

تأثیر مدیریت زن در ایجاد نشاط از دیدگاه آیات و روایات

سیده فاطمه موسوی^۱

زینب اسدی^۲

زینب طالبی^۳

چکیده

خانواده، به عنوان هسته اصلی اجتماع دارای اهمیتی بسیار می باشد که در همین راستا در جهت رشد و بالندگی آن دستورهای فراوانی صادر شده است.

یکی از راه های موثر در جهت بالندگی ایجاد فضایی شاد و با نشاط در نهاد خانواده است.

زن به عنوان محور اصلی و عاطفی خانواده نقش بسزایی در تحکیم این روابط و توزیع سخاوتمندانه شادی در میان خود و فرزندان دارد.

این مقاله با رویکردی نظری و با بهره گیری از تحقیقات کتابخانه ای به چگونگی تأثیر زن در ایجاد نشاط خانواده از منظر آیات و روایات پرداخته است و همینطور سعی شده آموزه های دینی مربوطه توصیف و بیان گردد.

واژگان کلیدی

زن ، مدیریت زن ، خانواده ، نشاط ، شادی

مقدمه

خانواده اولین و پاینده ترین عامل تشکیل شخصیت کودکان، نوجوانان، و همینطور زمینه ساز رشد و نمو آنان است.

۱ طلبه سطح دو حوزه علمیه بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف.

۲ طلبه سطح دو حوزه علمیه بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف.

۳ طلبه سطح دو حوزه علمیه بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف.

همه اعضای خانواده احتیاج به شادی دارند اما زن نقش پررنگ تری در ایجاد شادکامی و آرامش دارد زیرا زنان به دلیل نقش تربیتی محور اصلی خانواده را تشکیل می دهند و همچنین در قرآن از آنها به عنوان مظهر آرامش یاد شده است. از منظر اسلام اهمیت دادن به نشاط و پویایی زنان پسندیده است اما در تفکر برخی افراد دستیابی به شادی و نشاط را از هر روشی پسندیده قلمداد می کنند و بسیاری از شئون فطری و وجودی انسان را بی ارزش جلوه می دهند. زنان اثرگذاری مستقیمی بر تک تک افراد خانواده دارند و توانایی ایجاد محیطی با نشاط و آرام برای خانواده خود پدید آورند. انسان به طور ذاتی از غم دوری می کند و علاقه به شادی دارد. دین اسلام شادی را به دو قسم تقسیم کرده یکی پسندیده و دیگری ناپسند. افراد سرزنده و با نشاط احساس آرامش و رضایت بخش بیشتری در خانواده و زندگی خود دارند. همچنین خداوند متعال در برخی آیات خود زن را مایه آرامش خانواده معرفی کرده است.

به عبارتی خانواده شاد و با نشاط، جامعه ای شاد و مملو از صلح و صفا می سازد.

هدف این نوشتار ارائه راهکارهای شادی و نشاط در زمینه خانواده، با تاثیر مدیریت زن است که با بهره گیری از آموزه های دینی و آیات و روایات توصیف و بیان گردیده است.

مفهوم شناسی

(۱) شادی

در فرهنگ و ادب فارسی برای شادی مفاهیمی نظیر شادمانی، خوشحالی، بهجت، ابتهاج، بشاشت، مسرت، نشاط، طرب، ارتیاح، وجد، انبساط، سرور، فرح و سراء آورده شده است.

جان لاک و جرمی بنتام در مورد شادی می گویند: «شادی بستگی به تعداد لذات زندگی دارد.» آیزنک ۱۳۷۵. ص ۱۶ این لذت صرف نظر از اینکه ناشی از فعالیت های پست یا نکوهیده یا فعالیت های خوب باشد باعث افزایش شادی می شود.

شهید استاد مطهری رحمت الله علیه می فرماید سرور حالت خوش و لذت بخشی است که از علم و اطلاع به اینکه از هدف ها و آرزوها انجام یافته یا انجام خواهد یافت به انسان دست

می‌دهد و غم و اندوه حالت ناگوار و دردناکی است که از آگاهی یافتن بر انجام نشدن یکی از هدف‌ها و آرزوها به انسان دست می‌دهد.^۱

مفهوم شادی در مجموع ۲۵ بار با الفاظ مختلفی همچون: فَرَح، فَرَحُوا، تَفَرَّحَ، فَرَحُونَ و فَرَحِينَ و در قرآن آمده و به معنای خوشحالی خوشحالی سلامت و مسرت تعریف شده است.^۲

برای مثال خداوند متعال می‌فرماید قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ^۳ بگو: «به فضل و رحمت خدا باید خوشحال شوند؛ که این، از تمام آنچه گردآوری کرده‌اند، بهتر است!»

و نیز: فَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَهُمْ فِي رَوْضَةٍ يُحْبَرُونَ^۴ اما آنان که ایمان آورده و اعمال صالح انجام دادند، در باغی از بهشت شاد و مسرور خواهند بود.

۱-۱) تعریف لغوی شادی

در لغت‌نامه دهخدا، در ادامه لغت شادی چنین آمده است: «حالت مثبتی که در انسان به وجود می‌آید و در مقابل غم و اندوه قرار دارد.» دهخدا در همین کتاب، شادی را به شادمانی، خوشحالی، مسرت، نشاط و طرب تعریف کرده است. همچنین توضیح می‌دهد شادی حالتی است که در مقابل سوگ قرار دارد و معمولاً منجر به رفتاری می‌شود که به آن حالت، شادیکنان گفته می‌شود؛ یعنی فرد در حال شادی کردن است. مُعَادِل شادی در عربی، «فرح» به معنای خوشحالی یا لذت‌های زودگذر است. بیشترین کاربرد آن، در لذت‌های جسمانی است. خاستگاه این حال انفعالی را باید در نیروی شهوانی جست. نشاط به فتح نون نیز از معانی شادی، شادمانی، خوشی و خوشحالی است. در لغت عرب درباره نشاط چنین آمده است: «نشاط در

۱ مطهری، مرتضی، تاثیر اخلاق، ۱۳۷۳، ج ۲، ص ۶۶

۲ لقمانی، ۱۳۸۰، ص ۱۸

۳ یونس، ۵۸.

۴ روم، ۱۵.

۵ دهخدا ۱۳۷۳ ج ۱۳: ۱۹۸۷.

مقابل کسالت و تنبلی است که به معنای رغبت و میل به کار داشتن است و کاری را با طیب نفس و رغبت انجام دادن و با چالاکی به کار پرداختن»^۱

۲-۱) تعریف اصطلاحی شادی

باید توجه داشت که تعریف دقیقی از شادی در دست نیست. آنچه به عنوان تعریف شادی گفته شده، تبیین حقیقت آن نیست؛ بلکه اشاره‌ای اجمالی به مفهوم آن، یا بیان مبادی (زمینه‌ها) یا آثار و نشانه‌های آن است، مانند اینکه: شادی، عبارت است از ضد اندوه^۲ شادی، عبارت است از مجموع لذت‌های بدون درد^۳ شادی، احساسی است که از حس رضایتمندی و پیروزی به دست می‌آید^۴ سرور، حالت خوش و لذت‌بخشی است که از علم و آگاهی به اینکه یکی از هدف‌ها و آرزوها، انجام یافته‌است، یا انجام خواهد یافت، به انسان دست می‌دهد^۵. حس شادی، ترکیبی است از عواطف مثبتی چون، خوشحالی، هیجان، و برانگیختگی حسی، با این شرط که عواطف منفی، مانند، احساس ملال، بی‌علاقگی و افسردگی نیز در پایین‌ترین حد ممکن باشند. بنابراین، شادی یعنی، بالا بودن عواطف مثبت، همراه با پایین بودن عواطف منفی^۶. با نگاهی به تعاریفی که برای شادی ارائه شده، معلوم می‌شود که حس شادی، مانند دیگر احساسات انسان، با لفظ، قابل تبیین و تفسیر نیست، و تنها کسی می‌تواند حقیقت آن را درک کند که دارای این حس است. از این رو، در واقع، راهی برای تعریف آن جز اشاره به مقارنات، مبادی، آثار و لوازم آن وجود ندارد. اگر بخواهیم شادی را با آثار و لوازم آن تعریف کنیم، قطعاً یکی از دقیق‌ترین و کوتاه‌ترین تعاریف، سخنی است که از امام علی(ع) در این باره نقل شده که می‌فرماید: «السُّرُورُ يَبْسُطُ النَّفْسَ، وَيُثِيرُ النَّشَاطَ». شادی، دل را باز می‌کند و موجب نشاط می‌گردد. بر پایه این سخن، سرور و شادی، حالتی است که در اثر آن، اولاً دل و جان انسان باز می‌شود، یعنی آدمی در درون احساس گستردگی و آسایش می‌کند؛

۱ ابن منظور، لسان العرب ۱۴۰۸ ج ۷: ۴۱۳

۲ ابن فارس ۱۳۹۹، ۸۳۵

۳ آیزنگ ۱۳۷۵، ۴۲، ۱۷۹

۴ ربو ۱۳۸۱، ۳۶۷

۵ مطهری ۱۳۸۶ ج ۲، ۶۶

۶ آرگایل ۱۳۸۵، ۲۵

۷ آمدی ۱۳۶۰ ج ۲، ۱۱۳ ح ۲۰۲۳

ثانیاً، موجب نشاط، سرزندگی و آمادگی روحی برای کار و تلاش بیشتر می‌گردد. با الهام از روایت یاد شده، در تعریف شادی، به این تعریف می‌توان دست یافت: شادی، عبارت است از هیجانات مثبت درونی که انقباض روانی را از بین می‌برد و موجب انبساط خاطر و نشاط و پویایی می‌گردد. برعکس، هیجانات منفی که انبساط خاطر را زایل می‌کنند و انسان را در تنگنای روحی و فشار روانی قرار می‌دهند، نشاط را از انسان سلب می‌نمایند.

(۲) نشاط

(۲-۱) معنای لغوی نشاط

واژه نشاط در لغت فارسی به معنای سرزندگی، زنده‌دلی، خوش‌دلی، سبکی و چالاکی یافتن برای اجرای امور، خوشی، شادمانی، خرمی، سرور، شادی، طرب، خرسندی و در مقابل کسل آمده است. در لغت‌نامه دهخدا، در ادامه لغت شادی چنین آمده است: «حالت مثبتی که در انسان به وجود می‌آید و در مقابل غم و اندوه قرار دارد.» دهخدا در همین کتاب، شادی را به شادمانی، خوش‌حالی، مسرت، نشاط و طرب تعریف کرده است. همچنین توضیح می‌دهد شادی حالتی است که در مقابل سوگ قرار دارد و معمولاً منجر به رفتاری می‌شود که به آن حالت، شادی‌کنان گفته می‌شود؛ یعنی فرد در حال شادی کردن است. لغت شادی شامل ترکیبات مختلفی است، از جمله: شادی‌کنان: مسرت‌کنان، در حال شادی کردن. شادمانه: منسوب به شادی، خشنودی، جشنی که از روی شادی و نشاط بگیرند. شادی‌آمیز: آمیخته با شادی، همراه با شادی!

نشاط به فتح نون نیز از معنای شادی، شادمانی، خوشی و خوش‌حالی است. شادی نیز واژه‌ای فارسی است که در معنای حاصل مصدری به کار می‌رود. معادل شادی در عربی، فرح به معنای خوش‌حالی یا لذت‌های زودگذر است. بیشترین کاربرد آن، در لذت‌های جسمانی است. خاستگاه این حال انفعالی را باید در نیروی شهوانی جست. در لغت عرب درباره نشاط چنین آمده است: «نشاط در مقابل کسالت و تنبلی است که به معنای رغبت و میل به کار داشتن است و کاری را با طیب نفس و رغبت انجام دادن و با چالاکی به کار پرداختن».^۲

۱. علی‌اکبر دهخدا، لغت‌نامه، ج ۱۳، ص

۲. ابن منظور، لسان العرب، ج ۷، ص ۴۱۳

رمز شادی در زندگی بدین گونه که همیشه به جنبه‌های مثبت دیگران توجه کنیم و نیک بین باشیم زن به عنوان یک مدیر پسندیده می‌بایست دارای چنین ویژگی باشد

۴-۴) هدیه دادن

روش‌های موثر در ایجاد شادی و نشاط در خانواده هدیه دادن است. گاهی اوقات دریافت یک هدیه هر چند کوچک اما غیر منتظره میزان بسیار زیادی شادی ایجاد می‌کند. هدیه دادن و هدیه گرفتن در تحکیم دوستی و صمیمیت تاثیر بسزایی دارد و یک عمل ارزنده عاطفی محسوب می‌شود.

این عمل نیکو و پسندیده یک تاثیر فراگیر و مثبت در محیط خانه باعث تحکیم دوستانه‌تر شدن ارتباط در میان سایر اعضای خانواده می‌باشد.

۴-۵) مسافرت و سیاحت

یکی دیگر از عوامل شادی آفرین در خانه تفریح و تفرج است. روح و جسم انسان‌ها با دیدن تصاویر زیبای طبیعت، آبشارها، رودها، شاداب و بشاش می‌گردد و به وجد می‌آید.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید «سَافَرُوا تَصَبَّحُوا»

مسافرت کنید تا سالم بمانید!

انسانی که دارای جسم و روحی سالم باشد به طبع شادی و نشاط بیشتری نسبت به فردی که از لحاظ روحی و جسمی آزرده خاطر باشد، دارد.

۵) معیارهای شادی مطلوب از دیدگاه آیات و روایات

امام کاظم فرمودند:

«اجْتَهِدُوا فِي أَنْ يَكُونَ زَمَانُكُمْ أَرْبَعَ سَاعَاتٍ: سَاعَةً لِمُنَاجَاةِ اللَّهِ، وَسَاعَةً لِامْرِئِ الْمَعَاشِ، وَسَاعَةً لِمُعَاشَرَةِ الْأَخْوَانِ وَالْثِقَاءِ الَّذِينَ يَعْرِفُونَكُمْ غُيُوبَكُمْ وَيُخَلِّصُونَ لَكُمْ فِي الْبَاطِنِ، وَسَاعَةً تَخْلُونَ فِيهَا لِلذَّاتِ فِي غَيْرِ مُحَرَّمٍ وَبِهَذِهِ السَّاعَةِ تَقْدِرُونَ عَلَى الثَّلَاثِ سَاعَاتٍ.»

بکوشید که اوقات شبانه روزی شما چهار قسمت باشد: ۱ - قسمتی برای مناجات با خدا، ۲ - قسمتی برای تهیه معاش، ۳ - قسمتی برای معاشرت با برادران و افراد مورد اعتماد که عیبهای شما را به شما می فهمانند و در دل به شما اخلاص می ورزند، ۴ - و قسمتی را هم در آن خلوت می کنید برای لذت های حلال [و تفریحات سالم] و به وسیله انجام این قسمت است که بر انجام وظایف آن سه قسمت دیگر توانا می شوید.

۵-۱) مهر و محبت

معمولاً انس و تمایل درونی انسان به هرچیزی، برای انسان شادی آور است و این امر مهم یکی از نیازهای اساسی انسان می باشد که در طی رشد افراد کاملاً مشهود است: در بدو تولد نوزاد به آغوش مادر انس می گیرد در مراحل بزرگسالی خانواده، اقوام، دوستان، لوازم، محل سکونت، همسر، شغل و... مواردی هستند که فراهم کننده احتیاج انسان به محبت و معاشرت هستند. همه انسان ها نیازمند دریافت عشق و محبت و محبت ورزیدن به دیگران هستند.

آموزه های دین مملو از نکات زیبا و دقیق راجع به مهر و محبت ورزی در خانواده و به یکدیگر است. در حدیثی از امام صادق علیه السلام محبت مساوی دین بیان شده: هَلِ الدِّينُ إِلَّا الْحُبُّ؛ آیا دین چیزی جز محبت است.

شیوه رفتاری پیامبر اسلام صلوات الله علیه و آله و سلم این گونه بود که با مهرورزی به خانواده، کودکان، اصحاب و نزدیکان آنان را شاد و خوشنود می ساختند و آموزه های خود را در بستری آکنده از شادی و نشاط تعلیم می دادند.

با توجه به روایات بیان شده زن به عنوان مادر خانواده باید با ایجاد فضای شاد برای بیان تعالیم و آموزه های اخلاقی به فرزندان بکوشد.

۱ تحف العقول، ابو محمد، ص ۴۰۹

۲ صدوق، محمدبن علی، الخصال، قم انتشارات جامعه مدرسین، ۱۳۶۲ ش، ج ۱، ص ۲۱.

۲-۵) تفریح

در قرآن کریم در مورد بازی و ورزش در سوره یوسف بیان شده است و در احادیث به ورزش هایی که بیش از دیگر ورزش ها نشاط آور است تاکید شده است .

در قرآن کریم آمده است هنگامی که برادران حضرت یوسف علیه السلام خواستند او را از پدرش جدا کنند به بهانه ورزش و بازی او را با خود به صحرا بردند و این بهانه ای بود که حضرت یعقوب علیه السلام در برابر آن سکوت به علامت رضایت داشت و این سکوت به معنی تایید این امر است

أَرْسِلْهُ مَعَنَا غَدًا يَرْتَعْ وَيَلْعَبُ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ (فردا او را با ما فرست که در چمن و مراتع بگردد و بازی کند و البته ما همه نگهبان اویم)

۳-۵) رنگ شاد

آیات بسیاری در قرآن درباره رنگ ها توضیح داده اند و در مورد رنگ هایی مثل زرد ، سبز ، سفید و... تاکید شده است .

در مورد رنگ سبز بیان شده است که بهشتیان تکیه بر پستی هایی از رنگ سبز می زنند :
تَكْنِينَ عَلَى رُفْرَفٍ خُضْرٍ وَعَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ (با حور العین) بر رُفْرَفِ سبز (وجد و عزّت) و بساط زیبا (ی فخر و دولت) تکیه زده اند

نتیجه گیری

در مجموع با توجه به بحث‌های مطرح شده می‌توان گفت که زنان به عنوان مدیر و مدبر در خانواده نقش بسیاری در رشد و تکامل و بالا بردن سطح معنوی آگاهی اخلاقی و علمی در میان اعضای خانواده دارند با توانایی ذاتی خود می‌توانند با بهره‌گیری از بینش‌های درونی و علوم اکتسابی خود یک سری اقدامات فرایندهای اثرگذاری در سالم‌سازی چهارچوب محیط زندگی اعضای خانواده به منظور تربیت انسان‌های روشنفکر دارای علم و صالح همین‌طور داشتن جامعه پویا و فعال و جهد و تلاش برای رسیدن به بهترین‌های عرصه‌های جهانی داشته باشند.

لذا باید خود بینش و دیدگاهی بر اساس دین و دستورات اسلام و قرآن داشته باشند تا این رسالت حائز اهمیت را به سرانجام برسانند.

در واقع یک سلسله مسئولیت‌های اساسی بر عهده مادر خانواده است که پایه‌های اصلی خانواده به شمار می‌رود که این مسئولیت‌ها بر عهده مرد خانواده نمی‌باشد.

مقوله شادی و نشاط از مسائل مهم و ضروری در زندگی می‌باشد گونه‌ای که بدون این مقوله زندگی به سامان مطلوبی نمی‌رسد.

در آموزه‌های دینی و اسلامی ما تاکید بسیاری بر جایگاه این مقوله شده است. موردهای یاد شده درصدد اثبات این می‌باشد که چنان با توجه به آموزه‌های اخلاقی اسلام چنان می‌تواند تاثیرات اخلاقی رفتاری گفتاری خود را در خانواده بگذارد که یک خانواده‌ای با نگرش توحیدی و اخلاق مدار پرورش دهد و ضامن شادی اخلاقی افراد شود و همچنین سکان داری یک جامعه آرمانی و پیشرفته و با نشاط و به دور از تفریحات ناسالم و آسیب‌های روانی شود.

فهرست منابع

*قرآن

۱. ابن منظور ، لسان العرب ۱۴۰۸ ج ۷.
۲. آذرتاش آذرنوش، فرهنگ معاصر عربی،فارسی،ص۶۹
۳. ابو محمد ، تحف العقول
۴. ابن طاووس ،سید علی ،اقبال الاعمال ، تهران سما قلم ، ۱۴۰۹ ق. ، جلد ۱ ص ۵۰ ، ویرایش دوم
۵. انوشیروانی ،۱۳۸۲، ص ۸۰
۶. اصول کافی ، ج ۱، ص ۲۰
۷. بحار الانوار ، ج ۷۸،
۸. تحف العقول ، ابو محمد ، ص ۴۰۹
۹. دهخدا ۱۳۷۳ ج ۱۳
۱۰. صدوق ، محمد بن علی، الخصال ، قم انتشارات جامعه مدرسین ، ۱۳۶۲ ش، ج ۱، ص ۲۱.
۱۱. محمودی ،امیر ملک، راهنمای خانواده
۱۲. مجلسی، ج ۷۶، ص ۲۲۱
۱۳. مطهری ، مرتضی ، تاثیر اخلاق. ۱۳۷۳. ج ۲. ص ۶۶
۱۴. یوسفیان ،نعمت الله، مدیریت زن در خانواده