



نگاه به نامحرم و تأثیر آن بر روابط زوجین از دیدگاه اسلام

مریم صحرانورد^۱

^۱ - سطح ۲ (کارشناسی)، مدرسه علمیه زینبیه سلام الله علیها

چکیده

مقاله حاضر به بررسی «نگاه به نامحرم و تأثیر آن بر روابط زوجین در اسلام» پرداخته است. هدف این تحقیق تحلیل دینی و فقهی نگاه به نامحرم و آثار آن بر روابط زناشویی است. در ابتدا، مفهوم نگاه به نامحرم در قرآن کریم و روایات معصومین (علیهم السلام) تحلیل شده و بر لزوم «غض بصر» تأکید گردیده است. سپس، تحلیل فقهی نشان می‌دهد که نگاه به نامحرم در فقه امامیه به‌عنوان گناهی با پیامدهای منفی فردی و اجتماعی شناخته می‌شود. این نگاه‌ها می‌توانند زمینه‌ساز مشکلات روانی، عاطفی و اجتماعی شوند که بر روابط زوجین تأثیر منفی می‌گذارد. در ادامه، آثار نگاه به نامحرم بر روابط زوجین بررسی شده و مشکلاتی نظیر کاهش محبت، بی‌اعتمادی و آسیب‌های جنسی و روانی مورد توجه قرار گرفته است. در نهایت، مقاله به این نتیجه می‌رسد که نگاه به نامحرم نه تنها روابط فردی بلکه بنیان خانواده و جامعه را تهدید می‌کند و رعایت آموزه‌های دینی و فقهی در این زمینه می‌تواند به حفظ روابط زناشویی سالم و پایدار کمک کند.

کلید واژگان: زوجین، نامحرم، نگاه

مقدمه

نهاد خانواده، به عنوان اساسی ترین کانون پرورش و آرامش انسان، تأثیری ژرف بر سلامت روانی و اجتماعی فرد و جامعه دارد. ثبات و پایداری این نهاد، وابسته به روابط سالم، صمیمی و مسئولانه میان اعضای خانواده، به ویژه زن و شوهر است. هر عاملی که این روابط را دچار اختلال کند، سلامت کل خانواده را به خطر می اندازد. از جمله عواملی که می تواند روابط زوجین را تضعیف کند، گسترش ارتباطات دیداری و احساسی با افراد خارج از خانواده، به ویژه از طریق نگاه های مکرر و بی ملاحظه به نامحرمان است.

در دنیای امروز که رسانه ها و فضاهای مجازی نقش پررنگی در زندگی روزمره ایفا می کنند، مواجهه با چهره ها و تصاویر متنوع امری اجتناب ناپذیر شده است. این مواجهه می تواند زمینه ساز تحریکات روانی و مقایسه های ذهنی ناآگاهانه گردد که در درازمدت، رضایت از زندگی زناشویی را کاهش می دهد.^۱ نتایج برخی مطالعات داخلی نیز نشان می دهد که یکی از زمینه های شکل گیری نارضایتی زوجین، مقایسه همسر با افراد دیگر در فضای واقعی یا مجازی است که غالباً از طریق تماس های چشمی یا دیداری آغاز می شود.^۲

اگرچه آموزه های دینی همواره بر کنترل نگاه و پرهیز از برقراری ارتباط های غیرضروری با نامحرم تأکید داشته اند، این نکات اغلب در هیاهوی زندگی معاصر و تبلیغات رسانه ای کمرنگ شده اند. با این همه، توجه به پیوند میان سلامت روان خانواده و مدیریت نگاه، می تواند ما را به درک تازه ای از حکمت های نهفته در توصیه های اخلاقی و شرعی رهنمون سازد. در این مقاله، به بررسی آیات و روایات دینی درباره نگاه به نامحرم و تأثیر آن بر روابط زوجین پرداخته و در نهایت به تحلیل فقهی این موضوع و آثار آن در ساختار خانواده و جامعه خواهیم پرداخت. با این پیش فرض که این نگاه های ظاهراً ساده می توانند به عنوان یکی از عوامل اصلی آسیب دیدگی روابط زناشویی و بحران های خانوادگی مطرح شوند، به طور خاص تلاش خواهد شد تا نشان داده شود که رعایت این مرزهای دینی چقدر برای حفظ سلامت خانواده ها ضروری است.

^۱. آذربایجانی و حسینی، روان شناسی شخصیت از دیدگاه اسلام و روان شناسی، ۱۳۹۷، ص ۸۲

^۲. عبدی، تحلیل روانشناختی نارضایتی زناشویی در ایران، ص ۶۵

مفهوم شناسی

الف) نگاه

تعریف لغوی: واژه «نگاه» در لغت فارسی به معنای چشم دوختن، نظر افکندن و دیدن با چشم آمده است. در لغت‌نامه دهخدا، «نگاه کردن» به معنای نظر کردن با چشم، معاینه و مشاهده ذکر شده است^۱ معادل عربی آن «نظر» و «رؤیت» است که در قرآن و متون فقهی کاربرد فراوانی دارد.

تعریف اصطلاحی فقهی: در فقه اسلامی، نگاه به عنوان یک رفتار ارادی و دارای آثار شرعی مورد بحث قرار می‌گیرد. فقیهان نگاه را از حیث تعلق آن به نامحرم، محرم، میت و... مورد تحلیل قرار داده‌اند^۲ نگاه در این معنا فعلی است که با قصد و اراده صورت می‌گیرد و می‌تواند سبب ترتب حکم شرعی خاص گردد

ب) انواع نگاه

نگاه بدون قصد و لحظه‌ای: این نوع نگاه، ناخواسته و اتفاقی است و چنانچه استمرار نیابد، در فقه معمولاً حرام شمرده نمی‌شود^۳

نگاه عمدی و مستمر: این نگاه با قصد و تکرار صورت می‌گیرد و چنانچه به نامحرم باشد، حتی بدون شهوت، بنابر نظر اکثر فقها حرام است؛ زیرا زمینه‌ساز فساد و تحریک غرایز تلقی می‌شود^۴

نگاه در خواستگاری: در این حالت، مرد می‌تواند برای تصمیم‌گیری درباره ازدواج، به چهره و دست‌های زن نگاه کند، مشروط به قصد جدی ازدواج و محدود بودن نگاه به مقدار لازم^۵.

ج) نامحرم

تعریف لغوی: «نامحرم» به کسی گفته می‌شود که از دایره محارم خارج باشد و تماس با او از نظر شرعی مجاز نیست. این واژه از ریشه «حَرَمَ» به معنای منع و تحریم گرفته شده است^۶

۱. دهخدا، لغت‌نامه دهخدا، ج ۱۰، ص ۳۴۲۵

۲. خمینی، تحریر الوسیله، ج ۲، ص ۲۶۸.

۳. نوری، مستدرک الوسائل، ص ۲۶۰.

۴. خوئی، منهاج الصالحین، ج ۳، ص ۲۱۵.

۵. موسوی، مبانی فقهی حقوق خانواده در اسلام، ص ۱۹۹.

۶. معین، فرهنگ فارسی، ج ۲، ص ۵۲۴

تعریف اصطلاحی فقهی: نامحرم در فقه به فردی اطلاق می‌شود که ازدواج با او از نظر شرعی ممکن باشد. نگاه به نامحرم، به‌ویژه اگر از روی لذت یا خوف فتنه باشد، جایز نیست^۱

(د) زوجین

تعریف لغوی: «زوج» در لغت به معنای جفت، هم‌تا و قرین آمده است.^۲ واژه «زوجین» در قرآن نیز به معنای زن و مردی آمده که مکمل یکدیگر در نظام خلقت‌اند: «وَخَلَقْنَاكُمْ أَزْوَاجًا»^۳.
تعریف فقهی: در فقه اسلامی، «زوج» و «زوجه» به زن و مردی گفته می‌شود که با عقد نکاح دائم یا موقت، شرعاً به یکدیگر محرم شده‌اند. آنان مشمول حقوق و تکالیفی همچون نفقه، تمکین، ارث و طلاق هستند.^۴

مراد از زوجین در این نوشتار، زن و مردی هستند که با پیمان ازدواج شرعی وارد زندگی مشترک شده‌اند. بررسی آثار نگاه به نامحرم در بستر این نوع از رابطه مشروع و مبتنی بر آموزه‌های اسلامی انجام می‌گیرد

۱- نگاه به نامحرم در آیات و روایات

قرآن کریم و منابع روایی معتبر، نگاه به نامحرم را رفتاری پرخطر دانسته‌اند که می‌تواند مقدمه‌ای بر گناه‌های بزرگ‌تر باشد. این آموزه‌ها، افزون بر جنبه‌های فردی، آثار خانوادگی و اجتماعی مهمی دارند که توجه به آن‌ها در نظام فقهی اسلام کاملاً مشهود است.

۱-۱ توصیه به غض بصر^۵

در این آیه، مؤمنان مأمور به «غض بصر» شده‌اند. واژه «يَغْضُوا» از ماده «غض» به معنای پایین آوردن یا کاستن است؛ نه لزوماً بستن کامل چشم‌ها. بنابراین، مقصود آن است که انسان باید نگاه خود را کنترل کند، نه اینکه مطلقاً چشم بر هم بگذارد.

در شأن نزول این آیه می‌خوانیم جوانی در بین راه زنی را دید و به او چشم دوخت و دنبال او راه افتاد. طوری غرق نگاه بود که صورتش به دیوار برخورد کرد و مجروح شد. نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آمد و ماجرای خود را نقل کرد. این آیه نازل شد.

^۱ . مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۱۴، ص ۳۵۴.

^۲ . راغب، المفردات فی غریب القرآن، ص ۳۹۱.

^۳ . نبأ : ۸

^۴ . شهید ثانی، الروضة البهیه فی شرح اللمعه الدمشقیه، ج ۵، ص ۵۶.

^۵ . «قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغْضُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ»

محفوظ ماندن خانواده از اثرات مخرب آن چیست؟ در اینجا ذکر اشاره‌ی کوتاهی به راه‌های رهایی از نگاه و جلوگیری از آثار آن خواهد شد؛

در دنیای امروز که با پیشرفت تکنولوژی دسترسی به تصاویر و محتوای غیراخلاقی بسیار آسان شده است، آیت‌الله مکارم شیرازی در این زمینه تأکید دارند که در شرایط فعلی، که دسترسی به محتوای غیراخلاقی راحت‌تر از همیشه شده، فرد باید بیش از گذشته مراقب نگاه‌ها و توجهات خود باشد تا از آسیب‌های معنوی و خانوادگی جلوگیری کند. یکی از راه‌های رهایی از نگاه‌های حرام، تقویت ایمان و تقوا است. ایمان به خداوند و درک اهمیت پرهیز از نگاه به نامحرم، فرد را از گناه دور نگه می‌دارد. در آیه ۹۹ سوره توبه، به‌وضوح آمده است که مؤمنان کسانی هستند که وقتی یاد خدا می‌شود، دل‌هایشان به لرزه درمی‌آید و ایمانشان افزون می‌شود این ایمان باعث می‌شود که فرد در برابر وسوسه‌ها و گناه‌های جنسی ایستادگی کند و از نگاه به نامحرم خودداری نماید. تقویت ایمان یکی از بهترین راه‌های پیشگیری از نگاه‌های حرام در زندگی فردی و زناشویی است.

در کنار تقویت ایمان، خودسازی و مدیریت خواسته‌های نفسانی نیز از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. در آموزه‌های اسلامی، خودشناسی و تلاش برای کنترل نفس از اصول مهم زندگی فردی به‌شمار می‌آید. امام علی علیه السلام در نهج البلاغه می‌فرمایند: «نفس خود را در میدان گناه به زنجیر بند»^۱ این خودکنترلی در برابر نگاه‌های حرام و رفتارهای جنسی ناپسند یکی از مؤثرترین راهکارها برای حفظ عفت و روابط سالم زناشویی است.

آموزش صحیح به همسران و خانواده نیز از دیگر اصول اساسی در جلوگیری از نگاه‌های حرام و حفظ روابط زناشویی است. آموزش‌های دینی در خصوص رعایت حریم‌های اخلاقی و ضرورت حفظ عفت باید در خانواده‌ها از دوران کودکی شروع شود. امام صادق (ع) در این زمینه فرموده‌اند که زن و مرد باید یکدیگر را در مسیر حفظ عفت و اخلاق یاری کنند تا از گناه و آسیب‌های اخلاقی جلوگیری شود^۲ این آموزش‌ها در زندگی زناشویی می‌تواند به‌طور مؤثری از نگاه به نامحرم جلوگیری کند و روابط زوجین را مستحکم‌تر سازد.

استفاده از روش‌های روان‌شناختی برای کاهش تحریکات جنسی نیز در جلوگیری از نگاه‌های حرام مؤثر است. در دنیای امروز که تغییرات فرهنگی و اجتماعی به‌سرعت در حال انجام است،

^۱. نهج البلاغه، حکمت ۳۴۶

^۲. کلینی، کافی، ج ۵، ص ۵۷

توجه به ابعاد روان‌شناختی برای حفظ روابط سالم زناشویی ضروری به نظر می‌رسد. تمرکز بر نیازهای عاطفی، ایجاد ارتباط مؤثر و صمیمی با همسر و رفع کمبودهای روانی می‌تواند به کاهش تحریکات جنسی و جلوگیری از نگاه به نامحرم کمک کند^۱

توجه به اثرات اجتماعی و دینی نگاه به نامحرم نیز یکی از راهکارهای دیگر برای رهایی از این نگاه‌ها است. نگاه به نامحرم نه تنها بر فرد بلکه بر جامعه و خانواده نیز اثرگذار است. وقتی فرد به‌طور کامل درک کند که نگاه به نامحرم می‌تواند باعث مشکلاتی در روابط خانوادگی و اجتماعی شود، به راحتی از آن پرهیز خواهد کرد. در واقع، نگاه به نامحرم می‌تواند پیامدهایی مانند کاهش اعتماد، ایجاد تفرقه میان زوجین و آسیب به بنیان خانواده را به دنبال داشته باشد. در این زمینه، اندیشمندان اسلامی تأکید دارند که هر نگاه حرام می‌تواند عواقب منفی و گسترده‌ای در زندگی فردی و اجتماعی ایجاد کند.^۲

در نتیجه، رهایی از نگاه‌های حرام و حفظ روابط زناشویی در اسلام از طریق رعایت آموزه‌های دینی و روان‌شناختی امکان پذیر است. چشم پوشی، تقویت ایمان، خودسازی، آموزش‌های خانوادگی و استفاده از روش‌های روان‌شناختی می‌تواند به کاهش مشکلات ناشی از نگاه به نامحرم کمک کرده و روابط زناشویی را مستحکم‌تر سازد. اسلام با ارائه این راهکارهای عملی و جامع، به فرد و جامعه کمک می‌کند تا از گناه و آسیب‌های اخلاقی دوری کرده و زندگی سالمی داشته باشند.

^۱ . جلالی، روانشناسی خانواده ، ص ۴۷

^۲ . شهرستانی، فقه اسلامی و مسائل اجتماعی ، ص ۱۲۰

نتیجه‌گیری

نگاه به نامحرم و تأثیر آن بر روابط زوجین، از موضوعاتی است که در اسلام به‌طور ویژه بر آن تأکید شده است. این مسأله، به‌عنوان یکی از ارکان اخلاقی و اجتماعی، نه‌تنها در حفظ سلامت روانی و جسمی فرد تأثیرگذار است، بلکه پایه‌گذار روابط خانوادگی و اجتماعی پایدار نیز به‌شمار می‌آید. آیات قرآن و روایات معصومین (علیهم السلام) به‌طور روشن و قاطع از اهمیت غض بصر و پرهیز از نگاه به نامحرم سخن گفته‌اند و آن را به‌عنوان یک دستور الهی برای حفظ عفت فردی و اجتماعی مطرح کرده‌اند.

تحلیل فقهی این موضوع نیز نشان می‌دهد که نگاه به نامحرم در اسلام، به‌عنوان گناهی است که عواقب منفی بسیاری برای فرد و جامعه به همراه دارد. نه‌تنها روابط میان زوجین تحت تأثیر قرار می‌گیرد بلکه جامعه نیز از فساد اخلاقی و اجتماعی ناشی از این نگاه‌ها آسیب می‌بیند. در این راستا، فقه اسلامی با تأکید بر لزوم رعایت حدود الهی و حفظ پاکدامنی، راهکارهایی برای پیشگیری و درمان این مشکل ارائه داده است.

آثار نگاه به نامحرم بر روابط زوجین، به‌ویژه در دنیای امروز که دسترسی به محتوای غیراخلاقی بسیار آسان شده است، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. این نگاه‌ها می‌توانند منجر به بروز مشکلات جدی در روابط عاطفی، جنسی و روانی میان زوجین شوند که در نهایت به فروپاشی بنیان خانواده می‌انجامد. از این رو، حفظ حدود اسلامی و مدیریت صحیح نگاه‌ها نه‌تنها سلامت فرد را تضمین می‌کند، بلکه موجب استحکام روابط زناشویی و ارتقاء کیفیت زندگی خانواده‌ها خواهد شد.

در نهایت، اسلام به‌عنوان دینی جامع و کامل، با ارائه راهکارهایی عملی برای کنترل نگاه‌ها، حفظ عفت و تقویت روابط زناشویی، به فرد و جامعه کمک می‌کند تا از آسیب‌های ناشی از نگاه به نامحرم رهایی یابند. تقویت ایمان، آموزش‌های اخلاقی، و مدیریت خواسته‌های نفسانی از جمله این راهکارها هستند که می‌توانند زمینه‌ساز ایجاد زندگی سالم و پایدار در روابط خانوادگی و اجتماعی باشند. در دنیای امروز، این آموزه‌ها نه‌تنها برای حفظ سلامت فردی و خانوادگی ضروری‌اند بلکه به حفظ انسجام اجتماعی و تقویت اخلاق عمومی جامعه کمک می‌کنند.

فهرست منابع

- قرآن کریم؛ ابوالفضل بهرام پور

- نهج البلاغه؛ محمد دشتی

کتاب فارسی

- ۱- آذربایجانی، یوسف، حسینی، مهدی، روان‌شناسی شخصیت از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۷
- ۲- بهجت، محمد، رسائل، تهران: مؤسسه دارالکتاب، ۱۳۹۳
- ۳- بهرام پور، ابوالفضل، تفسیریک جلدی مبین، قم: انتشارات آوای قرآن، چاپ اول، ۱۳۹۰
- ۴- جلالی، علی، روان‌شناسی خانواده، تهران: انتشارات دانش، ۱۳۸۹
- ۵- جوادی آملی، عبدالله، تفسیر موضوعی قرآن کریم، قم: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۵
- ۶- شهرستانی، عبدالکریم، فقه اسلامی و مسائل اجتماعی، قم: مؤسسه فقه و علوم اسلامی، ۱۳۹۰
- ۷- طباطبایی، سید محمدحسین، تفسیر المیزان، ج ۱۵، مؤسسه الاعلی للمطبوعات، ۱۴۱۲ ق
- ۸- معین، محمد، فرهنگ فارسی، تهران: امیرکبیر، ۱۳۷۵
- ۹- مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، قم: دار الهدی، ۱۳۹۴
- ۱۰- مطهری، مرتضی، مساله حجاب، تهران: انتشارات صدرا، ۱۳۹۳
- ۱۱- مصباح یزدی، محمدتقی، ولایت فقیه، تهران: مؤسسه پژوهشی امام خمینی، ۱۳۷۰
- ۱۲- موسوی اردبیلی، سید عبدالکریم، مبانی فقهی حقوق خانواده در اسلام، تهران: سمت، ۱۳۸۵
- ۱۳- موسوی خمینی، روح‌الله، صحیفه نور، تهران: نشر امام خمینی، ۱۳۷۴

کتاب عربی

- ۱- حر عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه، ج ۱۴، مؤسسه آل‌البیت، ۱۴۰۹ ق
- ۲- خوئی، سید ابوالقاسم، منهاج الصالحین، ج ۲، قم: مؤسسه امام صادق، ۱۴۲۳ ق
- ۳- شهید ثانی، زین‌الدین، الروضه البهیة فی شرح اللمعه الدمشقیه، ج ۵، قم: دفتر نشر اسلامی، ۱۴۱۰ ق

- ۴- شهید ثانی، مسالک الأفهام، ج ۲، بی تا، بی جا
- ۵- صحیح بخاری، کتاب التفسیر، کمال الدین و تمام النعمه، ج ۲، بی تا، بی جا
- ۶- صدوق، محمد بن علی، الاکمال، مجلس ۲۵، نشر کتابچی، ۱۳۷۶ ق
- ۷- صدوق، محمد بن علی، الخصال، ج ۲، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۴۰۳ ق
- ۸- طبرسی، فضل بن حسن، مجمع البیان، ج ۸، دارالمعرفه، ۱۴۱۵ ق
- ۹- فخر رازی، محمد بن عمر، التفسیر الکبیر، ج ۲۳، دار احیاء التراث العربی، ۱۴۲۰ ق
- ۱۰- قمی، شیخ عباس، نهج البلاغه، تهران: انتشارات صدرا، ۱۳۶۹
- ۱۱- کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۵، دار الکتب الاسلامیه، ۱۴۰۷ ق
- ۱۲- مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، ج ۱۰۱، مؤسسه الوفاء، ۱۴۰۳ ق
- ۱۳- موسوی خمینی، روح الله، تحریر الوسیله، ج ۲، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی. بی تا
- ۱۴- نراقی، احمد، عوائد الایام، مؤسسه النشر الاسلامی، ۱۴۰۹ ق
- ۱۵- نوری، حسین، مستدرک الوسائل، ج ۱۴، بیروت: مؤسسه آل البيت، ۱۴۰۸ ق

مقاله:

- عبدی، زهره، "تحلیل روان شناختی عوامل نارضایتی زناشویی در ایران"، فصلنامه خانواده ایرانی، ۱۴۰۰، ش ۲، صص ۵۷-۷۲