

بسمه تعالی

عوامل مؤثر آرامش در خانواده از منظر آموزه‌های دینی

مریم مقامی^۱

چکیده

آرامش در زندگی از بهترین نعمت‌های الهی است که خداوند به انسان داده است. انسانی که در زندگی آرامش دارد، نگران نیست و افعال روزمره زندگی خود را به نحو احسن انجام می‌دهد. در مواردی مشاهده می‌کنیم که برخی از خانواده‌ها شاید در ظاهر یک آسایش و آرامش نسبی دارند اما وقتی به درون زندگی آن‌ها مراجعه می‌کنیم، می‌بینیم که زندگی آنان در بعضی موارد دارای اضطراب و استرس و افسردگی روزمره است. از آن جایی که خانواده نقش مهم و اساسی در ابعاد مختلف جامعه ایفا می‌کند و با نبود استحکام و آرامش خانواده، جامعه نمی‌تواند به پایداری و توسعه و رشد برسد. از این رو مقاله حاضر به عنوان عوامل مؤثر آرامش در خانواده از منظر آموزه‌های دینی از روش توصیفی به بررسی این موضوع پرداخته است و به این نتیجه رسیده است که عوامل استحکام عبارت‌اند از عفو و گذشت، تقوا، صبر و استقامت، احترام، عفاف، سپاسگزاری، محبت، که رعایت آنها به افزودن آرامش در خانواده بسیار مؤثر هستند.

کلید واژه: آرامش، آموزه‌های دینی، خانواده

۱. طلبه سطح دو، مدرسه علمیه ام اییها

نهاد خانواده اصلی ترین رکن جامعه و بستر فرهنگ های گوناگون و زمینه ساز خوشبختی یا بد بختی انسان ها و امت هاست. خانواده مناسب ترین نظام برای تأمین نیازهای مادی، معنوی بشر بوده بستر مناسب برای بر آوردن آرامش روانی اعضای خانواده و پرورش نسل جدید است. از منظر قرآن خانواده خشت بنای اجتماع است. در روایات متعددی هم بر این مسئله تأکید شده است. که هیچ بنایی در اسلام محکم تر از بنای خانواده نیست. همچنین پیامبر گرامی اسلام، خانواده را محبوب ترین و عزیزترین بنا نزد خدای سبحان توصیف کرده است.^۱ اهمیت خانواده بیشتر از این باب مورد توجه است که نقش بسیار مهمی در تربیت فرزندان صالح و ساختن جامعه ای سالم و ایجاد آرامش به جامعه را به عهده دارد اما امروز با توجه به هجمه های مخرب تبلیغاتی، استکباری، این بنای مستحکم و اثر بخش از زوایای مختلف مورد تهدید قرار گرفته است. یکی از مسائل مهمی که طی سال های اخیر درباره خانواده مطرح بوده و به عنوان دل نگرانی جدی بین متولیان و سیاستگذاران فرهنگی کشور بیان می شود، شکل گیری و شیوع مصادیقی از تزلزل بنیان خانوادگی و در معرض خطر واقع شدن بنیان خانواده هاست، بدین معنا که خانواده ها تحت تأثیر عوامل نو ظهوری همچون تغییر سبک زندگی و دوری از آموزه ای دین و فهم نادرست و ... بسیار آسیب دیده باعث از بین رفتن آرامش خانواده و در مواردی به ناپایداری و طلاق منجر شده است. یکی از مهم ترین عوامل آسیب زا به نهاد خانواده، آشنا نبودن زوج ها با روش های تأمین آرامش و امنیت خاطر در خانواده است. رسیدن به پاسخ پرسش های اساسی همچون، «چگونه می توان خانواده را به یک محیط امن و آرام برای رشد و تعالی اعضای آن فراهم کرد؟ نقش و وظیفه ی هر یک از همسران در تأمین آرامش در خانواده چه می باشد؟» از مهم ترین ضرورت های خانواده های امروزه می باشد. به طور کلی بی توجهی به ارزش ها و آموزه های دینی و همچنین الگو برداری از فرهنگ غرب خانواده های اسلامی را با چالش و خطرهایی مواجه ساخته است. بنابراین تنها راه نجات خانواده های دینی و جامعه اسلامی در این است که به راهکارهای ارائه شده در متون و آموزه های دینی عمل کرده تا

۱- مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار

خانواده ها را از خطر فروپاشی و طلاق بازدارد. در این پژوهش محقق کوشیده است تا عواملی که در تحکیم و آرامش خانواده مؤثر است، ذکر و بررسی بنماید. بحث در مورد مسائل خانواده پیشینه دیرینه دارد که تمام دانشمندان و محققان به آن توجه داشته اند و راهکارهایی برای تحکیم و پایداری خانواده ها و بیرون رفت از نابسامانی ها و مشکلات خانواده ارائه کرده اند. در بررسی کتاب ها و مقالاتی که به موضوع این تحقیق پرداخته اند می توان به موارد ذیل اشاره نمود:

۱. کتاب «آرامش در خانواده از دیدگاه قرآن و روایات» که توسط زهرا محمود آبادی به رشته ی تحریر در آمده، در این کتاب اهمیت خانواده و توجه به آرامش در محیط خانواده از دیدگاه متون اسلامی تبیین شده است.

۲. کتاب «سیر دلبران؛ عوامل آرامش بخش و نشاط آفرین در خانواده» که به نویسندگی امیر حسین بانکی پور فرد می باشد.

۳. مقاله ای با عنوان «عوامل مؤثر در آرامش خانواده در سبک زندگی امام علی (علیه السلام) و حضرت فاطمه (سلام الله علیه) که توسط مجید معارف و احمد قماش به نگارش در آمده است.

از آن جایی که خانواده نقش مهم و اساسی در ابعاد مختلف جامعه ایفا می کند و با نبود استحکام و آرامش خانواده، جامعه نمی تواند به پایداری و توسعه و رشد برسد و همچنین مشاهده می کنیم که بسیاری از والدین و افراد جامعه فقط به رفاه و سلامت جسم پرداخته اند و نسبت به آرامش روحی و روانی خانواده که یکی اساسی ترین ستون های قوام بخش زندگی است غفلت ورزیده اند. بنابراین بحث و پژوهش درباره علل و عوامل مؤثر در ایجاد آرامش خانواده از ضرورترین بحث ها می باشد که باید به آن اهتمام ویژه بخشید. در این مقاله سعی شده است که مهمترین عوامل مؤثر در آرامش خانواده بررسی و تحلیل شود. حال سؤال اساسی که در این جا مطرح می شود این است که؛

مهمترین عوامل تأثیر گذار در ایجاد آرامش و پایداری خانواده از منظر متون اسلامی چه می باشند؟

مفهوم آرامش در لغت و اصطلاح

آرامش در لغت به معنی حالت نفسانی همراه با آسودگی و ثبات می‌باشد.^۱ در اصطلاح اسم مصدر از آرمیدن است و در برابر اضطراب و دلهره به کار می‌رود و به حالت نفسانی و صفت روانی و قلبی خاص و آسودگی خاطر، ثبات و طمأنینه گفته می‌شود.^۲

در قرآن کریم این واژه و مشتقات آن زیاد استعمال شده است که به چند مورد از آیات که معنای آرامش در آن لحاظ شده است اشاره می‌کنیم:

«سَكَنَ بِرِزْنٍ قَرَسَ بِهٖ مَعْنَاۤی اَرَامِش وَ مَحَلَّ اَرَامِش اَمَدَهٗ اَسْتُ.»^۳

«وَ مِنْ اَیَّاتِهِ اَنْ لَّكُمْ مِنْ اَنْفُسِكُمْ اَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوْا اِلَیْهَا وَ جَعَلَ بَیْنَكُمْ مَوَدَّهٗ وَ رَحْمَةً اِنَّ فِیْ ذٰلِكَ لَاٰیَاتٍ لِّقَوْمٍ یَّتَفَكَّرُوْنَ»^۴ و از نشانه‌های خداوند آن است که برای شما از جنس خودتان، همسرانی آفرید تا به آن‌ها آرامش یابید و بین شما دوستی و مهربانی برقرار ساخت. در این امر، نشانه‌هایی برای کسانی است که تفکر می‌کنند.

«وَ اللّٰهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ بُیُوتِكُمْ سَكَنًا»^۵ و خدا برای شما خانه‌هایتان را مایه آرامش قرار داده (خانه محل

استراحت، آسایش و خواب می‌باشد از این رو انسان با ورود به خانه‌اش احساس آرامش و راحتی می‌کند).^۶

۱. دهخدا، لغت نامه، ج ۱، ص ۹۸

۲. همان

۳. قاموس القرآن، ج ۳، ص ۲۸۳

۴. روم/ آیه ۲۱

۵. نحل/ آیه ۸۰

۶. (تذکر این نکته لازم است که آسایش غیر از آرامش است اما یکی از عوامل آرامش در مسائل دنیوی، آسایش است)

ائمه‌ی اطهار (علیه‌السلام) در روایات متعددی به این امر مهم اشاره کرده اند:

امام صادق (علیه‌السلام) فرمود: «رَكَعَتَانِ يُصَلِّيهِمَا الْمُتَزَوِّجُ أَفْضَلُ مِنْ سَبْعِينَ رَكْعَةً يُصَلِّيْهَا أُعْزَبُ»^۱

دو رکعت نماز متأهل از هفتاد رکعت نماز انسان مجرد برتر است. هم چنین در روایت دیگر از آن حضرت

نقل شده است که: زنی به امام محمدباقر (علیه‌السلام) عرض کرد: می خواهم هرگز ازدواج نکنم! امام

(علیه‌السلام) فرمود: چرا؟! گفت: می خواهم به کمال برسم! حضرت فرمود: از این کار منصرف شو؛ چرا که اگر

این کار فضیلتی داشت، فاطمه که هیچ کس نمی تواند در کمال از حضرتش سبقت بگیرد، به این امر

سزاوارتر بود.^۲ در روایت دیگری نیز آمده است: حضرت به مردی که ازدواج نکرده بود، اما امکانات لازم برای

تشکیل خانواده داشت فرمود: (تَزَوَّجْ وَ إِلَّا فَأَنْتَ مِنَ الْمُذْنِبِينَ)^۳ ازدواج کن وگرنه از گناهکاران خواهی بود.

بدین ترتیب از دیدگاه اسلام، تشکیل خانواده، تنهت برای اشباع غرایز و تکثیر اولاد نیست، بلکه پاسخی

است به نوای فطرت، زیرا خداوند انسان را به گونه ای آفریده که در سایه ازدواج، آرامش و سکون می یابد.^۴

بنابراین روایاتی که ازدواج را از سنت های پیامبر معرفی کرده خانواده را بنای محبوب الهی می شناسند و

ازدواج را زمینه ساز ملاقات پاک و پاکیزه با خداوند معرفی می کنند همگی در پی طراحی این جنبه معنوی

هستند.^۵

قرآن در آیات متعددی عوامل ایجاد آرامش در خانواده را معرفی نموده است که در ادامه به آن اشاره خواهد

شد.

۱. الکافی، ج ۵، ص ۳۲۸

۲. بحار الانوار، ج ۱۰۰، ص ۲۱۹

۳. همان، ص ۲۲۱

۴. وسائل الشیعه، ج ۲۰۰، ص ۱۵

۵. مجلسی، مرآت العقول فی شرح اخبار (آل الرسول)، ج ۲۰، ص ۱۶)

از این رو می توان گفت: عشق و محبت و مهربانی نقطه آغازی برای هر حرکت انسان در معنویت، در علم، در خدمت به جامعه و خانواده ... باشد.^۸

-
۱. استاد حسین انصاریان، نظام خانواده در اسلام، ص ۲۳۶
 ۲. سوره روم/ آیه ۲۱
 ۳. عباس پسندیده، تحکیم خانواده از نگاه قرآن و حدیث
 ۴. میزان الحکمة، ج ۲، ص ۲۰۵
 ۵. وسائل، ج ۲۰، ص ۲۳ و ۲۴
 ۶. الکافی، ج ۵، ص ۵۶۹، ح ۵۹ عن عمرو بن جمیع عن الامام الصادق (علیه السلام)
 ۷. مسند زید: ص ۳۰۲، عن الامام زین العابدین عن آبائه (علیه السلام)
 ۸. علی دهستانی، آیین موفقیت سعادت و خوشبختی، ص ۱۷۳

نتیجه گیری:

از دیدگاه متون اسلامی خانواده گروهی متشکل از افراد، دارای شخصیت مدنی، حقوقی، و معنوی معرفی می‌کند که هسته‌ی اولیه‌ی آن را ازدواج مشروح زن و مردی تشکیل می‌دهد و در پس آن طرفین دارای وظایف و حقوق جدید می‌شوند، زیرا اصولاً ازدواج این وظیف را عهده دار است که بین دو تن که هیچ گونه رابطه‌ای با هم ندارند انس و الفتی ایجاد کند که یار و غمخوار هم در قبال رنج‌ها باشند و از یکدیگر حمایت نمایند و به کمک همدیگر موجبات رشد همدیگر را فراهم آورند. لذا مقاله حاضر با عنوان عوامل مؤثر آرامش در خانواده از منظر آموزه‌های دینی به بررسی راهکارهای مؤثر در تأمین آرامش پرداخته است که نتایج حاصل از آن به شرح ذیل است:

۱. عفو و گذشت: زندگی بدون گذشت و تحمل، جهنم سوزانی است، به ویژه در زندگی خانوادگی زیرا می‌توان با گذشت محیط خانه را مملو از صمیمیت و محبت کرد.

۲. تقوا: تقوای الهی، یعنی خویش‌تنداری و بازداري نفس بر مبنای خواست خداوند متعال است زیرا برای داشتن یک خانواده سالم بر زن و شوهر واجب الهی است که آراسته به تقوا باشند.

۳. صبر و استقامت: صبر یکی از محورهای اساسی در تعالیم اسلام است، انسان صبور و مقاوم با پیش آمدن ناملایمات زندگی خود را نمی‌بازد و در مواجهه با موانع و مشکلات مأیوس نمی‌شود و همین روحیه، احساس شعف و شادمانی فراوانی را در او بوجود می‌آورد.

۴. احترام: احترام به این معنی است که همسران در زندگی زناشویی کاملاً برابر هستند و هیچکدام بالاتر و برتر از دیگری قرار نمی‌گیرد، وقتی زوج‌ها برای یکدیگر احترام قائل شوند می‌توانند آزادانه رفتار کرده و شخصیت اصلی خودشان را نشان دهند.

۵. عفاف: عفاف یعنی پاکدامنی و شامل عفت (بصری، سمعی، بدنی، لمسی و دامن‌ی) می‌شود. و عفت تنها اختصاص به زن ندارد بلکه شامل مرد هم می‌شود.

۶. قناعت: یعنی بسنده کردن به توانایی ها و داشته های زندگی است. زوجین نباید خود را با داشته های زندگی دیگران مقایسه کنند تا بتوانند خود را با داشته های واقعی زندگیشان منطبق سازند و لذت ببرند.
۷. سپاسگزاری: تشکر از همسر نقش مهمی در تحکیم مودت و رضایت زناشویی و در نهایت پایداری زندگی دارد.
۸. محبت: اساس خوشبختی این است که زن و شوهر همدیگر را دوست داشته باشند و به یکدیگر محبت کنند.

فهرست منابع:

*قرآن

۱. دهخدا، علی اکبر، لغت نامه، دانشگاه تهران، روزنه، چ ۲، (۱۳۷۷ش)
۲. قرشی بنابی، سید علی، قاموس القرآن کریم، دارالکتب الاسلامیه، چ ۱۶، (۱۳۸۸ش)
۳. جمعی از نویسندگان، سیمای خانواده در اسلام، مؤسسه بوستان کتاب، چ ۱، (۱۳۹۴ش)
۴. انصاریان، استاد حسین، نظام خانواده در اسلام، ام ابیها (س)، چ ۱۳، (۱۳۷۹ش)
۵. پسندیده، عباس، رضایت زناشویی، مؤسسه فرهنگی دارالحديث، چ ۸، (۱۳۹۶ش)
۶. دهستانی (کمال)، علی، آیین موفقیت سعادت و خوشبختی، پیام کلیدر، چ ۱، (۱۳۸۸ش)
۷. رحیمی یگانه، زهرا، خانواده شاد و با نشاط، حدیث راه عشق، چ ۳، (۱۳۸۸ش)
۸. حسینی، سید داوود، روابط سالم در خانواده، مؤسسه بوستان کتاب، چ ۵، (۱۳۸۷ش)
۹. امینی، ابراهیم، همسر داری، مؤسسه بوستان کتاب، چ ۳۵، (۱۳۹۳)
۱۰. قائمی، علی، خانواده و مسائل همسران جوان، امین، امیری، چ ۷، (۱۳۶۸ش)
۱۱. نراقی، ملا احمد، معراج السعاده، طوبای محبت، چ ۵، (۱۳۸۹ش)
۱۲. حسین زاده، علی، همسران سازگار، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، چ ۱۱، (۱۳۹۰ش)
۱۳. بیانات آیت الله خامنه‌ای، پیوند همسرانه (اصول قرآنی ناظر به روابط زوجین)، مرکز نشر هاجر وابسته به مرکز مدیریت حوزه های علمیه خواهران، چ ۱، (۱۴۰۰ش)
۱۴. پسندیده، عباس، تحکیم خانواده از نگاه قرآن و حدیث، مؤسسه فرهنگی دار الحديث، مترجم حمیدرضا شیخی، چ ۷، (۱۳۹۷ش)
۱۵. طریحی، فخرالدین، مرتضوی، ج ۵، چ ۱، (۱۳۷۶ش)

منابع اینترنتی:

قرائتی، محسن، تفسیر نور، پایگاه درس‌هایی از قرآن، تهران، مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن، چ ۱۱،

(۱۳۸۳ش)

منابع عربی:

۱. کلینی، محمد بن یعقوب، اصول الکافی، دارالثقلین، (مترجم: حسین استاد ولی)، ج ۵، چ ۴، (۱۳۹۳ش)
۲. مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، کتابچی، ج ۱۰۰، چ ۵، (۱۳۸۶ش)
۳. حر عاملی، محمد، وسائل الشیعه، کتاب فروشی اسلامیة، ج ۲۰، چ ۷، (۱۳۸۰ش)
۴. مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، کتاب فروشی اسلامیة، ج ۷۷، چ ۴، (۱۳۸۲ش)
۵. متقی، علی بن حسام الدین، کنز العمال، مؤسسه الرساله، ج ۳، چ ۱، (۱۴۰۹ق)
۷. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، مؤسسه فرهنگی دارالحديث، ج ۶، چ ۵، (۱۳۹۰ش)
۸. تمیمی آمدی، عبدالواحد، غرور الحکم، مؤسسه فرهنگی دارالحديث، ج ۸، چ ۸، (۱۳۹۵ش)
۹. طبرسی، فضل، مکارم الاخلاق، صبح پیروزی، ج ۱، چ ۲، (۱۳۹۰ش)
۱۰. مجلسی، محمد تقی، بحار الانوار، دارالکتب الاسلامیه، ج ۳، چ ۶، (۱۳۹۶ش)
۱۱. مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، اسلامیة، ج ۷۶، چ ۴، (۱۳۸۴ش)
۱۲. طبرسی، فضل، مکارم الاخلاق، نورالزهرا، (مترجم: احمد احمد زاده)، چ ۴، (۱۳۹۴ش)
۱۳. مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، کتاب فروشی اسلامیة، ج ۴۶، چ ۴، (۱۳۸۴ش)
۱۴. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، مؤسسه فرهنگی دارالحديث، (مترجم: حمیدرضا شیخی)، ج ۲، چ ۴، (۱۳۹۴ش)
۱۵. حر عاملی، محمد، وسائل الشیعه، کتاب فروشی اسلامیة، ج ۲۰، چ ۷، (۱۳۸۰ش)
۱۶. زید بن علی بن حسین علیه السلام، مسند زید، دار مکتبه الحیاه، (قرن ۳ق)
۱۷. مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، کتاب فروشی اسلامیة، ج ۴۹، چ ۴، (۱۳۸۸ش)
۱۸. محمد، کلینی، اصول الکافی، حوزه علمیه اسلامی، (مترجم: سید جواد مصطفوی)، ج ۷، چ ۱، (۱۳۶۳ش)
۱۹. اهری مصطفوی، محمد حسن، التحقيق فی کلمات القرآن الکریم، مرکز نشر کتاب، ج ۹، چ ۱، (۱۳۹۹ش)
۲۰. نوری طبرسی، میرزا حسین، مستدرک الوسائل، آل البيت، ج ۱۵، چ ۱، (۱۳۶۹ش)
۲۱. نوری، حسین، مستدرک الوسائل، قم، مؤسسه آل البيت علیهم السلام، چ ۱، (۱۳۷۵ش)