

بسم الله الرحمن الرحيم

عنوان مقاله: خانواده و معنویت

مؤلف: مرضیه محبوب

طلبه سال دوم

نشانی: برازجان مدرسه حضرت رقیه س

تأبستان 1395

تلفن: 09171779136

ایمیل: sahra729@yahoo.com

چکیده :

بدون تردید خانواده یک نظام اجتماعی محسوب می گردد ، و از دل همین نهاد کوچک اما بسیار مهم و حیاتی است که شخصیت افراد شکل گرفته و خود را برای جامعه بزرگ تر با قوانین بیشتر و سنگین تر آماده می کنند. رویکردی که خانواده برای انتقال ارتباط بین اعضای خود و جامعه بر می گزیند بسیار مهم می باشد. این رویکرد می تواند معنوی باشد یا نه. نتایج پژوهش ها نمایانگر این است که خانواده ها و در کل انسانهایی که رنگ معنویت به ساختار و شالوده وجودی خود زده اند، از آرامش و موفقیت بیشتری در زندگی بهره می برند. چرا که ذات و فطرت انسان جزء با پاکی ها و زلال بودن گره نمی خورد. نگارش این مقاله نیز در پی سوال هایی که ذهن پژوهشگر را در همین زمینه به خود جلب نموده به رشته تحریر در آمده است.

کلید واژه: خانواده ، معنویت ، خوشکوفایی ، سلامت فیزیکی

مقدمه :

خانواده جایی است که اعضای آن قادرند شبکه ارتباطی راحت تری را با یکدیگر داشته و مطالبات خود را به صراحت بیان نمایند. بنابراین بدیهی است که افراد درون خانواده از یکدیگر تاثیر پذیر باشند. خانواده از نخستین و مهم ترین واحد زیستی انسان در جوامع گوناگون بشری است. فضای عاطفی، ارزش های اساسی و چگونگی ارتباطات حاکم در خانواده بر نحوه شکل گیری استوانه های شخصیتی اعضای آن تاثیرات ژرف و پایدار دارد (پیرمرادی، 1379 به نقل از عرب بافرانی، 1392، ص 96). تعریف لوی از خانواده نیز چنین است: "خانواده واحد اجتماعی است که بر اساس ازدواج پدید می آید" (ساروخانی، 1370، ص 255).

از دیدگاه قران حکیم آنچه که باعث سکون و آرامش همیشگی انسان را در پی دارد چیزی جزء آرامش و یاد خدا نمی باشد. مذهب و اعتقاد و باورهای عمیق دینی داشتن در بطن زندگی ما امیخته شده است و به عبارتی زندگی ما انسانها از مذهب جدا نمی باشد. (فیور و همکاران، 2002) بیان می دارد: "معنویت را می توان یک جوهره الهی افراد و یک کیفیت درونی انسانی دانست" (صیدی، 1390، ص 66). که عبارت از ارتباط با یک وجود متعالی، باور به غیب، باور به رشد و بالندگی در راستای گذر از پیچ و خم های زندگی و تنظیم زندگی شخصی بر مبنای ارتباط با وجود متعالی و درک حضور دائمی وجود متعالی می باشد (غباری بناب، 1386، همان).

در این مقاله پژوهشگر بر این است که نقش معنویت را در چهار محور بررسی نماید.

الف - سلامت معنوی و نقش آن در سلامت فیزیکی

ب- معنویت و خودشکوفایی افراد

ج- معنویت و افزایش آستانه تحمل افراد

د- سیمای خانواده معنوی در تربیت فرزندان

خانواده:

خانواده به عنوان کوچک ترین واحد اجتماعی جایی است که یک زن و مرد زندگی مشترک خود را آنجا آغاز می نمایند. بر اساس این تعریف که از خانواده گردید چهار ویژگی و خصوصیت اساسی را می توان برای آن بر شمرد:

- 1- روابط جنسی و زاد و ولد که باعث و تداوم حیات خانواده و انسان است.
- 2- مدیریت و اقتصاد مشترک و وابستگی افراد به درآمد خانواده
- 3- کانونی برای تعامل ، تربیت و آموزش مهارت های زندگی و اشتغال فرزندان
- 4- محیطی آرام برای بروز روابط عاطفی ، احساسی و عاشقانه اعضای خانواده (ثابت قدم ، خیرآبادی، 1386، ص 230).

خانواده سنگ بنای جامعه بزرگ انسانی است و در استحکام روابط اجتماعی و رشد یکایک اعضای جامعه ، نقش بنیادین دارد. تلاش در جهت استحکام خانواده و استوار سازی روابط درون این سیستم زمینه را برای سلامت اخلاقی و سعادت عمومی فراهم می سازد (عربی، 1386، ص 185).

اهمیت خانواده در اسلام

از نظر اسلام خانواده با پیوند میان زوجین آغاز می شود ، و از اهمیت ویژه ای برخوردار است و پیامبر اکرم (ص) با ترغیب و تشویق برای تشکیل خانواده و ازدواج فرمودند: ما بنی فی الاسلام بناء احب الی الله من التزویج ، هیچ بنایی در اسلام محبوب تر از بنای ازدواج در پیش گاه خداوند نیست (ثابت قدم و خیرآبادی، 1386، ص 225). در اسلام بر سه معیار بسیار تاکید شده است : دین و ایمان - اخلاق اسلامی - هم کفو یکدیگر بودن (همان، ص 231). در اسلام و بعضی از نظام های حقوقی ، بر حقوق متقابل شامل حقوق مشترک بین همسران ، حقوق اختصاصی زن یا مرد ، حقوق فرزندان و حقوق والدین و اجداد تاکید بسیار شده است تا با رعایت آن ، سلامت خانوادگی تضمین گردد (قائمی به نقل از ثابت قدم ، 1386، ص 232). اسلام از یک سو در راستای تامین هدف نهایی خود یعنی سعادت حقیقی انسان برای هر یک از نظام های اجتماعی ، اهداف ویژه ای را مقرر کرده و از جمله برای نظام خانواده ، اهدافی مانند آرامش روانی همسران ، تربیت فرزندان سالم ، سلامت اخلاقی جامعه و امنیت جنسی را در نظر است. از سوی دیگر ، مجموعه ای از تفاوت های جنسی طبیعی شامل تفاوت در زیست شناسی ، تولید مثل ، تفاوت در نیازهای جنسی ، تفاوت در قوای

ادراکی و عواطف و تفاوت در قدرت جسمی به عنوان واقعیت های عینی در دیدگاه اسلام مفروض شده است. بنابراین، الگوی مطلوب نقش های زن و مرد، ضمن آن که ریشه در واقعیت های طبیعی دارد، به تامین اهداف یاد شده ناظر است به بیان روشن تر، تفاوت زن و مرد از حیث زیست شناسی تولید مثل برتری زنان بر مردان در جنبه های عاطفی و برتری مردان بر زنان از نظر توان جسمی باعث می شود که الگوی تقسیم کار جنسیتی، کارآیی بهتر و بیش تری در تحقق بخشیدن به اهداف مزبور به ویژه آرامش روانی همسران و تربیت فرزندان سالم داشته باشد، زیرا هم قابلیت های جسمی و روحی زنان برای تربیت فرزندان، بیش تر از قابلیت های مردان است و هم این که این الگو با برداشتن یا کم کردن بار آنان و در نتیجه به آرامش روانی همسران ایشان کمک می کند. افزون بر این، تفاوت زن و مرد در نیازهای جنسی نیز نقش مهمی در پذیرش این الگو از سوی اسلام دارد، چرا که با فرض وجود چنین تفاوت هایی، الگوی مزبور با اولویت دادن به محجوبیت زنان و کاهش اختلاط آنان با مردان، بهتر می تواند سلامت اخلاقی و امنیت جنسی جامعه را تامین کند (بستان، 1386، ص 476).

معنویت چیست؟

معنویت، جستجوی مداوم برای یافتن معنا و هدف زندگی، درک عمیق و ژرف ارزش زندگی، وسعت عالم نیروهای طبیعی موجود و نظام باورهای شخصی است (مایرز¹، 1990، به نقل از غلام حسینی، 1390، ص 91). معنویت به عنوان یکی از ابعاد انسانیت، شامل آگاهی و خودشناسی می شود. معنویت نیاز فراتر رفتن از خود در زندگی روزمره و یکپارچه شدن با کسی غیر از خود است. این آگاهی منجر به تجربه ای می شود که فراتر از خودمان است. معنویت، دلسوزی، خرد، فهم و آرامش درونی فرد را فراهم می کند و بالاترین سطح رشد در زمینه های مختلف روانشناختی، اخلاقی، هیجانی و بین فردی را در بر می گیرد (وگان، 1998، به نقل از ساغروانی و همکاران، 1388، ص 27). معنویت آنچه را که روح برای انسان بودن دنبال می کند، نشان می دهد. زمانی که فرد سلامت روح دارد، روح انسان با محیط خودش سازگار شده و با دیگران و جهان اطراف مرتبط می شود و به ابعاد دیگر او نفوذ می کند. که این ابعاد شامل ابعاد فیزیکی، روانشناختی، عاطفی و اجتماعی می باشد (کارول، 2000، همان، ص 28). از دیدگاه اسلام یگانه چیزی که می تواند نیاز به آرامش را در انسان برآورده کند و انسان را از دست تنش های روزمره رها نماید، یاد خداست. علامه طباطبایی این مساله را این گونه تبیین می کند که تلاش انسان دستیابی به سعادت و ایمنی از بدبختی است انسان در این

¹ Myers

منابع:

- احمدی فراز ، مهدی و همکاران.(1393). تاثیر مداخله معنوی گروهی مبتنی بر قرآن و نیایش بر سلامت معنوی بیماران مبتلا به سرطان.مجله دانشکده پزشکی اصفهان.سال 32.شماره 320.
- امامی ، زهرا و همکاران.(1393). تحلیل اثر هوش معنوی و هوش اخلاقی بر خود شکوفایی و رضایت از زندگی در سالمندان شهر اصفهان.دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی.سال 15.شماره 2.ص 4-13.
- بستان ، حسین.(1386).خانواده و تغییر نقش های جنسیتی. تقویت نظام خانواده و آسیب شناسی آن.نشر موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ره.
- جاسبی ، منیژه و همکاران.(1386).بررسی رابطه بین میزان صمیمت در خانواده اصلی و رضایت زناشویی زنان. تقویت نظام خانواده و آسیب شناسی آن.نشر موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ره.
- جعفری ، اصغر و همکاران.(1386). رابطه بین کارایی خانواده و دینداری و سلامت روان و مقایسه آن بین دانشجویان دختر و پسر . تازه ها و پژوهش های مشاوره .ج 6.شماره 22.
- حرالعاملی، محمد بن الحسن. وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه. موسسه آل البيت لاحیاء التراث. قم.
- حرانی ، ا. (1385). تحف العقول عن آل الرسول.قم . انتشارات آل علی.
- حکمت روان ،ر.(1387). رابطه بین مدیریت زمان و خود شکوفایی در زنان و مردان اصفهان.پایان نامه کارشناسی ارشد.دانشگاه آزاد خوراسگان.دانشکده علوم تربیتی.
- خرمایی ، فرهاد و همکاران.(1393). نقش صبر به عنوان یک فضیلت اخلاقی و شخصیت در پیش بینی ناامیدی دانشجویان.فصلنامه اخلاقی پزشکی .سال هفتم.شماره 28.

- خلعتبری، جواد؛ بهاری، صونا.(1389). ارتباط بین تاب آوری و رضایت از زندگی. فصلنامه روانشناسی تربیتی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن. سال اول. شماره 2. ص 83-94.
- ساجدی، ابوالفضل.(1386). بررسی روشهای تربیت دینی در خانواده. تقویت نظام خانواده و آسیب شناسی آن. نشر موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ره.
- ساغروانی، سیما؛ غیور، سید مرتضی.(1388). معنویت، خودشکوفایی و هوش معنوی در محیط کار. فصلنامه علمی - پژوهشی - تخصصی مدیریت دانشگاه امام رضا ع. شماره 6.
- سیدالشهدایی، مهناز و همکاران.(1392). سلامت معنوی سالمندان مقیم سرای سالمندان و مقیم منزل. نشریه مراقبت های پرستاری دانشگاه علوم پزشکی ایران. دوره 26. شماره 81. ص 20-11.
- صنوبر، ناصر؛ رحیمی اقدم، صمد.(1393). رابطه معنویت محیط کار با رضایت مشتریان و نقش تعدیل گری رفتار شهروندی سازمانی. راهبرد فرهنگ. شماره 26.
- صیدی، محمد سجاد و همکاران.(1390). رابطه بین معنویت خانواده با تاب آوری آن با واسطه گری کیفیت ارتباط در خانواده. روش ها و مدل های روانشناختی. سال دوم. شماره 5. ص 63-79.
- طباطبایی، محمد حسین.(1376). تفسیر المیزان. ج 11. قم. موسسه نشر اسلامی.
- عرب بافرانی، حمیدرضا و همکاران.(1392). اثربخشی آموزش معنویت بر سازگاری زناشویی زوجین. دوفصلنامه مطالعات اسلام و روانشناسی. شماره 12. 95-112.
- عباسی، محمود و همکاران.(1389). بررسی جایگاه علمی سلامت معنوی و نقش آن در پیشگیری از بیماری ها. فصلنامه اخلاق پزشکی. سال چهارم. شماره 14.
- عربی. حسین علی.(1386). نقش نهاد خانواده در کاهش انحرافات و آسیب های اجتماعی. تقویت نظام خانواده و آسیب شناسی آن. نشر موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ره.
- غباری بناب، ب؛ سلیمی، م؛ سلیمانی، ل؛ نوری مقدم، ث.(1386). هوش معنوی. فصلنامه علمی - پژوهشی اندیشه نوین دینی. سال سوم. شماره 10. ص 125-147.

- غلام حسینی ، اسماعیل و همکاران.(1390).معنویت در محیط کار.فصلنامه منابع انسانی ناجا.سال ششم.شماره 4.

- فاطمی ، میر مسعود و همکاران .(1393). بررسی رابطه بین رشد معنویت و چگونگی مقابله با شرایط استرس زا در بین اینترنت های رشته پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد پزشکی تهران. مجله علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی.دوره 24.شماره 1.ص 49-53.

- فیست ، جس؛ فیست ، گرسگوری جی.(2002).نظریه های شخصیت.ترجمه یحیی سید محمدی.نشر روان.چاپ هفتم. بهار 1391.

- قائمی،علی.(1368). خانواده و مسائل نوجوانان و جوانان.قم.انتشارات شفق.

- مجلسی ، محمد باقر.(1376).بحارالانوار.تهران. دارالکتب الاسلامی . بی تا.

- محمودی ، مسعود.(1391). بررسی رابطه هوش معنوی ، خودشکوفایی و وجدان کاری معلمان.پایان نامه کارشناسی ارشد.دانشگاه سیستان و بلوچستان.

- مومنی ، خدامرد ؛ شهبازی راد ، افسانه.(1391).رابطه معنویت ، تاب آوری و راهبردهای مقابله ای با کیفیت زندگی دانشجویان .مجله علوم رفتاری.دوره 6.شماره 2.ص 97-103.

- مهدیزادگان ، ا. (1387). تجسم کمال انسانی . گام هایی برای خود شکوفایی . مجله فولاد،شماره 56.ص 37-41.

- نراقی ، احمد.(1381). معراج السعاده. قم. انتشارات هجرت.

- وست ، و.(1383). روان درمانی و معنویت .ترجمه شیرافکن ،س ؛ شهیدی ، ش. تهران . انتشارات رشد.

- یوسف زاده، حسن.(1386).تحولات خانواده در غرب.تقویت نظام خانواده و آسیب شناسی آن.نشر موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ره.

- Beavers ,W. R. ,& Hampson ,R.B. (2000). The Beavers Model of Family functioning. The Journal of family therapy ,22:128-143.

- Borba, M. (2005). The step-by-step plan to building moral intelligence, Nurtuing Kids Heart & Souls, National Educator Award, National Council of Self-esteem. Jossey-Bass.
- Boivin MJ, Kirby AL, Underwood LK, Silva H.(2013). Spirituality Assessments: Limitations and Recommendations. Available from: <http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas07/Brown.htm> . Accessed 18 Jan .
- Endicott , J ; Nee , Y ; Harisson , W ; Blamenthal , R.(1993). Qualirty of life enjoyment and satisfaction questionnaire : A new ensure .Psychopharmacol Bull.1993;29(2):321-6.
- Harway , M.(2005). The handbook of couples therapy .newjersey:Hoboken press.
- Hill, Peter C.; Pargament, Kenneth I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality: Implications for physical and mental health research. American Psychologist 58(1): 64-74 .
- Hinnell , R. John.(1995).A New Dictionary Of Religion , Black Well.
- Krishnakumar, S. and Neck,C. P. (2002),The what , why , and how of spirituality in the workplace,Journal of Managerial Psychology,Vol. 17No. 3,pp. 153-164
- Luthar, S. S. & Cicchetti, D. & Becker, B.(2000). Research on Resilience: Response to Commentaries. Child Development. Vol. 71, No. 3 , pp. 573-575.
- Mashayekhipour , MA.(2011). The bases of work ethics from The view of Imam Ali(Persian). Journal of Islamic Management.19(1):37-65.
- Myers ,J.E. (1990). Wellness Throught The lifespan , Guidepost , May.
- Nuri , N.(2008). The study of psychological bases and symptpms of patience in quran(Persian).Psychology and Religion .1(4):143-68.

- Segrin, C.& Geane , F.(2005).Family Communication Mahwah , New Jersey : Lawrence Erlbaum Associates.
- Simon, J. B. & Murphy. J. J. & Smith. S. M.(2005). Understanding and Fostering Family Resilience.The Family Journal; 13; 427-436.
- Smith, B.(1993).Religious coping by church members and the impact of flood journal of community psychology.28.171. –Midwest
- Spujt,A.(2004).Effect of spirituality on job satisfaction for clinical.
- Stamp , K.(1991). Spirituality and environmental education .Aust Envir Educ . 1991 ; 7:79-86.
- Swinton, Ks; Pattison , S .(2001). Spirituality come all ye fathful .y Heatth Serv.2001; 111(5786):24-5.
- Vaughan , F.(2002). What is Spiritual intelligence ? Journal of Humanistic Psychology , 42(2):16-33.
- Wacholtz , AB ; Pargament, KI. Is spirituality a critical ingredient of meditation ? comparing the effects of spiritual meditatioin , secular meditation and relaxation spiritual , psychological ,cardiac and pain outcomes.Jbehaw Med.2005.28(4).
- Zohar, D. & Marshall, I. (2000). SQ: Spiritual intelligence: The ultimate intelligence. New York, NY, USA: Bloomsbury.