

شیوه‌های ترویج سلامت معنوی در خانواده قرآنی

چکیده

آموزه‌های اسلامی فرصت زندگی خوب و موفق و متعالی را برای بشریت به وجود می‌آورد. با این وجود وجود انقلاب اسلامی، فرصت طلایی را در اختیار دانشمندان علوم اسلامی قرار داد تا آموزه‌های ناب از دریای معارف قرآن و اهل بیت استخراج کنند. امروزه یکی از دغدغه‌های خانواده‌ها ثبات و پایبندی به اصول و قوانین عقلی و شرعی است که یکی از اساسی‌ترین مسائل بنیادی در هر خانواده است. مقاله پیشرو به «عنوان شیوه‌های ترویج سلامت معنوی را در خانواده‌های قرآنی»، از طریق گردآوری مطالعه به روش کتابخانه‌ای و از شیوه توصیفی ارائه شده که سبک مدیریتی هر جامعه طبق ترویج شیوه‌های سلامت معنوی در خانواده قرآنی نظام ارزشی عمیق، و منسجمی است. در همین راستا عمل و ایمان افراد در مراتب متفاوتی ارزیابی می‌شود؛ زیرا هر چه ایمان بیشتر باشد نیت خالص‌تر و عمل ارزشمندتر است و سعی داشته تا از عوامل و راهکارهای مهم سلامت زندگی و همچنین سیاست‌گذاری‌های اثرگذار در کانون خانواده معنوی و ترویج‌های سیاسی زندگی را بیان کند و در اختیار خواننده قرار بدهد و با استفاده از آیات و روایات سندی فقهی بر این مسائل وارد کند که در هر دل خواننده‌ای قوت و التزام را ایجاد می‌کند که با خیالی آسوده در پی اهداف خود قدم بردارد.

کلیدواژه: سلامت معنوی، قرآن کریم، سیاست‌گذاری، خانواده.

قرآن تنها کتاب آسمانی هست که هدایت و رستگاری را بشارت می‌دهد و عالی‌ترین معارف را به جهانیان عرضه می‌کند، و هدفش نجات بشر از تاریکی است. جهان‌شمولی و جاودانگی آیات الهی اقتضا می‌کند که در همه زمان‌ها محور حل مشکلات زندگی بشر باشد و هم اکنون بعد از سال‌ها تلاش و فداکاری اولیای الهی و پیروان راستین آنها زمینه اجرا شدن ارزش‌های قرآنی و چگونگی وارد شدن در خانواده‌های اسلامی فراهم شده. یکی از مهم‌ترین پایگاه‌های فرهنگی و تربیتی که نقش کلیدی نسبت به دیگر نقش‌ها دارد که باید مورد توجه قرار گیرد، کانون مقدس خانواده است که می‌توان با آراستن به ارزش‌های قرآنی، تأثیر شگرفی در جامعه داشته باشد و با فراهم کردن سلامت معنوی در خانواده‌ها می‌توان در قرآنی کردن خانواده گام بزرگی در عرصه سلامت معنوی جامعه برداشت.

امروزه دشمنان قسم‌خورده انسانیت و اسلامیت با تمام توان خویش با ابزارهای گوناگون و فریبنده رشد و تعالی بشر را هدف گرفته و با سرمایه‌گذاری‌های فراوان تحقق فرهنگ ناب اسلام را در جهان و به‌ویژه کشورهای اسلامی به خطر انداخته و ارکان خانواده‌ها را متزلزل کرده‌اند که ضرورت دارد همه اندیشمندان و دست‌اندرکاران دلسوز و با به‌کارگیری همه توان خویش معارف نجات‌بخش قرآن کریم را در ابعاد گوناگون با بهترین شیوه به جامعه ارائه دهند. اگر اعضای هر خانواده به وظایفی که از سوی خداوند برای آنها تعیین شده چه وظایف فردی و چه وظایف جمعی عمل کنند تمام مشکلات پیشروی آنها برطرف خواهد شد و از گمراهی‌ها و سرگردانی‌ها نجات خواهند یافت و خانواده مسیر هموارتری را به‌سوی سلامت معنوی در خانواده‌هایی که بر پایه قرآن و دستور خداوندند خواهند داشت.

در میان آثار گذشتگان و همچنین تحقیق و تبیین مسائل و شیوه‌های رسیدن به سلامت معنوی در خانواده‌هایی که راه‌وروش قرآن را دارند تا کنون در مورد شیوه‌های ترویج سلامت معنوی در خانواده‌های قرآنی پیدا نشد؛ اما نمونه‌هایی مشابه این مسئله وجود دارد که می‌توان به آثاری همچون:

کتاب "خانواده قرآنی" که با نویسندگی (عیسی‌زاده) در سال ۱۳۹۱ گردآوری شده که ایشان در این کتاب درباره خانواده و ارزش‌ها و جایگاه آن در جامعه ویژگی‌ها و وظایف اعضای آن و

همچنین حق و حقا و آیات و روایت متناسب با موضوع، محدودیت‌ها و آثار و فواید و پیامدهای مسائل مربوط به خانواده قرآنی رو بررسی کردند

-کتاب " مؤلفه‌های سلامت معنوی در خانواده " با نویسندگی (مسلم موحدی راد) که در سال ۱۴۰۱ انتشار یافته که محتوای آن درباره جایگاه خانواده و معنویت بحث می‌کند و تعاریفی چون خانواده و سلامت و عوامل و زمینه‌ها و همچنین راهکارهای شناخت سلامت معنوی ارتقا‌های زندگی و راهکارهای عاطفی در آیات و روایات است.

-کتاب " مدل‌های خانواده‌درمانی " با نویسندگی (هاجر میر شاهی) که در سال ۱۴۰۱ به چاپ رسیده که درباره روان‌درمانی خانواده پرداخته‌اند که نقطه آغاز را که همان خانواده هست رو بسیار دقیق تبیین می‌کند که بحث روانی هر خانواده بحث اولیه و اساسی شکل‌گیری آن دارد.

و همچنین نمونه‌های دیگر که مشابه این مطالب هستند نام برد که نشان از مهم بودن و باارزش بودن این مطلب در زندگی فردی و جمعی دارند که مباحث مهمی هستند که برای رسیدن انسان به هدف والایی همچون سعادت این دنیا و آخر نقش بسزایی دارند، علاوه بر این به‌جز در پرتو قرآن و تابع اسلام بودن، آن هم در کوچکترین و مهم‌ترین کانون پرورش انسان یعنی خانواده محقق نمی‌شود که بررسی‌های متنوع در خصوص خانواده قرآنی نشان از اساسی بودن این مسئله در زندگی انسان است.

مفهوم خانواده و ارزش این نهاد اجتماعی را برای هر جامعه اساس کار تلقی می‌کنند که هر جامعه باتوجه به ارزش‌ها و اهداف خود ابتدا به سراغ خانواده می‌رود تا از درون آن شهروندان آینده را پرورش دهد. به همین خاطر یکی از نهادهای اساسی یک جامعه است.

۱.۱. خانواده

واژه خانواده به معنای خاندان دودمان تبار آمده است. در فرهنگ واژگان خانواده به معنای یک واحد زیستی، اجتماعی و بنیادی در جامعه است که از دو یا چند نفر بزرگسال تشکیل شده که با هم زندگی می‌کنند و برای تربیت فرزندان با هم مشارکت دارند. اما در معنای اصطلاحی خانواده نظام عاطفی پیچیده‌ای است که چند نسل را در بر می‌گیرد و نقش مشابه آن با دیگر نظام‌های اجتماعی در وفاداری و همیشگی بودن در آن است. همچنین نظر قائمی در تعریف خانواده این است که: یک واحد اجتماعی ناشی از ازدواج یک زن و یک مرد که با به وجود آمدن فرزند آن را تکمیل می‌کند؛ بنابراین خانواده از مهم‌ترین گروه‌های اولیه است از آن لحاظ که اعضای آن برای مقاصد عاطفی با هم ارتباط دارند و نوع رابطه آن نیز غیررسمی، عاطفی، و چهره‌به‌چهره است هرچند که خانواده نسبت به دیگر نهادها کوچکتر است؛ اما پایه و اساس تمامی نهادهای اجتماعی قرار دارد.

۲.۱. سلامت

واژه سلامت به معنای اعم آن درمان‌ماندن از آفت است که متضاد آن: ناخوش نامنی و بیماری است. شاید بر این باور باشی که سلامت، احساس خوب داشتن و بیمار نبودن است. سلامت و سالم‌بودن به معنی حالت کامل آسایش و کامیابی جسمانی، روانی و اجتماعی است و فقط بیماری یا معلولیت (ناتوانی) سلامت محسوب نمی‌شود. سلامت حالتی از رفاه و راحتی کامل بدنی، روانی و اجتماعی فرد است و نه نبود بیماری یا ضعف و سستی.

۳.۱. معنویت

در تعریف واژگانی معنویت در لغت به معنای، روحانی، باطنی، درونی است که مخالف آن ظاهری مادی و صوری است. در مطالعات برخی از دانشمندان همچون ولز معتقدند که: معنویت عبارت است از تجربه ارتباط معنادار با خود، دیگران، جهان و قدرت برتر که به صورت واکنش‌ها، روایت و اعمال بیان می‌شود و برخی نیز معتقدند

که معنویت یک پدیده‌ای جهانی است که برای همه مؤمنان و بی‌ایمان‌ها به کار می‌رود. در نگاه اسلام انسان دارای دو بعد جسم و روح است. روح انسان دارای استعدادهای فراوان و متنوعی است. از آنجاکه حقیقت وجود انسان، روح جاودانه است و زندگی دنیایی انسان تنها مقدمه‌ای برای زندگی آخرتی او است، باید هدف نهایی انسان متناسب باکمال حقیقی روح در جهت‌های جاودانه‌ای تعیین شود. برای برخورداری از معنویت، نخستین شرط این است که فرد در زندگی‌اش همه کارها را در راستای هدفی واحد تنظیم کند به‌طوری‌که تنها یک هدف غایی برای او مطرح باشد، بنابراین معنویت در معارف اسلامی عبارت است از: معرفت و ایمان به غیب، تبیین نظام توحیدی از نظام هستی و مبتنی ساختن کارهای جوارحی و جوانحی بر همین پایه و بنیان. به طور خلاصه معنویت در دیدگاه اسلام عبارت است از: "خداشناسی، خداجویی، و خدامحوری" و "شناخت هدف آفرینش و زندگی" و "تلاش برای تکامل و خودسازی".

۴،۱. سلامت معنوی

سلامت معنوی در معارف اسلامی این‌گونه است که مفهوم سلامت معنوی را در قالب تعبیرهای قرآنی (حیات طیبه) و (قلب سلیم) می‌توان یافت در قرآن (سوره نحل آیه ۹۷) آمده است: از مرد و زن، هر کس کار شایسته انجام دهد، درحالی‌که مؤمن است، مسلماً او را به زندگی پاک و پاکیزه‌ای زنده می‌داریم. در این آیه به‌صراحت آمده است: ثمره نسبت یافتن با خدا - که به اهل ایمان و عمل صالح می‌رسد حیات طیبه است. یعنی حیاتی که از هر کدری و فاسدی خالی است و نمونه‌ای از قلب سلیم در قرآن که خداوند متعال می‌فرماید: (و به‌راستی ابراهیم از پیروان نوح بود هنگامی که با دلی پاک به‌سوی پروردگارش آمد) (سوره صافات آیه ۸۳-۸۴) قلب سلیم آن مرحله از روح است که منشأ صفات، خصلت‌های پسندیده و کمالات انسانی است و همه خصلت‌ها و رفتارهای ناپسند از قلب ناسالم منشأ می‌گیرد؛ بنابراین سلامت معنوی عبارت است از: حالت اطمینان، امنیت، آرامش و سکون قلبی و روحی که از اعتقاد و اعتماد به منبع و قدرتی برتر و متفاوت از عامل‌های مادی و پیرامونی ناشی می‌شود و باعث افزایش امید و نشاط درونی می‌شود که همان سلامت نفس است که به طور عمده رابطه متقابلی با سلامت مرتبه‌هایی از روح و نیز جسم دارد. سلامت معنوی از دیدگاه قرآن عبارت است از اصلاح رابطه انسان با دیگران و اصلاح رابطه انسان با طبیعت در حوزه اندیشه و بینش در حوزه اندیشه و بینش در حوزه عاطفه‌ها و تمایل‌ها و در حوزه رفتار و عملکرد که نتیجه آن

است فرهنگسازی این مفاهیم در جامعه با روش‌های زیبا و هنرمندانه نقش مهمی در تربیت سیاسی دارد.

۴،۴،۴. مشارکت و واگذاری مسئولیت

مشارکت در فرایندهای اجتماعی و فعالیت‌های جمعی، تمرینی، مستقیم به‌منظور توانمندی و رشد فهم ساسی افراد است و زمینه تمرینی برای رشد تربیت سیاسی در افراد است. مشارکت در جشن‌ها و آیین‌های ملی مانند ایام دهه فجر، هفته دفاع مقدس، نمونه‌ای از مشارکت در فعالیت‌های سیاسی است فرد با حضور در این مراسم‌ها در ارتباط با دیگران، مشارکت و همکاری اجتماعی را می‌آموزد. از آرمان‌ها و عقاید سیاسی مطلع گشته و شور و نشاط سیاسی و اجتماعی می‌یابد و خود را نسبت به تحولات سیاسی اجتماعی جامعه مسئول می‌داند.

۴،۴،۵. امر به معروف و نهی از منکر

حیات جامعه اسلامی به حساسیت مردم نسبت به احکام خدا و نظارت عمومی در امور والیان و مسئولان و مردم عادی است. به این مسئله مهم اجتماعی از بعد مکتب، امر به معروف و نهی از منکر گفته می‌شود که از واجبات دینی بر عهده هر مسلمان است. در قرآن کریم و روایات اسلامی در اهمیت این دو فریضه و نقش اصلاحی آنها و زبان‌ها و مفاسد ترک آن دو تکلیف، بسیار سخن گفته شده است و به‌عنوان برترین فریضه به شمار آمده که فرایض و احکام الهی دیگر، در سایه این دو فریضه قوام و استوار می‌ابند.

۴،۵،۵. شاخصه‌های تربیت سیاسی

شاخصه‌های تربیت سیاسی مواردی هستند که به‌وسیله آنها می‌توان تحقق تربیت سیاسی را در فرد و جامعه بررسی کرد. از جمله:

۴،۵،۱. اولویت جایگاه دین نسبت به دنیا در زندگی فرد

در ابتدا باید دانست اسلام در زندگی ما به‌صورت یک کالای لوکس و غیرضروری است یا به‌صورت یک نیاز حقیقی مطرح است و جزء ضروریات دین است. در صورت نگاه اول، جایگاه دین پس از نیازهای ضروری و اولیه، ماست یعنی بعد از تأمین دنیایمان برای افزایش بهره‌وری در زندگی دنیایی سراغ اسلام می‌رویم و برای لذت‌بردن بیشتر از زندگی با حضور دین سر سفره اسلام نشسته‌ایم، و اسلام در خدمت ماست و شعار این نوع نگرش به اسلام این است: دین برای دنیا و در موقع خطر دین فدای دنیا. ولی در دیدگاه دوم دین بخش اصلی و حقیقی را در زندگی تشکیل می‌دهد و اولویت اول با دین است در این نگرش اسلام کالای لوکس غیرضروری نیست؛ بلکه یک نیاز حقیقی در زندگی است که بدون آن زندگی معنا پیدا نمی‌کند. در این نگاه ارزش دنیا به این است که در جهت بندگی خدا و به‌سوی تعالی قرار

بگیرد و دین این جهت و مسیر را نشان می‌دهد و در صورتی‌که این جهت‌یابی نباشد دنیا ارزشی نخواهد داشت. یعنی سیاست و جهت‌دهی زندگی دنیایی بر مبنای دین صورت می‌گیرد و دین جایگاه هر کدام امورات زندگی ما را مشخص می‌کند.

۲,۵,۴. عدم بی‌تفاوتی نسبت به جریان حق و باطل

در تقابل حق و باطل که پیوسته و دائمی است وظیفه مسلمانان متعهد استان در کنار حق و مبارزه با باطل است ^۱ نمی‌توان نسبت به حق و باطل بی‌تفاوت بود در نتیجه این سکون و بی‌طرفی تضعیف جبهه حق و تقویت ظلم است.

۳,۵,۴. بروز تقوای سیاسی

تقوای سیاسی در سایه عبودیت و ارتباط با خدا تحقق پیدا می‌کند تقوا یک حیثیت ایجابی دارد که همان حفظ ارتباط با خداست که ثمرة آن انجام واجبات و ترک محرمات است. چون انسان با خداست پس واجبات را انجام دهد و از محرمات پرهیز کند. حیثیت سلبی تقوا هم این است که در این ارتباط با خدا مراقب باشیم لباس تقوایمان به جایی گیر نکند؛ یعنی از مواردی اجتناب کنیم: «يَا أَيُّهَا

النَّاسُ اعْبُدُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ وَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ، ای مردم! پروردگارتان که شما و پیشینیان شما را آفرید،

پرستش کنید تا اهل تقوا شوید» (بقره / ۲۱)

نتیجه‌گیری

- سبک مدیریتی هر جامعه طبق ترویج شیوه‌های سلامت معنوی در خانواده قرآنی نظام ارزشی عمیق، گسترده و منسجمی است مدیریت و مدیران را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد و متکثر از ارزش‌های حاکم بر آن جامعه است. در همین راستا عمل و ایمان افراد در مراتب متفاوتی ارزیابی می‌شود؛ زیرا هر چه ایمان بیشتر باشد نیت خالص‌تر و عمل ارزشمندتر است.
- از واژه کلمه خانواده بسیار استفاده شده است که به معنای خاندان است که از یک واحد زیستی است که یک نظام پیچیده عاطفی است که از ازدواج زن و مرد تشکیل می‌شود.
- و همچنین واژه سلامت معنوی درامان‌ماندن از هر نوع آفت است استفاده شده است که امری متفاوت درعین‌حال مهم برای زندگی‌های قرآنی ایفا می‌کند.
- راه کارهای عوامل تحکیم خانواده را در قالب آیات و روایت‌هایی از پیامبر ذکر رد شده است که حاکی از مهم بودن و باارزش بودن این مسئله دارد.
- رویکردهای سیاست‌های معصومین و پیامبر بیان شده که با استفاده از آنها اثر بسزایی در زندگی معنوی دارد و راه‌های کوثر را برای موفقیت در خانواده در پیشروی حیات بشریت قرار می‌دهد.

منابع

قرآن

1. قمشه ای مهدی ، چاپ اول ، 1380

کتاب

1. موحدی، مسلم (۱۳۷۱)، مؤلفه‌ها و راهکارها سلامت معنوی در خانواده، ج ۱، قم: انتشارات اخلاق و تربیت، اول.
2. الهی زاده، محمدحسین (۱۳۴۱)، درس‌نامه تربیت سیاسی و حیانی، ج ۱، مشهد: مؤسسه فرهنگی تدبر در قرآن و سیره، اول.
3. میرشانی، هاجر (۱۳۷۰)، مدل‌های خانواده‌درمانی، ج ۱، تهران: نشر رزا، اول.
4. محمدی، علیرضا، سیما عالمی (۱۳۵۵)، روان‌شناسی سلامت، ج ۱، تهران: انتشارات کتابخانه فرهنگ، اول.
5. عیسی‌زاده، عیسی (۱۳۹۱)، خانواده قرآنی، ج ۱، قم: مؤسسه بوستان کتاب، سوم.
6. عباس‌نژاد، عباس (۱۳۸۸)، قرآن، مدیریت و علوم سیاسی (۱)، ج ۱، مشهد: بنیاد پژوهش‌های ریالی حوزه و دان دانشگاه و شیاری، جعفر (۱۳۵۹)، مرزهای خانواده در روان‌شناسی و قرآن کریم، ج ۱، قم: مرکز بین‌المللی ترجمه و نشر مصطفی (ص).
7. معصومی، مسعود (۱۳۳۹)، روابط زن و مرد و مسائل اجتماعی آنان، ج ۱، قم: بوستان کتاب قم.
8. بهبهانی، محمدکاظم (۱۴۰۱)، خانواده از منظر روان‌شناسی و اسلام، ج ۱
9. ، تهران: زمزمه جاوید.

1. پارس قرآن ، <http://www.parsquran.com>

2. پایگاه سخنرانی مذهبی ، <http://www.sokhanrani.iranseda.ir>