

اثر بخشی تغافل و بخشش در روابط زوجین از منظر اسلام و روانشناسی

سمیه مجیدی طوین^۱

چکیده

تغافل و بخشش از آموزه‌های بنیادین دین اسلام و روان‌شناسی‌اند که در استحکام روابط زوجین نقش محوری دارند. در منابع دینی، این مفاهیم گاه به صراحت و گاه با واژگان مترادف چون عفو، صفح و مدارا مورد تأکید قرار گرفته و روان‌شناسی نیز آنها را به‌عنوان راهکارهای مؤثر برای حفظ سلامت روان و بهبود روابط معرفی می‌کند. این پژوهش با روش توصیفی-تحلیلی و کتابخانه‌ای انجام شده و به پرسش اصلی می‌پردازد که «کار بست تغافل و بخشش در زندگی مشترک چه پیامدهایی دارد؟». یافته‌ها نشان می‌دهد که اجرای همزمان این دو مهارت در روابط زن‌آشویی زمینه‌ساز کاهش تعارضات، افزایش رضایت و سلامت روان، تقویت اعتماد متقابل، گسترش محبت و صمیمیت، پیشگیری از فروپاشی خانواده، ارتقای انعطاف‌پذیری و شکل‌گیری شخصیت بالغانه در زوجین است. تحلیل داده‌ها حاکی از آن است که تغافل باید عمدتاً در امور جزئی و غیرسرنوشت‌ساز به کار رود و بخشش با هدف بازسازی رابطه و زدودن اثرات منفی خطا صورت پذیرد. نتیجه این تحقیق، ارائه یک الگوی تلفیقی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی و یافته‌های روان‌شناسی برای مدیریت هوشمندانه خطاها در زندگی مشترک است که می‌تواند به‌عنوان راهنمای عملی برای مشاوران خانواده و زوجین به کار رود.

واژگان کلیدی: بخشش، تغافل، روابط زوجین.

^۱ - دانش پژوه سطح دو حوزه علمیه فاطمیه سلام الله علیها کرج

مقدمه

تغافل و بخشش دو بحث بسیار مهم و حیاتی می باشد که با تشکیل خانواده در زندگی مشترک اهمیت دوچندانی پیدا می کند. همچنین تشکیل خانواده و رضایت از زندگی جزء مسائلی است که در ادیان مختلف و روانشناسی از آن بحث شده است.

در همین رابطه پیامبر عظیم الشان اسلام، نکاح و ازدواج را سنت خود دانسته اند و شخصی که از این سنت روی گردان باشد را از خود نمی دانند؛ زیرا زیر بنای رشد فکری و تربیتی انسان از نظام خانواده آغاز می شود. بر این اساس، خانواده به عنوان نهاد کوچک اجتماعی در تکامل انسان نقش اساسی دارد و گذشته از آن، قانون تناسل و تولید مثل از طریق آن شکل می گیرد و تربیت اولیه را بر عهده دارد و بنای تعامل و تفاهم را بین دو فرد ایجاد می کند به گونه ای که صادق ترین عواطف و علاقه ها در این پیوند بروز می کند. همچنین مطلوبیت، رضایت، خشنودی، کیفیت و کارکرد بهینه خانواده، عاملی بسیار تأثیرگذار در شکوفایی، رشد و پیشرفت اعضای خانواده است.

با تشکیل خانواده و تفاوت های شخصیتی، فرهنگی و مسائل مختلف هر یک از زوجین، گاه تعارض ها و اختلاف هایی میان زوجین به وجود می آید که برای رفع این تعارض ها و حل اختلافات، روانشناسان و مشاوران با توجه به رویکردی که در مکتب خود دارند راهکارهای متفاوتی را ارائه نموده اند. همچنین اسلام به عنوان آخرین و کامل ترین دستورات برای تحکیم پایه های زندگی خانوادگی، قوانین متناسبی را وضع کرده است. از این رو برخورد مناسب با آسیب ها و اشتباه های اجتناب ناپذیری که موجب تیرگی این روابط می شود، از اهمیت ویژه ای برخوردار است.

در رابطه با تغافل و بخشش به عنوان عوامل تأثیر گذار بر روابط زوجین مقالات و تحقیقات مختلفی انجام شده است؛ مقالات مرتبط و متشابه عبارتند از:

سمیه طالبی، کیومرث فرحبخش، ۱۴۰۲، نقش بخشش در رضایت زناشویی

آسیه موجاویمانا، هاجر ذبیحی، ۱۴۰۲، جایگاه و آثار عفو و بخشش در استحکام خانواده با تاکید بر

آیات و روایات

رحیم حمیدی پور و همکاران، ۱۳۸۹، بررسی تأثیر زوج درمانی گروهی مبتنی بر بخشش بر رضایت

زناشویی

مهدی فدایی، ۱۳۹۲، تعارض اخلاقی در تغافل از انحراف اخلاقی همسر در مواجهه با وظیفه تربیت

اخلاقی فرزندان می گوید: شوهر به عنوان فاعل اخلاقی در صورتی که با انحراف اخلاقی افشاشده همسر خویش

مواجه می شود بر اساس اصل استحکام خانواده و الویت اصل تغافل و گذشت و وجود شرایط کافی جهت تغییر محیط ، می تواند تغافل و تغییر محیط را به عنوان بهترین راه حل برای برون رفت از این تعارض برگزیند. با توجه به تحقیقات و مقالات صورت گرفته که هر کدام جداگانه به موضوع تغافل و بخشش پرداخته اند ، هیچ یک هر دو موضوع (تغافل و بخشش) را با یکدیگر در روابط همسران بررسی ننموده اند لذا ضروری است که برای اصلاح روابط همسران به هر دو موضوع پرداخته شود زیرا عمل به هردو می تواند باعث اصلاح روابط و رضایت از زندگی شود.

۱- مفهوم شناسی

در معنا شناسی واژگان کلیدی، می توان با شناخت مناسب تری ، مفهوم مقاله را فهمید و درک و شناخت، کمک به سزایی در جهت فهم عمیق تر مطالب دارد.

۱-۱- مفهوم بخشش

لغوی: در فرهنگ نفیسی بخشودگی از لحاظ لغوی به معنای بذل و عطا، عفو و مغفرت تعریف شده است.^۱ در فرهنگ عمید بخشودگی، از گناه کسی گذشت کردن، بخشاییدن و عطا کردن معنی شده است. فرهنگ معین آن را رحم کردن، شفقت کردن تعریف می کند.^۲ در فرهنگ بزرگ سخن، بخشودگی را دادن چیزی به کسی بدون دریافت چیزی در قبال آن و عفو کردن، معنی کرده است.^۳ اصطلاحی: بخشش به این معنا می باشد که خطایی را از فرد مقابل ببینیم و از آن کار آزاده شویم و در عین حال خود شخص خطاکار متوجه فهمیدن ما شود ولی بخاطر مصلحتی یا اصلاح رفتاری که توسط خطاکار انجام گردیده از اشتباه او درگذریم و او را ببخشیم.

۱-۲- مفهوم تغافل

لغوی: تغافل مصدر ثالثی مزید از باب تفاعل است، که از ریشه سه حرفی غفل گرفته شده است ابن فارس در معنای این ریشه عنوان داشته است ترک شیء به صورت نا آگاهانه می باشد.^۴ راغب نیز غفل را به معنی غافل می داند یعنی کسی که به صورت نا آگاهانه عملی را مرتکب شده است.^۵

۱ - نفیسی، علی اکبر، فرهنگ نفیسی، بی جا، خیام، چاپ پنجم، ۱۳۴۳ ش، ج ۱، ص ۵۴۳

۲ - عمید ، حسن، فرهنگ فارسی عمید، تهران، امیرکبیر، ۱۳۶۴ ش، ج ۱، ص ۳۲۱

۳ - معین، محمد ، فرهنگ معین، بی جا، زرین، چاپ سوم، ۱۳۸۶ ش، ج ۱، ص ۴۴۷

۴ - انوری، حسن، فرهنگ بزرگ سخن، بی جا، زرکوب، چاپ هشتم، ۱۳۹۳ ش، ص ۸۳۷

۵ - ابن فارس، مقاییس اللغة ، دارالفکر، ۱۳۹۹ ق ، ج ۲ ص ۳۴۱

۶ - راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، بی جا، دفتر نشر الکتاب ، چاپ دوم، ۱۴۰۴ ق ، ص ۶۰۲

اصطلاحی: تغافل عملی است که اجازه جبران خطا به فرد مقابل را می دهد زیرا با وجود اینکه متوجه خطای شخص شده ایم خود را به ندانستن می زنیم که فرد فرصت دوباره ای برای اصلاح پیدا نماید. در اصطلاح روانشناسی عبارت است از اینکه آدمی چیزی را که می داند و از آن آگاه است با اراده و به طور عمدی خود را به بی خبری و غفلت بزند و اینگونه وانمود کند که از آن ناآگاه و بی اطلاع است و در ظاهر خود را غافل نشان دهد.^۱

۱-۳ - مفهوم روابط

منابع لغوی فارسی زبان در رابطه با مفهوم روابط اینطور به بحث می پردازند که روابط جمع رابطه است که به معنی پیوندها، بستگی ها ، مناسبات^۲، ارتباط و اتصال میان دو یا چند چیز یا شخص^۳ می باشد. در لغت نامه های عربی بدین شکل به مفهوم روابط پرداخته شده است که : العلاقة و الارتباط بین الشخص او الاشياء همچنین جمع روابط می باشد به معنی پیوندها، رشته ها و مناسبات میان اشخاص ، امور^۴ و کشورها^۵.

روابط در اصطلاح روانشناسی به معنای الگوی تعامل و پیوند میان دو یا چند نفر یا پدیده است که می تواند بر پایه عاطفه، شناخت ، رفتار یا ساختارهای اجتماعی شکل گیرد.^۶

۱-۴ - مفهوم زوجین

لغوی: زوجین جمع زوج است^۷ و به معنی دو همسر یا یک جفت که در نکاح یا پیوند همسری قرار دارند می باشد.^۸

اصطلاحی: زوجین در اصطلاح فقهی، به دو طرف عقد نکاح صحیح (مرد و زن) گفته می شود که با ایجاب و قبول شرعی، پیوند زناشویی شرعی یافته اند.^{۱۰}

۱- اکمن، پ.، و فریزن، دبلیو. وینشت غیرکلامی و سرخهایی برای فریب. روانپزشکی، ۱۹۶۹ م، ص ۸۸

۲ - معین، فرهنگ فارسی معین، ص ۳۸۹۱

۳ - دهخدا، لغت نامه دهخدا، ص ۱۲۱۸۲- عمید ، فرهنگ عمید، ص ۸۷۶

۴ - مصطفی، ابراهیم، المعجم الوسیط، دار الدعوة، ترکیه، ۱۳۶۸ ش ، ص ۳۵۶

۵ - ابن منظور، لسان العرب، ج ۷، ص ۳۷۱

۶ - لويس معلوف، المنجد فی اللغة (بیروت: دارالمشرق، ۱۹۸۶)، ص ۳۷۲.

۷ - آلفرد گلدنر و لارنس رینولدز، فرهنگ علوم اجتماعی، ترجمه باقر ساروخانی (تهران: انتشارات کیهان، ۱۳۷۵)، ص ۴۰۵.

۸ - ابن منظور، لسان العرب، ج ۳، ص ۱۸-۱۹

۹ - معین، فرهنگ فارسی معین، ج ۳ ، ص ۳۸۴۲

۱۰ - محمدحسن بن باقر نجفی، *جواهر الکلام فی شرح شرایع الاسلام*، ج ۲۹ (بیروت: دار إحياء التراث العربی، بی تا)، ص ۲۳۶.

تغافل و بخشش از منظر اسلام

در رابطه با تغافل و بخشش در ادبیات دینی بحث های فراوانی مطرح شده است که گاهی به صورت دقیق از خود کلمات تغافل و بخشش استفاده شده است و گاهی بحث بخشش و تغافل را با کلمات متفاوتی به میان می آورد و خداوند متعال در قرآن کریم انسان ها را به این مهم راهنمایی می فرماید تا جاییکه گاهی از امر استفاده نموده و طبق علم اصول که صیغه امر دلالت بر وجوب می کند این عمل را بر انسان واجب می داند که حتما انسان باید در زندگانی شخصی خود از صفات بخشش و تغافل استفاده نماید آنجایی که می فرماید: «گذشت (عفو) را پیشه کن، و به کار پسندیده فرمان ده، و از نادانان روی بگردان.»^۱

همچنین در کنار اینکه از خود کلمه عفو در قرآن استفاده شده است، از کلمات مترادف در آیات مختلف برای این مهم استفاده شده است و انسان را به داشتن این صفت تشویق می نماید که برای نمونه می توان به آیات زیر اشاره نمود:

۱- آیه عفو و صفح: «پس از آنان درگذر و چشم پوشی کن، که خداوند نیکوکاران را دوست دارد.»^۲
در این آیه خداوند دستور به چشم پوشی و گذر از کنار موضوع را داده است که اگر خطایی را دیدی نیاز نیست در همه جا به آن خطا پردازی بلکه گاهی جهت حفظ روابط باید از کنار آن گذشت و گویی اصلا متوجه آن موضوع نشده ای که بهترین محل برای عمل به این آیه، زندگی مشترک و رابطه با همسر می باشد زیرا بخاطر اختلاف روحيات و صفات مختص به هر کدام از زن و مرد، گاهی رفتاری اتفاق می افتد که چشم پوشی لازمه شیرین شدن و حفظ حریم زن و مرد است.

۲- آیه کاظمین الغیظ و عافین عن الناس

در زندگی مشترک و روزمره انسان اتفاقات تلخ و شیرین بسیاری رقم می خورد که موجب ناراحتی و هیجان خشم در انسان می شود و اگر این هیجان کنترل نشود، موجب نارضایتی و تلخ کامی زندگی می شود.^۳
خداوند در آیه کاظمین الغیظ و عافین عن الناس «همان کسانی که خشم خود را فرو می برند و از مردم درمی گذرنند؛ و خدا نیکوکاران را دوست دارد.»^۴

۱ - اعراف: ۱۹۹ «خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ»

۲ - مائده: ۱۳ «فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاصْفَحْ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ»

۳ - قائمی، علی، اخلاق در خانواده (تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان، ۱۳۸۵)، ص ۱۹۸.

۴ - آل عمران: ۱۳۴ «وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ»

۴. انتخاب: انتخاب بخشش و رهایی از رنج^۱.

در حوزه روان‌شناسی، تغافل به معنای نادیده گرفتن آگاهانه یا ناآگاهانه برخی اطلاعات یا محرک‌ها است^۲. این عمل می‌تواند به عنوان یک مکانیسم دفاعی برای کاهش اضطراب یا استرس عمل کند^۳. به عبارت دیگر، فرد به طور انتخابی توجه خود را به جنبه‌های خاصی از یک موقعیت متمرکز می‌کند و از جنبه‌های دیگر غافل می‌شود.

فواید روان‌شناختی تغافل عبارت‌اند از:

۱- کاهش استرس: تغافل می‌تواند به کاهش استرس و اضطراب ناشی از اطلاعات یا موقعیت‌های ناخوشایند منجر شود^۴.

۲- حفظ روابط: در روابط بین فردی، تغافل می‌تواند به حفظ صلح و جلوگیری از درگیری‌های بی‌مورد کمک کند^۵.

۳- افزایش تمرکز: تغافل می‌تواند به افزایش تمرکز بر روی اهداف مهم و جلوگیری از پرت شدن حواس کمک کند^۶.

۱ - ان‌رایت، رابرت دی.، و فیتزگیبونز، ریچارد ال، بخشش: نظریه، پژوهش و کاربرد. ترجمه غلامرضا خشنود حسینی، ص ۹۰
۲ - اتکینسون، ریچارد سی. و همکاران، *زمینه روان‌شناسی هیلگارد*، ترجمه محمدنقی براهنی و همکاران (تهران: نشر رشد، ۱۳۸۷)، ص ۱۶۵.

۳ - کوهن، رونالد جی، *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه یحیی سیدمحمدی (تهران: نشر ارسباران، ۱۳۹۸)، ص ۶۵.

۴ - اتکینسون و همکاران، زمینه روان‌شناسی هیلگارد. ترجمه محمدنقی براهنی و همکاران، ص ۴۷۵

۵ - فینچام، فرانک دی. و همکاران، *بخشش در روابط زناشویی*، ترجمه حمید یعقوبی (تهران) ص ۹۰.

۶ - اتکینسون و همکاران، زمینه روان‌شناسی هیلگارد. ترجمه محمدنقی براهنی و همکاران، ص ۱۶۵

نتیجه گیری

تغافل و بخشش و کلمات مترادف با آن ها طبق آیات و روایات و روانشناسی دو روش بسیار مهم می باشند که هرچند در زندگی اجتماعی آثار و برکات فراوانی را به همراه دارد و با توجه به اینکه خداوند انسان ها را از دو جنس زن و مرد آفریده است و برای هر کدام از این افراد، ویژگی ها و صفات مختص به آن نوع را در ذات او قرار داده است، به همین خاطر در زندگی زناشویی بین زوجین گاه تعارضات و اختلافاتی به وجود خواهد آمد که بهترین راه جهت تداوم مهر و محبت و شیرینی زندگی زناشویی استفاده از بخشش و تغافل می باشد و اگر هر یک از همسران از این دو روش (تغافل و بخشش) در زندگی خود استفاده ننماید روز به روز شاهد تلخ شدن زندگی و از بین رفتن عاطفه و گسستن تار و پود زندگی خواهد شد.

تغافل و بخشش باید به صورت همزمان در زندگی شخصی و اجتماعی تاثیر دارد و منجر به کاهش اختلافات و آسیب ها می شود و در اثر کاهش اختلافات، سلامت روان و رضایت از زندگی در میان زوجین افزایش چشمگیری پیدا می نماید؛ لذا اگر هر کدام از این (تغافل و بخشش) به صورت جداگانه مورد استفاده افراد قرار بگیرد، نتایج سودمندی را در پی دارد اما باید به این نکته نیز توجه نمود که استفاده طولانی مدت تنها از یکی از این دو مورد، آسیب هایی را ایجاد می نماید و نیز در زندگی باید توجه داشت که تغافل مربوط به امور جزئی می باشد و کلیات را در بر نمی گیرد و باید توصیه هایی را مد نظر قرار داد.

فهرست منابع

* قرآن کریم

* نهج البلاغه

منابع فارسی

۱. آمدی، عبدالواحد بن محمد تمیمی. **غررالحکم و دررالکلم**، ترجمه محمدی ری شهری. قم: دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، چاپ اول، ۱۳۷۶ش
۲. اتکینسون، و همکاران، **زمینه روان‌شناسی هیلگارد**، ترجمه محمدنقی براهنی و همکاران. تهران: انتشارات رشد، چاپ بیستم
۳. ان‌رایت و همکاران، **بخشش: نظریه، پژوهش و کاربرد**، ترجمه غلامرضا خشنود حسینی، تهران، انتشارات بعثت، چاپ اول، ۱۳۹۷ش
۴. انوری، حسن، **فرهنگ بزرگ سخن**، بی جا، زرکوب، چاپ هشتم، ۱۳۹۳ش
۵. پاینده، ابوالقاسم، **نهج الفصاحه**، تهران، دنیای دانش، ۱۳۸۲ش
۶. الحرّ عاملی، محمد بن حسن. **وسائل الشیعه**، ترجمه جمعی از مترجمان. قم: انتشارات آل‌البیت(ع)، چاپ اول، ۱۴۱۴ق
۷. حیدری، حسن، **مهارت‌های همسر‌داری**، چاپ ششم، نشر گل‌نرگس، ۱۳۹۳ش
۸. دهخدا، علی اکبر، همکاران، **لغت نامه دهخدا**، موسسه چاپ و انتشارات دانشگاه تهران، روزنه، چاپ دوم، ۱۳۷۷ش
۹. رضایی اصفهانی، محمدعلی، **تفسیر قرآن مهر**، قم، پژوهش‌های تفسیر و علوم قرآن، ۱۳۸۷ش
۱۰. عمید، حسن، **فرهنگ فارسی عمید**، تهران، امیرکبیر، ۱۳۶۴ش
۱۱. فینچام و همکاران، **بخشش در روابط زناشویی**، ترجمه حمید یعقوبی، تهران، انتشارات ارجمند، چاپ اول، ۱۳۹۴ش
۱۲. قائمی، علی، **اخلاق در خانواده**، تهران، انجمن اولیا و مربیان. چاپ یازدهم، ۱۳۸۰ش
۱۳. قرائتی، محسن، **تفسیر نور**، قم، مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن، ۱۳۸۳ش

۱۴. کوهن، رونالد جی ، نظریه‌های شخصیت ، ترجمه یحیی سیدمحمدی ، تهران ، انتشارات روان، چاپ هفتم، ۱۳۹۸ش
۱۵. لیوبومیرسکی، سونیا، چگونه شاد باشیم، ترجمه مهدی قراچه‌داغی تهران ، نشر قطره ، ۱۴۰۰ش
۱۶. مجلسی، محمد باقر، بحار الأنوار، ترجمه علی دوانی و دیگران. قم ، انتشارات اسلامی، چاپ اول، ۱۳۷۶ش
۱۷. محمدی ری‌شهری، محمد. دانشنامه قرآن و حدیث: فرهنگ موضوعی احادیث ، قم: مؤسسه علمی فرهنگی دارالحدیث، چاپ اول، ۱۳۸۶ش
۱۸. ----- ، میزان الحکمة ، قم ،دارالحدیث، چاپ اول، ۱۳۸۶ش
۱۹. ----- ،دانشنامه قرآن و حدیث: فرهنگ موضوعی احادیث،قم، مؤسسه علمی فرهنگی دارالحدیث .چاپ اول، ۱۳۸۶ش
۲۰. معین، محمد ، فرهنگ معین، بی جا، زرین، چاپ سوم، ۱۳۸۶ ش
۲۱. مکارم شیرازی، ناصر، اخلاق در قرآن ،قم ، مدرسه الإمام علی بن ابی طالب (علیه السلام) ، 1385ش
۲۲. ----- ، تفسیر نمونه ،تهران ، دارالکتب الاسلامیه ، چاپ چهل و چهارم ، ۱۳۸۲ ش
۲۳. ----- ، اخلاق در خانواده، قم: انتشارات امام علی بن ابی‌طالب(ع)، چاپ پنجم، ۱۳۹۲ش
۲۴. نفیسی،علی اکبر، فرهنگ نفیسی، بی جا، خیام، چاپ پنجم، ۱۳۴۳ ش
۲۵. نوری، حسین بن محمدتقی، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، بیروت، مؤسسه آل البيت عليهم السلام لاحیاء التراث، ۱۳۶۶ ش
۲۶. مظاهری، حسین ،اخلاق در خانه ، قم ، دفتر انتشارات اسلامی، چاپ دوم، ۱۳۸۲ش
۲۷. ورثینگتون، اورت ال،بخشش در روان‌شناسی. ترجمه حمید خوشنویس،تهران، انتشارات ارجمند، چاپ اول، ۱۳۹۸ش

منابع عربی

۱. آمدی، عبد الواحد بن محمد تمیمی ، غرر الحکم و درر الکلم، قم، دار الکتاب الإسلامی، چاپ دوم، ۱۴۱۰ ق
۲. ابن شعبه الحرانی، تحف العقول،بی جا، بی تا، چاپ دوم، ۱۴۰۴ - ۱۳۶۳ ش
۳. ابن منظور، لسان العرب، بیروت - لبنان، دار الفکر ، بی تا
۴. ابن فارس، مقاییس اللغة ، دارالفکر، ۱۳۹۹ ق

۵. الحرّ العاملي، محمد بن الحسن ، وسایل الشيعه، قم، مؤسسه آل البيت عليهم السلام لإحياء التراث، بی تا
۶. راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، بی جا، دفتر نشر الكتاب ، چاپ دوم، ۱۴۰۴ ق
۷. طباطبایی، محمدحسین، المیزان فی تفسیر القرآن ، قم ، جامعه مدرسين حوزه علمیه قم، ۱۴۱۷ق
۸. مصطفی، ابراهیم، المعجم الوسيط، دار الدعوة، ترکیه، ۱۳۶۸ش

فهرست مقالات

۱. صفایی تخته فولادی؛ محمدرضا ، ذوالفقاری ، مطهره ، « بررسی تاثیر، بایسته ها و نبایسته های اصل تغافل در تربیت فرزندان از دیدگاه اسلام» ، همایش قرآن و روانشناسی ، ۱۳۹۹، دوره ۱
۲. فدایی، مهدی، « تعارض اخلاقی در تغافل از انحراف اخلاقی همسر در مواجهه با وظیفه تربیت اخلاقی فرزندان » ، نشریه اخلاق ، پاییز ۱۳۹۲ ، سال سوم/شماره ۱۱
۳. اکمن، پ.، و فریزن، دبلیو. وینشت غیرکلامی و سرنخ‌هایی برای فریب. روانپزشکی، ۱۹۶۹م

منابع الکترونیکی

۱. جامع الاحادیث ۳،۵