

عشق و قناعت؛ برای دوام زندگی مشترک در عصر تجمل گرایی

کلثوم احمدی^۱

چکیده

دو مقوله عشق و قناعت از مهم‌ترین عوامل مؤثر بر پایداری خانواده در نگاه اسلامی و روان‌شناسی خانواده‌اند. عشق، نیاز عاطفی و روانی انسان را به صمیمیت و آرامش پاسخ می‌دهد و قناعت، نظام ارزشی و سبک زیست را سامان می‌بخشد و از بروز تنش‌های اقتصادی و توقعات نابجا جلوگیری می‌کند. این مقاله با روش توصیفی - تحلیلی، به تبیین پیوند این دو مفهوم و نقش آن‌ها در دوام زندگی مشترک می‌پردازد و با بهره‌گیری از منابع قرآنی، روایی و پژوهش‌های روان‌شناسی خانواده، نشان می‌دهد که تلفیق عشق (به‌عنوان موتور معنوی رابطه) و قناعت (به‌عنوان تنظیم‌کننده رفتاری) ضامن سلامت و ثبات خانواده در عصر تجمل‌گرایی است.

واژه‌های کلیدی: عشق - قناعت - تجمل گرایی - دوام زندگی مشترک.

^۱. طلبه سطح دو مدرسه علمیه صدیقه طاهره (س)، نوشهر، ایران. Kadf۴۵۶bxubs@gmail.com

۱. مقدمه

زندگی مشترک زمانی پایدار خواهد ماند که زوجین افزون بر علاقه قلبی، توانایی مدیریت نیازها، توقعات و بحران‌ها را داشته باشند. در جامعه امروز، بسیاری از اختلافات خانوادگی نه تنها از کمبود محبت، بلکه از زیاده‌خواهی، مقایسه‌گری و فشارهای اقتصادی ناشی می‌شود. در آموزه‌های اسلامی، عشق و قناعت دو بالی معرفی شده‌اند که هم بُعد معنوی و هم بُعد مادی زندگی را متعادل می‌سازند. بر همین اساس، مطالعه پیوند این دو مفهوم اهمیت ویژه‌ای دارد.

۱.۱. بیان مسئله

خانواده به عنوان اولین نهاد، یکی از معتمدترین و تاثیرگذارترین نهادها است؛ لذا باید کانون خانواده، محل امن و آرامش جهت رشد و تعالی اعضای خانواده باشد؛ اما گاه مواردی سبب به هم خوردن این آرامش می‌شود که مهم‌ترین عامل آن در عصر جدید، تجمل‌گرایی و عدم وجود قناعت است. قناعت یکی از ارزش‌های اخلاقی، به معنای راضی بودن و قبول کردن وضعیت و موقعیت فعلی خود است.

اما سوالی که مطرح می‌شود این است: چه عاملی سبب ایجاد قناعت در خانواده می‌شود؟ لذا پژوهشگر درصدد است تا با مراجعه به منابع کتابخانه‌ای و با روش توصیفی به بررسی این موضوع بپردازد. عشق مهم‌ترین عامل و سبب ایجاد قناعت در میان زن و شوهر شده و از پیچیده‌ترین و قدرتمندترین احساسات انسانی است که می‌تواند زندگی افراد را به طور عمیق تحت تاثیر قرار دهد.

دو مقوله عشق و قناعت از مهم‌ترین عوامل مؤثر بر پایداری خانواده در نگاه اسلامی و روان‌شناسی خانواده‌اند. عشق، نیاز عاطفی و روانی انسان را به صمیمیت و آرامش پاسخ می‌دهد و قناعت، نظام ارزشی و سبک زیست را سامان می‌بخشد و از بروز تنش‌های اقتصادی و توقعات نابجا جلوگیری می‌کند. این مقاله با روش توصیفی - تحلیلی، به تبیین پیوند این دو مفهوم و نقش آن‌ها در دوام زندگی مشترک می‌پردازد و با بهره‌گیری از منابع قرآنی، روایی و پژوهش‌های روان‌شناسی خانواده، نشان می‌دهد که تلفیق عشق (به‌عنوان

موتور معنوی رابطه) و قناعت (به عنوان تنظیم کننده رفتاری) ضامن سلامت و ثبات خانواده است.

۱.۲. پیشینه

در متون اسلامی، مفهوم قناعت و محبت خانوادگی از جایگاه بنیادی برخوردار است. امام علی (علیه السلام) محبت، گذشت و قناعت را از مهم ترین ارزش های اخلاقی معرفی می کند و قناعت را «سرمایه بی پایان» می خواند. (شریف رضی، ترجمه دشتی) در کافی اثر شیخ کلینی و دیگر منابع حدیثی، رضایت، مدارا و ساده زیستی به عنوان عوامل ایجاد آرامش در خانواده معرفی شده اند. آثار اخلاقی معاصر همچون اخلاق خانواده (دلشاد تهرانی، ۱۳۸۶ش) و نظام همسر داری در اسلام (قائمی، ۱۳۸۴ش) نیز نشان می دهد که قناعت، محبت و مدارا سه محور اصلی در پایداری زناشویی اند. کتاب «رضایت زناشویی» از عباس پسندیده به صورت جداگانه به مبحث قناعت پرداخته ولی ارتباط بین آنها را بیان ننموده است. کتاب «همسر داری» ابراهیم امینی نیز به صورت جداگانه به بیان قناعت و عشق پرداخته ولی ارتباط بین آنها را بیان نکرده است، لیکن پژوهشگر درصدد است تا عشق را به عنوان راهکاری برای ایجاد قناعت در خانواده مطرح نماید.

۱.۳. ضرورت

در دنیای کنونی عواملی همچون تجمل گرایی، فرهنگ مصرفی و چشم و هم چشمی، تورم بالا و درآمد کم خانواده ها، زیاد شدن توقع و کمرنگ شدن قناعت و سادگی و اختلافات زناشویی سبب شده است تا به دنبال راهکاری برای آن باشیم. همچنین افزایش طلاق ناشی از انتظارات اقتصادی و توقعات غیر واقع بینانه؛ مسئله ای که با تربیت روحی مبتنی بر قناعت قابل اصلاح است. کاهش صمیمیت عاطفی در زوج های جوان که ریشه در نداشتن فهم صحیح از عشق دارد. همچنین نیاز جامعه علمی و حوزوی به تحلیل عمیق تری از پیوند فضایل اخلاقی و پویایی خانواده بر اساس آموزه های اسلامی و یافته های علوم انسانی.

۱.۴. هدف تحقیق

تبیین رابطه عشق و قناعت و نقش ترکیبی آن‌ها در پایداری و رضایت‌مندی زندگی مشترک از منظر اسلامی و روان‌شناسی خانواده. همچنین تبیین مفهوم قناعت و نقش آن در مدیریت سبک زندگی و کاهش تنش‌های مالی.

۱.۵. سوال اصلی: عشق و قناعت؛ برای دوام زندگی مشترک در عصر تجمل‌گرایی چیست؟

۱.۶. سوالات فرعی

۱.۱.۶. عوامل ایجاد تجمل‌گرایی چیست؟

۲.۱.۶. عشق چگونه می‌تواند عاملی برای ایجاد قناعت شود؟

۳.۱.۶. قناعت چگونه موجب کاهش تنش‌های مالی و مدیریت انتظارات در خانواده می‌شود؟

امروزه رسانه‌ها و فضای مجازی به واسطه تبلیغاتی که در این فضا انجام می‌دهند با نمایش سبک زندگی اشرافی الگوی نادرستی از خوشبختی را ارائه می‌نمایند. جوانان هم به واسطه همین تبلیغات که فکر می‌کنند به خواسته‌ها و آرزوهای خود می‌رسند احساس خوبی به قناعت ندارند. گذشت و محبت زیاد در عشق باعث ایجاد قناعت آگاهانه می‌شود.

فهرست مطالب

این پژوهش شامل چکیده، مقدمه، مفاهیم، عشق ستون اصلی روابط زناشویی، تجمل‌گرایی چالش زندگی مشترک امروز، نقش عشق در تقویت قناعت، نتیجه و منابع می‌باشد.

۲. مفاهیم

پیش از ورود به بحث کارکرد عشق و قناعت در دوام زندگی مشترک، لازم است مراد از این دو مفهوم تبیین گردد؛ زیرا عدم تنقیح مفهومی، موجب خلط معنا و برداشت‌های ناصواب در تحلیل‌های بعدی می‌شود. از این رو، مفهوم‌شناسی عشق و قناعت بر اساس منابع اسلامی و روان‌شناختی، مقدمه‌ای ضروری برای فهم دقیق نقش و نسبت این دو فضیلت در استحکام خانواده به شمار می‌آید.

۱.۲. عشق

عشق در لغت به معنی چیره گردیدن دوستی بر کسی و تعلق داشتن قلب به کسی یعنی بیش از حد دوست داشتن چیزی. (معین، ۱۳۸۲ ش، ج ۲، ص ۱۶۲۳) عشق در ادبیات اسلامی، محبتی ریشه‌دار، آرامش‌بخش و هدفمند است. قرآن کریم مودّت و رحمت را اساس زوجیت معرفی می‌کند: «وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً» (روم/۲۱) افلاطون می‌گوید: عشق قوه‌ای است غریزی که از وسوسه‌های طمع و شبه تخیل بر هیکل طبیعی انسان وارد می‌شود. عشق موجب ترسو شدن شجاع و شجاع شدن ترسو شده و بر هر انسانی عکس طبیعت او را می‌آفریند. (بهایی، ۱۳۹۰ ش، ص ۳۱-۳۲) عشق سالم در زندگی مشترک، محبت همراه با مسئولیت، حمایت، همدلی و گذشت است. چنین عشقی ایجاد انسجام و امنیت روانی می‌کند.

۲-۲. قناعت

قناعت در لغت به معنی خرسندی، رضا، به قسمت بسنده کردن، راضی شدن به اندک چیز. همچنین قناعت به معنای رضایت به حدّ نیاز، پرهیز از چشم و هم‌چشمی و انتخاب سبک زندگی واقع‌بینانه است. در حدیثی از امام علی (علیه السلام) آمده: «الْقَنَاعَةُ مَالٌ لَا يَنْفَدُ» (نهج‌البلاغه، حکمت ۲۲۹) یعنی قناعت سرمایه‌ای پایان‌ناپذیر است. قناعت، نه به معنای محروم‌سازی، بلکه به معنای مدیریت خواسته‌ها و آرامش در زیست ساده و شریف است و در اصطلاح عبارت است از: آسان گرفتن در مآکل و مشارب و ملابس و غیر آن و راضی شدن به آنچه سد خلل کند. (دهخدا، ۱۳۷۷ ش، ج ۱۱، ص ۱۷۷۶۵)

- ترویج الگوهای دینی و فرهنگی، ساده زیستی.

- کنترل تبلیغات مصرف گرایان توسط رسانه‌ها و صدا و سیما.

- تأکید بر معیارهای درونی خوشبختی مانند محبت، تفاهم و همدلی.

- تغییر نگرش جامعه از ظاهر به باطن ازدواج.

اعتدال در مصرف، ترویج سبک زندگی ساده می‌تواند این چالش را تا حد زیادی کاهش دهد. مقابله با این پدیده نیازمند همکاری رسانه‌ای، آموزشی و فرهنگی است.

۵.۴. نقش عشق در تقویت قناعت

عشق و قناعت دو نیروی مکمل هم هستند؛ عشق جان زندگی است و قناعت پایه و دوام آن. عشق شادی و گرمی می‌آورد، قناعت آرامش و ثبات. عشق بدون قناعت، به توقع و دلسردی می‌انجامد، قناعت بدون عشق به سردی و رکود. اگر در زندگی کسی عشق واقعی وجود داشته باشد و بین زن و شوهر، محبت، نرم خویی، احترام، همدلی، دوستی و رفاقت باشد و تعامل مثبت بین این ارتباط وجود داشته باشد بیشتر امورات آنها به صورت مدیریت شده است. عشق یک نوع حمایت عاطفی است که زمینه برای برقراری الگوهای ارتباطی موثر فراهم می‌آورد و اعضای خانواده پیام یکدیگر را که گاه حاوی نکات واضح و بدیهی اما ظریف است، دریافت می‌کنند. (خطیب، ۱۴۰۱ش، ص ۲۳۰) قناعت یکی از مواردی است که تحت تأثیر عشق می‌تواند تقویت شود و شامل مدیریت مالی و از بخش‌های اثرگذار زندگی است و با نادیده گرفتن آن مشکلات فراوانی را به بار می‌آورد.

قناعت در واقع یک نوع توانمندی در مدیریت مالی است. مدیریت مالی دو بخش دارد: مدیریت درآمد و مدیریت مصرف. از دیدگاه اسلام، بخش مدیریت درآمد بر عهده مرد نهاده شده و یکی از مهم‌ترین وظایف مرد تامین مخارج زندگی است. (علم الهدی، ۱۳۸۸ش، ص ۶۷)

موضوع مدیریت مصرف نیز از جمله اموری است که همسران در کنار یکدیگر توان بیشتری برای به انجام رساندن آن دارند. زنان بدلیل ویژگی ذخیره کنندگی در اهداف کوتاه مدت، همسران خویش را بهتر یاری می‌رسانند.

برای این که مدیریت مالی به بهترین گونه انجام گیرد، لازم است همه اعضای خانواده در کنار یکدیگر نقش سازنده و تسهیل گر در راستای مدیریت مالی داشته باشند. مرد از یک سو با فراهم آوردن روزی حلال و از سوی دیگر با حسن تدبیر و توسعه مالی برای همسر و فرزندان خویش و زن نیز با میانه‌روی و قناعت در به سرانجام رساندن موضوع مدیریت مالی کمک فراوانی به این کار می‌کند.

مؤلفه‌هایی همچون قناعت، توجه به روزی رسانی خداوند، خرسندی از داشته‌ها، حریص نبودن، بخل نورزیدن، میانه روی، طلب روزی حلال، جلوگیری از اسراف و تبذیر از جمله آموزه‌هایی هستند که در اسلام بر آن‌ها تاکید شده و با زندگی رضایت بخش رابطه‌ای تنگاتنگ دارند. (نهج البلاغه، حکمت‌های ۱۳۹ - ۲۲۹ - ۳۷۱ - ۳ - ۳۵۵)

اعضای خانواده در صورتی که به کسب صفت قناعت موفق شوند و چشم از نگاه به زندگی متدی و تجملی دیگران فرو ببندند (طاها/۱۳۱) از حسرت و غم نجات می‌یابند و به عزت نفس می‌رسند که در عین کمبودها، احساس بی‌نیازی کنند. این باعث می‌شود که زندگی برای فرد گوارتر و لذت بخش‌تر شود و فرد راضی به درآمد و قسمت خود از گواراترین زندگی در بین مردم برخوردار خواهد بود. اگر جز این باشد، اعضای خانواده در حسرت کمبودها به سر برده و زندگی در نظر آن‌ها تلخ و دشوار می‌گردد. (مجلسی، ۱۳۹۳ م، ج ۶۶، ص ۳۹۰)

۴.۶. نقش قناعت در دوام زندگی مشترک

۱.۴.۶. تنظیم توقعات: قناعت از توقعات غیر واقع‌بینانه جلوگیری می‌کند و به همسران یاد می‌دهد که به جای رقابت مصرفی، بر رشد رابطه تمرکز کنند.

۲.۴.۶. پیشگیری از تعارضات: بسیاری از اختلافات ناشی از انتظارات مالی یا شکاف میان خواسته‌ها و توان اقتصادی است؛ قناعت این فاصله را کاهش می‌دهد.

۳.۴.۶. افزایش آرامش روانی: قناعت سبب رضایت درونی، کاهش اضطراب مالی و ایجاد فضای عاطفی امن می‌شود.

۵. راهکارهای تقویت عشق و قناعت در خانواده

۵.۱. آموزش مهارت‌های عشق ورزی و قناعت در مشاوره‌های پیش از ازدواج.

۵.۲. رواج سبک زندگی ساده از طریق رسانه‌ها و آموزش‌های دینی.

۵.۳. گفت و گو و همدلی مداوم میان زوجین برای کاهش توقعات.

۵.۴. تمرکز بر معنویت و ارزش‌های اخلاقی در تربیت خانوادگی.

۵.۵. الگوگیری از زندگی ساده و عاشقانه پیشوایان دینی و فرهنگی.

۶. نتیجه گیری

تحلیل مبانی اسلامی، اخلاقی و روان‌شناختی نشان می‌دهد که عشق و قناعت دو محور مکمل برای ایجاد و حفظ زندگی مشترک‌اند. عشق، روح رابطه است و قناعت، نظم‌دهنده و حامی آن. جامعه امروز که دچار مصرف‌گرایی، توقعات افراطی و کم‌رنگ‌شدن محبت خانوادگی است، بیش از هر زمان به بازگشت به این دو فضیلت نیاز دارد. پژوهش حاضر تأکید می‌کند که آموزش عشق‌ورزی صحیح، تقویت باورهای مبتنی بر قناعت، و تربیت قلبی-روانی زوج‌ها می‌تواند نقش اساسی در کاهش تعارضات و افزایش پایداری ازدواج داشته باشد.

در دنیای مادی معاصر، تجمل‌گرایی می‌تواند عشق را به معامله‌ای ظاهری و بی‌دوام تبدیل کند؛ اما پیوند عشق و قناعت، خانواده را از این آسیب نجات می‌دهد. زمانی که زوجین عشق خود را با رضایت از زندگی و ساده زیستن درآمیزند، زندگی مشترک به منبع

آرامش، رشد و معنا تبدیل می‌شود. بنابراین عشق و قناعت دو رکن دائمی و جاوید برای خوشبختی‌اند که در هر زمان، تضمین کننده دوام زندگی مشترک خواهند بود.

منابع

* قرآن کریم

* نهج البلاغه، دشتی، محمد، (۱۳۸۵ ش)، قم: فراگفت.

۱. احمدی، خدا بخش، (۱۳۸۶ ش)، آسیب شناسی خانواده، تهران: سازمان تحقیقات و مطالعات بسیج.

۲. اسحاقی، حسین، (۱۳۹۰ ش)، مبانی و راهبردهای جهاد اقتصادی، قم: مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خاوران.

۳. امینی، ابراهیم، (۱۳۸۵ ش)، همسررداری، قم: دفتر تبلیغات اسلامی.

۴. بستان، حسین، (۱۳۹۰ ش)، خانواده در اسلام، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.

۵. بهایی، محمد بن حسین، (۱۳۹۰ ش)، کشکول فارسی، قم: نیلوفرانه.

۶. پسندیده، عباس، (۱۳۹۱ ش)، رضایت زناشویی، قم: دارالحدیث.

۷. چلبی، غلامعباس، (۱۳۸۵ ش)، جامعه شناسی نظم، تهران: نی.

۸. خطیب، مهدی، (۱۴۰۱ ش)، مهارت‌های زندگی، قم: دارالحدیث.

۹. دلشاد تهرانی، سید مهدی، (۱۳۸۶ ش)، اخلاق خانواده، تهران: امیرکبیر.

۱۰. دهخدا، علی‌اکبر، (۱۳۷۷ ش)، فرهنگ‌نامه دهخدا، تهران: موسسه انتشار و چاپ دانشگاه.

۱۱. رضا زاده، مهدی، (۱۳۹۴ش)، سلامت روان خانواده، تهران: ارجمند.
۱۲. زارع، ناصر، (۱۳۹۶ش)، روان شناسی خانواده، تهران: آوای نور.
۱۳. سالاری فر، محمدرضا، (۱۳۹۷ش)، خانواده در نگرش اسلام و روانشناسی، تهران: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۱۴. علاسوند، فریبا، (۱۳۹۵ش)، زن در اسلام، قم: هاجر.
۱۵. علم الهدی، عبدالرسول، (۱۳۸۸ش)، درآمدی بر اصلاح الگوی مصرف در زندگی یک مسلمان، تهران: مؤسسه خبرگزاری فارس.
۱۶. قائمی، علی، (۱۳۸۴ش)، نظام همسرمداری در اسلام، تهران: انجمن اولیا و مربیان.
۱۷. کلانتری، علی اکبر، (۱۳۸۸ش)، الگوی مصرف، قم: دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه.
۱۸. مجلسی، محمدباقر، (۱۹۸۳م)، بحارالانوار، بیروت: الوقاء.
۱۹. معین، محمد، (۱۳۸۲ش)، فرهنگ معین، تهران: بهزاد.
۲۰. نراقی، احمد، (۱۳۷۷ش)، معراج السعاده، تهران: هجرت.