

بسم الله الرحمن الرحيم

جهاد بانفس با تاكيد بر نقش جايفاه زن در خانواده

مه لقا مرادپور^۱

^۱ - طلبه پایه پنجم، سطح دو، حوزه علمیه زینبیه (سلام الله علیها)، زمستان ۱۴۰۳

چکیده

جهاد با نفس، از مفاهیم کلیدی در تربیت اسلامی و از ارکان اصلی سیر و سلوک الی الله محسوب می‌شود. خانواده در اسلام به عنوان بنیان جامعه و زن به عنوان محور تربیتی خانواده، نقشی اساسی در این نظام ایفا می‌کند. جهاد با نفس برای زنان به عنوان یک مسئولیت فردی و یک مأموریت اجتماعی مطرح می‌شود. زنانی که در مسیر جهاد با نفس گام برمی‌دارند، با ایجاد محیطی آرام و معنوی در خانواده، تربیت فرزندانی با اخلاق و ارزش‌های اسلامی، تقویت روابط زنانشویی، تأثیرات مثبتی بر خانواده خود دارند. مذهب شیعه، با تأکید بر آموزه‌های اهل بیت (علیهم السلام)، راهکارهای علمی و عملی برای اجرای این جهاد در زندگی خانوادگی ارائه می‌دهد. زنان می‌توانند با کمک شناخت نفس، تمرین تقوا و ارتباط با خدا، صبر و شکیبایی، مشورت گرفتن از افراد مجرب، محاسبه نفس، کنترل احساسات و برقراری ارتباط مؤثر، الگویی عملی برای فرزندان و همسر باشند. در این نوشتار به بررسی جهاد بانفس با تأکید بر نقش جایگاه زن در خانواده از نگاه اسلام پرداخته شده است.

کلیدواژه: اسلام، جهاد، خانواده، زن، نفس

مقدمه

جهاد با نفس به عنوان یکی از مهم‌ترین آموزه‌های اخلاقی اسلام، مبارزه‌ای درونی است که در آن انسان تلاش می‌کند تمایلات و گرایش‌های نفسانی خود را در چارچوب عقل و شرع کنترل کند. این مبارزه، نه تنها زیربنای خودسازی فردی است، بلکه زمینه‌ساز تحقق جامعه‌ای اخلاق‌مدار و الهی نیز به‌شمار می‌آید. در متون دینی و منابع شیعی، جهاد با نفس مورد تأکید فراوان قرار گرفته است. و خانواده، به‌عنوان مهم‌ترین نهاد اجتماعی و نخستین محیط تربیتی انسان، جایگاه ویژه‌ای در آموزه‌های اسلامی دارد. در این میان، زنان به‌عنوان محور عاطفی و تربیتی خانواده، نقش مهمی در مدیریت این محیط ایفا می‌کنند. با توجه به اهمیت جهاد با نفس، این مبارزه در زندگی روزمره با چالش‌های متعددی همراه است. بنابراین در این مقاله به بررسی روش‌های علمی و عملی جهاد با نفس زنان در خانواده پرداخته شده است. تعادل میان مسئولیت‌های مختلف، مواجهه با وسوسه‌ها و مقابله با مشکلات زندگی، از جمله چالش‌هایی است که زنان با آن روبه‌رو هستند. با این حال، ارتباط مستمر با خداوند از طریق عبادات، محاسبه نفس، صبر و شکیبایی، و بهره‌گیری از تعالیم اهل بیت (علیهم‌السلام) می‌تواند ابزارهایی مؤثر برای موفقیت در این مسیر باشد. جهاد با نفس، نه تنها راهی برای رسیدن به کمال اخلاقی و معنوی است، بلکه مسیری برای ایجاد محیطی آرام، معنوی و پویا در خانواده و جامعه است. هدف این مقاله تبیین مفهوم جهاد با نفس، اهمیت آن در زندگی انسان و جایگاه ویژه زنان در تحقق آن در خانواده، از منظر آموزه‌های اسلامی و شیعی می‌باشد که با روش توصیفی تحلیلی و کتابخانه‌ای و با استناد به آیات قرآن و احادیث و کتاب‌های مختلف بدان پرداخته شده است. برخی از کتاب‌هایی که درباره جهاد با نفس زن در خانواده نگاشته شده اند عبارتند از: کتاب جهاد زن نوشته اعظم رحمتی، کتاب جهاد اکبر نوشته سجاد نصیری، کتاب جایگاه زن در اسلام و کتاب نظام حقوق زن در اسلام نوشته مرتضی مطهری، کتاب جهاد با نفس نوشته شیخ حر عاملی ترجمه غلامحسین انصاری و چندین کتاب دیگر، با توجه به آیات قرآن و تعالیم اسلامی، جهاد با نفس یکی از مفاهیم برجسته برای تزکیه‌ی نفس و رسیدن به کمال انسانی تعریف می‌شود. این جهاد، اساس تربیت فردی و اجتماعی را شکل می‌دهد و زن نقشی کلیدی در این مسیر، برای ایجاد و تقویت بنیان‌های اخلاقی و معنوی خانواده ایفا می‌کند.

مفهوم جهاد با نفس

جهاد با نفس، یکی از مفاهیم کلیدی در تربیت اسلامی و به معنای مبارزه با تمایلات نفسانی و گرایش‌های غیرالهی، و تلاش برای جا دادن آن تمایلات و گرایش‌ها در چارچوب عقل و شرع است.^۱ در حدیثی از پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله)، جهاد با نفس به عنوان "جهاد اکبر" توصیف شده است: «رجعنا من الجهاد الاصغر الى الجهاد الاکبر؛ ما از جهاد اصغر بازگشتیم به سوی جهاد اکبر».^۲

اهمیت جهاد با نفس

در متون شیعی، جهاد با نفس یکی از ارکان اصلی سیر و سلوک الی الله محسوب می‌شود.^۳ امام علی (علیه السلام) در نهج‌البلاغه می‌فرماید:

«غلبه کردن بر نفس، بزرگترین پیروزی است. این نگاه، نشان از تأکید ویژه‌ای دارد که مذهب شیعه بر خودسازی و اصلاح درونی انسان‌ها دارد. جلوه‌های ملکوتی نفس ناطقه، رهیابی عقل به معارف الهی و عروج روح در ملکوت اعلا و کسب عزت و کرامت انسان، پیش از هر چیز، در گرو پالایش روح و ریاضت و مجاهده با نفس اماره است».^۴

مبارزه با نفس نیازمند ابزارها و راهکارهایی است که در متون دینی به تفصیل بیان شده است. ارتباط مستمر با خداوند از طریق عبادات واجب و مستحب و تأمل و محاسبه نفس، صبر و شکیبایی در برابر مشکلات و وسوسه‌ها و تدبر در آیات الهی و ... راه‌هایی برای مقابله با نفس هستند.^۵

امام کاظم (علیه السلام) می‌فرماید: «کسی که هر روز اعمال خود را محاسبه نکند، از ما نیست».^۶

۱- مصباح یزدی، اخلاق در قرآن، ج ۱، ص ۲۰۷

۲- متقی هندی، کنز العمال: ۱۱۲۶۰

۳- خمینی، دانشنامه امام خمینی، ص ۶۰۴

۴- نهج البلاغه، نامه ۴۵

۵- امینی، خودسازی، ص ۵۰

۶- شیخ مفید، الاختصاص، ج ۱، ص ۲۶

جایگاه زن در خانواده

خانواده در اسلام به عنوان بنیان جامعه معرفی شده و زن به عنوان محور تربیتی خانواده، نقشی اساسی در این نظام ایفا می‌کند. جهاد با نفس برای زنان در خانواده نه تنها به عنوان یک مسئولیت فردی بلکه به عنوان یک مأموریت اجتماعی نیز مطرح است.^۱

آیات متعددی از قرآن کریم و احادیث اهل بیت (علیه السلام) بر اهمیت خانواده تأکید دارند، از جمله آیه ۲۱ سوره روم که می‌فرماید: «وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً؛ و میان شما رأفت و مهربانی برقرار فرمود.»^۲

زن در خانواده شیعی، نه تنها به عنوان مادر و همسر، بلکه به عنوان مربی و مدیر اصلی خانواده نقش‌آفرینی می‌کند. امام خمینی (رحمه الله) در این زمینه می‌فرمایند: «دامان زن، مدرسه‌ای است که در آن انسان‌ها تربیت می‌شوند.»^۳ از نگاه مذهب شیعه، زن در خانواده مسئولیت تربیت دینی فرزندان و حفظ ارزش‌های اسلامی را بر عهده دارد. در احادیثی از امام صادق (علیه السلام)، تربیت فرزندان به عنوان یکی از وظایف کلیدی والدین، به‌ویژه مادران ذکر شده است.^۴

زنان در زندگی روزمره با چالش‌های متعددی مواجه هستند که نیاز به جهاد با نفس را برجسته می‌کند. از جمله: تعادل بین نقش‌های مختلف (مادری، همسری و شغلی)، مقابله با وسوسه‌ها و گرایش‌های دنیوی، حفظ صبر و آرامش در مواجهه با مشکلات. زنانی که در مسیر جهاد با نفس گام برمی‌دارند، تأثیرات مثبتی بر خانواده خود دارند: ایجاد محیطی آرام و معنوی در خانواده، تربیت فرزندانی با اخلاق و ارزش‌های اسلامی، تقویت روابط زناشویی با حفظ مودت و رحمت.^۵

اهل بیت (علیه السلام) همواره بر اهمیت جهاد با نفس و نقش زن در خانواده تأکید داشته‌اند. از جمله پیامبر (صلی الله علیه و آله) فرموده اند: «خَيْرُ مَتَاعِ الدُّنْيَا الْمَرْأَةُ الصَّالِحَةُ؛ بهترین متاع دنیا،

۱ - جوادی آملی، زن در آینه جلال و جمال، ص ۲۰۲

۲ - روم: ۲۱

۳ - خمینی، صحیفه، ج ۷، ص ۳۳۹

۴ - فلسفی، گفتار فلسفی، ج ۱، ص ۲۶۶

۵ - مجموع نویسندگان، تأملی برجایگاه زن، ج ۲، ص ۱۹۷

نتیجه‌گیری

در این تحقیق به بررسی جهاد بانفس با تاکید بر نقش جایگاه زن در خانواده پرداخته شده است. ابتدا تعریفی از جهاد با نفس ذکر شده است. با توجه به اینکه جهاد با نفس و جایگاه زن در خانواده، در اسلام از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است، برخی از مهم‌ترین روش‌های علمی و عملی جهاد با نفس زن در خانواده از متون دینی استخراج و در این مقاله آورده شده است. جهاد با نفس، یکی از مفاهیم کلیدی در تربیت اسلامی و به معنای مبارزه با تمایلات نفسانی و گرایش‌های غیرالهی است و یکی از ارکان اصلی سیر و سلوک الی الله محسوب می‌شود. خانواده در اسلام به عنوان بنیان جامعه معرفی شده و زن به عنوان محور تربیتی خانواده، نقشی اساسی در این نظام ایفا می‌کند. جهاد با نفس، به عنوان جهاد اکبر، فراتر از یک مسئولیت فردی، راهی برای رشد و تعالی درونی و ابزاری برای تأمین آرامش و استحکام خانواده است. زنان در مکتب اسلام و مذهب شیعه، با تکیه بر آموزه‌های اهل بیت (علیهم‌السلام) و بهره‌گیری از ابزارهایی چون خودشناسی، ارتباط با خدا، تقوا، محاسبه، مشورت، صبر و محبت، برقراری ارتباط مؤثر به عنوان الگوی رفتاری می‌توانند نقشی کلیدی در ایجاد محیطی معنوی و پر از آرامش در خانواده ایفا کنند. تأکید بر این جهاد در آموزه‌های دینی نشان‌دهنده اهمیت ویژه آن در تکامل فردی و اجتماعی است. حرکت در مسیر جهاد با نفس، افزون بر تأثیرات مثبت بر زندگی شخصی، به تحکیم ارزش‌های اخلاقی و دینی در جامعه کمک می‌کند و مسیر نزدیکی به خداوند متعال و کمال انسانی را هموار می‌سازد. عدم آگاهی از آموزه‌های دینی و مهارت‌های همسررداری، فشارهای اقتصادی و اجتماعی، نادیده گرفتن اهمیت روابط عاطفی، خستگی و استرس ناشی از مسئولیت‌های روزمره از جمله موانع زنان برای جهاد با نفس است که با برگزاری دوره‌های آموزشی برای بانوان در زمینه مهارت‌های همسررداری، تقویت ارتباطات معنوی از طریق انجام عبادات و مطالعه آموزه‌های دینی برای کاهش تنش‌های روحی، ترویج فرهنگ مشاوره و استفاده از کمک کارشناسان در صورت بروز مشکلات خانوادگی، بهره‌گیری از حمایت همسر و اعضای خانواده و برنامه‌ریزی مناسب برای مدیریت وظایف روزمره از جمله راهکارهایی هستند که برای پیشرفت زنان پیشنهاد می‌شوند. اما با توجه به کمبود منابع مرتبط و عدم دسترسی به برخی از منابع و همچنین مجال اندک، موضوع، نیاز به پژوهش‌های دیگری دارد که در دایره این مقاله نمی‌گنجد.

فهرست مطالب

قرآن کریم؛ ترجمه قمشه ای، الهی

نهج البلاغه؛ ترجمه موسوی گرمارودی، علی

کتب فارسی

۱- ارفع، کاظم، اصلاح نفس، بی جا: فیض کاشانی، ۱۳۶۸ ش.

۲- امینی، ابراهیم، خودسازی، قم: شفق، چ ۱۷، ۱۳۹۵ ش.

۳- آذربایجانی، مسعود، و همکاران، روان‌شناسی اجتماعی با نگرش به منابع اسلامی، بی جا: سمت، ۱۳۹۰ ش.

۴- بندرچی، محمدرضا، نگاهی به قوانین خانواده در قرآن کریم، مشهد: دانشگاه فردوسی، ۱۳۷۹ ش.

۵- بهاری همدانی، محمد، تذکره المتقین، بی جا: انتشارات نهانندی، بی تا.

۶- بچاری، فریبا، شورا و مشورت در آیینه قرآن و نهج البلاغه، بی جا، انتشارات سیادت، ۱۳۹۶ ش.

۷- جوادی آملی، عبدالله، زن در آینه جلال و جمال، بی جا: اسراء، چ ۱۲، ۱۳۸۵ ش.

۸- حدادی، محمدرضا، بروید با هم بسازید توصیه‌های رهبر انقلاب به زوج‌های جوان، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۸ ش.

۹- خمینی، روح‌الله، دانشنامه امام خمینی، ج ۳، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، ۱۴۰۰ ش.

۱۰- رحیمی، عباس، خانواده موفق، قم: انتشارات جمال، چ ۶، بی تا.

۱۱- زکریا، ابراهیم، روانشناسی زن، بی جا: انتشارات مصر، بی تا.

- ۱۲- ساروخانی، باقر، مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی خانواده، بی جا: انتشارات طاعتی، چ ۲۲، ۱۴۰۱ ش.
- ۱۳- حائری شیرازی، محمدصادق، تربیت دینی کودک، بی جا: نشر معارف، ۱۳۹۹ ش.
- ۱۴- حق شناس، جعفر، زن در خانواده، بی جا: انتشارات باقرالعلوم، ۱۳۹۰ ش.
- ۱۵- حسین آبادی، معصومه، سبک زندگی اسلامی شادی و خشنودی زنانشویی زنان، انتشارات بهنام قلم، ۱۳۹۷ ش.
- ۱۶- خمینی، روح الله، صحیفه امام، ج ۷، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، ۱۳۶۸ ش.
- ۱۷- _____، جهاد اکبر، نشر موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، ۱۳۷۲ ش.
- ۱۸- فلسفی، محمدتقی، گفتار فلسفی، بی جا: نشر فرهنگ اسلامی، چ ۹، ۱۳۹۸ ش.
- ۱۹- قرائتی، محسن، درس هایی از قرآن، قم: انتشارات اسلامی، ۱۳۶۳ ش.
- ۲۰- مجموع نویسندگان، تأملی برجایگاه زن، ج ۲، بی جا: ستاد بزرگ داشت میلاد امام خمینی، ۱۳۸۰ ش.
- ۲۱- مطهری، مرتضی، فلسفه اخلاق، بی جا، انتشارات صدرا، چ ۴۲، ۱۳۹۵ ش.
- ۲۲- محمودیان و همکاران، دانش خانواده، تهران: سمت، بی تا.
- ۲۳- مکارم شیرازی، ناصر، اخلاق در قرآن، ج ۲، قم: موسسه اسلامی، بی تا.
- ۲۴- _____، تفسیر نمونه، ج ۱۶، دار الکتب الاسلامیه، چ ۷، ۱۳۶۹ ش.
- ۲۵- محمدی بختیاری، مصطفی، نقش دین در بهداشت روان از منظر قرآن، بی جا: انتشارات زائر، ۱۳۹۱ ش.
- ۲۶- ملک زاده، فهیمه، حقوق ناشی از ازدواج در اسلام و برخی جوامع غربی، تهران: فلاح، ۱۳۸۴ ش.

۲۷- مصباح یزدی، محمدتقی، اخلاق در قرآن، قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، چ ۸، ۱۳۹۱ ش.

۲۸- مهدوی کنی، محمدرضا، نقطه‌های آغاز در اخلاق اسلامی، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۷۱ ش.

۲۹- مطهری، مرتضی، روابط زن و مرد در اسلام، بی جا: انتشارات صدرا، ۱۴۰۲ ش

۳۰- مظاهری، حسین، صبرکیمیای سعادت انسان، بی جا: نشر الزهراء، چ ۲، ۱۳۹۳ ش

۳۱- موسوی، اشرف سادات، چگونه به رشد هیجانی و روانی کودک کمک کنیم؟، بی جا: انتشارات مهر کاویان، ۱۳۸۹ ش.

۳۲- محمودی‌الیگودرزی، امیر ملک، راز شاد زیستن و خوشبختی در کانون گرم خانواده، بی جا: انتشارات منشور وحی، چ ۵۱، ۱۳۹۰ ش.

۳۳- هاشمی، مجتبی، تربیت و شخصیت انسانی، قم: بوستان کتاب، چ ۲، ۱۳۶۷ ش.

۳۴- نصیری، سجاد، جهاد اکبر، بی جا: انتشارات متخصصان، ۱۴۰۰ ش.

۳۵- یوسفیان، نعمت‌الله، مدیریت زن در خانواده، بی جا: انتشارات زمزم هدایت، چ ۲، ۱۳۸۹ ش.

کتاب عربی

۱- بخاری، محمد، صحیح البخاری، (نور احراری، عدالعی)، بی جا: انتشارات شیخ الاسلام احمد جام، چ ۴، ۱۳۹۱ ش.

۲- پاینده: ابوالقاسم، نهج الفصاحه، بی جا: انتشارات جاویدان، چ ۲، ۱۳۵۶ ش.

۳- تمیمی آمدی، عبدالواحد، غررالحکم، قم: موسسه دارالحديث العلمیه، ۱۳۸۳ ش.

۴- صدوق، محمد بن علی، من لا یحضره الفقیه، (محقق، غفاری)، علی اکبر، ج ۳، قم، انتشارات اسلامی، چ ۲، ۱۴۱۳ ق.

- ۵- طبرسی، علی، مشکاة الأنوار فی غرر الأخبار، ج ۱، بی جا: نشر دارالحديث، ۱۳۸۵ش.
- ۶- عاملی، حر، وسائل الشیعة، ج ۱۱، بی جا: نشر آل البيت، ۱۴۱۴ق.
- ۷- محدث نوری، حسین، مستدرک الوسائل، ج ۱۴، قم: موسسه آل البيت، ۱۳۶۸ش.
- ۸- مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، ج ۱۳، بیروت: موسسه الوفا، ۱۴۰۳ ق.
- ۹- _____، بحار الانوار، ج ۲، بیروت: مؤسسه الوفاء، ۱۴۰۴ق.
- ۱۰- مفید، محمد، الاختصاص، (صابری، حسین)، بی جا، نشر صف، ۱۳۸۸ش.
- ۱۱- نجاتی، محمد عثمان، قرآن وروانشناسی، (عرب، عباس)، مشهد: نشر بنیاد پژوهش های اسلامی آستان قدس رضوی، بی تا.
- ۱۲- هندی، متقی، کنز العمال، قم: نشر مکتب اسلامی، ۱۳۸۹ش.