

بسم الله الرحمن الرحيم

نقش صبر در تحکیم روابط زوجین از دیدگاه اسلام

کشور عباسی^۱

چکیده

استحکام روابط خانوادگی، به‌ویژه روابط میان همسران، از مهم‌ترین عوامل پایداری نهاد خانواده در فرهنگ اسلامی به شمار می‌آید. در این میان، صبر یکی از مؤلفه‌های بنیادین اخلاقی و تربیتی است که نقش تعیین‌کننده‌ای در مواجهه با چالش‌ها و تعارضات زناشویی ایفا می‌کند. آموزه‌های اسلامی، با تأکید بر صبر در برابر سختی‌ها، ناملایمات اخلاقی، مشکلات مالی و جسمی، بر لزوم بردباری متقابل زوجین برای دستیابی به آرامش و تفاهم در زندگی مشترک تأکید دارند. در این مقاله با روش کتابخانه‌ای و رویکردی توصیفی، مبانی نظری صبر از منظر آیات، روایات و منابع معتبر اسلامی و روان‌شناسی بررسی شده و نشان داده می‌شود که صبر نه تنها سبب جلوگیری از فروپاشی خانواده می‌شود، بلکه زمینه ساز رشد شخصیتی و تقویت محبت و وفاداری بین همسران نیز هست. این پژوهش می‌کوشد تا با بهره‌گیری از آیات و روایات و منابع روان‌شناسی، الگوی عملی صبر در زندگی خانوادگی را تبیین نماید.

واژگان کلیدی: تحکیم، روابط زوجین، صبر، دیدگاه اسلامی، نقش.

^۱ طلبه پایه پنجم، مدرسه فاطمیه جلفا.

مقدمه

خانواده به مثابه نخستین و بنیادی‌ترین نهاد اجتماعی، نقش اساسی در رشد، آرامش و شکوفایی انسان دارد. در این میان، رابطه زوجین به عنوان هسته مرکزی خانواده، نیازمند انسجام، تعادل و پایداری عاطفی است؛ امری که تنها در سایه فضایل اخلاقی همچون صبر، گذشت و بردباری تحقق می‌یابد. در بسیاری از اختلافات خانوادگی، ریشه مسائل نه در نبود محبت، بلکه در کمبود ظرفیت تحمل مشکلات و نبود مهارت‌های سازگاران است. یکی از مهم‌ترین فضیلت‌های اخلاقی که در آموزه‌های اسلامی برای تثبیت پیوند زناشویی و استواری بنیان خانواده مورد تأکید قرار گرفته، صبر است.

از منظر قرآن و روایات اسلامی، صبر نه تنها عاملی برای مقابله با سختی‌های زندگی است، بلکه ابزاری تربیتی برای کنترل هیجانات، اصلاح رابطه، و حفظ کیان خانواده محسوب می‌شود. وقتی زن و شوهر با نگاه الهی و مسئولانه به زندگی مشترک می‌نگرند، صبر می‌تواند آنان را در برابر مشکلات اخلاقی، اقتصادی و روانی یاری دهد. درک این جایگاه والا برای صبر، مستلزم بررسی دقیق آن از منظر منابع اصیل اسلامی و پژوهش‌های علمی روز است.

هدف این پژوهش، تبیین نقش صبر در تحکیم روابط زوجین از منظر اسلام و ارائه راهکارهایی مبتنی بر تعالیم دینی برای تعمیق انسجام خانوادگی است. این مقاله با روش کتابخانه‌ای و رویکرد توصیفی به بررسی مفهومی، قرآنی، حدیثی و کاربردی فضیلت صبر در مناسبات همسران پرداخته و با تکیه بر تفاسیر معتبر و منابع علمی، تلاش می‌کند نگاهی نظام‌مند به این موضوع ارائه دهد.

پیشینه پژوهش نیز نشان می‌دهد که توجه به نقش فضایل اخلاقی، به‌ویژه صبر، در روابط خانوادگی مورد توجه برخی پژوهشگران بوده است. برای نمونه، در مقاله‌ای با عنوان «بررسی نقش صبر و تحمل در کاهش تعارضات زناشویی» نوشته‌ی فاطمه رضایی و زهرا عبدالهی، نویسندگان با تحلیل تجربی داده‌ها، به این نتیجه رسیده‌اند که زوجینی که از صبر بالاتری برخوردارند، توانایی بیشتری در مدیریت اختلافات و دستیابی به رضایت زناشویی دارند. همچنین، در مقاله‌ای با عنوان «نقش آموزه‌های دینی در تقویت پیوند همسران» نوشته‌ی علی‌اکبر محمدی، نقش مؤلفه‌های دینی نظیر صبر، توکل و حسن‌ظن در پایداری خانواده تحلیل شده و از صبر به عنوان رکن حیاتی برای دوام زندگی یاد شده است.

این پژوهش با تأکید بر منابع اصیل دینی و رویکردهای علمی تلاش دارد نشان دهد که صبر، نه صرفاً یک توصیه اخلاقی، بلکه ضرورتی راهبردی برای تحکیم روابط زوجین و ثبات خانواده در جامعه اسلامی است.

۱. مبانی نظری و مفهومی

برای روشن شدن بحث ابتدا به بررسی مبانی نظری و مفهومی مقاله می‌پردازیم:

۱.۱. مفهوم‌شناسی صبر

واژه «صبر» در لغت به معنای خویشن‌داری، بردباری و خویشن‌نگه‌داری در برابر ناملایمات آمده است. راغب اصفهانی در مفردات، صبر را «حبس نفس از جزع و زبان از شکایت و اعضا از حرکات نابجا» تعریف کرده است. در اصطلاح دینی، صبر از فضایل بزرگ اخلاقی است که در برابر سختی‌ها، گناهان و مصیبت‌ها نقش ایستادگی و پایداری ایفا می‌کند.^۱ قرآن کریم، صبر را از ویژگی‌های مؤمنان واقعی دانسته و می‌فرماید: «وَأَصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلَّا بِاللَّهِ»؛ «صبر کن، و صبر تو تنها با یاری خدا ممکن است»^۲ از دیدگاه روایات نیز، صبر چنان جایگاهی دارد که امام علی (ع) می‌فرماید: «الصَّبْرُ مِنَ الْإِيمَانِ كَالرَّأْسِ مِنَ الْجَسَدِ»؛ «صبر نسبت به ایمان، مانند سر نسبت به بدن است».^۳

بنابراین، صبر در اسلام، صرفاً یک رفتار اخلاقی نیست، بلکه عنصری بنیادین در ساختار شخصیت ایمانی و خانوادگی انسان است.

۱.۲. اقسام صبر و جایگاه آن در خانواده

علمای اخلاق، صبر را به سه دسته تقسیم کرده‌اند:

۱. صبر بر طاعت: پایداری بر انجام واجبات، مانند صبر بر اقامه نماز یا رعایت حقوق همسر؛^۲
۲. صبر بر معصیت: خودداری از گناه و ترک خطاها، به‌ویژه در شرایط اختلاف خانوادگی؛^۳
۳. صبر بر مصیبت: تحمل مشکلات و سختی‌های زندگی، از جمله ناملایمات زناشویی، بیماری‌ها یا فقر.^۴

^۱ راغب اصفهانی، مفردات الفاظ قرآن کریم، ص ۴۶۵.

^۲ سوره نحل، آیه ۱۲۷.

^۳ نهج البلاغه، حکمت ۸۲.

^۴ نراقی، جامع السعادات، جلد دوم، ص ۶۷.

در زندگی زناشویی، این سه نوع صبر به صورت مستمر نمود پیدا می‌کند. زن و شوهر برای حفظ همدلی، باید بر ضعف‌ها و ناملایمات یکدیگر صبر کنند، در برابر وسوسه‌های بیرونی بردباری پیشه نمایند، و در بحران‌های زندگی، چون بیماری یا مشکلات مالی، با توکل و تحمل، روابط خود را تحکیم بخشند.

۳,۱. مفهوم تحکیم خانواده در اسلام

در متون اسلامی، خانواده جایگاه بسیار رفیعی دارد و تحکیم آن، از اهداف مهم اجتماعی شمرده می‌شود. قرآن کریم تشکیل خانواده را «مایه آرامش» معرفی کرده و فرموده است: «وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً»^۱ «خداوند میان زن و شوهر محبت و رحمت قرار داده است». بر اساس این نگاه، «تحکیم خانواده» به معنای تقویت انسجام درونی، افزایش همدلی، کاهش تعارض‌ها و ارتقای رضایت زوجین از زندگی مشترک است. این تحکیم تنها با ابزارهای مادی و ظاهری حاصل نمی‌شود، بلکه فضایل اخلاقی چون صبر، گذشت و مدارا نقش محوری در تحقق آن دارند.^۲

۴,۱. پیوند صبر با پایداری خانواده

در بسیاری از منابع دینی و روان‌شناسی اسلامی، صبر به‌عنوان یک عامل کلیدی در دوام و پایداری خانواده شناخته شده است. خانواده، محل مواجهه با تفاوت‌های فکری، رفتاری، روحی و جسمی است و تنها صبر است که می‌تواند این تفاوت‌ها را در بستری آرام مدیریت کرده و از بروز بحران جلوگیری کند. صبر، تحمل فعال است، نه انفعال؛ یعنی زوجین با آگاهی، تصمیم به تحمل، گذشت و کنترل خشم می‌گیرند تا انسجام خانواده حفظ شود.^۳

۲. نقش صبر در روابط زوجین از دیدگاه اسلام

صبر عاملی مهم و تاثیرگذار در تحکیم روابط زوجین است که در دین اسلام در آیات و روایات متعددی به آن اشاره شده است که در ادامه به بررسی این عامل خواهیم پرداخت:

^۱سوره روم، آیه ۲۱.

^۲مطهری، نظام حقوق زن در اسلام، ص ۲۱۶.

^۳افروز، روان‌شناسی خانواده، ص ۱۱۲.

۱،۲. صبر؛ عامل پیشگیری از تنش و کنترل خشم در روابط زناشویی

یکی از اصلی‌ترین کارکردهای صبر در روابط زوجین، جلوگیری از تشدید تنش‌ها و مدیریت خشم در موقعیت‌های بحرانی است. زندگی مشترک، محیطی سرشار از تعاملات روزمره، تفاوت‌های شخصیتی، تفاوت در تربیت، انتظارات متقابل و فشارهای بیرونی است. همین تفاوت‌ها به راحتی می‌توانند به تعارض‌های گفتاری یا رفتاری منجر شوند. در این شرایط، صبر به عنوان یک نیروی درونی، مانع از واکنش‌های شتاب‌زده و تند می‌شود. زن یا مردی که صبور است، در لحظه‌ی بروز اختلاف، به جای فریاد، سکوت می‌کند؛ به جای پرخاش، گفت‌وگو را به زمان مناسب‌تری موکول می‌نماید و به جای قهر یا لجبازی، دنبال راهی برای آرام کردن فضای خانواده می‌گردد.^۱

از منظر قرآن کریم، صبر همراه با بخشش، بهترین روش برای برخورد با خطای دیگران است. در قرآن کریم چنین آمده است: «وَلَمَن صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ»^۲ «کسی که صبر کند و ببخشد، بی‌تردید این کار از امور شایسته و پسندیده است.»

این آیه نشان می‌دهد که صبر نه تنها نشانه ضعف نیست، بلکه نشانه قدرت روحی و استواری اخلاقی است. در روابط زناشویی نیز، این اصل طلایی می‌تواند بسیاری از اختلافات را پیش از آنکه به بحران تبدیل شوند، مهار کند.

از منظر روایات نیز، صبر با کنترل خشم پیوند خورده است. پیامبر اسلام (ص) در حدیثی فرمودند: «لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ»^۳

«قوی‌ترین انسان، کسی نیست که در کشتی برنده شود، بلکه کسی است که در هنگام خشم، خود را کنترل می‌کند.»

این سخن نورانی، کاربردی‌ترین آموزه اخلاقی برای زوج‌هایی است که گاه در شرایط پرتنش قرار می‌گیرند. اگر زن و شوهر بیاموزند که هنگام عصبانیت، زبان خود را کنترل کنند، احساسات منفی خود را فوراً بروز ندهند و اندکی صبر پیشه کنند، بسیاری از درگیری‌ها هرگز آغاز نمی‌شوند.

^۱ طباطبایی، تفسیر المیزان، جلد ۱۸، ص ۲۹۷.

^۲ سوره شوری، آیه ۴۳

^۳ کلینی، الکافی، جلد ۲، ص ۱۱۰.

گفت‌وگو، اعتماد متقابل و امید به بهبود وضعیت وجود دارد، فشار اقتصادی کمتر به تعارض می‌انجامد. اما فقدان صبر در این موقعیت‌ها، سبب خشم، پرخاش و طلاق عاطفی می‌شود.^۱ افزون بر این، آموزه‌های اسلامی بر ساده‌زیستی و قناعت در زندگی تأکید دارند. این سبک زندگی، زمینه‌ساز صبر و رضایت در شرایط مالی دشوار است. چنان‌که امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید:

«الْقَنَاعَةُ رَأْسُ الْغِنَى»؛ «قناعت، برترین نوع بی‌نیازی است.»^۲

قناعت و صبر، دو پایه اصلی مدیریت بحران مالی در زندگی خانوادگی هستند.

۱۱،۲. صبر در برابر بیماری یا نقص جسمی یکی از زوجین و حفظ پیوند عاطفی

بیماری‌های جسمی یا روانی، به‌ویژه زمانی که یکی از زوجین را گرفتار می‌سازد، می‌تواند آزمونی دشوار برای زندگی مشترک باشد. در چنین شرایطی، حفظ عشق، وفاداری و پایداری در روابط زناشویی مستلزم سطحی عمیق از صبر و بردباری است. آموزه‌های اسلامی، با تأکید بر ارزش صبر، از افراد می‌خواهند تا در برابر این ابتلائات، روحیه تسلیم، وفاداری و مسئولیت‌پذیری را حفظ کنند و از پیوند همسران به عنوان پیمانی مقدس محافظت نمایند.

قرآن کریم می‌فرماید:

«وَجَعَلْنَا بَعْضَكُمْ لِبَعْضٍ فِتْنَةً أَتَصْبِرُونَ؟ وَكَانَ رَبُّكَ بَصِيرًا»^۳ «ما برخی از شما را وسیله آزمون

برای برخی دیگر قرار دادیم، آیا صبر می‌کنید؟ و پروردگار تو بیناست.»

علامه طباطبایی در تفسیر المیزان درباره این آیه تو ضیح می‌دهد که روابط انسانی، به‌ویژه میان زوجین، گاه میدان امتحان الهی است و صبر در این تعاملات، راهی برای رسیدن به کمال است.^۴

از سوی دیگر، در تفسیر نمونه آمده است که این آیه به‌ویژه ناظر به اختلافات و تفاوت‌های فردی است که ممکن است سبب رنج و زحمت برای یکدیگر شوند. تحمل این شرایط، مصداق صبر و موجب پاداش الهی است.^۵

^۱ شریفی، جامعه‌شناسی خانواده، ص ۱۵۳.

^۲ نهج البلاغه، حکمت ۳۶۸.

^۳ سوره فرقان، آیه ۲۰.

^۴ طباطبایی، تفسیر المیزان، ج ۱۵، ص ۲۵۴.

^۵ مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۱۵، ص ۱۱۰.

در زمینه حمایت از همسر بیمار، سیره اهل بیت (ع) نیز الگوی درخشانی ارائه می‌دهد. امام علی (ع) در تمام دوران زندگی مشترک خود با حضرت زهرا (س)، با وجود تنگدستی، بیماری و سختی‌های متعدد، هرگز محبت و وفاداری‌اش را نسبت به همسرش کم نکرد. در روایت آمده است که «خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ، وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي»^۱ «بهترین شما کسی است که برای خانواده‌اش بهتر باشد و من بهترین شما برای خانواده‌ام هستم.»

از دیدگاه روان‌شناسی نیز، صبر به عنوان مؤلفه‌ای از «تاب‌آوری زناشویی»، نقش مهمی در پایداری ازدواج در شرایط دشوار ایفا می‌کند. پژوهشی با عنوان «روابط زوجین در مواجهه با بیماری مزمن همسر: نقش صبر و حمایت عاطفی» نشان داد که زوجینی که از صبر، درک متقابل و همدلی برخوردارند، در برابر بحران‌های بیماری، روابط عاطفی پایداری دارند.^۲ همچنین، در تفاسیر، صبر در مشکلات زندگی مشترک را نشان‌دهنده ایمان واقعی دانسته و به نقش آن در ثبات خانواده تأکید دارد.^۳

در جمع‌بندی، می‌توان گفت: صبر در مواجهه با بیماری همسر، از نشانه‌های ایمان و اخلاق اسلامی است. متون دینی، صبر را ابزار گذر از امتحان الهی می‌دانند. تجربه نشان می‌دهد که وفاداری و همراهی در سختی، نه تنها عشق را مستحکم‌تر می‌سازد، بلکه فرزندان خانواده نیز این الگوی اخلاقی را فرا می‌گیرند.

نتیجه‌گیری

در پرتو آموزه‌های اسلامی، صبر نه تنها یک فضیلت اخلاقی فردی بلکه عامل کلیدی در حفظ و تحکیم روابط زوجین و بنیان خانواده به شمار می‌رود. آیات قرآن کریم و روایات اهل بیت علیهم السلام با بیانی روشن، صبر را سپری در برابر بحران‌های زندگی معرفی کرده‌اند؛ سپری که می‌تواند همسران را در عبور از مشکلات روانی، اخلاقی، اقتصادی و عاطفی یاری رساند. صبر، به عنوان یک ویژگی رفتاری و بین‌فردی، موجب کنترل هیجانات، پرهیز از واکنش‌های آنی، و ارتقای مهارت گفت‌وگو و همدلی در میان زن و شوهر می‌شود.

^۱ مجلسی، بحار الأنوار، ج ۴۳، ص ۱۲۵.

^۲ اسلامی، «روابط زوجین در مواجهه با بیماری مزمن همسر: نقش صبر و حمایت عاطفی»، ش ۲، ص ۸۵.

^۳ قرائتی، تفسیر نور، ج ۷، ص ۲۱.

همچنین، بررسی‌ها نشان داد که در روابط خانوادگی، صبر به مثابه یک راهبرد پیشگیرانه و درمانگر عمل می‌کند؛ چرا که زمینه ساز گذشت، تحمل تفاوت‌ها، پرهیز از جدال‌های بی‌ثمر و تقویت همدلی است. خانواده‌هایی که بر اساس روحیه صبر و استقامت شکل می‌گیرند، در برابر طوفان‌های زندگی پایداری بیشتری داشته و احتمال بروز آسیب‌هایی همچون طلاق، تنش‌های مزمن یا فرسایش عاطفی در آن‌ها کاهش می‌یابد.

در نگاهی کلان‌تر، جامعه‌ای که صبر را به عنوان ارزش فرهنگی و دینی در نظام تربیتی و روابط خانوادگی خود نهادینه کند، از انسجام اجتماعی و ثبات روانی بالاتری برخوردار خواهد بود. بنابراین، برای تحکیم روابط زوجین، ضروری است که آموزه‌های مربوط به صبر نه تنها در سطح آگاهی نظری، بلکه در قالب آموزش‌های عملی، در مراحل مختلف زندگی زناشویی نهادینه گردد.

در پایان، می‌توان گفت که صبر در زندگی مشترک از منظر اسلام، نه تنها به مثابه عامل تحمل، بلکه به عنوان بستر سازندگی، رشد معنوی، و حفظ کرامت انسانی در روابط زوجین مطرح است؛ امری که بی‌توجهی به آن، اساس خانواده را سست و پیوندهای عاطفی را شکننده می‌سازد.

فهرست منابع

*قرآن کریم.

۱. ابن شعبه حرانی، تحف العقول، قم: نشر اسلامی، ۱۳۷۸.
۲. اسلامی، لیلا. «روابط زوجین در مواجهه با بیماری مزمن همسر: نقش صبر و حمایت عاطفی»، فصلنامه روان‌شناسی سلامت خانواده، سال ۱۳۹۹، ش ۲.
۳. اسماعیلی، زهرا. «بررسی رابطه صبر والدین با عملکرد تربیتی آنان»، مجله خانواده‌پژوهی، ۱۴۰۱، شماره ۱.

۴. افروز، غلامعلی. روان‌شناسی خانواده، تهران: دانشگاه تهران، ۱۳۸۹.
۵. باومایستر، روی اف. اراده و خویش‌تنداری، ترجمه دکتر سیدحسن حسینی، تهران: نشر دانژه، ۱۳۹۴.
۶. بولبی، جان. نظریه دلبستگی، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران: نشر ارجمند، ۱۳۹۷.
۷. جان گاتمن. هفت اصل موفق برای ازدواج موفق، ترجمه علی صاحبی، تهران: انتشارات سایه سخن، ۱۳۹۷.
۸. چاپمن، گری. زندگی زناشویی موفق، ترجمه محمد ترکمان، تهران: نشر ذهن‌آویز، ۱۳۹۳.
۹. حر عاملی، محمد بن حسن. وسائل الشیعه، قم: مؤسسه آل‌البیت، ۱۴۰۹ق.
۱۰. راغب اصفهانی، حسین. مفردات الفاظ قرآن کریم، تحقیق صفوان عدنان داوودی، قم: دارالعلم، ۱۴۰۴ق.
۱۱. رضایی اصفهانی، محمدعلی. خانواده در قرآن، قم: بوستان کتاب، ۱۳۹۲.
۱۲. ساروخانی، باقر. جامعه‌شناسی خانواده، تهران: نشر سروش، ۱۳۹۶.
۱۳. سلیمی، محمدرضا. «نقش صبر در سلامت روان و انسجام خانواده‌های درگیر بیماری‌های مزمن»، فصلنامه خانواده و سلامت روان، ۱۳۹۸، شماره ۲.
۱۴. شریفی، سعید. جامعه‌شناسی خانواده، تهران: سمت، ۱۳۹۹.
۱۵. طباطبایی، سید محمدحسین. المیزان فی تفسیر القرآن، ترجمه سید محمدباقر موسوی همدانی، قم: دفتر تبلیغات اسلامی.
۱۶. طباطبایی، سید محمدحسین. تفسیر المیزان، ترجمه همدانی، قم: دفتر تبلیغات اسلامی.
۱۷. ظاهری، محمدرضا. اخلاق در خانواده، قم: انتشارات بوستان کتاب، ۱۳۹۲.
۱۸. قائمی، علی. نقش صبر در تحکیم خانواده، تهران: انتشارات معارف اسلامی، ۱۳۸۵.
۱۹. قرائتی، محسن. تفسیر نور، قم: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن.
۲۰. کلینی، محمد بن یعقوب. الکافی، ترجمه سید جواد مصطفوی، تهران: انتشارات اسلامی.
۲۱. مجلسی، محمدباقر. بحارالأنوار، بیروت: مؤسسه الوفاء.
۲۲. مطهری، مرتضی. نظام حقوق زن در اسلام، تهران: صدرا، ۱۳۹۳.
۲۳. مظاهری، محمدرضا. اخلاق در خانواده، قم: انتشارات بوستان کتاب، ۱۳۹۲.
۲۴. مکارم شیرازی، ناصر. تفسیر نمونه، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴.
۲۵. موسوی، فاطمه. «ویژگی‌های معنوی و تاب‌آوری خانواده در بحران‌های اقتصادی»، فصلنامه مطالعات روان‌شناسی و دین، ۱۴۰۰، شماره ۳.

۲۶. نراقی، ملا احمد. جامع السعادات، تهران: انتشارات دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۶۸.
۲۷. نهج البلاغه، ترجمه محمد دشتی، قم: مؤسسه فرهنگی پژوهشی امیرالمؤمنین، ۱۳۸۶.
۲۸. هورنای، کارن. عصبیت و رشد انسان، ترجمه پروین علی پور، تهران: نشر دانژه، ۱۳۸۷.