

نقش اعتماد به توحید رازقیت در امنیت روانی خانواده

فاطمه شریفی^۱

چکیده

اعتماد به توحید رازقیت، یعنی باور به اینکه خداوند روزی‌دهنده حقیقی انسان‌هاست، یکی از اصول اساسی ایمان است که تأثیر مستقیم بر آرامش روانی خانواده دارد. در زندگی مدرن، نگرانی‌های مالی و ترس از آینده اغلب موجب فشار روانی و تنش در خانواده می‌شود. تکیه بر اعتقاد به توحید رازقیت می‌تواند این دغدغه‌ها را کاهش داده و امنیت روانی اعضای خانواده را تقویت کند. هدف از این پژوهش پرداختن به شکوفاسازی چندین استعداد خانواده در جامعه است یعنی شادی و رضایت مندی، فرزند آوری، استقامت در برابر موانع، دوری از اضطراب و کسب روزی حلال بوده است؛ لذا این پژوهش به روش کتابخانه‌ای و از منابع تفسیری به نقش اعتماد به توحید رازقیت در امنیت روانی خانواده پاسخ داده است، که هم از یک لحاظ نسبتاً جامع مسائل مهم خانواده را بیان می‌کند و از لحاظ دیگر بیشترین استنادات آن به متقن‌ترین مستندات بشری یعنی مستندات وحی می‌باشد. پس از بررسی آیات و روایات مبحث توحید رازقیت چنین نتیجه گرفته شد که اعتقاد به اینکه وحدانیت خداوند در روزی رسانی و اینکه او را منشاء اصلی روزی بدانیم باعث می‌شود شادی و اطمینان قلب در اعضای خانواده شکل بگیرد، استقامت خانواده را در برابر مشکلات افزایش خواهد داد.

کلید واژه: خانواده، توحید، توحید رازقیت، درآمد حلال.

^۱. طلبه سطح ۲، حوزه علمیه خواهران الزهرا(س)، شهرستان خوی.

مقدمه

امنیت روانی خانواده به عنوان یکی از ارکان اصلی سلامت جامعه، همواره مورد توجه پژوهشگران و اندیشمندان بوده است. در این میان، اعتقادات دینی و باورهای مذهبی به ویژه اعتقاد به توحید رازقیت (یعنی باور به اینکه خداوند تنها روزی‌دهنده و تأمین‌کننده نیازهای بندگان است) می‌تواند نقش بسزایی در ایجاد آرامش و امنیت روانی در خانواده ایفا کند. این باور نه تنها به افراد کمک می‌کند تا در مواجهه با مشکلات زندگی مقاوم‌تر باشند، بلکه می‌تواند به کاهش استرس، اضطراب و نگرانی‌های مرتبط با تأمین معیشت منجر شود. با این حال، سؤال اصلی این است که چگونه اعتقاد به توحید رازقیت می‌تواند به عنوان یک عامل روان‌شناختی و معنوی، امنیت روانی خانواده را تقویت کند و چه تأثیراتی بر شادی، استقامت و کاهش نگرانی‌های اقتصادی در خانواده دارد؟

در سال‌های اخیر، مطالعات متعددی در حوزه روانشناسی خانواده، جامعه‌شناسی، و علوم تربیتی انجام شده است که به بررسی عوامل مؤثر بر شادی و رضایت‌مندی در خانواده، استقامت در برابر مشکلات، و تأثیرات منفی استرس و اضطراب بر روابط خانوادگی پرداخته‌اند. برای مثال، تحقیقات نشان داده‌اند که ارتباطات مثبت و حمایت‌های عاطفی درون خانواده می‌تواند به افزایش شادی و کاهش استرس کمک کند. همچنین، برخی مطالعات به بررسی تأثیرات منفی افزایش جمعیت بر منابع اقتصادی خانواده و نگرانی‌های مرتبط با آن پرداخته‌اند. با این حال، هنوز خلاءهایی در زمینه ارائه راهکارهای عملی برای مقابله با این چالش‌ها وجود دارد که نیازمند بررسی بیشتر است.

با توجه به تغییرات سریع اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی در دنیای امروز، خانواده‌ها بیش از هر زمان دیگری نیازمند ابزارها و راهکارهایی هستند که به آن‌ها کمک کند تا در برابر چالش‌های پیش‌رو مقاومت کنند و کیفیت زندگی خود را بهبود بخشند. پرداختن به موضوعاتی مانند افزایش شادی و

رضایت‌مندی، تقویت استقامت در برابر مشکلات، کاهش نگرانی‌های مرتبط با افزایش جمعیت، و جلوگیری از کسب روزی‌های نامشروع، نه تنها به بهبود روابط خانوادگی کمک می‌کند، بلکه می‌تواند به ایجاد جامعه‌ای سالم‌تر و پایدارتر نیز منجر شود. بنابراین، این موضوع از جنبه‌های مختلف روانشناختی، اجتماعی و اخلاقی حائز اهمیت است.

این مقاله با هدف پاسخ به این سؤال اصلی نگاشته شده است: چگونه می‌توان با ارائه راه کارهای عملی، شادی و رضایت‌مندی در خانواده را افزایش داد، استقامت در برابر موانع را تقویت کرد، نگرانی‌های مرتبط با افزایش جمعیت را کاهش داد، و از کسب روزی‌های نامشروع و استرس‌های ناشی از آن جلوگیری کرد؟ هدف اصلی این تحقیق، ارائه راه کارهایی است که به خانواده‌ها کمک کند تا در برابر چالش‌های پیش‌رو مقاومت کنند و کیفیت زندگی خود را بهبود بخشند. در این راستا، مقاله به بررسی پنج محور اصلی می‌پردازد: افزایش شادی و رضایت‌مندی در خانواده، افزایش استقامت در برابر موانع، ارتقاء نگرانی از افزایش جمعیت، ممانعت از کسب روزی‌های نامشروع، و کاهش استرس و اضطراب در زندگی خانوادگی.

۱ - افزایش شادی و رضایت مندی در خانواده

توحید رازقیت به معنای باور قلبی به این است که خداوند متعال تنها روزی‌دهنده‌ی حقیقی است و همه‌ی موجودات، از کوچک‌ترین جنبنده‌ها تا بزرگ‌ترین مخلوقات، برای تأمین نیازهای خود به او وابسته‌اند. این باور، یکی از ارکان ایمان است و نشان‌دهنده‌ی این است که انسان‌ها باید در همه‌ی امور، از جمله تأمین روزی، به خداوند توکل کنند و از نگرانی‌های بی‌جا دوری نمایند. این نگرش به ما یادآوری می‌کند که روزی‌رسانی تنها در دست خداست و اوست که به هر موجودی به اندازه‌ی نیازش روزی می‌دهد.^۱ خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا»؛^۲ و هیچ جنبنده‌ای در زمین نیست مگر این که روزی‌اش بر عهده‌ی خداست.

این آیه به وضوح بیان می‌کند که خداوند متعال، روزی‌رسان همه‌ی موجودات است. از کوچک‌ترین حیوانات تا بزرگ‌ترین انسان‌ها، همه به خداوند وابسته‌اند و اوست که به هر یک به اندازه‌ی نیازش روزی می‌دهد. این باور، باعث می‌شود انسان‌ها از نگرانی‌های بی‌جا درباره‌ی تأمین معاش رها شوند و به جای اضطراب، به آرامش و شادی برسند.

و همچنین انسانی که در امور معاش خداوند را وکیل خود قرار بدهد باید مطمئن و آسوده خاطر باشد زیرا «وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ»^۳؛ یعنی هر کس وکالت کار خود را به خدا بسپارد پس خداوند برای او کافیست.

این آیه به روشنی بیان می‌کند که توکل به خداوند، باعث می‌شود انسان به آرامش و رضایت برسد. آدمیزاد وقتی اعتقادش بر این باشد که روزی دست خداوند است. و کفالت همه جنبندگان را بر عهده

^۱ کتاب توحید شیخ صدوق ، ص ۲۷.

^۲ سوره هود ، آیه ۶.

^۳ سوره طلاق آیه ۳.

دارد خیالش راحت می‌شود اما چرا باید راضی به این روزی باشد؟ میتوان چندین دلیل برای این شمرد:

- اینکه روزی لطفی است که از سوی پروردگارش برای او معین شده است. هر چند خداوند بر خودش واجب کرده است که روزی بنده را برساند ولی اینکه بگوییم در مقابل آن نیازمند چیزی بوده که از ما بگیرد و در عوض آن این روزی را رسانده است، کاملاً اشتباه است. چون که خداوند بی نیاز است «يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ»^۱؛ ای مردم! شما باید نیازمندان به خدا، و فقط خدا بی نیاز و ستوده است. بنابراین او در مقابل هیچ چیز و هیچ اجرتی به ما روزی می‌دهد و انسان نباید ناراضی از چیزی باشد از سوی بزرگتری آن هم به صورت لطف به او داده می‌شود.

- خداوند عادل است و ظلم نمی‌کند «ان الله لا يظلم مثقال ذرة»^۲؛ پس نباید بنده بعد این که به رزاقیت خداوند پی برد گمان کند که ممکن است خداوند روزی او را کم بدهد یا مناسب حال وی روزی ندهد یا روزی را دیر برساند چون که خداوند هیچگاه ظلم نمی‌کند و این بندگان هستند که به خودشان ظلم می‌کنند. و همین که انسان به تنها روزی دهنده خود که خداوند باشد به چشم یک خداوند عادل بنگرد قطعا در قلب او رضایت بیشتر از همه چیز دیده میشود زیرا می‌داند که هیچ ظلمی به او نشده است، هرچند برخی امور را بر علیه خود بداند اما چه بسیار چیز ها که بر زیان خود می‌دانیم درحالی که خیر کثیری در آن نهفته است.

- خداوند عالم است «ان الله علام الغيوب»^۳؛ وقتی بنده بداند که خداوند عالم به او و شاهد تمام زندگانی او است دیگر نگران نیست. زیرا ممکن است برخی به این فکر می‌افتند که تنها روزی دهنده آنان شاید از برخی احوالات آنها آگاه نیست و نمی‌داند که او و یا خانواده اش الآن محتاج چنین روزی هستند. و لذا این تفکر اشتباه گاهی یک نارضایتی را در پی دارد که به آگاهی از عالم بودن خداوند به همه چیز می‌توان ای نارضایتی را از خود دور کرد. بنابر این انسان باید خاطر جمع باشد که روزی

^۱. فاطر: ۱۵.

^۲سوره آل عمران: آیه ۶۱.

^۳سوره توبه: آیه ۷۸.

او شنوا و داناست و انسان باید بداند که خداوند در این روزی رساندن اش بسیار قوی است «إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ»^۱؛ بی تردید خدا خود روزی دهنده و صاحب قدرت استوار است.

امیر المومنین علی بن ابی طالب علیه السلام در خطبه گرانقدر خود در نهج البلاغه یک مثال ساده از طبیعت می زند تا انسان را به این بینش توحید رازقیت سوق دهد ایشان ذهن انسان را به تفکر درباره مورچه که حیوانی ضعیف نسبت به انسان است دعوت می کند انسان باید بنگرد که خداوند چگونه روزی چنین حیوانی را می رساند.^۲ انسان اگر بداند که روزی او در آسمان ها تقسیم شده است و در آن به صورت وعده قرار داده شده شاید آسوده تر بشود.^۳

اما یک امر مهم هم در این میان وجود دارد که باعث می شود انسان ها در این میان غم فراوانی از نگرانی تامین معاش داشته باشند و آن هم امر زشتی است به نام سوء ظن به خداوند ، که در یک حدیث شریف خداوند انسان را از این بینش مسموم آگاه می کند و ابتدا متذکر انسان می شود که چطور وقتی در شکم مادر بودی نگران روزی نبودی وقتی بچه بودی نگران روزی نبودی و در این مراحل به فکر این نیوفتادی که شاید فردا روزی تو قطع بشود ولی اکنون که بزرگ شدی ظن تو نسبت به روزی رسان ات ظن بدی شده است.^۴

پس همان طور که امیرالمؤمنین (علیه السلام) فرموده اند «مَنْ وَثِقَ بَأَنَّ مَا قَدَّرَ اللَّهُ لَهُ لَنْ يَفُوتَهُ اسْتِرَاحَ قَلْبُهُ» امام علی (علیه السلام) : هر که اطمینان داشته باشد که آنچه خدا برایش مقدر کرده است به او می رسد ، دلش آرام گیرد^۵ . یعنی چاره آرامش و عدم استرس در مورد تامین معاش را

^۱سوره ذاریات : آیه ۵۴

^۲نهج البلاغه ، خطبه ۱۸۵

^۳ذاریات: ۲۲

^۴خصال ، جلد ۱ ، ص ۱۲۴

^۵غرر الحکم ، حدیث ۸۷۶۳

مولایمان در یک جمله خلاصه کرده و آن هم اطمینان به تقدیر روزی از سوی خداوند متعال است لذا می‌بینیم که انسان های توحید محور از چنین نگرانی هایی به دور هستند.

در مرحله آخر عده ای هم هستند که نمی‌شود آنها را از غم خوردن برای معاش خود منع کرد برای چنین افرادی هم روش هایی داریم که بسی غم آنان را می‌کاهد و کمکشان می‌کند که غصه های آنان کمتر بشود. در مرحله اول امیر المومنین علیه السلام حکمتی از نهج البلاغه فرموده اند که «وَقَالَ (عليه السلام): يَا ابْنَ آدَمَ، لَا تَحْمِلْ هَمَّ يَوْمِكَ الَّذِي لَمْ يَأْتِكَ عَلَى يَوْمِكَ الَّذِي قَدْ أَتَاكَ، فَإِنَّهُ إِنْ يَكُ مِنْ عُمْرِكَ يَأْتِ اللَّهُ فِيهِ بِرِزْقِكَ»^۱؛ ای فرزند آدم، اندوه روز نیامده را به روزی که آمده است میاور. زیرا فردا، اگر از عمر تو باشد، خداوند در آن روز، روزیت را خواهد داد

برای چنین افراد از زبان امیر المومنین (علیه السلام) باید گفت که می‌بایست درست فکر کرد، اگر خواستار اندوه بوده پس غم امروز برایتان بس است چرا غم یک سال را بخورد معلوم نیست که تمام سال آینده را زنده باشد یا نه . اگر زنده ماند که خداوند در هر روز دشت روزی که قسمت تو کرده بود را به تو خواهند رساند و اگر قرار نیست زنده بمانی از الان غم و غصه چیزی که اصلا وجود دارد را مخور.^۲

^۱ نهج البلاغه ، حکمت ۲۶۷

^۲ همان ، حکمت ۳۷۹

نتیجه گیری

اعتماد به توحید رازقیت، یعنی باور به اینکه خداوند تنها روزی‌دهنده حقیقی است، نقش کلیدی در ایجاد امنیت روانی خانواده دارد. اعتماد به توحید رازقیت به معنای باور قلبی به این اصل است که خداوند تنها منبع حقیقی روزی و تأمین‌کننده نیازهای انسان‌هاست. این اعتقاد، محور اصلی ایمان بوده و نگرش فرد را نسبت به زندگی و مسائل روزمره تحت تأثیر قرار می‌دهد. در چارچوب خانواده، توحید رازقیت به‌عنوان یک باور عمیق می‌تواند پایه‌های اعتماد، آرامش و ثبات روانی را در میان اعضا تقویت کند. این باور، وابستگی به عوامل بیرونی و دغدغه‌های مادی را کاهش داده و زمینه‌ساز تقویت روحیه امیدواری، قناعت و تلاش در خانواده می‌شود. این ایمان به توانایی خداوند در تأمین نیازها، اضطراب‌ها و نگرانی‌های مربوط به مسائل مالی و آینده را کاهش داده و باعث آرامش خاطر اعضای خانواده می‌شود. هنگامی که خانواده بر توحید رازقیت تکیه می‌کند، وابستگی به عوامل بیرونی و مادی کم‌رنگ‌تر شده می‌شود. این باور نه تنها موجب همدلی و ارتباط بهتر میان اعضای خانواده می‌شود، بلکه محیطی سرشار از آرامش و اعتماد برای رشد روانی و معنوی فراهم می‌کند. به همین دلیل، توحید رازقیت می‌تواند به‌عنوان یکی از پایه‌های امنیت روانی و استحکام خانواده مورد توجه قرار گیرد. از همین رو، در این مقاله به مهم‌ترین این موارد: افزایش شادی و رضایت مندی در خانواده، افزایش استقامت در برابر موانع در خانواده، ارتقاء نگرانی از افزایش جمعیت در خانواده، ممانعت از کسب روزی‌های نامشروع، ممانعت از استرس و اضطراب و کسب و روز پرداخته شده است.

منابع

✽قرآن کریم.

✽ نهج البلاغه. ترجمه محمد دشتی.

۱. کلینی ، محمد بن یعقوب، *الكافی* ، دارصعب ، بیروت ، ۱۴۰۱ق.
۲. ابن بابویه ، محمد بن علی ، *التوحید*، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم: دفتر انتشارات اسلامی - قم - ایران، ۱۳۷۴ش.
۳. نراقی ، احمد بن محمد مهدی ، *معراج السعاده*، آستان قدس رضوی. شرکت به نشر - مشهد مقدس - ایران، ۱۳۹۲ش.
۴. ابن بابویه ، محمد بن علی ، *خصال* ، اسلامیه ، تهران ، ایران، ۱۳۸۵ش.
۵. دیلمی ، حسن بن محمد ، *اعلام الدین*، مؤسسه آل البيت (علیهم السلام) لإحياء التراث - قم - ایران، ۱۳۶۷ش.
۶. آمدی، عبد الواحد بن محمد، *غرر الحکم و درر الکلم من کلام* ، مطبعة السعاده، ۱۳۳۱ش.
۷. مستمع، مجید، *عوامل بینشی گرایش به مال حرام از دیدگاه اسلام*، نشریه: معرفت، ش ۲۵۶، ۱۳۹۸ش.
۸. میریان، سید احمد، *مطالعه تطبیقی شادی و نشاط از دیدگاه اسلام و عهدین*، نشریه فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ش ۲، ۱۳۹۱ش.
۹. صلواتی، اعظم، *بررسی مبانی توحید و رازقیت*، نشریه: پژوهش دینی، ش ۴۴، دوره ۲۱، ۱۴۰۱ش.
۱۰. محدر، تقی، *تحلیل فلسفی نقش توحید در فضایل بینشی، گرایشی و رفتاری در نهاد خانواده*، نشریه: اخلاق، ش ۳۵، ۱۳۹۸ش.

۱۱. ممتاز، فاطمه، *عوامل شادی و نشاط در خانواده مبتنی بر سبک زندگی اسلامی*، دو فصلنامه علمی - تخصصی مطالعات کودک و خانواده، دوره ۲، ش ۳، ۱۴۰۲ ش.