

جایگاه توحید در مواجهه با مشکلات زندگی

سعیده نظری^۱

چکیده

زندگی انسان، چه در سطح فردی و چه در سطح اجتماعی، همواره با چالش‌هایی مانند استرس، اختلافات، کمبود صبر و ضعف در روابط عاطفی مواجه است. این مشکلات نه تنها آرامش زندگی را برهم می‌زنند، بلکه می‌توانند فرد را درگیر تنش‌ها و بحران‌های عدیده‌ای کنند. در چنین شرایطی، ایمان به توحید به عنوان یک نیروی احیاگر و تعادل‌بخش، می‌تواند نقش کلیدی در مواجهه با این مشکلات ایفا کند. هدف این مقاله بررسی نقش توحید در مواجهه با مشکلات زندگی و نشان دادن اینکه چگونه باور به خدای یگانه می‌تواند به عنوان عامل وحدت‌آفرین و آرامش‌بخش در زندگی فرد عمل کند. این مقاله با بهره‌گیری از آموزه‌های قرآنی، روایات و سیره انبیا، به تحلیل نقش توحید در تقویت صفات اخلاقی و رفتاری مانند صبر، امید، مهربانی، ایثار، مدارا و گذشت می‌پردازد. همچنین، با ارائه مثال‌های محسوس و به‌روز، نشان می‌دهد که چگونه توحید می‌تواند در حل مشکلات زندگی موثر باشد. توحید با تقویت صبر و استقامت، افزایش امید و انگیزه، کاهش استرس و نگرانی، ترویج مهربانی و رحم، گسترش ایثار و فداکاری، پایبندی به خوش‌رفتاری و مدارا، و افزایش گذشت و بخشش، می‌تواند زندگی را به محیطی پر از آرامش، محبت و معنویت تبدیل کند. توحید نه فقط یک عقیده، بلکه یک راهبرد عملی برای مواجهه با مشکلات زندگی است. با الگوگیری از صفات الهی و سیره انبیا، افراد می‌توانند با توکل بر خداوند، اعتماد به وعده‌های الهی و امید به رحمت و مغفرت او، چالش‌های پیش‌رو را با حکمت و ایمان پشت سر بگذارند. این مقاله نشان می‌دهد که توحید می‌تواند الگویی کارآمد برای تحکیم بنیان زندگی در جامعه اسلامی ارائه دهد.

کلید واژگان:

توحید، خداشناسی، مشکلات زندگی، مواجهه با مشکلات.

مقدمه

زندگی انسان، به‌ویژه در بستر خانواده، همواره با چالش‌ها و مشکلاتی همراه است که می‌توانند آرامش و ثبات را برهم زنند. نهاد خانواده، به‌عنوان نخستین و بنیادی‌ترین بستر تربیت انسان، نقشی بی‌بدیل در شکل‌گیری شخصیت فردی و سلامت اجتماعی ایفا می‌کند. با این حال، این نهاد ارزشمند همواره در معرض چالش‌های گوناگونی چون اختلافات زناشویی، ضعف در تربیت فرزندان، فقدان درک متقابل، و تنش‌های عاطفی قرار دارد. در چنین شرایطی، آموزه‌های توحیدی می‌توانند به‌مثابه یک نیروی احیاگر و نجات‌بخش، کارکردی مؤثر و سازنده داشته باشند.

باور به خدای یکتا، که ناظر بر اعمال و پاداش‌دهنده به رفتار انسان‌هاست، بنیان زندگی را بر اصولی چون تقوا، عدالت، گذشت، انصاف و مسئولیت‌پذیری استوار می‌سازد. در زندگی‌ای که روح توحید جاری است، افراد نه‌تنها خود را در برابر یکدیگر، بلکه در برابر خداوند متعال نیز مسئول می‌دانند. این نگرش الهی، مانع بروز رفتارهای خودمحورانه می‌شود و زمینه گفت‌وگو، مدارا، و حل مسالمت‌آمیز مشکلات را فراهم می‌سازد.

توحید به زندگی معنا، جهت و هدف می‌بخشد. در سایه ایمان به خدا، زندگی از دام تجمل‌گرایی، فردگرایی و بی‌معنایی‌های می‌یابد و به سوی سبکی از زندگی سوق داده می‌شود که در آن، آرامش، محبت، احترام متقابل و همکاری جریان دارد. در این چارچوب، روابط بین افراد، رنگی از معنویت و بندگی می‌گیرد و تعاملات از سطحی بودن فاصله گرفته، به عمقی اخلاقی و معنوی ارتقا می‌یابد. همچنین، توحید با بازگرداندن محور زندگی به خداوند، مانع از شکل‌گیری تعارض‌های ویرانگر می‌شود. وقتی خدا در کانون زندگی قرار گیرد، تصمیم‌ها، رفتارها و واکنش‌ها از عقلانیت دینی و آرامش درونی برخاسته و بر پایه مهربانی، خویش‌داری و عدالت بنا می‌شود. به بیان دیگر، توحید نه‌فقط یک عقیده، بلکه یک راهبرد عمیق تربیتی و اخلاقی برای مواجهه با مشکلات زندگی است.

در پرتو این باور، زندگی به مأمنی امن و با ثبات تبدیل می‌شود که در آن هر فرد می‌کوشد با رعایت اصول الهی، پیوندی استوار و عاطفی با دیگران برقرار کرده و در جهت رضایت الهی، چالش‌های پیش‌رو را با ایمان و حکمت پشت سر گذارد که در این مقاله مورد بررسی قرار می‌گیرد.

علی‌رغم جستجوهای فراوانی که صورت گرفت منبعی با این عنوان پیدا نشد، اما در ارتباط با این موضوع منابعی یافت شد که عبارتند از:

۱. کتاب «دوای دردها و اکسیر مشکلات در کلام اهل بیت علیه السلام»، به نویسندگی محمد مهدی محقق فرید، مشهد: خاطره، ۱۳۹۰ که در آن به راه‌حلهایی برای حل مشکلات از دیدگاه آیات و روایات پرداخته شده است در حالیکه در این مقاله به صورت جزئی به نقش توحید در حل مشکلات زندگی می‌پردازد.
۲. کتاب دیگری با عنوان «من با خدای کوچکم قهرم خدا رو باید بزرگ دید...» به نویسندگی محسن عباسی ولد، قم: آیین فطرت، ۱۳۹۷ که در آن به اقسام روش‌های همسرمداری اشاره شده ولی به طور مستقیم نقش توحید را مورد بررسی قرار نداده است، در حالی که در این پژوهش به صورت خاص و جزئی نقش توحید در حل مشکلات زندگی مورد بررسی قرار گرفته است.
۳. کتاب «خداشناسی و توحید (سرآغاز دین و دینداری)» به قلم مرزبان کریمی، شهرکرد: سدره‌المنتهی، ۱۳۸۹ است که در آن به صورت خلاصه و تیتروار برخی از آثار اعتقاد به خداوند بیان شده در حالی که در این پژوهش به صورت تفصیلی به جایگاه توحید در مواجهه با مشکلات زندگی پرداخته شده است.
۴. پایان‌نامه‌ای با عنوان «ادله توحید ذاتی» در مقطع کارشناسی ارشد ناپیوسته نوشته مصطفی ابوطالب شورکی از باقرالعلوم (ع) اشاره کرد که در سال ۱۳۹۰ دفاع کرده‌اند. نویسنده در پایان‌نامه‌ی خود به صورت کلی به تبیین ادله توحید ذاتی پرداخته است. وجه تمایز مقاله‌ی پیش‌رو، با این پایان‌نامه در این است که به طور خاص و جزئی به بررسی توحید و تاثیر آن بر مواجه شدن با مشکلات زندگی می‌پردازد.
۵. مقاله‌ای با عنوان «تحلیل فلسفی نقش توحید در فضایل بینشی، گرایشی و رفتاری در نهاد خانواده» به قلم تقی محدر، مجله: مطالعات اخلاق کاربردی «پاییز ۱۳۹۸، سال نهم- شماره ۳۵ رتبه: علمی-ترویجی ۲۷ (ISC) / صفحه - از ۳۵ تا ۶۱ (۱۸) که در آن به نقش توحید در فضایل بینشی، گرایشی و رفتاری در نهاد خانواده پرداخته شده است ولی این مقاله رابطه‌ی توحید و مواجه شدن با مشکلات زندگی را مورد بررسی قرار می‌دهد.
۶. مقاله‌ای با عنوان «تاثیرات حمد الهی در مواجهه با مشکلات زندگی» توسط مطهره دهقان در مقطع سطح ۲ عمومی مدرسه علمیه حضرت زینب استان یزد در سال ۱۴۰۲ ارائه شده است که در آن به تاثیرات حمد الهی در مواجهه با مشکلات زندگی پرداخته شده، اما در این مقاله نقش توحید در مواجهه مشکلات زندگی مورد بررسی قرار گرفته شده است.

بسیاری از آسیب‌های زندگی، چه در سطح فردی و چه در سطح اجتماعی، ریشه در خودمحوری، دنیاطلبی، ضعف در کنترل خشم و روابط عاطفی ناسالم دارند. این چالش‌ها می‌توانند آرامش و ثبات زندگی را برهم زنند و فرد را درگیر تنش‌ها و مشکلات عدیده‌ای کنند. در چنین شرایطی، توحید به عنوان یک نیروی تعادل‌بخش و احیاگر، می‌تواند نقش کلیدی در مواجهه با این مشکلات ایفا کند. ایمان به خدای یکتا، با ایجاد نگرش توکل، رضایت، ایثار و مسئولیت‌پذیری در برابر خداوند، فرد را به سمت مودت، صبر، گذشت و حسن تعامل سوق می‌دهد. وقتی انسان خدا را محور زندگی خود قرار می‌دهد، خودمحوری و دنیاطلبی جای خود را به فداکاری و خدمت می‌دهد. این نگرش الهی، مانع از بروز رفتارهای مخرب شده و زمینه‌ساز حل مسالمت‌آمیز مشکلات می‌شود.

شناخت جایگاه توحید در زندگی، راه‌گشای بازسازی بنیان زندگی بر اساس ایمان، محبت و آرامش پایدار خواهد بود. توحید به زندگی معنا و هدف می‌بخشد و فرد را از دام تجمل‌گرایی و فردگرایی رهایی می‌دهد. در سایه ایمان به خدا، زندگی به سوی سبکی سوق می‌یابد که در آن، آرامش، محبت و احترام متقابل جریان دارد.

این مقاله در پی آن است که با بررسی جایگاه توحید در مواجهه با مشکلات زندگی، نشان دهد چگونه باور به خداوند یکتا می‌تواند به عنوان عامل تعادل‌بخش در حل تعارضات و چالش‌های زندگی ایفای نقش کند. در این راستا، با بهره‌گیری از آموزه‌های قرآنی و روایی، نقش توحید در ایجاد روحیه ایثار، گذشت، صبر و مسئولیت‌پذیری در زندگی فرد مورد بررسی قرار گرفته و راهکارهایی دینی برای تحکیم بنیان زندگی در پرتو ایمان ارائه می‌گردد. حال سؤالی که در این جا مطرح می‌شود این است که توحید در حل مشکلات زندگی چه نقشی دارد؟ که در ادامه به آن پاسخ داده می‌شود.

الف) مفهوم شناسی توحید

مفهوم «توحید» در لغت، واحد دانستن و یکی شمردن چیزی است، و در اصطلاح علم عقاید و کلام به دو معنا به کار می‌رود: نخست به معنای اعتقاد به وحدانیت خداوند متعال و نفی شریک و نظیر از اوست، که بر این اساس، موحد نیز به کسی می‌گویند که چنین اعتقادی داشته باشد. در معنای دوم نیز، توحید به معنای خداشناسی است که تمام مباحث ناظر به اثبات وجود خدا و اسما و صفات او را در برمی‌گیرد.^۱

۱. موسسه فرهنگی هنری جام طهور، دائرة المعارف طهور: فرهنگ و علوم انسانی، ص ۱۷۸۰۷.

ب) نقش توحید در مواجهه با مشکلات زندگی

مشکلات زندگی، به عنوان بخشی جدایی‌ناپذیر از مسیر هر انسان، گاه ریشه در اختلافات، سوءتفاهم‌ها و چالش‌های عمیق‌تر دارند. در این میان، توحید به عنوان محور وحدت و همبستگی، نقش کلیدی در حل و فصل این مشکلات ایفا می‌کند. اعتقاد به خدای یگانه و پذیرش او به عنوان مرجع عالی، افراد را به رعایت اصول اخلاقی، صبر، گذشت و همدلی ترغیب می‌نماید.

توحید، با پرورش روحیه‌ی ایثار و احترام متقابل، زمینه‌ساز ایجاد محیطی آرام و پر از محبت شده و راه‌حلهایی مبتنی بر حکمت و مصلحت الهی را در برابر انسان قرار می‌دهد. وقتی فرد خدا را محور زندگی خود قرار می‌دهد، خودمحوری و منفعت‌طلبی جای خود را به فداکاری و خدمت می‌دهد. این نگرش الهی، مانع از بروز رفتارهای مخرب شده و زمینه‌ساز حل مسالمت‌آمیز مشکلات می‌شود. در ادامه، به بررسی نقش توحید در مواجهه با مشکلات زندگی و ایجاد وحدت و انسجام در زندگی فرد پرداخته خواهد شد. این نقش شامل موارد زیر است:

۱. تقویت صبر و استقامت در برابر سختی‌ها با ایمان به قضا و قدر الهی

خداوند در قرآن کریم، یکی از مهمترین صفات مؤمنان را چنین بیان می‌کند:

«وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ

رَاجِعُونَ^۱؛ و صبرکنندگان را مژده ده، آنان که هنگامی که مصیبتی به آنان

می‌رسد، می‌گویند: ما از آن خدا هستیم و به سوی او بازمی‌گردیم.»

در جای دیگر نیز می‌فرماید:

«الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا

تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ^۲؛ آنان که گفتند پروردگار ما خداست و

سپس استقامت ورزیدند، فرشتگان بر آنان نازل می‌شوند که مترسید و غمگین

مباشید و به بهشت‌هایی که به شما وعده داده شده است بشارت باد.»

این آیات نشان می‌دهند که صبر و استقامت، از لوازم ایمان به توحید است و این ایمان، پایه‌ای

محکم برای مواجهه با سختی‌های زندگی فراهم می‌کند. امام سجاد علیه‌السلام در این باره می‌فرماید:

۱. بقره: ۱۵۵-۱۵۶.

۲. فصلت: ۳۰.

برای این رفتار بوده‌اند. به عنوان مثال، حضرت محمد صلی‌الله‌علیه‌وآله در خانواده و جامعه خود با مهربانی و مدارا رفتار می‌کردند، حتی با کسانی که با ایشان مخالف بودند. قرآن کریم در مورد رفتار پیامبران با مردم می‌فرماید:

«فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لَنتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ»؛ به سبب رحمت الهی با مردم مهربان شدی، و اگر تندخو و سخت‌دل بودی، مردم از اطراف تو پراکنده می‌شدند.

این آیه نشان می‌دهد که مهربانی و مدارا، کلید حفظ وحدت و آرامش در زندگی است.

فرض کنید در محیط کار، همکاران اشتباهی مرتکب می‌شود که باعث ناراحتی شما می‌شود. اگر به توحید و صفات الهی ایمان داشته باشید، به جای عصبانی شدن و سرزنش کردن، با مهربانی و صبر با او رفتار می‌کنید. به جای داد زدن، می‌توانید به او بگویید: «اشکالی ندارد، دفعه بعد بیشتر مراقب باش.» این رفتار نه تنها تنش را کاهش می‌دهد، بلکه رابطه شما را محکم‌تر می‌کند.

حضرت علی علیه‌السلام در نهج‌البلاغه می‌فرماید: «خُلِقَ الْمُؤْمِنُ بِشَاشَةٍ وَجْهٍ وَ خَفَضُ جَنَاحِهِ»؛ اخلاق مؤمن، گشاده‌رویی و فروتنی است. این سخن نشان می‌دهد که خوش‌رفتاری و مدارا، از نشانه‌های ایمان راستین است.

در دنیای امروز که استرس و فشار زیاد است، افراد بیشتر از همیشه به مهربانی و مدارا نیاز دارند. مثلاً، وقتی دوستان بعد از یک روز سخت به شما زنگ می‌زند، به جای اینکه فوراً از او بخواهید مشکلات خود را کنار بگذارد، می‌توانید با یک لبخند و یک جمله مهربانانه از او استقبال کنید. این رفتار کوچک می‌تواند آرامش را به زندگی او بازگرداند و جلوی بسیاری از مشاجرات را بگیرد.^۱ در روایت دیگری از پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله آمده است: «إِنَّ الرَّجُلَ لَيُذْرِكُ بِحُسْنِ خُلُقِهِ دَرَجَةً الصَّائِمِ الْقَائِمِ»؛^۲ انسان با خوش‌رفتاری خود می‌تواند به درجه روزه‌دار و شب‌زنده‌دار برسد. این حدیث نشان می‌دهد که خوش‌رفتاری و مدارا، نه تنها در خانواده بلکه در تمام جنبه‌های زندگی، ارزش بالایی دارد.

۱. آل عمران: ۱۵۹.

۲. نهج‌البلاغه: حکمت ۳۸۹.

۳. حسینی، همان، ص ۴۹.

۴. مجلسی، همان، ج ۷۴، ص ۳۰۲.

بنابراین، با الگوگیری از سیره انبیا و اولیای الهی و پایبندی به خوش رفتاری و مدارا، می‌توانیم جلوی بسیاری از مشکلات زندگی را بگیریم و محیطی پر از عشق و آرامش ایجاد کنیم.

۷. افزایش گذشت و بخشش با امید به رحمت و مغفرت الهی

یکی از زیباترین رفتارهایی که می‌تواند مشکلات زندگی را حل کند، گذشت و بخشش است. وقتی انسان به خدا ایمان دارد، می‌فهمد که خداوند هم همیشه آماده بخشیدن است. این ایمان به ما کمک می‌کند تا در زندگی هم ببخشیم و از خطاهای دیگران بگذریم. قرآن کریم می‌فرماید: «وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ^۱؛ نیکی و بدی یکسان نیستند؛ بدی را با نیکوکاری دفع کن.» این آیه به ما یادآوری می‌کند که با بخشش و گذشت می‌توانیم محیط زندگی را آرام و پر از محبت نگه داریم. امام خمینی (ره) در مورد عفو و گذشت می‌فرماید: «عفو و گذشت از بزرگترین کمالات انسانی است، زیرا این صفت از صفات جمالیه حق تعالی است.»^۲ یعنی وقتی می‌بخشیم، در واقع داریم به خدا نزدیک‌تر می‌شویم و خودمان را با صفات الهی آراسته می‌کنیم.

فرض کنید در محیط کار، همکاران اشتباهی مرتکب شده که باعث ناراحتی شما شده است. به جای اینکه عصبانی شوید و دعوا راه بیندازید، می‌توانید با گذشت و بخشش، آرامش را به محیط کار برگردانید. این رفتار نه تنها باعث می‌شود همکاران احساس گناه نکنند، بلکه رابطه شما قوی‌تر می‌شود. قرآن کریم در این باره می‌فرماید: «وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ^۳؛ ببخشید و چشم‌پوشی کنید، آیا دوست ندارید که خداوند شما را ببخشد؟» این آیه به ما یادآوری می‌کند که وقتی می‌بخشیم، خودمان هم مورد بخشش خدا قرار می‌گیریم.

یکی از بهترین جاهایی که می‌توانیم گذشت و بخشش را تمرین کنیم، در برابر خطاهای دوستان و آشنایانمان است. قرآن کریم می‌فرماید:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنِّ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوٌّ لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ وَإِنْ تَعَفَّوْا وَتَصْفَحُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ^۴؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، برخی از همسران و فرزندان شما دشمن شما هستند، از آنها بر

۱. فصلت: ۳۴.

۲. خمینی، شرح چهل حدیث، ص ۱۲۳.

۳. نور: ۲۲.

۴. تغابن: ۱۴.

حذر باشید؛ و اگر ببخشید و چشم‌پوشی کنید، خداوند هم شما را می‌بخشد،

زیرا او بسیار بخشنده و مهربان است.»

حضرت علی علیه‌السلام می‌فرمایند: «أَوَّلَى النَّاسِ بِالْعَفْوِ أَقْدَرُهُمْ عَلَى الْعُقُوبَةِ»؛ سزاوارترین مردم

به بخشش، کسی است که توانایی مجازات دارد.» یعنی هنر واقعی این است که وقتی قدرت انتقام داریم، ببخشیم.

مثال دیگر: فرض کنید دوستان بدون اجازه شما چیزی را خراب کرده است. به جای اینکه او را سرزنش کنید، می‌توانید با مهربانی به او بگویید: «اشکالی ندارد، دفعه بعد بیشتر مراقب باش.» این رفتار نه تنها باعث می‌شود دوستان احساس گناه نکنند، بلکه او را به سمت اصلاح رفتار سوق می‌دهد.^۲

در دنیای امروز که استرس و فشار زیاد است، گذشت و بخشش می‌تواند مانند یک مرهم برای زندگی باشد. وقتی هر فرد بداند که خطاهایش بخشیده می‌شود، احساس امنیت و آرامش می‌کند. این امر باعث می‌شود که روابط انسانی محکم‌تر و قوی‌تر شود. بنابراین، با افزایش گذشت و بخشش در زندگی و امید به رحمت و مغفرت الهی، می‌توانیم جلوی بسیاری از مشکلات را بگیریم و محیطی پر از عشق و محبت ایجاد کنیم.

۱. نهج‌البلاغه: حکمت ۴۱۷.

۲. <https://hawzah.net/fa/Article/View/112883/%D8%B9%D9%81%D9%88-%D9%88-%D8%A8%D8%AE%D8%B4%D8%B4>

تاریخ بازدید ۱۴۰۴/۴/۲۰

نتیجه‌گیری

زندگی انسان، چه در سطح فردی و چه در سطح اجتماعی، همواره با چالش‌هایی مانند استرس، اختلافات، و ضعف در روابط عاطفی مواجه است. ایمان به توحید به عنوان یک نیروی تعادل‌بخش و احیاگر، می‌تواند نقش کلیدی در مواجهه با این مشکلات ایفا کند. این مقاله نشان می‌دهد که توحید با تقویت صفات اخلاقی و رفتاری، می‌تواند زندگی را به محیطی پر از آرامش، محبت و معنویت تبدیل کند. نتایج حاصل از این بررسی به شرح زیر است: (۱) ایمان به توحید به افراد کمک می‌کند تا با صبر و توکل بر خداوند، سختی‌ها را تحمل کرده و در برابر مشکلات مقاوم باشند. (۲) اعتماد به وعده‌های الهی، امید و انگیزه را در افراد تقویت می‌کند و به آنها کمک می‌کند تا در بحران‌ها به لطف خداوند اعتماد کنند. (۳) توکل بر خداوند، استرس و نگرانی‌ها را کاهش می‌دهد و آرامش درونی را به زندگی بازمی‌گرداند. (۴) الگوگیری از صفات الهی مانند مهربانی و رحم، روابط انسانی را مستحکم‌تر کرده و محیطی پر از محبت ایجاد می‌کند. (۵) ایمان به توحید، ایثار و فداکاری را در افراد تقویت می‌کند و آنها را به خدمت به دیگران ترغیب می‌نماید. (۶) الهام از سیره انبیا، خوش‌رفتاری و مدارا را در زندگی ترویج می‌دهد و جلوی بسیاری از اختلافات را می‌گیرد. (۷) ایمان به رحمت و مغفرت الهی، گذشت و بخشش را در افراد افزایش می‌دهد و باعث کاهش کدورت‌ها می‌شود.

توحید نه فقط یک عقیده، بلکه یک راهبرد عملی برای مواجهه با مشکلات زندگی است. با تقویت ایمان به توحید و الگوگیری از آموزه‌های دینی، افراد می‌توانند با صبر، امید، مهربانی، ایثار، مدارا و گذشت، چالش‌های پیش‌رو را با حکمت و ایمان پشت سر بگذارند. این مقاله تأکید می‌کند که ایمان به توحید، زندگی را به مأمنی امن و پر از معنویت تبدیل می‌کند و به افراد کمک می‌کند تا با آرامش و هدفمندی پیش روند.

فهرست منابع

* قرآن کریم.

کتاب‌های فارسی

۱. حسینی، سیدحسین، ایمان و عمل صالح و نقش رسانه در تثبیت آن، تهران: صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران، مرکز پژوهش‌های اسلامی، ۱۳۸۱.
۲. خمینی، روح‌الله، شرح چهل حدیث (اربعین حدیث)، بی‌جا: موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ره)، چاپ: ۵۹، ۱۳۹۵.
۳. طباطبایی، محمدحسین، ترجمه تفسیر المیزان، ترجمه سید محمدباقر موسوی همدانی، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۳۶۳.
۴. کریمی، مرزبان، خداشناسی و توحید (سراغاز دین و دینداری)، شهرکرد: سدره‌المنتهی، ۱۳۸۹.
۵. محمدی ری‌شهری، محمد، میزان الحکمه، قم: دارالحدیث، ۱۳۷۶.
۶. مطهری، مرتضی، سیری در سیره نبوی، تهران: صدرا، ۱۳۶۰.
۷. _____، معارف اسلامی، تهران: صدرا، ۱۳۶۰.
۸. _____، نظام حقوق زن در اسلام، تهران: انتشارات صدرا، ۱۳۶۰.
۹. مکارم شیرازی، ناصر (با همکاری جمعی از فضلا)، تفسیر نمونه، تهران: دارالکتب الاسلامیه، چاپ اول، ۱۳۷۴ ش.
۱۰. مکارم شیرازی، ناصر، اخلاق در قرآن، قم: انتشارات مدرسه امام علی علیه السلام، ۱۳۹۴.
۱۱. موسسه فرهنگی هنری جام طهور، دائرة المعارف طهور: فرهنگ و علوم انسانی، اصفهان: مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، ۱۳۹۵.

کتاب‌های عربی

۱۲. حر عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه، قم: مؤسسه آل البيت عليهم السلام، ۱۴۰۹ق.
۱۳. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، بیروت: احیاء التراث العربی، چاپ دوم، ۱۴۰۳ق.

سایت‌ها

۱۴. <https://hawzah.net/fa/Article/View/112883/%D8%B9%D9%81%D9%88-%D9%88-%D8%A8%D8%AE%D8%B4%D8%B4>