نقش صبوری زوجین در مشکلات بر پایداری خانواده

بی بی زهرا ایزدی

نجمه الیاسی

چکیده

خانواده به‌عنوان اولین و مهم‌ترین نهاد اجتماعی، نقشی کلیدی در شکل‌دهی شخصیت و روابط اعضای جامعه دارد. یکی از عوامل اساسی در پایداری و موفقیت خانواده، توانایی زوجین در مدیریت مشکلات و چالش‌های زندگی است. این مقاله به بررسی نقش صبوری زوجین در مواجهه با مشکلات و تأثیر آن بر پایداری خانواده می‌پردازد. صبوری به‌عنوان یکی از صفات اخلاقی، به زوجین این امکان را می‌دهد که در مواجهه با مشکلات، با آرامش، درایت و همدلی عمل کنند و مانع از فروپاشی روابط خانوادگی شوند.روش تحقیق مقاله به صورت توصیفی-تحلیلی است و از منابع علمی، و تحلیل مطالعات قبلی در حوزه تفسیر وروانشناسی خانواده استفاده شده است. یافته‌ها نشان می‌دهند که صبور بودن زوجین در بحران‌های اقتصادی، عاطفی و تربیتی، علاوه بر کاهش تنش‌ها، موجب تقویت همبستگی و رضایت زناشویی شده و در نهایت به حفظ انسجام خانواده منجر می‌شود. همچنین، صبر سبب می‌شود که زوجین در برابر مشکلات به جای تصمیمات آنی و احساسی، راه‌حل‌های منطقی و بلندمدت را انتخاب کنند. نتیجه‌گیری این پژوهش نشان می‌دهد که صبوری زوجین در مواجهه با بحران‌ها، عاملی کلیدی برای ایجاد تعادل در خانواده و جلوگیری از فروپاشی آن است. آموزش مهارت‌های مدیریت خشم و افزایش ظرفیت صبوری در روابط زناشویی پیشنهاد می‌شود تا خانواده‌ها بتوانند پایداری بیشتری را تجربه کنند.

کلیدواژه ها: صبر، خانواده، زوجین، پایداری.

مقدمه

در طول زندگی مشترک، زوجین با انواع مشکلات و چالش‌ها روبه‌رو می‌شوند؛ از مسائل مالی و اقتصادی گرفته تا تنش‌های عاطفی، تربیتی و حتی تفاوت‌های فرهنگی و شخصیتی. نحوه مواجهه زوجین با این مشکلات تأثیر مستقیمی بر کیفیت زندگی مشترک و پایداری خانواده دارد.

یکی از مهم‌ترین عواملی که می‌تواند در حفظ تعادل و انسجام خانواده نقش‌آفرینی کند، صبوری و بردباری زوجین در مواجهه با این چالش‌ها است. صبور بودن به معنای تحمل رنج و سختی‌ها با هدف رسیدن به آرامش و حل منطقی مشکلات است. این ویژگی، زوجین را قادر می‌سازد که با حفظ آرامش و درایت، ضمن کاهش تنش‌های ناشی از مشکلات به تقویت روابط خود بپردازند. از طرف دیگر، نبود صبر و شتاب‌زدگی در تصمیم‌گیری‌ها و واکنش‌ها می‌تواند به بروز اختلافات شدید، کاهش رضایت زناشویی و حتی فروپاشی خانواده منجر شود.

عوامل فردی متعددی می‌توانند به تقویت صفت صبر در افراد کمک کرده و در نتیجه باعث تحکیم بنیان خانواده شوند. مانند شناخت خود و درک نقاط قوت و ضعف‌های شخصیتی می‌تواند به افراد کمک کند تا در مواجهه با چالش‌ها واکنش‌های بهتری نشان دهند. این خودشناسی به افزایش صبر و گذشت در شرایط دشوار کمک می‌کند، همچنین مهارت‌های ارتباطی مؤثر باعث می‌شود افراد بهتر بتوانند احساسات و نیازهای خود را بیان کرده و نظرات دیگران را درک کنند. این توانمندی موجب کاهش سوءتفاهمات و افزایش صبر در روابط می‌گردد.نیز افرادی که از تجربیات و شکست‌های گذشته خود درس می‌گیرند، معمولاً صبورتر می‌شوند، زیرا یاد گرفته‌اند که مشکلات جزئی از زندگی هستند و هر مشکلی راه حلی دارد. اینها از جمله عواملی است که به افزایش صبر کمک می‌کند. این ویژگی به افراد امکان می‌دهد تا به جای مقاومت در برابر تغییرات، با آنها سازگار شوند.

در رابطه با موضوع برخی از نوشته ها عبارتند از:کتاب نقش صبر در تحکیم بنیان خانواده از نظر منابع اسلامی نوشته رضا علی کرمی. این اثر شامل صبر چیست؟فلسفه صبر و استقامت، آثار صبر در زندگی فرزندان، آثار روانشناختی صبر در شکل گیری شخصیت فرزندان، مهارت های پرورش صبر در فرزندان می باشد. پایان نامه نقش صبر در راستگی خانواده، نویسنده راحله دوگانی، دکتر نهله غروی نائینی ،استاد راهنما ملیحه روزبه، سطح سه حوزه. در این پژوهش، به روش اسنادی و بر پایه شیوه توصیفی- تحلیلی، با رجوع به منابع

دست اول و معتبر شیعی، به واکاوی این سه ارزش و بررسی ویژگی ها و مصادیق آنها پرداخته شده است.واکاوی "مشوقات صبر" برای پایداری زندگی خانوادگی از منظر قرآن و روایات نوشته زینب آقازاده ترابی، استاد راهنما جلیل کرمی.کارشناسی ارشد.این پژوهش با بهره گیری از روش توصیفی – تحلیلی با کاوشی بر مبنای آیات قرآن کریم و منابع مرتبط سامان یافته و با واکاویی درباره محرکات و مشوقات صبر به این نتایج دست یافته است که تقوا، توکل ، تسبیح ، صلاه، یقین از مهم ترین شاخص ها در مشوقات صبر به شمار می آید. مقاله نقش صبر در تحکیم بنیان خانواده ماندانا علیزاده . این مقوله اخلاقی در تحکیم بنیان خانواده موثر است. در این مقاله، نقش صبر در تحکیم بنیان خانواده بررسی می گردد. این تحقیق به روش توصیفی نگاشته شده و مطالب آن از طریق کتابخانه گردآوری شده است. نتیجه ای که از این مقاله گرفته می شود، این است که صبر می تواند در تحکیم بنیان خانواده از طرق مختلف همچون کاهش امور ناخوشایند، ایجاد انس و دوستی بین اعضا، حفظ آبرو و شخصیت، مدیریت زمان، مدیریت اراده و فرمان و .... موثر باشد.

با توجه به این مسئله، مقاله حاضر تلاش دارد تا نقش صبوری به عنوان یکی از عوامل کلیدی در پایداری خانواده را مورد بررسی قرار دهد. هدف این پژوهش، شناخت تأثیر بردباری زوجین بر کاهش تنش‌ها، ایجاد همدلی و تقویت همبستگی در خانواده است.

الف: مفاهیم

در زیر به تعریف صبر و خانواده از کلیدواژه های اصلی مقاله پرداخته می شود.

۱– تعریف صبر

عام‌ترین و مهم‌ترین صفت انسانی بازدارنده "صبر" است. "صبر" در لغت عرب به معنای حبس و در تنگنا و محدودیت قرار دادن است.[۱] و برخی نیز آن را بازداشتن نفس از اظهار بی‌تابی و بی‌قراری دانسته‌اند.[۲] صبر به معنای بردباری و شکیبائی در برابر حادثه ناگوار و حالت نفسانی و روانی است؛ به این که پیش آمد ناگواری را بر خود گوارا نماید. همچنین صبر و بردباری ممکن است در انجام وظیفه واجب و نیز صبر و خویشتن داری از گناهان و نیز صبر در برابر مصیبت و حادثه ناگوار باشد و ممکن است به طور حالت و یا

۱ - ابن منظور، لسان العرب، ح ۴، ص ۴۳۸.

۲ - طریحی، مجمع البحرین: ج ۲، ص ۱۰۰۴.

به طور ملکه و یا صفت باشد و به هر تقدیر پسندیده است.[1] پسندیده بودن صبر و لزوم صبوری کردن را هر عقل سلیم و حقیقت بین تأیید می‌کند.

صبری از نظر قرآن ممدوح است که به خاطر خدا باشد، نه به خاطر جلوگیری از عجز، و یا عجب به نفس، و یا تعریف این و آن، و یا غیر آن، زیرا بسیاری از خویشتن‌داران، خویشتن داریشان به خاطر جلب افکار عمومی است.[2] بنابراین انسان عاقل و صاحب خرد در تمام امور زندگی خود به خاطر رضایت پروردگارش صبر را پیشه خود می‌سازد.

۲- تعریف خانواده

در لغت، خانواده به گروهی از افراد اطلاق می‌شود که از طریق نسب، ازدواج یا پذیرش قانونی به یکدیگر مرتبط هستند و معمولاً شامل والدین و فرزندان می‌شود.[3] این واژه به مجموعه‌ای از افراد اشاره دارد که در یک خانه زندگی می‌کنند و از نظر اقتصادی، اجتماعی و عاطفی به یکدیگر وابسته هستند.

در زبان فارسی، خانواده از نظر ریشه‌شناسی به معنای خانه و اهل خانه است که نشان‌دهنده اهمیت نقش مسکن و سکونت مشترک در تعریف این واحد اجتماعی است. خانواده به‌عنوان یکی از بنیادی‌ترین نهادهای اجتماعی، نقشی کلیدی در فرهنگ‌ها و جوامع مختلف ایفا می‌کند و پایه‌گذار بسیاری از تعاملات انسانی است.در کلام خانواده به معنای اهل می باشد. اهل : خویشاوندان ، قوم و خویشان. **أَهَلَ أَهْلًا و أُهُولًا الرجل**: آن مرد ازدواج کرد. **أَهَلَ امْرَأَةً**: زنی را به همسری خود برگزید.[4]

ابن‌اثیر خانواده را به "عشیره و خاندان مرد" تعریف کرده است، کسانی که فرد با آنان قدرتمند می‌شود. از دید جامعه‌شناسان، خانواده شامل پیوندهای خویشاوندی است که از طریق ازدواج یا تبار برقرار می‌شود و افراد مانند مادران، پدران، فرزندان و پدربزرگ‌ها را به هم مرتبط می‌سازد.[5]

---

۱ - محمدحسینی همدانی، انوار درخشان در تفسیر قرآن، ج۹، ص: ۲۰۹

۲ - محمدحسین طباطبایی، تفسیر المیزان، ج۱۱، ص: ۴۷۰

۳ -علی اکبر دهخدا، لغت نامه، ص۳۵۶

۴ - خلیل بن احمد فراهیدی، العین، ج۳، ص۲۱۱

۵ -ابن کثیر، النهایه، ص۳۴۴

ب:ارتقاء صفات مثبت و مدیریت احساسات

در اسلام، ارتقاء صفات مثبت و مدیریت احساسات و هیجانات منفی، به ویژه در راستای تقویت صبر، بسیار مورد تأکید قرار گرفته است. برخی از راهکارهای اسلام در این زمینه توحید و توکل بر خدا، محبت و همدلی، شکرگزاری وپرهیز از محرمات و... می باشد که در زیر به بررسی آنها پرداخته می شود.

۱- تقویت روحیه آزادگی

در اسلام، تقویت روحیه آزادگی و صبر در مشکلات خانوادگی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و آموزه‌های زیادی در این زمینه وجود دارد. در ادامه به برخی از این آموزه‌ها و راهکارها اشاره می‌کنم:

توجه به آموزه‌های قرآنی: قرآن کریم بارها به صبر و تحمل در برابر مشکلات اشاره کرده است. به عنوان مثال، در سوره بقره آیه ۱۵۳ آمده است: **"إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ"**[۱]؛ یعنی خداوند با صابران است. این دعوت به صبر می‌تواند در مشکلات خانوادگی آرامش‌بخش باشد و به تقویت روحیه آزادگی کمک کند.

احادیث و روایات پیامبر (صلی الله علیه وآله وسلم) و امامان علیه السلام: در روایات اسلامی، پیامبر اکرم (صلی الله علیه وآله وسلم) و اهل بیت علیهم السلام بارها به صبر و تحمل سفارش کرده‌اند. مثل حدیثی از امام علی علیه السلام که می‌فرماید: **"الصبر عند المصیبة مصیبة من اعظم المصائب"**[۲]، یعنی« صبر در برابر مصیبت‌ها یکی از بزرگترین دستاوردهاست.»

روحیه آزادگی در اسلام مفهومی عمیق و متعالی است که در آموزه‌های قرآن کریم، سنت پیامبر (صلی الله علیه وآله وسلم)، و ائمه معصومین علیه السلام به روشنی مورد تاکید قرار گرفته است. این روحیه به معنای استقلال فکری، اخلاقی، و اجتماعی است که فرد را قادر می‌سازد در مواجهه با مشکلات، فشارهای اجتماعی، و چالش‌های زندگی، به خود اتکا کند و از ارزش‌های اسلامی و انسانی پیروی کند.[۳]

اسلام از ابتدا برای انسان‌ها آزادی معنوی و اخلاقی قائل است. در قرآن کریم، خداوند انسان را آزاد آفریده است تا در برابر انتخاب‌های مختلف، خود تصمیم بگیرد. آن می‌فرماید:**"إِنَّ رَبَّكُمْ اللَّهُ الَّذِی خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ فِی سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ اسْتَوَى عَلَى الْعَرْشِ لَا تَجْعَلُوا لِلَّهِ أَندَادًا وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ"**[۴]: « آن خدایی که برای شما زمین

---

۱ -بقره:۱۵۳

۲ -یعقوب کلینی، اصول کافی، ج۲، ص۱۵۴

۳ -ناصرمکارم شیرازی، تفسیرنمونه، ج۵، ۲۱۲

۴ -بقره: ۲۲

آن)، بزرگ‌ترین بخش از دو مصیبت است.»(اصل مصیبت و این جزع و فزع). در واقع، بی‌تابی در برابر مصیبت، خود، مصیبت دیگری است. با این کار، پاداشی که در قبال مصیبت قرار است به انسان برسد، از بین می‌رود. هم‌چنین باید توجه داشت هر مصیبتی را زمانی است که فقط با صبر باید منتظر پایانش بود. به راستی که برای رنج‌ها و محنت‌ها، پایان‌هایی است که سرانجام به‌سرمی‌آید.

پس در برابر آنها باید انتظار کشید تا زمانش به سرآید؛ زیرا چاره‌اندیشی برای آنها پیش از آن زمان موجب فزونی آنها می شود. در واقع، ادب حکم می‌کند انسان نه فقط در برابر مصیبت‌های خود صبور باشد، بلکه افراد مصیبت دیده را نیز با سخنان آرامش‌بخش به صبوری دعوت کند و بار مصیبت را برای او سبک سازد. به یقین، هر اندازه شیوه گفتن تسلیت با تدبیر بیشتری همراه باشد، آثار کاهش اندوه بیشتر خواهد بود. بهتر است روش گفتن تسلیت را از امام علی(علیه السلام) بیاموزیم که هنگام تسلیت گفتن به گروهی از مردم چنین فرمود:

"مردن از شما آغاز نشده و به شما نیز پایان نخواهد یافت. این دوست شما مکرر به سفر می‌رفت، اکنون نیز بپندارید که به یکی از سفرها رفته است. اما او بازنگردد، بلکه دیر یا زود شما به سوی او خواهید شتافت. یا هنگام تسلیت گفتن به اشعث‌بن قیس در مرگ فرزندش فرمود: ای اشعث! اگر برای پسرت به‌خاطر پیوند خویشاوندی اندوهناکی، سزاواری، ولی اگر شکیبا باشی، هر مصیبتی را نزد خدا پاداشی است. ای اشعث اگر شکیبا باشی، تقدیر الهی بر تو جاری می‌شود و تو پاداش داده خواهی شد و اگر بی‌تابی کنی، تقدیر الهی بر تو جاری می‌شود و تو گناه کاری. ای اشعث! پسرت تو را شاد می ساخت و برای تو گرفتاری و آزمایش بود و مرگ او، تو را اندوهگین کرده، درحالی‌که برای تو پاداش و رحمت است."[1]

جهان پر زرق و برق با جلوه‌های زیبا! وسیله‌ای برای ابتلا است: **" الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا "**[2] مال و فرزند زینت زندگی دنیا است و باقیات صالحات (ارزش‌های پایدار و شایسته) ثوابش نزد پروردگارت بهتر و امیدبخش‌تر است. علامه طباطبایی(ره) می‌فرماید: معنای آیه این است که چشم خود را به زینت حیات دنیا ندوزید؛ به جهت آنکه ما گروهی از مردم یا عده معدودی از آنها را به آن اختصاص داده‌ایم تا امتحان‌شان کنیم و ببینیم در آن‌چه روزی‌شان کرده‌ایم چه می‌کنند.۳

---

۱ نهج‌البلاغه، همان.

۲ـ کهف:۴۶.

۳ـ علامه طباطبایی، المیزان، ج۳، صص۱۲۶-۱۲۷.

یکی از وسایل آزمون انسان ، فرزند است. آدمی فطرتا فرزندش را دوست می‌دارد، گاهی ممکن است حب به فرزند سبب شود انسان بصیرت خویش را از دست بدهد، حلال خدا را حرام گرداند و یا حرام خدا را حلال کند. فرزندان شکوفه‌های حیات‌اند، ثمره قلب و میوه جان‌اند و پاره تن. طبیعی است که به هنگام تعارض خشنودی فرزند با تقوای الهی و رعایت حق و عدالت، انسان دامنگیر وسوسه‌های شیطانی شود و از ذکر و یاد خداوند غافل گردد. چه بسیار پدرانی که به دلیل افراط در عشق به فرزند از فضیلت جهاد محروم شده و چه بسیار والدینی که مثل زبیر دلبستگی به فرزند، قدرت صحیح تفکر و تعقل را از آنان سلب کرده و راه ضلالت و کفر و نفاق در پیش گرفته اند. [۱]

این آیات و روایات به‌طور روشن نشان می‌دهد که صبر و پایداری در برابر مصیبت‌ها و مشکلات از دیدگاه اسلام نه تنها یک واکنش طبیعی است، بلکه یک ویژگی مثبت است که فرد را به خداوند نزدیک‌تر می‌سازد. در این زمینه، صبر به معنای عدم تسلیم در برابر مشکلات و مصیبت‌ها، پذیرش آن‌ها به‌عنوان بخشی از آزمون‌های زندگی و جست‌وجو برای راه‌حل‌های بهتر است.[۲]

اینکه پایداری در برابر مصیبت‌ها و مشکلات خانوادگی یکی از ارکان حفظ سلامت روانی و عاطفی در روابط خانوادگی است. این پایداری نه تنها به فرد کمک می‌کند تا در برابر فشارهای روانی و عاطفی مقاوم باشد، بلکه به تحکیم روابط خانوادگی و بهبود کیفیت زندگی نیز کمک می‌کند. در اسلام نیز صبر و پایداری در برابر مشکلات به‌عنوان یکی از ویژگی‌های برجسته مؤمنان مورد تأکید قرار گرفته است. برای مقابله مؤثر با مشکلات خانوادگی، باید بر مهارت‌های ارتباطی، مدیریت احساسات، و حل مسئله تمرکز کرد و از حمایت‌های اجتماعی و مشاوره‌های روان‌شناختی بهره‌برداری کرد.

---

۱ - همان، ص۳۲۴.

۲ -محمد محمدی ری شهری، تحکیم خانواده در قرآن و حدیث، ص۲۳۲-۲۳۴

نتیجه گیری

در آموزه‌های اسلامی، ارتقای صفات مثبت و کنترل هیجانات منفی به‌ویژه در مواجهه با مشکلات خانوادگی، اهمیت بسیاری دارد. این موضوع از طریق آموزه‌های قرآنی و روایات اهل بیت علیهم‌السلام مورد تأکید قرار گرفته است.

در قرآن و روایات، صبر به‌عنوان یکی از مهم‌ترین صفات مثبت برشمرده شده است. صبر در برابر مشکلات و ناملایمات می‌تواند به پایداری خانواده کمک کند. ایجاد و تقویت محبت و رحمت میان اعضای خانواده، باعث افزایش انسجام و کاهش تنش‌ها می‌شود. قرآن در سوره روم به آیه **"وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً"** اشاره کرده که بر اهمیت محبت و رحمت در روابط خانوادگی تأکید دارد. وکنترل هیجانات منفی نیز مانند داشتن تقوا و کنترل نفس در مواقع بروز خشم و نارضایتی باعث می‌شود تا تصمیمات بهتری گرفته شود و از آسیب‌های احتمالی جلوگیری گردد.

به طور کلی، اسلام تأکید فراوانی بر پایبندی به اخلاق حسنه و بهره‌گیری از آموزه‌های دینی برای بهبود روابط خانوادگی دارد که می‌تواند به حل و فصل مشکلات خانوادگی کمک کند. این اصول و راهکارها به فرد مسلمان کمک می‌کنند تا با بهره‌گیری از تعالیم دینی، صبر و بردباری را در زندگی خود تقویت کند و در مواجهه با مشکلات استوارتر باشد.

منابع ومآخذ

۱. *- قرآن کریم.

۲. *- نهج البلاغه.

۳. ابن منظور، محمد بن مکرم؛ لسان العرب، بیروت، دارالفکر، بی‌تا.

۴. احمد قدمی، خانواده در اسلام ، سال سوم، شماره ٦. ۱۳۸۷

۵. ایازی ، محمد علی، اسلام و تنظیم خانواده ، تهران: تصویر، ۱۳۷۰ ش.

۶. آمدی، غررالحکم و دررالکلم، انتشارات دانشگاه تهران . بی تا

۷. باقری، خسرو ، نگاهی دوباره به تربیت اسلامی، ج اول، مدرسه، تهران. ۱۳۸۵

۸. حجّتی، محمّد باقر، سه گفتار پیرامون برخی از مسائل تربیتی اسلام ، بوستان کتاب قم (انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم) - ایران - قم، چاپ: ۱، ۱۳۷۸ ه.ش.

۹. حسن‌زاده، انگیزش و هیجان، ، تهران: بعثت، ۱۳۷۱ ش.

۱۰. حسینی‌قمی؛ سیدحسین، تحکیم خانواده، محراب قلم، تهران. ۱۳۸۲

۱۱. شعاری‌نژاد، علی‌اکبر، روان‌شناسی رشد، انتشارات اطلاعات، تهران ،۱۳٦٦

۱۲. طباطبایی، سید محمدحسین ، المیزان، ترجمه سید محمدباقر موسوی همدانی، ج شانزدهم، بنیاد علمی و فرهنگی علامه طباطبایی ،۱۳۷۰

۱۳. طریحی، فخر الدین، (۱۳۷۵)مجمع البحرین، تحقیق: حسینی، سید احمد، کتابفروشی مرتضوی، تهران، چاپ سوم.

۱۴. العاملی،حر،وسائل الشیعه، بیروت، دار احیاء التراث العربی، بی‌تا

۱۵. فراهیدی، خلیل بن احمد ،کتاب العین،دارالکتب الاسلامیه،۱۳۸٤،

۱۶. مجلسی،محمدباقر،بحارالانوار، بیروت، دار احیاء التراث العربی، چاپ دوم. ۱٤۰۳

۱۷. محمدی ری شهری،محمد، تحکیم خانواده در قرآن و حدیث، دار احیاء التراث العربی، چاپ دوم. ۱٤۰۳

۱۸. مکارم شیرازی، ناصر؛ تفسیر نمونه، تهران، دار الکتب الاسلامیه. ۱۳۷٤

۱۹. نراقی، احمد، معراج السعاده، تهران:انتشارات میقات، ۱۳٦۳ ش، چاپ اول

۲۰. همدانی، محمد،انوار درخشان، تهران:انتشارات اسلام، ۱۳۷۸ ش، چاپ دوم.