

«راهکارهای تقویت همدلی زوجین از منظر آیات و روایات»

لیلا حسن نژاد *

چکیده

همدلی یکی از راهکارهای تقویت برای رفتارهای ناخوشایند در بین زوجین است که تقویت آن می تواند باعث افزایش احساس آرامش و امنیت در روابط خانواده شود. بطور کلی تقویت همدلی زوجین، حس حمایت و همکاری را بین زوجین بیشتر کرده است بنابراین راهکارهای تقویت همدلی زوجین به افزایش محبت، درک متقابل و کاهش تنش ها در زندگی زناشویی کمک می کند. یکی از این مهارت ها همدلی زوجین است؛ همدلی به معنای توانایی درک و اشتراک گذاری احساسات و افکار دیگری است لذا کسب این مهارت و تقویت آن در روابط زوجین امری ضروری می باشد. بطور کلی تقویت همدلی زوجین حس حمایت و همکاری را بین زوجین بیشتر می کند، لذا پژوهش حاضر با روش توصیفی - و روش گردآوری اطلاعات و داده ها کتابخانه ای گردآوری شده زیرا یافته های حاصل از آیات و روایات در مورد همدلی نشان می دهد که عناصر کلیدی همچون: محبت، صبر و گذشت، خوش خلقی، حسن ظن و مسئولیت پذیری نقش سازنده ای در تقویت همدلی دارد و در این پژوهش به مواردی همچون محبت و مودت، صبر، اخلاق نیکو و مسئولیت پذیری پرداخته شده است .

کلیدواژه: خانواده، استحکام، همدلی، محبت و مودت.

* طلبه شاغل به تحصیل، مدرسه علمیه الزهرا (سلام الله علیها) شوش دانیال (علیه السلام).

مقدمه

خانواده، بعنوان نخستین نهاد اجتماعی، نقش اساسی در رشد و تکامل فردی و اجتماعی انسان ها دارد. ازدواج یکی از مهم ترین و پیچیده ترین روابط انسانی است که صمیمیت، تعهد و تفاهم متقابل از ارکان یک ازدواج موفق هستند و برای رسیدن به این ارکان، زوجین باید مهارت های مختلفی را در خود پرورش و تقویت کنند؛ یکی از این مهارت ها، همدلی زوجین است که در این میان، روابط زوجین به عنوان محور اصلی خانواده، تأثیر مستقیمی بر ثبات و سلامت اعضاء خانواده و در نتیجه سلامت جامعه دارد. یکی از عوامل مهم در استحکام این روابط این است که زوجین از طریق همدلی می توانند تعارض های درونی، دردهای عاطفی و دنیای درونی طرف مقابل را به طور دقیق تجربه کنند که برخوردار بودن از این مهارت به زوجین کمک می کند تا بتوانند تعارض را بهتر حل کنند از طرفی آموزه های اسلامی، به ویژه قرآن کریم و روایات اهل بیت دستورالعمل های دقیقی برای ایجاد و تقویت همدلی ارائه داده اند، با این حال امروزه بسیاری از خانواده ها با مشکلاتی همچون ضعف در مهارت های ارتباطی، ناتوانی در کنترل خشم و عدم توجه به نیازهای عاطفی و روانی یکدیگر مواجه اند که این مسائل می تواند به تضعیف بنیان خانواده و افزایش تنش های زناشویی منجر شود. لذا پرداختن به این مهارت و ارائه راهکارهایی برای تقویت آن از منظر آیات و روایات امری ضروری و مهم می باشد. پژوهش هایی نیز در این زمینه به رشته تحریر درآمده است از جمله: ۱. زهرا حاج کاظمی، علیرضا کاوندی «تحلیل نگاشتی بر عوامل همدلی میان همسران از نگاه قرآن و روایات» که در این مقاله به بیان ۸ عامل مهم از عوامل همدلی بر اساس آیات و روایات پرداخته شده است ولی راهکاری برای تقویت همدلی بیان نشده است. ۲. فرانک نظریور نویسنده کتاب «مهارت های ارتباطی زوجین و رضایت زناشویی، نقش میانجی همدلی و سازگاری زناشویی»: راهکار کلی برای ایجاد رضایتمندی برای زوجین را همدلی دانسته ولی از منظر آیات و روایات به این موضوع پرداخته نشده است. ۳. مطالعه کریمی (۱۳۹۷) در مقاله «تأثیر مشورت در تصمیم گیری های خانوادگی از نگاه آیات و روایات» بیان کرد که مشورت و مشارکت در تصمیم گیری ها، حس ارزشمندی، اعتماد و پیوند عاطفی میان زوجین را تقویت می کند. لذا پژوهش حاضر که پابندی به اصول اخلاقی و معنوی اسلام را علاوه بر تحکیم روابط زوجین، زمینه ساز رشد معنوی و آرامش پایدار در خانواده می داند. این یافته ها می تواند بعنوان راهنمای عملی برای مشاوران خانواده و سیاستگذاران فرهنگی در جهت کاهش آسیب های خانوادگی و تقویت بنیان خانواده در جامعه اسلامی مورد استفاده قرار گیرد.

راهکارهای تقویت همدلی بین زوجین از منظر آیات و روایات

همدلی میان زوجین از اساسی ترین عوامل تحکیم خانواده است که ریشه در آموزه های قرآنی دارد، قرآن کریم با بیان مفاهیمی همچون محبت، رحمت، صبر و گفت و گوی سالم راهکارهایی برای ایجاد و تقویت این ویژگی ارائه می دهد که در اینجا به برخی از آنها می پردازیم:

۱. محبت و مودت در خانواده

یکی از راهکارهای همدلی میان زوجین، محبت و مودت بین همسران می باشد که از منظر روانشناسی، وجود محبت و حمایت عاطفی در خانواده باعث افزایش سلامت روانی و کاهش استرس می شود. تحقیقات نشان می دهد که روابط عاطفی پایدار و مبتنی بر همدلی، موجب افزایش حس امنیت و رضایت در زندگی مشترک می شود (روانشناسی روابط خانوادگی، دیوید برنز، ص ۴۷). در پژوهش «خانواده و توانمندسازی عاطفی» نوشته فرشته پورجعفری آمده است که محبت و حمایت عاطفی در خانواده، به ویژه میان زوجین، منجر به ایجاد احساس امنیت روانی و کاهش استرس های زندگی روزمره می شود و در بلند مدت، میزان رضایت از زندگی مشترک را افزایش می دهد (خانواده و توانمندسازی عاطفی، فرشته پورجعفری، ص ۴۲). این یافته ها با آموزه های قرآنی همخوانی دارد که مودت و رحمت را عامل «سکونت» و آرامش می داند. در سوره روم آیه ۲۱: «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً» بیانگر اهمیت بنیادین محبت و مودت در روابط خانوادگی است. واژه «مودت» در لغت به معنای محبت عمیق و پایدار است که رابطه ای فراتر از علاقه زودگذر دارد و به تعهد و ارتباطی عاطفی اشاره دارد که موجب تقویت بنیان خانواده می شود. علامه طباطبایی در تفسیر المیزان بیان می کند که مودت، عشقی است که از دل شناخت و درک متقابل برمی خیزد و ریشه در طبیعت خلقت انسان دارد، به گونه ای که همسران را به سوی یکدیگر جذب کرده و موجب آرامش روحی و روانی آنان می شود (المیزان، ج ۱۹، محمدحسین طباطبایی، ص ۳۸۴). همچنین به معنای محبت فعال است، محبتی که با رفتار و گذشت همراه باشد و نه تنها در لحظات شادی بلکه در دشواری ها نیز پایدار بماند. در کنار مودت، قرآن از «رحمت» یاد می کند که به معنای الفت و مهربانی است. مودت، محبت قلبی و رحمت، محبت عملی است. این دیدگاه نشان می دهد که روابط زناشویی تنها با احساسات قلبی استوار نمی ماند، بلکه باید در عمل و رفتار نیز تجلی پیدا کند. همچنان که آیت الله مکارم شیرازی در «تفسیر نمونه» اشاره می کند که رحمت، موجب می شود زوجین در برابر ضعف ها و کاستی های یکدیگر صبور باشند و با مهربانی، خطاهای یکدیگر را ببخشند.

این دو عنصر مکمل یکدیگرند و نبود هر یک می‌تواند روابط خانوادگی را متزلزل کند (تفسیر نمونه، ج ۱۵، ناصر مکارم شیرازی، ص ۲۳۶). این دو ویژگی، همان‌طور که فخر رازی در کتاب «تفسیر کبیر» می‌گوید: از نشانه‌های الهی است که خداوند برای حفظ و تقویت نظام خانواده در سرشت انسان قرار داده است (تفسیر کبیر، ج ۸، محمد بن عمر فخر رازی، ص ۲۵۵). تأکید قرآن بر مودت و رحمت، نشان می‌دهد که روابط زناشویی تنها یک پیوند قراردادی نیست، بلکه یک نعمت الهی و فرصتی برای رشد معنوی است. وقتی زوجین با محبت و مهربانی به یکدیگر نگاه کنند، زندگی مشترک به بستری برای تکامل روحی و اخلاقی تبدیل می‌شود. این نگاه عمیق و الهی به خانواده، می‌تواند بسیاری از مشکلات و تنش‌های رایج در روابط زناشویی را کاهش داده و آرامش واقعی را به زندگی زوجین بازگرداند. بررسی آیه ۲۱ سوره روم از منظر تفاسیر مختلف نشان می‌دهد که محبت و مودت، اساس استواری خانواده است. مودت، نیروی پیوند دهنده‌ای است که همسران را به یکدیگر نزدیک می‌کند و رحمت، عاملی است که این پیوند را در طول زمان پایدار نگه می‌دارد. این دو ویژگی اگرچه اموری درونی و احساسی هستند، اما آثار آن‌ها در رفتار و تعاملات روزمره زوجین نمایان می‌شود. لذا توجه به این آموزه قرآنی و تلاش برای تقویت آن در روابط خانوادگی، می‌تواند ضامن سعادت و دوام زندگی مشترک باشد.

۲. صبر و گذشت در استحکام روابط زناشویی

از دیگر راهکارهای همدلی میان زوجین صبر و گذشت می‌باشد که در زندگی مشترک همواره با فراز و نشیب‌هایی همراه است و همسران برای حفظ آرامش و پایداری خانواده نیازمند صبر و گذشت هستند. صبر، عاملی کلیدی در کنترل هیجانات و مدیریت اختلافات است و گذشت، باعث کاهش تنش‌ها و ایجاد محبت بیشتر بین زوجین می‌شود. مجید صفاری نیا در کتاب «روانشناسی خانواده» بیان می‌کند که زوجینی که در مواقع اختلاف، مهارت‌های کنترل هیجان و صبر را تمرین می‌کنند، در مقایسه با سایر زوجین، کمتر دچار تعارضات مزمن شده و روابطشان پایدارتر و همدلانه‌تر می‌شود (روانشناسی خانواده، مجید صفاری نیا، ص ۱۰۹). قرآن کریم صبر را یکی از ویژگی‌های انسان‌های نیکوکار دانسته و آن را راهی برای رسیدن به رحمت الهی معرفی کرده است. همچنین، در تفاسیر قرآنی تأکید شده است که گذشت از خطاهای یکدیگر، روحیه‌ای سازنده در زندگی مشترک ایجاد کرده و از کینه و دشمنی جلوگیری می‌کند. همسرانی که به این اصول پایبند باشند، روابطی مستحکم‌تر و زندگی‌ای همراه با آرامش خواهند داشت. در قرآن کریم، به نقش مهم صبر و گذشت در استحکام روابط انسانی، به ویژه روابط زناشویی، تأکید شده است. این ویژگی‌ها باعث تقویت

پیوندهای عاطفی، کاهش تنش‌ها و ایجاد محیطی پر از محبت و آرامش در خانواده می‌شوند. در این بخش، به تحلیل چندین آیه قرآن پرداخته می‌شود که نشان‌دهنده اهمیت صبر، گذشت، و مدیریت خشم در روابط زناشویی است. در آیه ۱۳۴ سوره آل عمران آمده است: «وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» این آیه سه ویژگی مهم را برای رسیدن به محبت الهی بیان می‌کند: کنترل خشم، عفو و نیکی. در روابط زناشویی، کنترل خشم مانع از دامن زدن به تنش‌ها می‌شود. علامه طباطبایی در «المیزان» اشاره می‌کند که «کظم غیظ» یعنی فرو بردن خشم در دل، بدون اینکه اثر آن در رفتار ظاهر شود (المیزان، ج ۳، محمدحسین طباطبایی، ص ۲۴۱). این کنترل خشم به همسران فرصت می‌دهد تا با آرامش و منطق، اختلافات را حل کنند. عفو، مرحله بالاتری است؛ یعنی نه تنها خشم را فرو ببرند، بلکه از خطای طرف مقابل بگذرند. فخر رازی می‌گوید که گذشت، نوعی تربیت اخلاقی است که همسران را از دور باطل انتقام خارج می‌کند و محبت را باز می‌گرداند (تفسیر کبیر، ج ۱۲، محمد بن عمر، فخر رازی، ص ۱۸۶). محبت متقابل، عامل کلیدی در تداوم زندگی مشترک است. همچنین در آیه ۴۵ سوره بقره چنین آمده است که: «وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ» این آیه، صبر و نماز را دو ابزار الهی برای مقابله با سختی‌ها معرفی می‌کند. در زندگی مشترک، صبر به معنای پذیرش مشکلات نیست، بلکه به معنای حفظ آرامش در برابر بحران‌ها و تلاش برای یافتن راه‌حل است. مکارم شیرازی در «تفسیر نمونه» بیان می‌کند که صبر، به انسان قدرت کنترل احساسات می‌دهد و او را از رفتارهای تند و نسنجیده باز می‌دارد (تفسیر نمونه، ج ۱، ناصر مکارم شیرازی، ص ۲۶۱). نماز، قلب انسان را نرم می‌کند و او را به سمت عفو و رحمت سوق می‌دهد. وقتی زوجین در هنگام اختلاف، به نماز پناه می‌برند، از خدا طلب هدایت می‌کنند و این عبادت، کینه‌ها را از دل آن‌ها می‌شوید. این آیه، عفو را به مغفرت الهی پیوند می‌دهد و از مؤمنان می‌خواهد همان‌گونه که دوست دارند خدا آن‌ها را ببخشد، دیگران را نیز ببخشند. در زندگی زناشویی، این نگرش باعث می‌شود که همسران به جای تمرکز بر خطاهای یکدیگر، به رحمت الهی فکر کنند. زمخشری در الکشاف می‌گوید: «بخشش، راهی برای تزکیه نفس و آرامش قلب است»، عفو نه تنها روابط را ترمیم می‌کند، بلکه موجب رشد معنوی زوجین می‌شود (الکشاف عن حقائق غوامض التنزیل، ج ۱، محمود بن عمر زمخشری، ص ۴۵۲).

قرآن توصیه می‌کند که بدی‌ها را با نیکی پاسخ دهید. این اصل در روابط زناشویی بسیار حیاتی است. وقتی یکی از همسران اشتباهی می‌کند، پاسخ دادن به بدی با بدی، اختلاف را عمیق‌تر می‌کند. اما اگر خطا با محبت پاسخ داده شود، فرد خطاکار نیز شرم‌منده شده و محبتش افزایش می‌یابد. مفسران این آیه را کلید تبدیل دشمنی

چالش‌های زندگی نگاه کنند. امام علی (علیه السلام) در خطبه‌ای می‌فرماید: «إِذَا رَعَايَتْ قَلْبَ عَامِلٍ لِكُلِّ شَيْءٍ إِلَّا لِلَّهِ فَصَارَ قَلْبُهُ ضَعِيفًا» (نهج البلاغه، خطبه ۱۲۵) این فرمایش امام علی (علیه السلام) به روشنی نشان می‌دهد که اگر انسان از یاد خدا غافل شود، قلب او ضعیف و بی‌انگیزه خواهد شد. در زندگی زناشویی، غفلت از یاد خدا می‌تواند به مشکلات و تنش‌های خانوادگی منجر شود. برعکس، ایمان به خدا و یاد او، روحیه‌ای قوی و مسئولانه در برابر مشکلات و چالش‌ها ایجاد می‌کند. در روایت دیگری از امام صادق (علیه السلام) آمده است: «إِنَّ اللَّهَ يَجْمَعُ قُلُوبَ قَدَمَ عَمَلِهِ إِلَى اللَّهِ فَحِينَ يَتَقَرَّبُ إِلَيْهِ فَتَأْتِي قُلُوبُهُمْ إِلَى هُدَاهُ» (کافی، ج ۲، محمد بن یعقوب کلینی، ص ۲۳۴). این حدیث بیان می‌کند که قرب به خدا و تلاش برای نزدیک شدن به او، قلب‌ها را به هم می‌پیوندد. در زندگی زناشویی، این قرب به خداوند باعث می‌شود که زوجین در کنار یکدیگر از هدایت و آرامش الهی بهره‌مند شوند و همدلی بین آنها تقویت گردد. قرآن کریم در سوره آل عمران آیه ۱۰۳ می‌فرماید: «وَأَعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا» این آیه به طور خاص بر اتحاد و یکپارچگی در میان مسلمانان تأکید دارد، اما این مفهوم در زندگی زناشویی نیز به طور مستقیم قابل استفاده است. اتحاد و یکپارچگی در خانواده به واسطه تقویت ایمان و یاد خدا ایجاد می‌شود. وقتی زوجین با یکدیگر در مسیر تقویت ایمان و یاد خدا حرکت کنند، علاوه بر ایجاد وحدت در خانواده، از برکت الهی نیز بهره‌مند می‌شوند. در روایات آمده است که رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) فرمودند: «حَقُّ الزَّوْجِ عَلَى الزَّوْجَةِ أَنْ تَسْتَجِيبَ لَهُ فِيمَا يَرْضَى اللَّهَ» (همان، ج ۵، ص ۴۵۶). در این حدیث، رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) تأکید دارند که در روابط زناشویی، زوجین باید در راستای رضا و خشنودی خداوند عمل کنند. تقویت ایمان و یاد خدا در روابط، باعث می‌شود که زوجین به جای پیروی از هوای نفس و تعصبات شخصی، در راستای اهداف والای دینی عمل کنند و همدلی و همکاری بیشتری داشته باشند. امام علی (علیه السلام) در یکی دیگر از خطبه‌های خود فرمودند: «مَنْ عَاشَ بِالْإِيمَانِ لَمْ يَفْتَحْ عَلَيْهِ أَبْوَابُ الشَّرِّ» (نهج البلاغه، خطبه ۱۹۶). این سخن امام علی (علیه السلام) نشان می‌دهد که ایمان به خدا، در زندگی فردی و اجتماعی، فرد را از افتادن در مشکلات و اشتباهات حفظ می‌کند. در زندگی زناشویی نیز، ایمان به خدا و تقویت آن، موجب می‌شود که زوجین از درگیری‌ها و مشکلات خانوادگی دور بمانند و رابطه‌ای سالم و پایدار داشته باشند. در نهایت، طبق آموزه‌های قرآن و اهل بیت (علیهم السلام)، یاد خدا و تقویت ایمان در زندگی زناشویی، تنها یک امر فردی نیست بلکه تأثیر مستقیمی بر روابط خانوادگی دارد. وقتی هر یک از زوجین به یاد خدا و تقویت ایمان توجه داشته باشند، همدلی و محبت در میان آنها رشد می‌کند و روابطشان از استحکام بیشتری برخوردار می‌شود. این امر

باعث می‌شود که مشکلات و چالش‌های زندگی به راحتی حل شود و خانواده‌ها به محیطی آرام، سالم و سرشار از محبت تبدیل شوند.

۷. مشورت و مشارکت در میان زوجین

راهکار دیگر همدلی، مشورت و مشارکت میان زوجین می‌باشد که در قرآن کریم، تأکید زیادی بر اهمیت مشورت در امور مختلف زندگی وجود دارد. یکی از مهم‌ترین جنبه‌هایی که در زندگی مشترک و روابط خانوادگی باید در نظر گرفته شود، روحیه مشورت و مشارکت است. مشورت نه تنها به تقویت روابط کمک می‌کند، بلکه بر افزایش همدلی و اعتماد میان افراد تأثیرگذار است. در آیه‌ی ۱۵۹ سوره‌ی آل عمران آمده است: «وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ»، که نشان‌دهنده اهمیت مشورت در انجام کارهاست. در این آیه، پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) به انجام مشورت در مسائل مهم جامعه تأکید دارند که می‌تواند الگوی مناسبی برای تعاملات خانوادگی نیز باشد. در روابط زناشویی، مشورت به عنوان یک ابزار مؤثر برای تقویت همدلی بین زوجین عمل می‌کند و نقش مهمی در بهبود روابط ایفا می‌کند. در قرآن کریم، مشارکت و همفکری به عنوان یک ویژگی مثبت در روابط اجتماعی معرفی شده است، به طوری که در سوره‌ی شوری، آیه ۳۸، از ویژگی‌های مؤمنان به عنوان افرادی که در امور خود با یکدیگر مشورت می‌کنند، یاد شده است. «وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ» این امر نشان‌دهنده اهمیت همکاری و مشورت در زندگی اجتماعی و خانوادگی است. از نظر روان‌شناسی اجتماعی، مشارکت و مشورت در تصمیم‌گیری‌ها به تقویت حس اعتماد و احترام متقابل کمک می‌کند. در کتاب «روان‌شناسی سازگاری زناشویی» حسن اکبری بیان کرده است که مشارکت در تصمیم‌گیری‌های خانوادگی از عوامل مؤثر در کاهش تعارض و افزایش رضایت زناشویی است و زن و شوهری که در امور زندگی با هم مشورت می‌کنند، همدلی و انسجام بیشتری را در زندگی تجربه می‌کنند (روان‌شناسی سازگاری زناشویی، حسن اکبری، ص ۸۵). زمانی که زوجین در تصمیمات مهم زندگی مشورت می‌کنند، نه تنها احساس بهتری نسبت به یکدیگر پیدا می‌کنند، بلکه احتمال بروز مشکلات و چالش‌ها نیز کاهش می‌یابد. این امر باعث تقویت پیوندهای عاطفی و اعتماد میان زوجین می‌شود که نتیجه‌اش افزایش همدلی و کاهش اختلافات است. قرآن کریم در آیه‌ی ۳۸ سوره‌ی شوری می‌فرماید: «وَأْمُرْهُمْ شُورَىٰ بَيْنَهُمْ»، که نشان می‌دهد در زندگی فردی و اجتماعی باید تمامی امور با مشورت انجام شود. از آنجایی که خانواده کوچک‌ترین واحد اجتماعی است، مشورت در خانواده به طور طبیعی باید از اولویت‌های هر فردی باشد. مشورت و مشارکت در تصمیمات به ویژه در مسائل مالی و تربیتی می‌تواند باعث

تقویت روابط عاطفی و خانوادگی شود. زمانی که زوجین در امور مختلف زندگی با هم مشورت کنند، احتمال بروز اختلافات کمتری وجود خواهد داشت.

این نکته در روایات معصومان (علیهم السلام) نیز به طور مکرر ذکر شده است؛ پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) می‌فرمودند: «هیچ چیز برای بهبود روابط و ارتقای همدلی در زندگی زناشویی به اندازه مشورت و مشارکت مؤثر نیست». مشورت همچنین به زوجین این امکان را می‌دهد که درک بهتری از نیازها و خواسته‌های یکدیگر پیدا کنند. با اشتراک‌گذاری افکار و احساسات، آن‌ها می‌توانند به توافقات مشترک دست یابند که موجب افزایش رضایت‌مندی در زندگی مشترک خواهد شد. امام علی (علیه السلام) در این باره فرمودند: «هر کس در مشورت به همسرش نگاه کند، شریک زندگی او را در تصمیمات خود می‌بیند و این همان رمز موفقیت در روابط زناشویی است». این روایت نشان‌دهنده اهمیت همکاری در روابط زناشویی است که از طریق مشورت و مشارکت در تصمیمات مهم تحقق می‌یابد. از منظر دین اسلام، مشورت و مشارکت تنها برای امور مهم و پیچیده نیست، بلکه در امور روزمره نیز اهمیت دارد. قرآن و احادیث بر این نکته تأکید دارند که مشورت می‌تواند در تمامی ابعاد زندگی تأثیرگذار باشد. از جمله در زندگی زناشویی که تأثیرات روحی و عاطفی زیادی دارد. مشورت در زندگی خانوادگی می‌تواند به طور مؤثری از تنش‌ها و بحران‌های احتمالی جلوگیری کند و بر تصمیمات آگاهانه‌تر و همدلانه‌تر منجر شود. امام حسین (علیه السلام) در یکی از سخنان خود فرمودند: «در زندگی زناشویی باید احترام متقابل، مشورت و تصمیم‌گیری مشترک در تمامی مسائل وجود داشته باشد». این گونه آموزه‌ها می‌توانند در بهبود و تقویت روابط خانوادگی نقش مهمی ایفا کنند. در نتیجه، تأکید بر مشورت و مشارکت در تصمیمات خانوادگی نه تنها به تقویت همدلی کمک می‌کند، بلکه می‌تواند موجب تقویت روابط عاطفی، کاهش تنش‌ها و جلوگیری از بحران‌های خانوادگی شود. از آنجا که قرآن و روایات اسلامی به طور مداوم بر اهمیت مشورت تأکید دارند، می‌توان گفت که این آموزه‌ها پایه‌گذار روابط سالم و موفق در زندگی خانوادگی هستند.

نتیجه‌گیری

در جامعه‌ی کنونی، یکی از مهم‌ترین نیازهای زوجین، تقویت همدلی میان آنهاست؛ چرا که این عامل نقش مؤثری در تداوم و پایداری زندگی مشترک ایفا می‌کند. همدلی، موجب افزایش صمیمیت و تعهد میان زوجین می‌شود و بنیان خانواده را مستحکم‌تر می‌سازد. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که آموزه‌های قرآنی و روایات اهل‌بیت (علیهم‌السلام)، راهکارهایی عملی و مؤثر برای تقویت همدلی و تحکیم روابط زناشویی ارائه می‌کنند. اصولی همچون محبت و مودت، صبر و گذشت، گفت‌وگوی سالم و مشورت، به عنوان ارکان روابط خانوادگی، می‌توانند با کاهش تنش‌ها و افزایش درک متقابل، محیطی آرام و پایدار در خانواده ایجاد کنند. به طور کلی، نتایج حاکی از آن است که خوش‌خلقی و رعایت ادب، علاوه بر ایجاد محبت در کوتاه مدت، در بلند مدت به تقویت اعتماد و پیوند عاطفی میان زوجین منجر می‌شود. همچنین، توجه به نیازهای عاطفی و روانی همسر و حمایت در شرایط دشوار، از عوامل کلیدی در پایداری و رضایت بخشی روابط زناشویی به شمار می‌روند.

فهرست منابع

* قرآن کریم.

* نهج البلاغه.

۱. اکبری، حسن، روان شناسی سازگاری زناشویی، تهران: نشر مهربان، ۱۳۹۶هـ.ش.
۲. برنز، دیوید، روانشناسی روابط خانوادگی، تهران: انتشارات روانشناسی، ۲۰۰۴م.
۳. پورجعفری، فرشته، خانواده و توانمندسازی عاطفی، تهران: انتشارات بعثت، ۱۳۹۵هـ.ش.
۴. حر عاملی، محمد بن حسن، مستدرک الوسائل، ج ۲، بیروت: دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۱۴هـ.ق.
۵. زمخشری، محمود بن عمر، الکشاف عن حقائق غوامض التنزیل، ج ۱، بیروت: دارالفکر، ۱۴۰۷هـ.ق.
۶. صفاری نیا، مجید، روان شناسی خانواده، تهران: انتشارات سمت، ۱۳۹۳هـ.ش.
۷. طباطبایی، محمد حسین، المیزان، ج ۳ و ۴ و ۱۹ و ۲۰، بیروت: دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۱۷هـ.ق.
۸. طبرسی، فضل بن حسن، میزان الحکمه، ج ۵، قم: مؤسسه دارالحديث، ۱۳۹۳ ش.
۹. فخر رازی، محمد بن عمر، تفسیر کبیر، ج ۸ و ۱۲، بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۱۰هـ.ق.
۱۰. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲ و ۵، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۹۲هـ.ش.
۱۱. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، ج ۱ و ۱۵، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴هـ.ش.
۱۲. نشابوری، مسلم بن حجاج، غرر الحکم و دررالحکم (صحیح مسلم)، قم: دار الکتب العلمیه، ۱۴۰۰هـ.ش.