس؛ به من نزدیک نشوید». آری او مبتلا به مرض وسواس شد، به طوری که از مردم وحشت می‌کرد و می‌گریخت و فریاد می‌زد: «لامساس لامساس»^۲.

بررسی‌ها نشان می‌دهد با وجود اینکه اختلالات روانی در زن و مرد مساوی است، اما وسواس در بین خانم‌ها شیوع بیشتری دارد.^۳ وسواس در پاک‌ی و نظافت، وسواس

* استاد سطح عالی حوزه علمیه قم، از مبلغان نخبه دفتر تبلیغات اسلامی.

۱. علی بن محمد لیبی واسطی؛ عیون الحکم و المواعظ؛ ص ۴۰، ح ۹۲۰.

۲. سید محمدحسین طباطبائی؛ المیزان فی تفسیر القرآن؛ ج ۱۴، ص ۱۹۷.

۳. وسواس بیماری مردانه یا زنانه‌ای نیست، اما اینکه احساس می‌شود در میان زنان شایع‌تر است، شاید به این علت باشد که طبق گفته برخی محققین، مردان، تا جایی که بتوانند وسواس خود را آشکار نمی‌کنند ولی زنان آن را ابراز می‌دارند.

در مورد خطاها، وسواس در مورد روابط خانوادگی، وسواس در مورد حساسیت نسبت آینده فرزندان و وسواس در مورد نگرانی‌های مختلف زندگی از جمله مصادیق مختلف وسواس در بانوان است. با توجه به اهمیت موضوع وسواس این نوشتار در صدد ارائه روش‌های درمان این مشکل روانی در محدوده این مجال است. البته از آنجا که درمان وسواس اختصاص به زن و مرد ندارد، روش‌های ارائه شده عمومیت دارد و مختص زنان نیست.

مفهوم وسواس

وسواس که خاطره و خواطر شیطانی نیز نام دارد، در لغت به معنای صدایی آرام و پنهانی است.^۱ در مفردات راغب آمده:

وسواس در اصل صدای آهسته‌ای است که از به هم خوردن زینت آلات برمی‌خیزد. سپس به هر صدای آهسته گفته شده است و در اصطلاح به خطورات و افکار بد و نامطلوبی که در دل و جان انسان پیدا می‌شود و شبیه صدای آهسته‌ای است که در گوش فرو می‌خوانند، اطلاق گردیده است.^۲

وسواسی به کسی می‌گویند که این خطورات به‌طور مستمر برای او پدید می‌آید و او نیز به آن ترتیب اثر می‌دهد.

روش‌های درمان وسواس

برای درمان بیماری روحی و جسمی وسواس راه‌های مختلفی وجود دارد که به برخی از آنان می‌پردازیم:

۱. پذیرفتن بیماری وسواس

در مرحله اول شخص باید بپذیرد که بیمار است اگر فرد مبتلا به وسواس بپذیرد که بیمار است درمان پذیر نیست. او باید به نشانه‌های وسواس توجه کند که آیا رفتار و افکار او مثل وسواسی‌ها هست یا نه؟ اگر خود را بیمار نداند هرگز به فکر علاج نخواهد افتاد. او اگر متوجه بیماری نیست رهنمود دادن به او هیچ اثری ندارد. این‌گونه اشخاص همان‌هایی هستند که حضرت عیسی علیه السلام هم با دم مسیحائی خود،

۱. محمد بن مکرم ابن منظور؛ لسان العرب؛ ج ۶، ص ۲۵۵.

۲. حسین بن محمد راغب اصفهانی؛ مفردات الفاظ قرآن؛ ص ۸۶۹.

وی را نمی تواند درمان کند.^۱

۲. امدادهای معنوی

عبادت به معنای یاری جستن از قدرت بی نهایت خداوند است. انسان با یاد خداوند، آرامش می یابد. به یقین دعا، نماز، روزه^۲ و توسل در آرامش روانی و کاهش اضطراب وسواسی ها اثر به سزایی دارد. امام رضا علیه السلام فرمود: «إِذَا حَزَنَكَ أَمْرٌ شَدِيدٌ فَصَلِّ رَكَعَتَيْنِ؛^۳ زمانی که گرفتاری شدیدی تو را غمگین سازد، دو رکعت نماز بخوان». امام صادق علیه السلام فرمود: «لَا يَتَمَكَّنُ الشَّيْطَانُ بِالْوَسْوَسَةِ مِنَ الْعَبْدِ إِلَّا وَقَدْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَاسْتَهَانَ وَسَكَنَ إِلَى نَهْيِهِ وَنَسِيَ أَطْلَاعَهُ عَلَى سِرِّهِ؛^۴ شیطان موفق به وسوسه ی بنده ای نمی شود مگر آن گاه که از یاد خدا روی بگرداند و آن را سبک بشمارد و در جایگاه نافرمانی خدا قرار گیرد و فراموش کند که خدا بر پنهان او آگاه است».

۳. تقویت باورهای دینی

برای درمان وسواس لازم است باورهای دینی تقویت شود. چون از مهمترین عوامل وسواس دوری از آموزه های دینی است. بی تردید رفتار افراد وسواسی برای جلب رضایت خدا نیست. فرد دارای وسواس می گوید به دلم نمی چسبد. عمل آدم وسواسی ربطی به تقوا و تدین ندارد.

حضرت امام خمینی رحمته الله علیه در کتاب ارزشمند شرح چهل حدیث می نویسد: بدان که وسوسه و شک و تزلزل و شرک و اشباه آنها از خطرات شیطانیه و القائات ابلیسیه است که در قلوب مردم می اندازد؛... اگر از کمال تقوا و احتیاط در دین است، چه شده است که بسیاری از این وسواسی های بی جا و جاهل های متنسک راجع به اموری که احتیاط لازم یا راجح است احتیاط نمی کنند؟ تا کنون کی را سراغ دارید که در شبهات راجع به اموال و وسواسی باشد؟ تا کنون کدام وسواسی عوض یک مرتبه زکات یا خمس چند مرتبه داده باشد؟ و به جای یک مرتبه حج چند مرتبه رفته باشد؟ و از غذای شبهه ناک پرهیز کرده باشد؟^۵

۱. محمد بن محمد (شیخ مفید)؛ الإختصاص؛ ص ۲۲۱.

۲. محمد بن علی بن بابویه (شیخ صدوق)؛ الخصال؛ ج ۲، ص ۶۱۲.

۳. رضی الدین حسن بن فضل، طبرسی؛ مکارم الأخلاق؛ ص ۳۲۶.

۴. سیدهاشم بحرانی؛ البرهان فی تفسیر القرآن؛ ج ۴، ص ۵۵۷.

۵. سید روح الله خمینی؛ شرح چهل حدیث امام خمینی رحمته الله علیه؛ (حدیث ۲۵ - وسواس)، ص ۴۴۱ تا ۴۴۶.

۴. تفکر درباره سرمایه‌های تلف‌شده

اگر یک وسواسی به سرمایه‌های از دست‌رفته از لحاظ مادی و معنوی توجه کند یقیناً در رفتار خود تجدیدنظر خواهد کرد. عمر ما بهترین سرمایه است که شیطان از ما می‌گیرد. بدن از بهترین سرمایه‌های انسان است که در اثر وسواس فرسوده می‌شود و مشکلات پوستی، زانو درد، آرتروز، دردهای مفصلی، دیسک کمر، سائیدگی زانوها بخشی از فرسایش جسم و وسواسی‌هاست. همچنین خستگی و افسردگی روحی از دیگر موارد اسراف در سرمایه‌هاست. این در حالی است که امام باقر علیه السلام فرمود: «كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَتَوَضَّأُ بِمُدٍّ وَيَغْتَسِلُ بِصَاعٍ؛^۱ رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ با یک مُدّ آب (۷۵۰ گرم) وضو می‌گرفتند و با یک صاع آب (۳ لیتر) غسل می‌کردند»

اساساً ترک وسواس امر آسانی نیست ولی در صورت پافشاری در ترک، آسان خواهد شد. امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید: «إِذَا خِفْتَ صُعُوبَةَ أَمْرٍ فَاصْعُبْ لَهُ يَدُلَّ لَكَ وَخَادِعِ الزَّمَانَ عَنْ أَحْدَاثِهِ تَهْنُ عَلَيْكَ»^۲ هرگاه از سختی و دشواری کاری ترسیدی، در برابر آن، سرسختی نشان بده، که رامت می‌شود و در برابر حوادث روزگار، چاره‌اندیشی کن، که بر تو آسان می‌شود».

۵. الگوگیری از بزرگان دینی

الگوگیری از رهنمودها و رفتار بزرگان از مهمترین روش‌های درمان وسوسه است، همان‌طوری که قبلاً به وضوی پیامبر صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اشاره شد دیگر بزرگان ما نیز چنین بودند. ماجرای برخورد فقیه بزرگ صاحب جواهر با یک شخص وسواسی در این مورد آموزنده است.^۳ شیخ محمد حسن نجفی، فقیه بزرگ شیعه صاحب جواهر دیده بود که: شخصی از خزینه حمام^۴ بیرون می‌آید، چند قدمی می‌رود، بعد برگشته، داخل خزینه می‌شود. صاحب جواهر فهمید که او به وسوسه مبتلا است. پرسید: چرا چنین می‌کنی؟ گفت: چون زمین حمام پاک نیست و بخاری که از آن جا بلند می‌شود،

۱. محمد بن حسن شیخ حر عاملی؛ وسائل الشیعه؛ ج ۱، ص ۴۸۱.

۲. عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی؛ غرر الحکم و درر الکلم؛ ح ۴۱۰۸.

۳. علی محمد حیدری نراقی؛ وسواس، شناخت و راه‌های درمان؛ ص ۱۳۲.

۴. خزینه در حمام‌های قدیمی حوضچه‌ای بود که همانند جکوزی‌های امروزی با کف و بدنه آهنی یا سیمانی ساخته می‌شد و آب گرم در آن قرار می‌گرفت، افراد بیرون از محیط حوضچه خزینه استحمام می‌کردند و قبل از خروج برای شستشوی بدن وارد حوضچه خزینه می‌شدند.

نجس است و وقتی که بخار به بدن من می خورد، نجس می شود. به همین خاطر، برای شستن بدنم برمی گردم. آن شخصیت بزرگ، خواست ذهن او را با حرفی که از سنخ همان خیال او است، منصرف کند. فرمود: آری، درست می گویی، لکن چون بخار از آن طرف به آب خزینه اتصال دارد، نجاست به آن سرایت نمی کند. او متقاعد شده، بیرون رفت. پس از آن، دیگر آن کار را تکرار نکرد. توجه به سیره بزرگان و همچنین مرور خاطرات وسواسی های رها شده از چنگال وسواس هم مفید است.

۶. توجه به فتوای فقها

کسی که وسواس دارد باید در مورد مسائل احکام به مقدار متعارف اکتفا کند و ذره ای بیشتر از دیگران در موضوعات دینی تکرار ننماید. در این مورد فقها ضمانت نموده اند که تکلیف شرعی آدم وسواسی همان مقدار متعارف است که دیگران انجام می دهند اعم از آنکه به یقین برسد یا نرسد. حضرت آیت الله خامنه ای در پاسخ سؤال یک خانم وسواسی برای درمان وسواس چنین رهنمود داده اند:

افراد وسواسی که دارای حساسیت نفسانی شدیدی در مورد نجاست هستند، لازم است برای رهایی خود از بیماری وسواس به توصیه های زیر عمل کنند:

الف. از نظر شرع مقدس، در طهارت و نجاست، اصل بر طهارت اشیا است یعنی در هر موردی که کمترین تردیدی در نجس شدن آن برایشان حاصل شد، واجب است حکم به عدم نجاست کنند.

ب. اگر گاهی یقین به نجاست هم پیدا کردند باید حکم به عدم نجاست کنند، مگر در مواردی که نجس شدن یک شیء را با چشمان خود ببینند به طوری که اگر فرد دیگری هم آن را ببیند یقین به سرایت نجاست پیدا کند، فقط در این موارد باید حکم به نجاست کنند. استمرار اجرای این حکم در مورد افراد مزبور تا زمانی است که این حساسیت به طور کلی از بین برود.

ج. هر شیء یا عضوی که نجس می شود برای تطهیر آن یکبار شستن با آب لوله کشی بعد از زوال عین نجاست کافی است. تکرار در شستن یا فرو بردن آن در آب لازم نیست، و اگر شیء نجس از قبیل پارچه و مانند آن باشد بنابر احتیاط باید به مقدار متعارف فشار و یا تکان داده شود تا آب از آن خارج گردد.

۱. محمود ارگانی بهبهانی؛ شناخت و درمان وسوسه و وسواس در اسلام؛ ص ۶۸.

د. دین اسلام دارای احکام سهل و آسان و منطبق با فطرت بشری است، لذا آن را بر خود مشکل نکنند و با این کار باعث وارد شدن ضرر و اذیت به جسم و روحشان نگردند. حالت دلهره و اضطراب در این موارد، زندگی را بر ایشان تلخ می‌کند و خداوند راضی به رنج و عذاب ایشان و کسانی که با آنها ارتباط دارند نیست. شکرگزار نعمت دین آسان باشند و شکر این نعمت، عمل بر اساس تعلیمات خداوند تبارک و تعالی است.

ه. این حالت، یک وضعیت گذرا و قابل‌علاجی است. رهایی از آن، احتیاج به رؤیا و معجزه ندارد، بلکه باید ذوق و سلیقه شخصی خود را کنار گذاشته و متعبد و مؤمن به دستورات شرع مقدس باشند. افراد بسیاری بعد از ابتلا به آن با روش مذکور از آن نجات یافته‌اند. به خداوند توکل کنید و نفس خود را با همت و اراده آرامش بخشید. انشاء الله موفق باشید.^۱

آیت الله مکارم شیرازی نیز در پاسخ به سؤال یک خانم که به وسواس شدید مبتلا بوده است، چنین می‌گوید: «شما باید تسلیم حکم خدا باشید. حکم خدا این است که به مقدار متعارف بشوید، بقیه برای شما «پاک» است، هر چند حالت وسواس به شما می‌گوید نجس است، این روشن‌ترین راه است و بسیاری از این طریق درمان شده‌اند».^۲

۷. توجه به عوامل وسواس

برای درمان وسواس، شناخت ریشه‌ها تأثیر فراوان دارد. مثلاً شناخت عواملی مانند: ضعف روحی، جسمی و سوء تربیت از ریشه‌های آن است. در این صورت لازم است روح و جسم تقویت شده و تربیت هم اصلاح شود، چرا که ممکن است والدین در تربیت فرزندان دچار افراط و یا تفریط شده باشند. امام محمدباقر علیه السلام فرموده است: «شَرُّ الْأَبَاءِ مَنْ دَعَا الْبُرِّ إِلَى الْأَفْرَاطِ». بدترین پدران کسی است که نیکی [به فرزند] را به حد افراط برساند. در اینجا یکی از دو حالت متصور است:

اول: سهل‌انگاری بیش از حد مادران در رفتار با کودک، به گونه‌ای که این طرز فکر

1. <https://farsi.khamenei.ir/news-content?id=27339>

۲. ناصر مکارم شیرازی؛ رساله احکام بانوان جدید؛ ص ۳۲، سوال ۳۸.

۳. احمد بن ابی یعقوب؛ تاریخ یعقوبی؛ ج ۲، ص ۳۲۰.

در کودک ایجاد گردد که هیچ کس در مسائل نجاست و پاکی و رفتارهای کودکانه اش او را تحت نظر و کنترل نداشته و در نتیجه خودش باید از خود مواظبت کرده و رفتارهایش را کنترل کند و چون کودک قدرت تشخیص کافی ندارد، دچار وسواس و حساسیت بیش از حد می گردد.

دوم: سخت گیری بیش از اندازه مادران در طهارت و نجاست کودک، موجب وسواس او در آینده می شود و زمینه اذیت و آزار کودک و حساس شدن و دقت کردن بیش از اندازه او را فراهم می آورد.

۸. بی اعتنایی به وسوسه ها

از اساسی ترین راهکارها برای درمان وسواس عملی و وسواس فکری، بی اعتنایی به وسوسه هاست. افراد وسواسی نباید به وسوسه ها اعتنا کنند. برای مبارزه با وسوسه ها بهتر است عهد و پیمان ببندند، یا نذر کنند، خود را جریمه کنند و با این روش طلسم اعتنا به وسوسه ها و به دنبال آن طلسم تکرار را بشکنند. درمان اصلی و اساسی وسواس فکری و عملی بی توجهی و بی اعتنایی و بی خیالی است. مثلاً کسی که در اعمال عبادی وسواس دارد، با خودش عهد کند که من یک بار می شویم، یک بار وضو می گیرم و یک بار غسل می کنم. قرائت را یک بار می خوانم. و اصلاً به وسوسه های شیطان توجه نمی کنم. امام صادق علیه السلام فرمود: «إِنَّمَا يُرِيدُ الْغَيْبِيُّ أَنْ يُطَاعَ فَإِذَا عُصِيَ لَمْ يَعُدْ إِلَيَّ أَحَدِكُمْ»^۱ شیطان پلید می خواهد از او اطاعت شود، اگر به وسوسه هایش اعتنا نشود به سراغ کسی از شما نمی آید». البته اگر انسان به وسوسه های شیطانی گرفتار نبود، ملکوت آسمان ها را به چشم مشاهده می کرد.^۲ شاعر می گوید:

در راه عشق وسوسه اهرمن بسی است هشدار و گوش دل به پیام سروش کن^۳

۹. شناخت پیامدهای وسواس

تصور کنید فردی که چندین ساعت در حمام به شستشوی خود مشغول است. چه وقت و انرژی مفیدی را از دست می دهد. یا فردی به این دلیل که حتی اگر از یک

۱. محمد بن یعقوب، کلینی؛ الکافی؛ ج ۳، ص ۳۵۸، ح ۲.

۲. ملا محسن فیض کاشانی؛ المحجّة البيضاء؛ ج ۲ ص ۱۲۵

۳. شمس الدین محمد حافظ شیرازی؛ دیوان حافظ؛ غزل ۳۹۸.

متری سطل آشغال رد شود، احساس می‌کند که ممکن است نجس یا کثیف شود، هیچ‌وقت منزل را ترک نکنند. و یا خانم خانه‌داری پس از یک مهمانی همه لوازم را باید بشوید. و موارد این‌چنینی بسیار. چه صدماتی را به خود و اطرافیانش وارد می‌کند بنابراین پیامد وسواس و افکار مزاحم به معنی تخریب زندگی خود فرد و اختلال و سلب آسایش و آرامش برای دیگران است و پیامدهای بسیار مخرب دیگر که شرایط بیماری را وخیم‌تر و بدتر می‌کند.^۱ اگر خانم‌ها به برخی از آثار وسواس در زندگی خانواده خود دقت کنند و آثار شوم آن را در تزلزل خانواده ببینند، بی‌تردید در رفتار خود تجدیدنظر می‌کنند. به عنوان مثال مردی می‌گوید:

از زنم خیلی راضی هستم. همه‌جور هنری بلد است از کدبانوگری و آشپزی بگیرد تا هر کاری که فکرش را کنید. صداقت و مهربانی در وجودش موج می‌زند. خلاصه از هر نظر نمره زنم ۲۰ است، برای همین کارهایش است که بی‌اندازه دوستش دارم و عاشقش هستم. اما مشکل بزرگی دارم و چیزی نمانده روانی شوم. آن هم وسواس بیش از اندازه است که آبرو برایم نگذاشته و با کارهایی که می‌کند جرأت نمی‌کنم به مهمانی بروم یا مهمانی را به خانم دعوت کنم... مدام می‌گوید بقیه کثیف هستند و فقط من تمیزم. اصلاً هم وسواس ندارم. با این که او را خیلی دوست دارم، اما با این شرایط چیزی به روانی شدن خودم هم نمانده است. هر جور هم با او صحبت می‌کنم، دلیل و منطق می‌آورم، اهمیت نمی‌دهد. چون هزارویک دلیل بی‌ربط برای کارهایش می‌آورد. دیگر نمی‌دانم چکار کنم و از این وضعیت خسته شده‌ام.^۲

۱۰. مراجعه به روان‌پزشک

در برخی از موارد برای بهبود روند درمان، بهتر است به روان‌شناس بالینی و روان‌پزشک مراجعه شود.

سایر توصیه‌های کاربردی

ضبط کردن رفتار، نوشتن افکار، تلقین شیطانی بودن وسواس، تغییر شرایط آب‌وهوا

1. <http://drmandanashaban.com/Article/More/16>

۲. گروه وبگردی باشگاه خبرنگاران جوان: <https://www.yjc.ir/fa/news/5817475>

و شرایط زندگی، دوری از افکار رویایی، استعاذه و مداومت به ذکر الهی،^۱ پر کردن اوقات فراغت، گسترش زندگی جمعی، مسافرت های دسته جمعی و دوری از بیکاری و تنهایی، فاصله گرفتن از افراد وسواسی،^۲ تقویت افکار مثبت برای مقابله با افکار منفی، کسب معرفت بیشتر با مطالعه منابع مربوطه، تعقل در موضوع خودآزایی و دیگرآزایی، یاری خانواده وسواسی، رفع رذائل اخلاقی همچون تکبر و غرور و زیاده خواهی و خود را بالاتر از انبیاء و اولیاء دانستن، دوری از تحقیر دیگران، ورزش کردن و بالاخره خواندن مرتب نمازهای یومیه در موقع معین و انجام عبادات مقرر آرام بخش است.

فهرست منابع

کتاب

قرآن کریم

۱. ابن بابویه، محمد بن علی (شیخ صدوق)؛ *الخصال*؛ قم: مؤسسه النشر الاسلامی، ۱۳۶۲ش.
۲. ابن منظور، محمد بن مکرم؛ *لسان العرب*؛ بیروت: دار صادر، بی تا.
۳. ارگانی بهبهانی، محمود؛ *شناخت و درمان وسوسه و وسواس در اسلام*؛ قم: نشر مجمع ذخایر اسلامی، ۱۳۷۷ش.
۴. بحرانی، سیدهاشم؛ *البرهان فی تفسیر القرآن*، تهران: بنیاد بعثت، ۱۴۱۶ق.
۵. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد؛ *غرر الحکم و درر الکلم*؛ قم: دارالکتاب الإسلامی، ۱۴۱۰ق.
۶. حافظ، شمس الدین محمد؛ *دیوان حافظ*؛ تهران: فخر رازی، ۱۳۷۴ش.
۷. خمینی، سید روح الله؛ *شرح چهل حدیث*؛ تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی علیه السلام، [بی تا].
۸. راغب اصفهانی، حسین بن محمد؛ *مفردات الفاظ قرآن*؛ بیروت: دارالعلم، ۱۴۱۲ق.
۹. شیخ مفید، محمد بن محمد؛ *الاختصاص*؛ نشر کنگره شیخ مفید. قم، ۱۴۱۳ق.
۱۰. شیخ حر عاملی، محمد بن حسن؛ *وسائل الشیعه*؛ قم: مؤسسه آل البیت علیهم السلام، ۱۴۰۹ق.

۱. زخرف: ۳۶.

۲. پیشین؛ *الکافی*؛ ج ۵، ص ۳۴۸.

۱۱. طباطبائی، سید محمدحسین؛ المیزان فی تفسیر القرآن؛ قم: نشراسماعیلیان، ۱۳۹۴ق.
۱۲. طبرسی، رضی‌الدین حسن بن فضل؛ مکارم الأخلاق، قم: منشورات الرضی، ۱۴۱۲ق.
۱۳. علی محمد، حیدری نراقی؛ وسواس، شناخت و راه‌های درمان؛ قم: انتشارات میثم تمار ۱۳۸۸ش.
۱۴. فیض کاشانی، محمدمحسن؛ المحجة البيضاء؛ قم: مؤسسة النشر الاسلامی، ۱۳۸۳ق.
۱۵. کلینی، محمد بن یعقوب؛ الکافی؛ تهران: دارالکتب الاسلامیة، ۱۳۸۸ق.
۱۶. لیثی واسطی، علی بن محمد؛ عیون الحکم و الموعظ؛ قم: دارالحدیث، ۱۳۷۶ش.
۱۷. مکارم شیرازی، ناصر؛ رساله احکام بانوان جدید؛ احکام وسواس، قم: نشر مدرسه الامام علی بن ابی طالب علیه السلام، ۱۳۸۶ش.
۱۸. یعقوبی، احمد؛ تاریخ یعقوبی؛ بیروت: دارالکتب العلمیه، ۱۴۱۹ق.

سایت‌ها

1. <http://drmandanashaban.com/Article/More/16>
2. <https://www.yjc.ir/fa/news/5817475>
3. <https://farsi.khamenei.ir/news-content?id=27339>.

راهکارهای پیشگیری از طلاق

نرگس زرین جویی*

مقدمه

دین مجموعه‌ای از تعالیم و دستورهای است که خداوند حکیم برای سعادت بشر فرستاده است و برای همه جنبه‌های زندگی بشر برنامه دارد. با بررسی ادیان الهی، درمی‌یابیم که اصل طلاق در آن‌ها وجود دارد، اما اسلام - ضمن تأیید طلاق - آن را جزء مبعوض‌ترین حلال‌ها برشمرده است، و برای مقابله با سونامی طلاق، راهکارهایی همچون ترجیح مصالح خانواده بر مصالح فردی، مدارا و سازش، بخشش و گذشت، ایجاد مهر و محبت در خانواده توصیه می‌نماید که اگر این امور محقق شود، از طلاق پیشگیری می‌شود و آسیب‌های این امر به حداقل می‌رسد.

۱. ترجیح مصالح خانواده بر مصالح فردی

اسلام بیش‌ترین عنایت را به تشکیل، تحکیم، تکریم و تعالی خانواده دارد؛ این نهاد مقدس را کانون مودت و رحمت می‌شمرد؛ سعادت و شقاوت انسان را منوط به بنای خانواده می‌داند و هدف از تشکیل آن را تأمین نیازهای مادی، عاطفی و معنوی انسان، از جمله سکون و آرامش برمی‌شمرد.^۱ تعبیراتی که در قرآن کریم و روایات اهل بیت علیهم‌السلام به کار رفته است، این مدعا را روشن می‌نماید. خدای سبحان در قرآن، پیوند ازدواج را «میثاق غلیظ»^۲ و در آیه‌ای دیگر «نعمت الهی»^۳ می‌نامد. همچنین

* کارشناس ارشد فلسفه اخلاق.

۱. حسین حقانی زنجانی؛ طلاق یا فاجعه انحلال خانواده؛ ص ۲۳ - ۲۱؛ عبدالله جوادی آملی؛ زن در

آیینة جمال و جلال؛ ص ۱۷۶.

۲. نساء: ۲۱.

۳. نحل: ۷۲.

رسول خدا ﷺ می‌فرماید: «هیچ چیز در پیشگاه خدا، محبوب‌تر از خانه‌ای که به ازدواج، آباد شده باشد نیست و هیچ چیز در پیشگاه خدا، منفورتر از خانه‌ای که در اسلام به طلاق ویران شود، نیست!»^۱

با تقدسی که اسلام به خانواده بخشیده است، برای تقویت این پیوند و پیش‌گیری از فروپاشی آن، زمینه‌سازی کرده و هدف اسلام از این همه تأکید بر تشکیل و تدوام خانواده، رسیدن به آرامش روانی است. «زندگی با آرامش، اهمیّت بسیاری دارد تا آن‌جا که خداوند متعال وقتی می‌خواهد یکی از مهم‌ترین نشانه‌های خود را بیان کند، به ازدواج اشاره می‌کند و می‌فرماید: «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ»^۲ و از نشانه‌های او این‌که از (نوع) خودتان، همسرانی برای شما آفرید تا بدان‌ها آرام‌گیرید و میان‌تان دوستی و رحمت نهاد. آری در این (نعمت) برای مردمی که می‌اندیشند، قطعاً نشانه‌هایی است.»

اهداف خانواده، ایجاب می‌کند که زن و شوهر، در تحکیم و پایداری این بنا نهایت سعی خود را به کار برند و بر دوامش نیز اصرار نمایند؛ بنابراین اگر زن و مردی پس از پیوند ازدواج، به عللی زوج خویش را مطابق با معیارهای خویش نیافتند و به‌خاطر مصالح خانواده و ارزش‌گذاری به اصول این پیوند، با وجود میل باطنی خویش، کراهت و بی‌میلی به زوج خود، نشان ندادند و در حفظ این بنا و مصالح آن کوشیدند، خداوند کریم دریچه‌ای از خیرات و برکات را به سوی آنان می‌گشاید؛ چنانچه در سوره نساء، بعد از تأکید بر خوش‌رفتاری با همسران و امر به «عَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ»، می‌فرماید: «فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُنَّ شَيْئًا وَ يَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا» پس اگر از آنان خوش‌تان نیامد، چه بسا چیزی را خوش‌نمی‌دارید و خدا در آن، مصلحت فراوان قرار می‌دهد.»

حاکمیت این فرهنگ قرآنی در ایجاد همراهی و هم‌دلی زوجین و هموارساختن مسیر زندگی، اثر مستقیم دارد و آنان را یاری می‌کند تا در بروز اختلافات و رخدادها عجلولانه، تصمیم نگیرند؛ بلکه از آن جهت که رضایت حق را در استمرار و استحکام

۱. محمد بن حسن حر عاملی؛ وسائل‌الشیعه؛ ج ۲۲، ص ۷.

۲. روم: ۲۱.

۳. نساء: ۱۹.

این پیوند می‌بینند، در برقراری صلح و آشتی تلاش نموده، مقاوم و استوار مشکلات را از پیش روی برمی‌دارند و به ایجاد تفاهم، اتحاد، هم‌دلی و یک‌سوئی فکر می‌کنند.

۲. مدارا و سازش

یکی از ضروریات تشکیل جامعه سالم، تشکیل خانواده سالم است. اگر خانواده اصلاح شود، جامعه نیز اصلاح خواهد شد و هرچه بنیان آن مستحکم‌تر باشد، بنیان جامعه نیز مستحکم‌تر خواهد بود. یکی از ویژگی‌هایی که در تحقق سازگاری نقش به‌سزایی دارد، رفق و مداراست و می‌توان گفت کم‌تر عاملی یافت می‌شود که در این حد بتواند در ایجاد و تثبیت سازگاری نقش ایفا کند. رمز موفقیت مرد برای زندگی بهتر، مدارا و سازش با مشکلات خانوادگی است و داشتن چنین ویژگی‌ای، نشانه ایمان اوست. در قرآن و روایات هم، بدین مطالب اشاره شده است. خداوند می‌فرماید:

«وَإِنَّ امْرَأَةً خَافَتْ مِنْ بَعْلِهَا نُشُوزًا أَوْ إِعْرَاضًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا وَالصُّلْحُ خَيْرٌ وَأُخْضِرَتِ الْأَنْفُسُ الشُّحَّ وَإِنْ تُحْسِنُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا»^۱

و اگر زنی از شوهر خویش بیم ناسازگاری یا روی‌گردانی داشته باشد، بر آن دو گناهی نیست که از راه صلح با هم به آشتی گریند که سازش بهتر است. (ولی) بخل (و عدم گذشت) در نفوس، حضور (و غلبه) دارد و اگر نیکی کنید پرهیزگاری پیشه نمایید، قطعاً خدا به آنچه انجام می‌دهید، آگاه است.»

در حدیثی از پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ آمد است: «مُدَارَاةُ النَّاسِ نِصْفُ الْإِيمَانِ وَالرِّفْقُ بِهِمْ نِصْفُ الْعَيْشِ»^۲ مدارا با مردم، نیمی از ایمان و نرم‌خویی با آنان، نیمی از زندگی است. اساساً بدون رفق و مدارا، نمی‌توان از زندگانی بهره برد و زندگی بدون بهره‌مندی از این امر، فاقد روح و معناست، از این در روایات به مدارا در برابر همسر تأکید شده است. یکی از اصحاب امیرالمؤمنین عَلَيْهِ السَّلَام، از همسر خود شکایتی را پیش حضرت بیان کرد. حضرت پس از پذیرش نقص‌هایی که میان آنان وجود داشت، به او سفارش فرمودند: «قَدَارُوهُنَّ عَلَى كُلِّ حَالٍ وَاحْسِنُوا»^۳ با زنان در همه حال مدارا کنید، خوش‌زبان

۱. نساء: ۱۲۸.

۲. محمد بن یعقوب کلینی؛ *الکافی*؛ ج ۲، ص ۱۱۷.

۳. محمدباقر مجلسی؛ *بحارالانوار*؛ ج ۱۰۰، ص ۲۵۳.

ونرم‌خو باشید و در تمام امور نیکی نمایید.»

۳. بخشش و گذشت

وقتی اختلاف بین زوجین به وجود می‌آید و آن دو در آستانه طلاق قرار می‌گیرند، بیش‌ترین سفارش اسلام گذشت هریک از زن و شوهر در لغزش‌ها، کج‌خلقی‌ها و اشتباهات دیگری است؛ زیرا زن و شوهر، روحیات و طرز تفکر متفاوتی دارند. آن‌هایی که مدعی‌اند ما در همه موارد یک طرز تفکر داریم و در همه مسائل موافق و هماهنگ هستیم، شاید هنوز زمینه و موقعیت برای‌شان پیش نیامده است که خصلت‌های واقعی هم‌دیگر را بشناسند؛ ضمن این‌که اگر زن و شوهری با روحیه مشترک پیدا شوند، باز هم هیچ‌کدام از خطا و عصبانیت مصونیت ندارند. این‌جاست که اهمیت گذشت و تأثیر آن در تداوم روابط سالم آشکار می‌شود.^۱ از آن‌جا انسان‌ها دچار لغزش می‌شوند، بهترین‌شان کسانی هستند که از اشتباه‌های دیگران چشم‌پوشند و عیب‌های اطرافیان را بزرگ جلوه ندهند که این خود، به خوشی‌ها و زیبایی زندگی می‌افزاید. این صفت نیکو، در زندگی زناشویی اهمیت ویژه‌ای می‌یابد؛ زیرا زن و شوهر کنار هم زندگی می‌کنند و در صورت چشم‌پوشیدن از لغزش‌های طرف مقابل، وجودشان برای هم‌دیگر تحمل‌ناپذیر خواهد شد. زن و شوهر باید رضایت هم را جلب کنند و از انجام کارهایی که کدورت و ناراحتی به دنبال دارد، پرهیزند، زیرا چنانچه در این باره سخت‌گیری کنند و از اشتباه هم چشم‌پوشند، زندگی یا به کام آنان تلخ می‌شود یا آن را از دست می‌دهند. کسی که خطاهای دیگران را نادیده بگیرد، خدای متعال نیز از گناهانش می‌گذرد و او را مشمول رحمت و آمرزش قرار می‌دهد. خداوند در قرآن کریم سفارش می‌کند: «... وَ لِيَغْفُوا وَ لِيُصْفَحُوا أَلَا تَجِبُونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَ اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ»^۲ ... و باید عفو کنند و گذشت نمایند. مگر دوست ندارید که خدا بر شما ببخشد؟ و خدا آمرزندهٔ مهربان است.» بنا بر این آیه و دیگر آیات، فرونشاندن خشم در برابر بدی‌ها و خطاهای دیگران، به‌ویژه نزدیکانی که همه‌روزه ساعت‌های زیادی را کنار آن‌ها سپری می‌کنیم، آمرزش حضرت حق را به دنبال دارد. خوب است که مردان به سیرهٔ عملی معصومین علیهم‌السلام دربارهٔ لغزش‌های

۱. احمد حسین‌نیا، بهداشت روانی ازدواج و همسر‌داری، ص ۲۰۱.

۲. نور: ۲۱.

همسر خود، عمل کنند؛ زیرا گذشت، عشق و محبت را افزایش می‌دهد و اختلاف و مشاجره را پایان می‌بخشد. «اسحاق بن عمار» می‌گوید که به امام صادق علیه السلام عرض کردم: «حق زن بر مرد چیست که با انجام آن، انسان نیکوکار محسوب شود؟» امام فرمود: «خوراک و پوشاک او را فراهم نماید و اگر خطایی از وی سر زد، از او بگذرد.» سپس فرمود: «پدرم امام باقر علیه السلام، همسری داشت که به او آزار می‌رساند و پدرم او را مورد عفو و بخشش قرار می‌داد.»^۱ از سوی دیگر زن هم باید لغزش‌های شوهر را ببخشد؛ زیرا در این صورت، شوهر در شکنجه و جدان قرار می‌گیرد و یقیناً از کردار خویش پشیمان خواهد شد؛ آن‌گاه همسرش را زنی باگذشت، فهمیده، فداکار و عاقل می‌داند، می‌فهمد که به زندگی، خانواده و شوهرش علاقه‌مند است و قدر او را می‌داند؛ پس محبتش به او چندبرابر خواهد شد. رسول خدا صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «زن بد، عذر شوهرش را نمی‌پذیرد و خطاهایش را نمی‌بخشد.»^۲

زنی درباره‌ی علت درخواست طلاقش، به رئیس دادگاه حمایت از خانواده گفت: «شوهرم پیش از ازدواج به من نگفت که خدمت سربازی را انجام نداده و این موضوع را از من مخفی کرده بود. چند روز پیش متوجه شدم که به همین زودی باید به خدمت سربازی بروم و من نمی‌توانم با مردی که به من دروغ گفته، زندگی کنم.»^۳ از سوی دیگر اگر کسی بدی‌های اعضای خانواده را با بدی پاسخ گوید و انتقام‌جویی کند، کینه و دشمنی آن‌ها را برمی‌انگیزد؛ ولی اگر بدی را با نیکی و نرمی پاسخ گوید، فرد خطاکار را شرمسار کرده، آگاهانه با خود همراه می‌سازد و کینه و دشمنی او را به دوستی بدل می‌کند. خداوند در قرآن می‌فرماید: «وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَ لَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَ بَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ؛^۴ و نیکی با بدی یکسان نیست. (بدی را) با آنچه بهتر است دفع کن؛ آن‌گاه کسی که میان تو و او دشمنی است، گویی دوستی یک‌دل می‌گردد.»

۴. صبر و خویشتن‌داری

یکی از مباحث اخلاقی که بسیار حائز اهمیت است و در آیات و روایات بدان تاکید

۱. محمد بن یعقوب کلینی؛ *الکافی*؛ ج ۶، ص ۵۱۰.

۲. محمدباقر مجلسی؛ *بحار الأنوار*؛ ج ۱۰۳، ص ۲۳۵.

۳. ابراهیم امینی؛ *آیین همسر‌داری*؛ ص ۳۰.

۴. فصلت: ۳۴.

شده، فضیلت صبر است. زن و شوهر در زندگی مشترک نیاز به صبر و تحمل در برابر مشکلات دارند. عدم بردباری در برابر ناملایمات، محیط خانه را دچار نابسامانی می‌کند. اگر زن و شوهر صبوری نکنند، دیگر پیوند محکم و پایداری نخواهند داشت؛ اما اگر چندین سال از زندگی مشترک آن دو بگذرد و با یکدیگر انس بگیرند، خیلی از مشکلات خانوادگی رفع می‌شود. امام باقر علیه السلام می‌فرماید:

كَتَبَ اللَّهُ الْجِهَادَ عَلَى الرَّجَالِ وَالنِّسَاءِ، فَجِهَادُ الرَّجُلِ بَدْلُ مَالِهِ وَنَفْسِهِ حَتَّى يُقْتَلَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَجِهَادُ الْمَرْأَةِ أَنْ تُصْبِرَ عَلَى مَا تَرَى مِنْ أَدَى زَوْجِهَا وَغَيْرَتِهِ^۱ به‌راستی که خداوند - عَزَّوَجَلَّ - بر زنان و مردان جهاد را واجب کرده است. جهاد مردان آن است که (برای حفظ دین و مملکت) مال و خون خود را بذل کنند تا در راه خدا کشته شوند و جهاد زن آن است که در مقابل دشواری‌های زندگی همسرش صبر کند.

در تاریخ نیز نمونه‌های بسیاری از الگوها و اسوه‌های صبر داریم؛ صبر حضرت زینب علیها السلام، صبر آسیه همسر فرعون، صبر حضرت ایوب علیه السلام، صبر حضرت نوح علیه السلام، صبر حضرت یعقوب علیه السلام، صبر حضرت یوسف علیه السلام در جامعه امروزی نیز، نمونه‌های بسیاری از صبر زنان و مردان را مشاهده می‌کنیم که باید از آنان درس گرفت. صبر جانبازان عزیز سال‌های دفاع مقدس که با وجود بیماری‌ها و قطع عضوها، همچنان بار این مشکلات را بر دوش می‌کشند و نه تنها صبر می‌کنند، بلکه شاکر هستند و اطرافیان را نیز به صبر دعوت می‌کنند؛ همچنین صبر مادران، همسران و فرزندان جانبازان، آزادگان و شهدا که جوانان، می‌توانند از این اسوه‌ها برای الگوی سبک زندگی ایرانی - اسلامی بهره‌گیرند. با صبر و بردباری، می‌توان به عنایات خداوند رسید؛ زیرا قرآن کریم به صابران وعده بشارت،^۲ محبت،^۳ نصرت،^۴ بهشت^۵ و پاداش بی حساب،^۶ داده است. همچنین می‌فرماید:

۱. حسین بن محمدتقی نوری؛ مستدرک الوسائل؛ ج ۱۴، ص ۲۴۲.

۲. بقره: ۱۵۵ (بَشِّرِ الصَّابِرِينَ).

۳. آل عمران: ۱۴۶ (وَ اللَّهُ يُجِبُّ الصَّابِرِينَ).

۴. بقره: ۱۵۳ (إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ).

۵. فرقان: ۷۵ (أُولَئِكَ يُجْزَوْنَ الْغُرُوقَةَ بِمَا صَبَرُوا).

۶. زمر: ۱۰ (إِنَّمَا يُؤْتِي الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ).

«وَلِمَن صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنَ عَزْمِ الْأُمُورِ»^۱ و کسانی که شکیبایی و عفو کنند، این از کارهای پرارزش است.»

«وَاصْبِرْ فَإِنَّ اللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ»^۲ شکیبایی کن که خداوند، پاداش نیکوکاران را ضایع نخواهد کرد.»

هیچنین پیامبر اکرم صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ می فرماید:

«مَنْ صَبَرَ عَلَى سُوءِ خُلُقِ امْرَأَتِهِ أَعْطَاهُ اللَّهُ مِنَ الْأَجْرِ مَا أَعْطَاهُ دَاوُدُ عَلَيْهِ السَّلَامُ عَلَى بَلَائِهِ وَمَنْ صَبِرَتْ عَلَى سُوءِ خُلُقِ زَوْجِهَا أَعْطَاهَا مِثْلَ ثَوَابِ أَسِيَّةَ بِنْتِ مُزَاحِمٍ»^۳ مردی که بر بداخلاقی زنش بردباری کند، خداوند پاداشی را که به داود عَلَيْهِ السَّلَامُ به خاطر تحمل بلا و سختی عطا کرد، به او می دهد و زنی که بر بداخلاقی شوهرش شکیبایی به خرج دهد، خداوند همانند پاداش آسیه دختر مزاحم را به او خواهد داد.»

۵. به یاد آوردن خوبی های یک دیگر و نعمت های زندگی

وجود اختلاف های جزئی در زندگی زناشویی تا حدودی طبیعی است. دو انسان معمولاً صددرصد هم فکر، هم دل و هم سلیقه نیستند. بین زن و شوهر تفاوت فکر، روش و سلیقه وجود دارد. مهم این است که زن و شوهر اختلاف ها را به حداقل کاهش داده و از ایجاد تنش و اضطراب در زندگی جلوگیری کنند. اگر خوبی ها، خوشی ها و نعمت های زندگی مشترک، هنگام رویارویی با اختلافات مد نظر باشند، همسران را در حل مشکلات یاری خواهند داد و صفا و صمیمیت را جایگزین تنش و درگیری خواهند نمود. اگر در زندگی برای رضای خدا و کسب خوش بختی آخرت حساب باز شد، بسیاری از سختی ها را می توان به امید آینده روشن و برای جلب رضایت حق تعالی تحمل کرد و بسیاری از مسئولیت ها را بردوش گرفت. قرآن دستور می دهد که به یاد نعمت های الهی باشید: «وَإِذْ كُنْتُمْ فِي الْكُفْرِ أَتَىٰكُمُ الْيَقِينُ فَأُتِيَٰكُمْ بِبَيِّنَاتٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَأُنزِلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً مُّطَهَّرًا»^۴ و نعمت خدا را بر خود یاد کنید.»

متأسفانه افرادی که به اخلاق آراسته نیستند و به جای این که چشم خطاپوش و

۱. سورا: ۴۳.

۲. هود: ۱۱۵.

۳. محمدباقر مجلسی؛ بحارالانوار؛ ج ۱۰۳، ص ۲۴۷.

۴. بقره: ۴۷ و ۱۹۸؛ مائده: ۱۱ و ۲۰؛ ابراهیم: ۶؛ آل عمران: ۱۰۳؛ فاطر: ۳ و احزاب: ۹.

زیبایی‌نگر داشته باشند، نداشته‌ها و خطاها را خوب می‌بینند. بیش‌تر زن و شوهرها هنگام اختلاف، تمام خوبی‌های طرف مقابل را فراموش می‌کنند و بدی‌های او را مدنظر قرار می‌دهند؛ اما اگر انصاف و مروت به خرج دهند، در وجود همان همسر، زیبایی‌ها، نعمت‌ها و خوبی‌هایی وجود دارد که می‌توان آن‌ها را به یاد آورد و پرورش داد. اگر همسران دیدگاه مثبتی دربارهٔ یک‌دیگر داشته باشند، هرچه مثبت‌تر و متعالی‌تر باشد، به همان میزان در حل اختلاف مؤثر است. در زندگی انسان زیبایی‌ها و زشتی‌ها و خوبی‌ها و بدی‌های فراوانی وجود دارد؛ چنان‌چه بر زشتی‌ها و بدی‌ها تمرکز کنیم، زندگی رنج‌آور و نفرت‌آمیز خواهد بود؛ بنابراین ضروری است زشتی و زیبایی را با هم ببینیم.

در فرهنگ قرآن، ناسپاسی موجب عذاب و سپاس‌گزاری، فزونی نعمت‌ها را به ارمان می‌آورد: «وَ إِذْ تَأْتِيَنَّكُمْ رِجَالٌ لَّيِّنٌ يَشْكُرْتُمْ لِأَنْزِيلِنَاكُمْ وَ لَسِنٌ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ»^۱ و آن‌گاه که پروردگارتان اعلام کرد، اگر واقعاً سپاس‌گزاری کنید، نعمت شما را افزون خواهم کرد و اگر ناسپاسی نمایید، قطعاً عذاب من سخت خواهد بود.»

۶. تقوآمداری و اخلاق‌گرایی

از مهم‌ترین اصول موفقیت زن و مرد در زندگی مشترک، توجه به مسائل عاطفی یک‌دیگر است. این امر نیز حاصل نمی‌شود، مگر با خوش‌اخلاقی و مهرورزی به همسر و فرزندان؛ اما اگر هر دو نفر (زن و مرد) یا یکی از آنان، بداخلاق باشند، زندگی رنگ جدایی به خود می‌گیرد. توجه به این امر، بسیار مهم است که اخلاق باید پس از ایمان، از مهم‌ترین ویژگی‌های افراد برای ازدواج باشد. زن و مرد اگر از این مزیت بهره نداشته باشند، نمی‌توانند با تفاهم و همکاری متقابل، بر مشکلات زندگی چیره شود. امروزه سست‌شدن باورهای مذهبی و اصول اخلاقی، یکی از عواملی است که بنیاد خانواده را تهدید می‌کند. طبق آمارهای موجود «کم‌رنگ‌شدن اعتقادات مذهبی و عدم پای‌بندی بایسته‌های اخلاقی، عامل مهمی طلاق است، اما دین‌داری، سبب می‌شود که طلاق کاهش یابد.»^۲ از سوی دیگر، پای‌بندی به موازین دینی و اخلاقی، باعث انسجام خانواده می‌شود همسران دین‌دار در صورت برخورد

۱. ابراهیم: ۷.

۲. خبرگزاری رسمی حوزه، ۸ دی ۹۳، کد خبر: ۳۴۱۶۳۷.

با مشکلاتی مانند فقر و ناسازگاری‌های خانوادگی، دچار یأس نمی‌شوند؛ بلکه دل به وعده‌های الهی خوش می‌دارند و با حلاوت ایمان و یاد خدا، تلخی‌های زندگی را به شیرینی بدل می‌سازند. همچنین آراستگی زوجین به ویژگی‌های اخلاقی ارزشمندی مانند صداقت، وفاداری، احترام، مهربانی، دلسوزی، فروتنی، صبر، گذشت، نرم‌خویی، خیرخواهی، انصاف و مهربابودن آنان از خودخواهی، برتری‌جویی، موجب می‌شود بسیاری از بدرفتاری‌ها و اختلافات از ساحت خانواده رخت ببرند.^۱

۷. عذرخواهی و عذرپذیری

عذرخواهی هنگام اشتباه، یکی از شیوه‌های مهم تربیتی اسلام است که در آیات و روایات بدان تأکید شده است. امام علی علیه السلام فرمودند: «إِقْبَلْ عَذْرَ أَخِيكَ وَإِنْ لَمْ يَكُنْ لَهُ عَذْرٌ فَالْتِمِسْ لَهُ عَذْرًا»^۲ عذر برادر دینی خود را بپذیر و اگر عذری ندارد، برایش عذری بتراش.

گاهی در زندگی مشترک بر اثر ندانم‌کاری‌ها، بی‌حوصلگی‌ها و... موجب اذیت و آزار همسر می‌شویم که این اشتباه‌ها می‌تواند چهره زندگی زناشویی را زشت و نفرت‌انگیز کند. آن‌چه می‌تواند کدورت‌ها را از میان بردارد، عذرخواهی هنگام خطا و اشتباه است. عذرخواهی موجب محبت و صمیمیت بیشتر می‌شود که در زندگی روزمره ما زیاد مورد توجه قرار نمی‌گیرد. کنار گذاشتن غرور و لجاجت و عذرخواهی صادقانه در برابر خطاها و اشتباهات، موجب از بین بردن زمینه تشنج و درگیری در کانون خانواده می‌شود کسانی که به علت غرور یا لجبازی، همیشه خود را حق به جانب می‌دانند عذرخواهی نمی‌کنند، زندگی پرتنشی را تجربه خواهند کرد. چه بسا بسیاری از درگیری‌ها و مشکلات حاد خانوادگی از یک اشتباه کوچک شروع می‌شوند که اگر بعد از همان اشتباه کوچک یک عذرخواهی ساده انجام می‌گرفت، کار به این جاها نمی‌کشید. هرگاه اختلافی میان همسران پدید آید، شایسته است هر کدام چند لحظه با خود خلوت کنند و از خویش بپرسند: «آیا اشتباه از من نبود؟» و وقتی به جواب مثبت رسیدند، با کمال شهامت از همسر خود عذرخواهی

۱. حسین بستان؛ جامعه‌شناسی خانواده؛ ص ۱۸.

۲. محمدباقر مجلسی؛ بحارالانوار؛ ج ۷۴، ص ۱۶۵.

کنند و بدانند با این کار، هرگز کوچک نخواهند شد؛ چون به دستور خدا عمل می‌کنند. طرف مقابل نیز بدون منت گذاشتن، پذیرای پوزش او باشد تا با این عمل، صفا و صمیمیت بر خانه حکم‌فرما و نشاط و شادابی آن حفظ شود. در حدیثی پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرمایند: «زن بد، عذر شوهرش را نمی‌پذیرد و خطاهایش را زن جوانی با مراجعه به دادگاه خانواده، درخواست طلاق داد و درباره علت آن به قاضی گفت: «شوهرم حتی اگر مقصر صددرصد هم باشد، حاضر نیست از من معذرت بخواهد. بارها مرا به شدت ناراحت کرده و دلم را شکسته است؛ ولی حتی یک‌بار هم معذرت نخواست و کاری نکرده که دلم را به دست بیاورد.» زن جوان ادامه داد: «همیشه این من بودم که گذشت کردم و از خطاهای او چشم‌پوشی کردم؛ ولی من یک زن هستم و دوست دارم شوهرم گاهی مرا با چنین حرف‌هایی خوش حال کند و اگر از او ناراحت می‌شوم، مثل بقیه مردها بیاید و از من معذرت بخواهد. دیگر تحمل زندگی کنار چنین مردی را ندارم و می‌خواهم از او جدا شوم.»^۲

۸. حل مشکلات، درون خانه

یکی از مهارت‌های مهم در آغاز زندگی، حل مسائل توسط زوجین، درخانه است. مشکلاتی که بین همسران پیش می‌آید - هر چند کوچک - نباید بیرون از خانواده تسری پیدا کند. سعی کنید همه چیز را در چار دیواری خانه‌تان باقی بگذارید. به قول قدیمی‌ترها، همه مشکلات را زیر فرش پنهان کنید تا به بیرون از خانه درز نکند؛ زیرا زن و شوهر بهتر از هر کسی، به موضوع آگاهی دارند و اکثر مسائل، بیش‌تر به تفاوت سلیقه و عرف‌های زوجین است. از سویی اطرافیان ممکن است از نگاه و تجربه خودشان یا مثلاً از سر محبت به فرزند، پیشنهادی ارائه دهند که مناسب نیست. گاهی تا دل‌مان می‌گیرد، دنبال بهانه کوچکی می‌گردیم تا با اطرافیان‌مان درددل کنیم و با حرف‌زدن، کمی از بار روانی مشکلات‌مان را کم کنیم؛ اما همین درددل‌های ساده و خودمانی یا گله و شکایاتی که در میان حرف‌های‌مان، بدون هیچ‌غرض خاصی بیان می‌کنیم، موجب به هم خوردن آرامش و ایجاد دلخوری‌ها و

۱. همان؛ ج ۱۰۳، ص ۲۳۵.

۲. جام نیوز، ۵ شهریور ۹۴، کد خبر: ۵۵۲۹۸.

ناراحتی‌هایی می‌شود که اصلاً فکرش را نکرده بودیم. بسیار دیده و شنیده‌ایم که به‌علت همین دردل‌ها، چه زندگی‌های مشترکی تا مرز طلاق پیش رفته و چه اختلافات عمیق خانوادگی و فامیلی پیش آمده که کدورت و کینه‌های چندساله، گاه حتی آنان را به خون هم تشنه کرده است. با گفتن همین چند عبارت: «بین خودمان بماند»، «شما که غریبه نیستید»، «از خدا پنهان نیست، از بنده‌اش چه پنهان» و... احساس می‌کنیم اجازه داریم درباره هر کس و هر چیزی که می‌خواهیم و صحبتش پیش می‌آید، حرف بزنیم. در همین راستا، گاهی ممکن است رازهایی از دیگران را فاش کنیم که باعث مشکلات فراوانی می‌شود و تبعات آن هرگز قابل بخشش نیست و نمی‌توان نتیجه افشای راز دیگری را جبران کرد؛ برای مثال هیچ یک از زوجین نباید شکایت همسرش را نزد خانواده ببرد؛ چه بسا محبت افراطی اما از سر دلسوزی خانواده‌ها، ممکن است مشکلات جدیدی را به وجود آورد. وقتی حرفی از داستان زندگی، بیرون از خانه تسری پیدا کند، مصداق همان ضرب‌المثل یک کلاغ چهل کلاغ می‌شود که باعث می‌گردد مرد به زن یا زن به مرد بدبین شده، رفتار او را حمل بر خبرچینی کند و از او سلب اعتماد نماید. بهتر است در ابتدا، سعی کنید مشکلات به وجود آمده را میان خود و همسرتان حل کنید.

۹. پرهیز از خودخواهی و تکبر

در متون اسلامی، نکوهش‌های فراوانی درباره تکبر و خودمحوری وارد شده است. اولین و بدترین صفت رذیله که در داستان انبیا و آغاز خلقت مشاهده می‌شود، تکبر است که آن را «ام الفساد» و «اساس الکفر» یاد می‌کنند. در قرآن آمده است: «وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ»^۱ با بی‌اعتنایی از مردم روی مگردان و مغرورانه بر زمین راه مرو که خداوند هیچ متکبر مغروری را دوست ندارد.»

همچنین رسول گرامی صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمودند: «خَيْرُ الرَّجَالِ مِنْ أُمَّتِي الَّذِينَ لَا يَتَطَاوُلُونَ عَلَى أَهْلِيهِمْ وَ يَحْتُونُ»^۲ بهترین مردان امت من کسانی‌اند که درباره خانواده خود خشونت و تکبر نمی‌ورزند و بر آنان رحمت و نوازش دارند و آزار و ستم روا نمی‌دارند.»

۱. لقمان: ۱۸.

۲. حسن طبرسی؛ مکارم/الاخلاق؛ ص ۲۱۶.

خودبینی و خودخواهی، از جمله مهم‌ترین عوامل اختلافات خانوادگی است. کسانی که به این بیماری مبتلا باشند، خوبی‌های خود را می‌بینند و بزرگ می‌شمارند و بدی‌های خویش را نمی‌بینند. گاهی مرد در محیط خانواده با تکیه بر برتری جسمی و موقعیت خود، رفتاری غرورآمیز در پیش می‌گیرد و با انتظارات و توقع‌های بی‌جا، زندگی را دچار آشوب می‌کند. گاهی زن نیز با توجه به تحصیلات، ثروت، شغل یا موقعیت خانوادگی برتر خود، بر شوهرش غرور می‌ورزد و رفتاری خودپسندانه و از روی تکبر با او در پیش می‌گیرد. ریشه این رفتار هم، همان نفوذ شیطان با صفت غرور در روح اوست. در هر صورت روابط زناشویی سالم و اسلامی، به هیچ وجه در فضای حاکمیت شیطان ممکن نخواهد بود. خودخواهی می‌تواند زمینه شکست رابطه مشترک باشد و باعث تزلزل پایه‌های زندگی شود.^۱

زن جوانی با مراجعه به دادگاه خانواده، درخواست طلاق داد و درباره علت آن به قاضی گفت:

شوهرم مرد خودخواهی است و دوست دارد در زندگی همیشه حرف، حرف او باشد. هیچ‌وقت حاضر نمی‌شود به حرف من گوش کند و اهمیتی به نظریات من بدهد. همیشه در زندگی مشترک، احساس اضافه‌بودن داشتم و هرگز شوهرم جوری رفتار نکرد که من بدانم حقی در این زندگی دارم. او همیشه باعث ناراحتی من شده است.^۲

مرد جوانی هم با مراجعه به دادگاه خانواده درخواست طلاق داد و به قاضی گفت:

همسرم تنها زمانی که به من احتیاج دارد، محبت می‌کند و رفتار خوبی دارد. او آن‌قدر بدر رفتاری می‌کند که من از دستش خسته می‌شوم. او همیشه بداخلاقی می‌کند؛ اما وقتی بخواهد من کاری برایش انجام دهم یا چیزی احتیاج داشته باشد، بهترین کارها را برایم انجام می‌دهد؛ غذای مورد علاقه‌ام را می‌پزد و هرچه می‌گویم عمل می‌کند. دیگر از این رفتارهایش خسته شده‌ام و حتی وقتی به من محبت می‌کند، از او دلزده می‌شوم. هر بار که می‌بینم رفتار همسرم با من خوب شده، می‌فهمم که حتماً کاری با من دارد. هرچه سعی کردم با این اخلاقش کنار بیایم، نتوانستم تحمل کنم و برای همین، تصمیم به جدایی از این زن خودخواه گرفتم.^۳

۱. جواد مصطفوی؛ بهشت خانواده؛ ص ۵۸.

۲. باشگاه خبرنگاران جوان، ۲۳ مهر ۱۳۹۴، کد خبر: ۵۳۵۸۵۹۰.

۳. جام جم، ۲۳ مهر ۱۳۹۴، کد خبر: ۲۱۳۱۷۱۱۶۰۸۱۹۲۷۲۲۲۳۴.

فهرست منابع

کتاب

۱. احمد حسین نیا، بهداشت روانی ازدواج و همسررداری؛ تهران: مفید، چاپ اول ۱۳۸۰ش.
۲. امینی، ابراهیم؛ آیین همسررداری؛ قم: انتشارات اسلامی، چاپ شانزدهم، ۱۳۷۸ش.
۳. بستان، حسین؛ جامعه‌شناسی خانواده؛ قم: انتشارات سبحان، چاپ اول ۱۳۹۰ش.
۴. جوادی آملی، عبدالله؛ زن در آئینه جمال و جلال؛ قم: انتشارات اسراء، چاپ چهاردهم، ۱۳۸۶ش.
۵. حقانی زنجان، حسین؛ طلاق یا فاجعه انحلال خانواده؛ تهران: انتشارات فرهنگ اسلامی، چاپ چهارم، ۱۳۷۴ش.
۶. طبرسی؛ حسن، مکارم/الاخلاق؛ قم: انتشارات شریف رضی، چاپ چهارم، ۱۴۱۲ق.
۷. محمد بن حسن، حر عاملی؛ وسائل الشیعه؛ بیروت: دار احیاء التراث العربی، چاپ سوم، ۱۴۱۵ق.
۸. محمد بن یعقوب، کلینی؛ الکافی؛ تصحیح: محمدباقر بهبودی و علی اکبر غفاری؛ چاپ اول تهران: انتشارات المکتبه الاسلامی، ۱۳۵۹ش.
۹. محمدباقر، مجلسی؛ بحارالانوار؛ بیروت: دار احیاء التراث العربی؛ چاپ سوم، ۱۴۰۳ق.
۱۰. مصطفوی، جوادی؛ بهشت خانواده؛ قم: انتشارات دار الفکر، چاپ اول ۱۳۶۴ش.
۱۱. نوری، حسین؛ مستدرک الوسائل؛ بیروت: موسسه آل‌البیت علیهم‌السلام، چاپ سوم، ۱۴۱۲ق.

سایت‌ها

۱. باشگاه خبرنگاران جوان، «جدایی به خاطر انتقام از شوهر» ۱۳۹۴/۰۷/۲۳، کد خبر: ۵۳۵۸۵۹۰

<https://www.yjc.ir/fa/news/5358590>

۲. پایگاه خبری جام جم آنلاین، نشانی:

www.jamejamonline.ir

۳. جام جم، ۱۳۹۴/۰۷/۲۳، کد خبر: ۲۱۳۱۷۱۱۶۰۸۱۹۲۷۲۲۲۳۴

<https://jamejamonline.ir>

۴. جام نیوز، ۱۳۹۴/۰۶/۰۵، کد خبر: ۵۵۲۹۸.

<https://www.jamnews.com>

۵. خبرگزاری رسمی حوزه، ۱۳۹۳/۱۰/۰۸، کد خبر: ۳۴۱۶۳۷.

<https://www.hawzahnews.com>

